



Grupo Medi-T

Segurança, Higiene e Saúde do Trabalho
www.medi-t.pt



AUDITORIA DE SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE DO TRABALHO



QUATERNAIRE PORTUGAL -
CONSULTORIA PARA O
DESENVOLVIMENTO, SA

2015

RUA TOMAS RIBEIRO, 412 2º ANDAR
RUA HERÓIS E MÁRTIRES DE ANGOLA Nº 59, 4º ANDAR
4000-285 PORTO

INDICE

1 – INTRODUÇÃO	3
2 – CARACTERIZAÇÃO DA EMPRESA	4
3 – OBJECTIVOS DA VISITA.....	5
4 – CARACTERIZAÇÃO DOS ESPAÇOS.....	6
4.1 – ÁREA DE TRABALHO	7
4.1.1 – RECEPÇÃO, GABINETES, SALAS DE REUNIÕES.....	7
4.2 – ÁREAS DE APOIO	9
4.2.1 – INSTALAÇÕES SANITÁRIAS.....	9
4.2.2 – COPA	10
5 – INFRA-ESTRUTURAS EXISTENTES NA EMPRESA	12
6 – ESTRUTURA DE EMERGÊNCIA.....	13
7 – ANÁLISE PRELIMINAR DE RISCOS	14
8 – RECOMENDAÇÕES	15
ANEXOS	17

1 – INTRODUÇÃO

Cerca de 2/3 da vida do homem é passada no exercício de uma actividade profissional e por isso as condições de exercício dessa actividade têm um impacto importante no estado de saúde do indivíduo reflectindo-se na sua produtividade.

No local de trabalho são criadas situações que podem originar riscos para a saúde e integridade física dos trabalhadores. Estes riscos podem advir:

- ❑ do ar ambiente do local de trabalho
- ❑ do equipamento e métodos de trabalho utilizados
- ❑ da própria organização do trabalho

A forma mais económica, mais eficaz, mais «socialmente correcta» de reparar acidentes de trabalho é preveni-los; porque ao conhecermos os perigos que enfrentamos, construímos defesas, normas de conduta, regras de segurança que nos permitem controlar os riscos, minimizando a probabilidade de ocorrência de acidentes.

E isto é prevenção!

É a nossa atitude face aos perigos que define a nossa capacidade de sobrevivência.

É a nossa capacidade de controlar os riscos, de uma forma consciente e consistente baseada em conhecimentos técnicos e em metodologias sistemáticas, que nos torna humanos, capazes de impor a nossa própria evolução, de uma forma determinista.

2 – CARACTERIZAÇÃO DA EMPRESA

Designação Social

QUATENAIRE PORTUGAL - CONSULTORIA PARA O DESENVOLVIMENTO, SA

Localização da Sede

A sede da empresa QUATENAIRE PORTUGAL - CONSULTORIA PARA O DESENVOLVIMENTO, SA, localiza-se na RUA TOMAS RIBEIRO, 412 2º ANDAR no Porto.

Localização do Estabelecimento

O estabelecimento da empresa QUATENAIRE PORTUGAL - CONSULTORIA PARA O DESENVOLVIMENTO, SA., localiza-se na mesma morada, RUA TOMAS RIBEIRO, 412 2º ANDAR no Porto.

Principal actividade

A empresa dedica-se às actividades de consultoria com o CAE 70220.

Horário de Trabalho

O estabelecimento labora das 09.00 horas às 18:00, com intervalo para almoço das 12:30 horas às 13:30 horas, de Segunda a Sexta-Feira.

3 – OBJECTIVOS DA VISITA

As auditorias de segurança, ao contrário do que o nome poderia indicar, não se destinam apenas a verificar o cumprimento de regras e procedimentos de segurança mas pretendem realizar um processo integrado e sistemático de análise da situação de segurança da empresa.

Um dos objectivos das auditorias de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho prende-se com uma visita aos locais de trabalho e áreas operacionais da organização, com vista ao conhecimento do processo produtivo, máquinas e produtos que nele intervêm, assim como conhecimento geral das instalações, para posteriormente estabelecer um plano de actuação ao nível do conhecimento dos riscos inerentes aos locais de trabalho.

