

Cuidados Especiais

- 35.6.8 Os sistemas de ancoragem destinados à restrição de movimentação devem ser dimensionados para resistir às forças que possam vir a ser aplicadas.
- 35.6.8.1 Havendo possibilidade de ocorrência de queda com diferença de nível, em conformidade com a AR, o sistema deve ser dimensionado como de retenção de queda.
- 35.6.9 No SPIQ de retenção de queda e no de acesso por cordas, o equipamento de proteção individual deve ser o cinturão de segurança tipo paraquedista.
- 35.6.9.1 O cinturão de segurança tipo paraquedista, quando utilizado em retenção de queda, deve estar conectado pelo seu elemento de engate para retenção de queda indicado pelo fabricante.
- 35.6.9.1.1 Quando utilizado para retenção de queda, o cinturão de segurança tipo paraquedista deve ser dotado de talabarte integrado com absorvedor de energia.
- 35.6.10 A utilização do sistema de retenção de queda por trava-queda deslizante guiado deve atender às recomendações do fabricante, em particular no que se refere:
 - a) à compatibilidade do trava-queda deslizante guiado com a linha de vida vertical; e
 - b) ao comprimento máximo dos extensores.
- 35.6.11 A AR prevista nesta norma deve considerar para o SPIQ os seguintes aspectos:
 - a) que o trabalhador deve permanecer conectado ao sistema durante todo o período de exposição ao risco de queda;
 - b) a distância de queda livre;
 - c) o fator de queda;
 - d) a utilização de um elemento de ligação que garanta que um impacto de no máximo 6kN seja transmitido ao trabalhador quando da retenção de uma queda;
 - e) a zona livre de queda; e
 - f) a compatibilidade entre os elementos do SPIQ.
- 35.6.11.1 O talabarte e o dispositivo trava-queda devem ser posicionados:
 - a) de modo a restringir a distância de queda livre; e
 - b) de forma que, em caso de ocorrência de queda, o trabalhador não colida com estrutura inferior.
- 35.6.11.1.1 O talabarte, exceto quando especificado pelo fabricante e considerando suas limitações de uso, não pode ser utilizado:
 - a) conectado a outro talabarte, elemento de ligação ou extensor; ou
 - b) com nós ou laços.

- 35.7. Emergência e Salvamento
- 35.7.1 A organização deve estabelecer, implementar e manter procedimentos de respostas aos cenários de emergências de trabalho em altura, considerando, além do disposto na NR-01:
 - a) os perigos associados à operação de resgate;
 - b) a equipe de emergência e salvamento necessária e o seu dimensionamento;
 - c) o tempo estimado para o resgate; e
 - d) as técnicas apropriadas, equipamentos pessoais e/ou coletivos específicos e sistema de resgate disponível, de forma a reduzir o tempo de suspensão inerte do trabalhador e sua exposição aos perigos existentes.
- 35.7.1.1 A organização deve realizar AR dos cenários de emergência de trabalho em altura identificados.
- 35.7.2 A organização deve assegurar que a equipe possua os recursos necessários para as respostas às emergências.
- 35.7.3 As pessoas responsáveis pela execução das medidas de salvamento devem estar capacitadas a executar o resgate, prestar primeiros socorros e possuir aptidão física e mental compatível com a atividade a desempenhar.
- 35.7.3.1 Quando realizado por equipe interna, a organização deve estabelecer o conteúdo e carga horária da capacitação em função dos cenários de emergência.

ANEXO III da NR-35 - ESCADAS

- 1. Objetivo
- 1.1 Estabelecer os requisitos e as medidas de prevenção para a utilização de escadas como meios de acesso ou como postos de trabalho no trabalho em altura.
- 2. Campo de aplicação
- 2.1 Aplica-se o disposto neste anexo às escadas de uso individual.
- 2.1.1 O campo de aplicação deste anexo não alcança as escadas de uso coletivo.
- 2.2 Este anexo não altera os requisitos específicos sobre o tema estabelecidos nas demais Normas Regulamentadoras, respeitado o campo de aplicação de cada NR.
- 3. Classificação das escadas de uso individual
- 3.1 Para fins de aplicação deste anexo, as escadas de uso individual podem ser classificadas como escada fixa vertical, escada portátil de encosto e escada portátil autossustentável.
- 3.1.1 As escadas de uso individual não compreendidas na classificação prevista no item 3.1 não se

