



Curso de Formação STAE - Segurança em Trabalhos em Altura atividade Elétrica

Distribuição Elétrica - (Rede Aérea BT/MT/AT {MAT})

Programa de Formação
Ed.3 07-11-2016



Equipa de trabalho

A equipa de trabalho, coordenação pedagógica, gestão da formação, apoio técnico-administrativo e atendimento está definida no Manual de Qualidade da Atividade Formativa.

Os formadores serão selecionados em função dos pré-requisitos definidos no Anexo 1 do PRH 002, que estão de acordo com o definido pela AQTSE – Associação para a Qualificação Técnica do Setor Energético.

A CME é entidade formadora reconhecida pela AQTSE para o Curso Segurança em Trabalhos em Altura atividade Elétrica (Distribuição Elétrica – EDP).

Competências a desenvolver através da formação e requisitos de desempenho

Esta formação visa dotar os formandos com competências para a realização da sua atividade profissional aplicando as boas regras de segurança e higiene no trabalho, no âmbito da realização de Trabalhos em Altura na Atividade Elétrica em postes da Rede Aérea BT/MT/AT {MAT}. Deverão, portanto, desenvolver a sua atividade profissional de acordo com os procedimentos de segurança e higiene no trabalho, procedimentos de emergência e legislação aplicável.

1

Objetivos de aprendizagem

Os formandos deverão adquirir conhecimento sobre as regras e boas práticas de Segurança aplicadas às atividades desenvolvidas no âmbito dos Trabalhos em Altura na Atividade Elétrica, assim como, em atividades de Resgate e Salvamento desenvolvidas no âmbito dos Trabalhos em Altura na Atividade Elétrica.

Objetivos Específicos:

Os formandos deverão adquirir conhecimento sobre:

- O enquadramento legal;



- Os equipamentos de proteção, equipamentos de trabalho e sua correta utilização, manutenção e verificação; Os sistemas de ancoragem e equipamentos/acessórios associados, bem como os principais nós, e a sua correta utilização; A Delimitação e Sinalização de Segurança a aplicar no âmbito dos trabalhos em postes e fachadas da Rede Aérea BT/MT/AT {MAT};
- As metodologias de acesso;
- A aplicação prática das metodologias - Acesso a posto de trabalho em altura utilizando Escada Portátil (apoios de betão/postaleta rede BT/fachadas);
- Acesso a Posto de Trabalho em Altura, com linha de vida e para-quedas em Y – Apoios de Betão;
- Acesso a Posto de Trabalho em Altura, com linha de vida e para-quedas em Y – Apoios Metálicos;
- Os equipamentos de proteção e resgate/evacuação e sua correta utilização;
- O conhecimento teórico e a aplicação prática das metodologias de resgate e salvamento.

Destinatários

Profissionais que executem trabalhos em zonas com perigo de queda em altura, nomeadamente na Atividade Elétrica, Rede Aérea BT/MT/AT da EDP. A componente MAT (rede REN) para profissionais desta área é equiparável à componente AT.

Pré-requisitos:

- Ficha de Aptidão Médica sem restrições para trabalhos em altura;
- Formação Básica de Segurança;
- Idade mínima de 18 anos.

A participação na formação, bem como, a realização da mesma, estão condicionadas a reconhecimento prévio por parte da AQTSE, mediante processo próprio para o efeito em plataforma da Live Solutions da AQTSE.

As turmas deverão ser constituídas por um nº de formandos não superior a 10.

Modalidade de formação

Outras ações de formação contínua (não inseridas no Catálogo Nacional de Qualificações).

Forma de organização da formação

Formação presencial em sala de formação e em parque de treinos.