Outro objectivo da auditoria prende-se com a necessidade da gestão ter de realizar investimentos na empresa e portanto poder requerer um conhecimento actualizado da situação de segurança da organização, basicamente a resposta à questão. **“Como nos encontramos actualmente.”**

O estabelecimento da empresa **QUATENAIRE PORTUGAL - CONSULTORIA PARA O DESENVOLVIMENTO, SA.** foi visitado no dia 27/01/2016.

*A auditoria de segurança e higiene refere-se apenas às actividades realizadas no estabelecimento. **Todas as actividades realizadas fora do âmbito destas instalações não são aqui contempladas.***

4 – CARACTERIZAÇÃO DOS ESPAÇOS

O estabelecimento é constituído pelas seguintes áreas:

- Recepção
- Gabinetes
- Salas de Reuniões / Formação
- Áreas de Apoio

De seguida é apresentada a auditoria check-list, que traduz a verificação e registo dos aspectos positivos e aspectos a melhorar das áreas que compõem a empresa.

- **AP** – Aspectos Positivos;
- **AM** – Aspectos a Melhorar;

4.1 – ÁREA DE TRABALHO

4.1.1 – RECEPÇÃO, GABINETES, SALAS DE REUNIÕES

CARACTERÍSTICAS A OBSERVAR	AP	AM	EVIDÊNCIAS OBJECTIVAS
PAVIMENTO			
Impermeável, resistente, isento de cavidades, saliências e livres de obstáculos.	X		Pavimento em cimento revestido com madeira.
PAREDES			
Material impermeável e lavável, lisas de cor clara e arestas arredondadas entre paredes.	X		Paredes em cimento/falsas pintadas de cor clara.
TECTO			
Material facilmente lavável, em bom estado de conservação e higiene.	X		Teto falso em bom estado de conservação.
PÉ DIREITO			
Com 3 m ou 2,70 m.	X		
LIMPEZA			
a) Cumprimento do plano de limpeza	X		
b) Encontra-se limpo ou com sujidade própria das operações	X		
ILUMINAÇÃO			
Adequada e lâmpadas protegidas	X		
VENTILAÇÃO/TEMPERATURA AMBIENTE			
Adequada. Existe circulação de ar.	X		Ventilação natural, complementado por sistemas de ar condicionado.
Temperatura adequada, entre os 18 °C e os 22 °C	X		
Ausente de substâncias incómodas, tóxicas, perigosas ou infectantes	X		
Manutenção periódica dos sistemas mecânicos de ventilação	X		
MESAS E CADEIRAS			
Em bom estado de conservação e limpas	X		Mesas e cadeiras em bom estado de conservação. Cadeiras reguláveis em altura e encosto.
Bom apoio lombar. Adequadas ao trabalho a realizar.	X		
Espaço entre Postos de Trabalho – 80cm	X		
SINALIZAÇÃO SEGURANÇA			
Sinal indicar saída	X		Existência de toda a sinalização de segurança.
Sinal a identificar/localizar os meios de detecção e combate a incêndio	X		
Sinal de proibição de fumar e comer	X		
Sinal de quadros eléctricos	X		

SISTEMA COMBATE A INCÊNDIO

Extintor próximo da área e detectores fumo.	X		Verificou-se a existência de extintores de neve carbónica tipo CO2 e pó químico tipo ABC.
Adequado ao tipo de fogo a desenvolver.	X		
Acessibilidades aos equipamentos	X		

Saídas Emergência

Saídas de emergência desobstruídas	X		Existência de saída normal de acesso ao corredor do edifício.
------------------------------------	---	--	---

Bebedouro

Bebedouro com água potável e copos individuais	X		
--	---	--	--

Outras observações

<ul style="list-style-type: none"> O estabelecimento é constituído pela receção, sala de reuniões e formação, gabinetes (5), copa e salas de servidor.