Cuidados Especiais

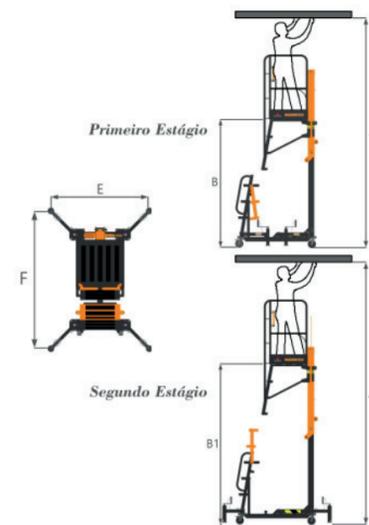
- excluem da aplicação dos requisitos gerais, previstos no item 5.1, deste Anexo.
- 4. Planejamento, Capacitação e Autorização
- 4.1 Planejamento
- 4.1.1 A utilização de escada como meio de acesso ou como posto de trabalho em altura deve ser precedida de análise de risco, em conformidade com o item 35.5.5 da NR-35.
- 4.1.2 A análise de risco deve considerar:
 - a) se o trabalho em altura pode ser realizado com segurança a partir de uma escada de uso individual ou se deve ser utilizado outro meio;
 - b) o tipo de escada individual e suas características; e
 - c) as medidas de prevenção necessárias.
- 4.1.3 É dispensada a análise de risco e o sistema de proteção individual contra queda quando da utilização de escada como meio de acesso para alturas de até 5 (cinco) metros, desde que em avaliação prévia não sejam identificados riscos adicionais de queda com diferença de nível.
- 4.2 Capacitação e Autorização
- 4.2.1 Quando da utilização de escada de uso individual como meio de acesso ou como posto de trabalho para trabalho em altura, o trabalhador deverá ser capacitado de acordo com o conteúdo previsto no capítulo 35.4 da NR-35.
- 4.2.1.1 Deve ser incluída na capacitação prevista no item anterior a utilização segura de escada de uso individual.
- 4.2.2 Quando dispensada a análise de risco, em conformidade com o item 4.1.3 deste Anexo, são dispensadas a capacitação e a autorização para trabalho em altura, previstos no capítulo 35.4 da NR-35, devendo ser transmitida ao trabalhador instrução básica de

segurança de uso da escada de uso individual.

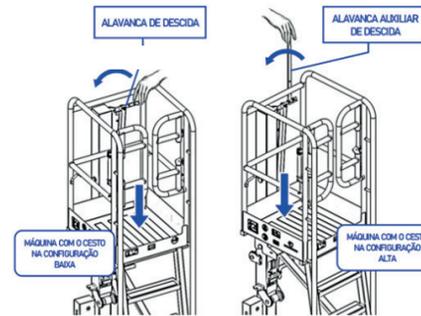
- 5. Requisitos
- 5.1 Requisitos Gerais
- 5.1.1 A escada de uso individual deve atender a um ou mais dos seguintes requisitos:
 - a) ser fabricada em conformidade com as normas técnicas nacionais vigentes sob responsabilidade do profissional legalmente habilitado;
 - b) ser projetada por profissional legalmente habilitado, tendo como referência as normas técnicas nacionais vigentes; ou
 - c) ser certificada, conforme normas técnicas.
- 5.1.2 A escada de uso individual deve:
 - a) resistir às cargas aplicadas;
 - b) ser construída com materiais e acabamento que não causem lesões ao usuário durante o uso;
 - c) ser submetida a inspeção inicial e periódica; e
 - d) se construída de madeira, as peças devem ser aplainadas em todas as suas faces e, em caso de aplicação de revestimento, este deve ser transparente, facilitando a visualização de imperfeições.
- 5.1.3 A escada de uso individual deve ser usada por uma pessoa de cada vez, exceto quando especificado pelo fabricante ou projetista o uso simultâneo.
- 5.1.4 A escada de uso individual deve ser retirada de uso quando apresentar defeitos ou imperfeições suscetíveis de comprometer o seu desempenho.
- 5.1.4.1 Quando suscetível de recuperação, a escada de uso individual deve ser reparada pelo fabricante ou por empresa especializada ou por trabalhador capacitado.