Conteúdos programáticos

Riscos do trabalho em altura / Equipamentos de Segurança

1º dia – manhã | 4 horas, 3h10min efetivos de formação:

- Abertura do Curso; Apresentações;
- Objetivos e Introdução aos Trabalhos em Altura;
- Definições e características; Enquadramento Legal;
- Equipamentos de Proteção Individual (EPI), Equipamentos de Proteção Coletiva (EPC) e Equipamentos de Trabalho – quais são e quais as Normas; Conservação, Manutenção e Verificação;
- Sistema anti queda – Sistemas possíveis, Linhas de Vida e Acessórios, Sistemas de Ancoragem e Nós Fundamentais (Zonas de Restrição e Fator de Queda);
- Delimitação e Sinalização de Segurança;
- Condições Atmosféricas.

3

Trabalhos Práticos

1º dia – tarde | 4 horas, 3h50min efetivos de formação:

- Verificação / Utilização do Arnês de Segurança e Acessórios;
- Nós fundamentais;
- Implementação da Delimitação e Sinalização de Segurança;

- Acesso a posto de trabalho em altura utilizando Escada Portátil (apoios de betão/postaleta rede BT/fachadas).

2º dia – manhã | 4 horas, 3h50min efetivos de formação:

- Acesso a Posto de Trabalho em Altura, com linha de vida e pára-quedas em Y – Apoios de Betão.

2º dia – tarde | 4 horas, 3h50min efetivos de formação:

- Acesso a Posto de Trabalho em Altura, com linha de vida e pára-quedas em Y – Apoios de Betão;
- Acesso a Posto de Trabalho em Altura, com linha de vida e pára-quedas em Y – Apoios Metálicos;
- Equipamentos de Proteção e Segurança de Trabalho.

Resgate: Teórica | Prática

4

3º dia – manhã | 4 horas, 3h55min efetivos de formação:

- Introdução; Definições e Características; Atuação em Caso de Acidente; Princípios Básicos de Segurança em Resgate e Evacuação;
- Equipamentos Usados no Resgate e Salvamento: Kit – Dispositivo de Resgate e Descida/ Desmultiplicador;
- Técnicas de Resgate em Estruturas – Postes de Betão e Torres Metálicas; Fachadas de Edifícios.
- Auto Resgate – Fachadas de Edifícios.
- Resgate assistido, não acompanhado – Fachadas de edifícios.

3º dia – tarde | 4 horas, 3h55min efetivos de formação:

- Resgate Assistido – Apoios de betão ou metálicos;
- Resgate não Acompanhado.
- Resgate acompanhado.

Carga horária

3 dias, 8h/dia – 24 horas, 22h30min efetivos de formação

Módulos		1º dia	2º dia	3º dia
Riscos do trabalho em altura	1h	√		√
Equipamentos de Segurança	2h30min	√		√
Exercícios Práticos	11h30min	√	√	
Exercícios Práticos - Resgate	7h30min			√

Metodologias de formação

Os formadores deverão utilizar metodologias de formação ativa, participativa e expositiva, complementando com a realização da componente prática em parque de treinos.

5

Os temas teóricos serão desenvolvidos em sala com recurso a meios didáticos adequados. Os trabalhos práticos serão realizados em ambiente real simulado em parque de treinos.

Critérios e metodologias de avaliação

Geral

Os formadores avaliam o cumprimento dos objetivos pedagógicos definidos tendo como base a compreensão e aquisição de conhecimentos, por parte dos formandos, e a capacidade de os aplicar.

Específica

No final do curso, os formandos serão considerados “APTOS”, “MUITO APTOS” ou “NÃO APTOS”, de acordo com as regras de avaliação em vigor da AQTSE – Associação para a Qualificação Técnica do Sector Energético.



Neste curso utiliza-se como meio privilegiado de avaliação a observação direta e o nível de execução dos trabalhos práticos constituirá a base da avaliação.

Avaliação Quantitativa:

Sem Aproveitamento (≤ 10) - Os participantes não dominam os conhecimentos, meios técnicos e modos operatórios no desempenho da função.

Aproveitamento (11 a 15) - Os participantes dominam os conhecimentos, meios técnicos e modos operatórios necessários no desempenho da função.