4.2 – ÁREAS DE APOIO

4.2.1 – INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

CARACTERÍSTICAS A OBSERVAR	AP	AM	EVIDÊNCIAS OBJECTIVAS
PAVIMENTO			
Material resistente, liso, impermeável e antiderrapante	X		Pavimento revestido a tijoleira.
PAREDES			
Cor clara revestidas de azulejo ou outro material impermeável até, pelo menos, 1,5 m de altura	X		Paredes em cimentos/falsa revestidas a azulejo.
TECTO			
Revestido de material resistente/impermeável e de fácil limpeza	X		Teto bom estado de conservação e pintado de cor clara.
LIMPEZA			
Controlo por plano de limpeza	X		Instalações limpas e higienizadas
ILUMINAÇÃO			
Adequada	X		Iluminação essencialmente artificial.
VENTILAÇÃO			
Adequada	X		
SEPARADA POR SEXOS/ANTECÂMARA			
Separadas por sexos	X		
LAVATÓRIO			
Lavatório fixo provido de sabão não irritante e, preferencialmente, de dispositivos automáticos de secagem de mãos ou tolas individuais de papel	X		Lavatório com toalhetes de papel e sabonete líquido.
SANITAS			
Munidas de autoclismo, em compartimentos separados, com porta independente, provida de fecho	X		
URINÓIS			
Localizados na antecâmara, munidos de dispositivos de descarga e quando em grupo separados por baias laterais distantes entre si, pelo menos, 0,6 m			
CHUVEIROS			
Os chuveiros são na proporção de 1 por cada 10 trabalhadores, com água fria e quente			

ARMÁRIOS/CACIFOS

Um armário individual por cada trabalhador, em bom estado de conservação			
--	--	--	--

SINALIZAÇÃO NA PORTA

Sinal a localizar/identificar as instalações	X		
--	---	--	--

OUTRAS OBSERVAÇÕES

4.2.2 – COPA

CARACTERÍSTICAS A OBSERVAR	AP	AM	EVIDÊNCIAS OBJECTIVAS
PAVIMENTO			
Impermeável, resistente, isento de cavidades, saliências e livres de obstáculos.	X		Pavimento em cimento revestido com madeira.
PAREDES			
Material impermeável e lavável, lisas de cor clara e arestas arredondadas entre paredes.	X		Paredes em cimento pintadas de cor clara.
TECTO			
Material facilmente lavável, em bom estado de conservação e higiene.	X		Teto em cimento em bom estado de conservação.
PÉ DIREITO			
Com 3 m ou 2,70 m.	X		
LIMPEZA			
a) Cumprimento do plano de limpeza	X		
b) Encontra-se limpo ou com sujidade própria das operações	X		
ILUMINAÇÃO			
Adequada e lâmpadas protegidas	X		
VENTILAÇÃO/TEMPERATURA AMBIENTE			
Adequada. Existe circulação de ar.	X		
Temperatura adequada, entre os 18 °C e os 22 °C	X		
Ausente de substâncias incómodas, tóxicas, perigosas ou infectantes	X		
Manutenção periódica dos sistemas mecânicos de ventilação	X		
BALCÕES, MESAS E CADEIRAS			
Em bom estado de conservação e limpas			

SINALIZAÇÃO SEGURANÇA

Sinal indicar saída	X		Existência de toda a sinalização de segurança.
Sinal a identificar/localizar os meios de detecção e combate a incêndio	X		
Sinal de proibição de fumar e comer	X		
Sinal de quadros eléctricos	X		

SISTEMA COMBATE A INCÊNDIO

Extintor próximo da área e detectores fumo.	x		
Adequado ao tipo de fogo a desenvolver.	x		
Acessibilidades aos equipamentos	X		

Saídas Emergência

Saídas de emergência desobstruídas	X		
------------------------------------	---	--	--