Instrução básica de uso

- Para um maior conhecimento do equipamento leia o manual completo do fabricante que acompanha a plataforma, todos os detalhes constam nesse documento.



- Para descer utilizar-se da alavanca:



- Para utilizar ao segundo estágio, onde consegue a altura máxima da plataforma, é necessário suspender o cesto e disponibilizar o degrau articulado que se encontra atrás do degrau fixo.

Desacionar

- Puxe a alavanca para cima e segura a partir de dentro do cesto da plataforma para descer.
- Destrave os manipuladores do estabilizador assim como os rodízios, para fazer sua locomoção.

IMPORTANTE: Outros equipamentos similares podem ser incorporados nas lojas da rede com potências e performance diferentes. As recomendações contidas neste folheto não são capazes de cobrir todas as condições e situações possíveis que poderão ocorrer. Dessa forma, recomendamos o conhecimento da NR-18, além do manual pormenorizado do equipamento. Tudo isto pode ser encontrado na CASA DO CONSTRUTOR. Trabalhe com segurança!

Equipamentos em conformidade com as normas vigentes

Utilize os EPI's adequados conforme atividades exercidas

Mais de **70** tipos de equipamentos para locação



Manual / Contrato de Locação nº _____ Data ____/____/____

Manual de Instruções

casa do construtor
ALUGUEL DE EQUIPAMENTOS

Atualizado conforme portaria: NR18 (Portaria nº3.733 de 10 de fevereiro de 2020 ART 5º esta portaria entra em vigor 1 (um) ano após a data de sua publicação. Atualizado conforme portaria MTP nº 4.218, de 20 de dezembro de 2022. Esta portaria entra em vigor em: a) 03/07/2023 para o corpo da NR-35 e para os Anexos I e II da NR-35; e b) 02/01/2024 para o Anexo III da NR-35, com exceção dos itens indicados no parágrafo único.

Plataforma Elevatória Manual



www.casadoconstrutor.com.br

Finalidade do Equipamento

A plataforma elevatória manual tem como objetivo o alcance de lugares altos, suprindo a necessidade de trabalhos em média altura, adequando com segurança o trabalho em: limpeza, construção civil, pinturas e uso para pequenos afazeres que demandam trabalho em altura.



Características Técnicas

Primeiro estágio de elevação:	
Capacidade de carga	140
Altura máxima de trabalho (mm)	4000
Altura máxima da plataforma (mm)	1995
Comandos	Manual
Motor	Sem Motor
Bateria	Sem Bateria
Tração	Manual
Peso do equipamento	130
Freio de mão	Dianteira
Freio de trabalho automático	Indisponível

Segundo estágio de elevação:	
Capacidade de carga	140
Altura máxima de trabalho (mm)	4500
Altura máxima da plataforma (mm)	2495
Comandos	Manual
Motor	Sem Motor
Bateria	Sem Bateria
Tração	Manual
Peso do equipamento	130
Freio de mão	Dianteira
Freio de trabalho automático	Indisponível

Transporte do equipamento

Nos veículos de transporte, fixar o equipamento para evitar que se desloque causando danos ao equipamento, ao veículo, a terceiros e ao próprio condutor.

Pessoas e equipamentos não podem ser transportados no mesmo compartimento.

A carga e descarga do equipamento deve ser realizada com cuidado utilizando guincho ou rampa que suporte o peso da mesma, com profissional qualificado.

O equipamento deve estar protegido de qualquer risco de capotagem e deslizamento, sua não verificação pode gerar acidentes.

No transporte em veículos de carrocerias, fixe o equipamento sobre o piso amarrando com a utilização de cintas.