Muito Aproveitamento (16 a 20) - Os participantes que dominam por completo os conhecimentos, meios técnicos e modos operatórios necessários ao desempenho da função.

Avaliação Qualitativa

Os formadores podem ajustar o valor final da avaliação quantitativa, através de uma escala de -1 a 3, mediante informações de ordem qualitativa que foram recolhidas ao longo do curso (participação, domínio da disciplina, interesse, ...).

Módulos sujeitos a avaliação de acordo com grelha de avaliação:

Avaliação em CENTRO DE FORMAÇÃO		Avaliação em ESTÁGIO		Avaliação FINAL		
A - Com Aproveitamento		A - Com Aproveitamento		A - Apto		
Sobre Módulos do tipo Centro de Formação.		Sobre Módulos do tipo Estágio.		Centro Formação	Estágio	Final
<p>MA - Muito Aproveitamento Todos os módulos nucleares com nota igual ou superior a 16, podendo exceptuar-se um módulo Nuclear com nota igual ou superior a 11. Restantes módulos com nota igual ou superior a 16.</p> <p>A - Aproveitamento Todos os módulos nucleares com nota igual ou superior a 11, podendo exceptuar-se um módulo com nota igual ou inferior a 10.</p> <p>SA - Sem Aproveitamento Um ou mais módulos nucleares com nota igual ou inferior a 10. Ou dois dos restantes módulos com nota igual ou inferior a 10.</p>	<p>MA - Muito Aproveitamento (16 a 20) na média aritmética dos módulos.</p> <p>A - Aproveitamento (11 a 15) na média aritmética dos módulos.</p> <p>SA - Sem Aproveitamento (≤ 10) na média aritmética dos módulos.</p>	MA (16 a 20)	MA (16 a 20)	MA - Muito Apto (16 a 20)	A - Apto (11 a 15)	NA - Não Apto (≤ 10)
		A (11 a 15)	A (11 a 15)	A - Apto (11 a 15)	A - Apto (11 a 15)	NA - Não Apto (≤ 10)
		SA (≤ 10)	SA (≤ 10)	SA - Não Apto (≤ 10)	SA - Não Apto (≤ 10)	NA - Não Apto (≤ 10)
		MA (16 a 20)	MA (16 a 20)	MA - Muito Apto (16 a 20)	MA - Muito Apto (16 a 20)	NA - Não Apto (≤ 10)
		A (11 a 15)	A (11 a 15)	A - Apto (11 a 15)	A - Apto (11 a 15)	NA - Não Apto (≤ 10)
		SA (≤ 10)	SA (≤ 10)	SA - Não Apto (≤ 10)	SA - Não Apto (≤ 10)	NA - Não Apto (≤ 10)
Módulo	Nuclear	C. Formação	Estágio			
Riscos do Trabalho em Altura	✓	-	✓			
Equipamentos de Segurança	✓	✓	-			
Trabalhos Práticos	-	-	✓			

A obtenção de aprovação nas áreas BT/MT/AT{MAT} exige nota mínima na avaliação prática da área respetiva de 55% (Montagem e utilização de linha de vida, Escolha de ancoragens, Progressão



em altura, Movimentação e Posicionamento no local de trabalho, Acesso de materiais em segurança, Descida para o solo)

A Avaliação Final de “APTOS” ou “MUITO APTOS” exige a assiduidade de 100%.

Recursos pedagógicos

- Projetor Multimédia;
- Computador;
- Quadro branco e marcadores;
- Manual para trabalhos em altura.

Espaços e equipamentos

7

Sala de Formação equipada com mesas e cadeiras com capacidade até 10 formandos.

Parque de treinos para componente prática:

- 1 poste de rede aérea de baixa tensão;
- 1 poste de rede aérea de média tensão;
- 1 poste de rede aérea de alta tensão;
- Equipamentos de Proteção Individual e Coletiva;
- Escada portátil;
- Cordas;
- Meios de Sinalização.