Bebedouro

Bebedouro com água potável e copos individuais	X		
--	---	--	--

Outras observações

▪ Na copa verificou-se a existência micro-ondas.
--

5 – INFRA-ESTRUTURAS EXISTENTES NA EMPRESA

CARACTERÍSTICAS A OBSERVAR	AP	AM	EVIDÊNCIAS OBJECTIVAS
ÁGUA POTÁVEL			
Origem de poço, efectuando-se análises todos os anos			Não aplicável
Origem da rede de abastecimento público	X		
Bebedouros com água potável em locais acessíveis com copos individuais	X		
SISTEMA DE ÁGUAS RESIDUAIS			
Saneamento público	X		Não aplicável
No ciclo produtivo intervêm líquidos (águas ou produtos químicos) que não seguem directamente para as condutas de saneamento.			Não aplicável
Existe estação de tratamento de águas residuais devidamente licenciada.			Não aplicável
SISTEMA DE ABASTECIMENTO DE GÁS			
Tubagem de gás devidamente identificada e pintada a amarelo			Não aplicável, no estabelecimento não existe sistema de abastecimento de gás.
Ao nível do solo a tubagem encontra-se protegida.			
Válvulas de corte de gás, geral e parcial, identificadas.			
Existe detector de gás.			
Garrafas de gás situadas em local bem ventilado, afastadas dos raios solares.			
REDE ELÉCTRICA E QUADROS ELÉCTRICOS			
Bom estado de conservação	X		Quadros eléctricos em bom estado de conservação e sinalizados.
Não comporta qualquer risco de incêndio ou electrocussão	X		Disjuntores identificados.
Manutenção periódica dos quadros eléctricos por pessoal habilitado	X		
Quadros eléctricos identificados e sinalizados com sinal de perigo de electrocussão	X		
SISTEMA DE AR COMPRIMIDO			
Tubagem de ar comprimido devidamente identificada e pintada a azul			Não aplicável
Compressores colocados em local bem ventilado em compartimento próprio			
Elementos móveis protegidos			
Sinalização de proibida a entrada de pessoas estranhas			

6 – ESTRUTURA DE EMERGÊNCIA

CARACTERÍSTICAS A OBSERVAR	AP	AM	EVIDÊNCIAS OBJECTIVAS
----------------------------	----	----	-----------------------

MEIOS DE COMBATE A INCÊNDIOS

Todos os locais estão providos de equipamento adequado para a extinção de incêndios, situado em locais acessíveis e assinalados.	X		Existência de extintores de neve carbónica tipo CO2 de 2Kg e de 6Kg e extintor de pó químico tipo ABC de 6 Kg.
Os extintores não devem exceder a distância de 15 m, e as bocas-de-incêndio não devem exceder os 40 m.	X		
Os locais estão providos de detectores de fumos e meios de alarme.	X		Estabelecimento equipado com detectores de fumos e alarme.
Na empresa existem pessoas com formação para actuar em caso de emergência.		X	
Existem afixadas as plantas de emergência em diversos locais da empresa.		X	

PRIMEIROS SOCORROS

Existe uma caixa de primeiros socorros com o conteúdo mínimo para prestar os primeiros cuidados de saúde.	X		
A caixa encontra-se afixada, em local visível.	X		
Encontra-se afixada listagem desse conteúdo.	X		
Existem procedimentos escritos para prestar os primeiros cuidados.	X		
Na empresa existem pessoas com formação para prestar os primeiros cuidados de saúde.		X	

SAÍDAS DE EMERGÊNCIA

Existem saídas que conduzem as pessoas, o mais directamente possível, a áreas ao ar livre ou a uma zona de segurança	X		
Acima de 50 utilizadores as portas de emergência estão equipadas com barra antipânico.			
As saídas e vias de evacuação encontram-se desobstruídas.	X		
Abrem no sentido da evacuação.	X		
As saídas encontram-se identificadas, com sinalética proporcional à área da secção.	X		









Outras Observações

7 – ANÁLISE PRELIMINAR DE RISCOS

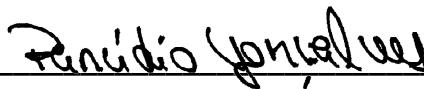
7.1 – Área Administrativa

RISCOS	MEDIDAS DE PREVENÇÃO
Ergonómicos	<ul style="list-style-type: none"> - Adoptar a melhor postura e disposição dos equipamentos de trabalho: <ul style="list-style-type: none"> • Manter o topo do monitor ao nível dos olhos e distante cerca 45-70 cm; • Manter a cabeça e pescoço em posição recta, ombros relaxados; • Manter a região lombar apoiada no encosto da cadeira; • Manter o antebraço, punhos e mãos em linha recta (posição neutra do punho) em relação ao teclado; • Manter os cotovelos junto ao corpo; • Manter um espaço entre a dobra do joelho e a extremidade final da cadeira; • Manter o ângulo igual ou superior a 90° para as dobras dos joelhos e do quadril; • Manter os pés apoiados no chão. - Prever intervalos de descanso.
Iluminação	<ul style="list-style-type: none"> - Beneficiar, preferencialmente, de iluminação natural; - Distribuir as fontes de iluminação de forma a obter um ambiente uniforme, sem reflexos nos monitores ou contrastes exagerados; - Dispor mesas e monitores perpendicularmente às janelas; - Proceder à substituição de lâmpadas, quando estas não funcionam ou estão abaixo do seu rendimento.
Eléctricos	<ul style="list-style-type: none"> - Todos os equipamentos eléctricos devem possuir ligação à terra; - Não utilizar fichas, cabos ou outros componentes eléctricos em deficiente estado de conservação; - Nunca tocar em componentes eléctricos com as mãos húmidas; - Nunca limpar ou proceder reparações sem efectuar previamente o corte de energia eléctrica ou sem formação específica; - Proceder a manutenções periódicas às instalações eléctricas; - Sinalizar todos os equipamentos e componentes eléctricos que indiquem avaria ou mau funcionamento; - Substituir todas as tomadas que não estejam a ser utilizadas por tomadas estanques com tampa; - Não utilizar ferramentas eléctricas para reparar materiais húmidos ou para reparar fugas nas mangueiras. - Não sobrecarregar as tomadas das instalações eléctricas.
Incêndio Explosão	<ul style="list-style-type: none"> - Afastar substâncias inflamáveis/explosivas, necessárias à actividade, de fontes de calor; - Armazenar as diferentes substâncias químicas de acordo com a compatibilidade entre elas; - Colocação de meios de extinção adequados, revistos e sinalizados; - Manter os filtros dos sistemas de ventilação forçada em boas condições de limpeza e funcionamento; - Formar os colaboradores quanto à utilização dos meios de combate a incêndio; - Proibição de fumar no local de trabalho.

8 – RECOMENDAÇÕES

	<p>O extintor existente no interior do compartimento do servidor deve ser colocado no exterior. Este deve estar colocado no chão em suporte próprio ou colocado na parede a 1,20 m deste o chão até ao manípulo. Devem estar sinalizados com sinalética fotoluminescente.</p>
	<p>Nas instalações sanitárias, o caixote do lixo deve ser provido de saco plástico.</p>
<p>P 1532</p> 	<p>Os estabelecimentos devem, no decurso da exploração dos respetivos espaços, ser dotados de medidas de organização e gestão da segurança, designadas por medidas de autoproteção. As medidas de autoproteção devem ser adaptadas às condições reais de exploração de cada utilização-tipo e proporcionadas à sua categoria de risco. Em locais definidos devem ser colocadas plantas de emergência, placa fotoluminescente, com a indicação dos caminhos de evacuação para fácil visualização no caso de eventual concretização do risco de incêndio.</p>
	<p>Todos os produtos químicos utilizados, incluindo os de limpeza e desinfeção das instalações possuem uma ficha de dados de segurança que são fornecidas pelo fornecedor dos respetivos produtos que têm a obrigação legal de as facultar, redigidas na língua portuguesa; Estas fichas de dados de segurança devem estar disponíveis aos trabalhadores que manipulam os respetivos produtos.</p>
	<p>Recomenda-se que se efetue um estudo de iluminação nas diferentes áreas do estabelecimento.</p>
	<p>Junto dos armários, caixas ou bolsas de primeiros socorros deve existir um inventário do conteúdo e instruções claras e simples para os primeiros socorros a pôr em prática em caso de urgência.</p>
	<p>O empregador, com vista à obtenção de parecer, deve consultar por escrito e, pelo menos, uma vez por ano, previamente ou em tempo útil, os representantes dos trabalhadores para a segurança e saúde ou, na sua falta, os próprios trabalhadores sobre questões relacionadas com a segurança e saúde do trabalho.</p>
	<p>Os trabalhadores devem receber formação adequada no domínio da segurança e saúde no trabalho, primeiros socorros e combate a incêndios. Está previsto o desenvolvimento destas formações.</p>
	<p>Sempre que ocorra um acidente de trabalho nesta unidade deve ser reportado aos serviços de segurança.</p>

Porto, 16 de março de 2016
MEDI-T2 HIGIENE E SEGURANÇA, LDA
Contribuinte. 505241994



Técnico Superior de Segurança e Higiene do Trabalho

ANEXOS