Cuidados Especiais

- Observar as recomendações das normas NR-18 e NR-12.
- 18.10.2.1 Os trabalhadores devem ser capacitados e instruídos para a utilização das ferramentas, seguindo as recomendações de segurança desta NR e, quando aplicável, do manual do fabricante.
- Não trabalhe sob chuva.
- Importante: Faça sempre uso dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), adequados a cada tipo de equipamento.
- Somente inicie o trabalho após ter verificado todas as condições de segurança do local e do equipamento.
- Nunca use o equipamento em função para qual não foi projetado.
- Não faça adaptações com outros acessórios.
- O equipamento destina-se exclusivamente à elevação de pessoas, sem elevar e transportar mercadorias. Destina-se igualmente a realizar trabalhos de instalação, montagem e manutenção em alturas relativas a 4,5 metros. Qualquer outra aplicação é considerada contrária à utilização prevista do equipamento, portanto proibida. O locador não se responsabiliza por qualquer dano resultante do uso inadequado.
- A locadora realizará a entrega técnica do equipamento no local a ser utilizado para a pessoa designada pelo locatário, sendo ela capacitada e com formação em trabalho em altura (NR35).
- O equipamento deve ser utilizado somente em locais com piso antiderrapante plano e nivelado (sem relevos e/ou depressões).
- O equipamento não tem autorização para ser utilizado na via pública ou sobre veículos.
- Nunca exceda a capacidade máxima do equipamento.
- Fique atento às ferramentas sobre a bandeja, há risco de queda.
- Nunca utilize o equipamento em locais com risco de explosão e/ou próximo a rede elétrica, aparelhos ou qualquer fonte de energia conforme a normativa pública NR10.

OBSERVE COM CUIDADO AS RECOMENDAÇÕES DAS NORMAS:

- 10.4.2 Nos trabalhos e nas atividades referidas devem ser adotadas medidas preventivas destinadas ao controle dos riscos adicionais, especialmente quanto à altura, confinamento, campos elétricos e magnéticos, explosividade, umidade, poeira, fauna e flora e outros agravantes, adotando-se a sinalização de segurança.

NR 18 - SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO NA INDÚSTRIA DA CONSTRUÇÃO

- 18.4 Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR)
- 18.4.1 São obrigatórias a elaboração e a implementação do PGR nos canteiros de obras, contemplando os riscos ocupacionais e suas respectivas medidas de prevenção.
- 18.4.2 O PGR deve ser elaborado por profissional legalmente habilitado em segurança do trabalho e implementado sob responsabilidade da organização.
- 18.4.2.1 Em canteiros de obras com até 7m (sete metros) de altura e com, no máximo, 10 (dez) trabalhadores, o PGR pode ser elaborado por profissional qualificado em segurança do trabalho e implementado sob responsabilidade da organização.
- 18.12.32 No caso de utilização de plataforma de chassi móvel, este deve ficar devidamente nivelado, patolado ou travado no início da montagem das torres verticais de sustentação da plataforma, permanecendo dessa forma durante o seu uso e desmontagem.

Plataforma elevatória móvel de trabalho - PEMT (Atenção: alguns itens* da NR não se aplicam a este modelo por se tratar de um equipamento manual)

- 18.12.33 Os requisitos de segurança e as medidas de prevenção, bem como os meios para a sua verificação, para as plataformas elevatórias móveis de trabalho destinadas ao posicionamento de pessoas, juntamente com as suas ferramentas e materiais necessários nos locais de trabalho, devem atender às normas técnicas nacionais vigentes.
- 18.12.34 A PEMT deve atender às especificações técnicas do fabricante quanto à aplicação, operação, manutenção e inspeções periódicas.
- 18.12.35 A PEMT deve ser dotada de:
 - a) dispositivos de segurança que garantam seu perfeito nivelamento no ponto de trabalho, conforme especificação do fabricante;
 - b) alça de apoio interno;
 - c) sistema de proteção contra quedas que atenda às especificações do fabricante ou, na falta destas, ao disposto na NR-12;
 - d) dispositivo de emergência que possibilite baixar o trabalhador e a plataforma até o solo em caso de pane elétrica, hidráulica ou mecânica;
 - e) sistema sonoro automático de sinalização acionado durante a subida e a descida;*
 - f) proteção contra choque elétrico;*
 - g) proteção contra choque elétrico;*
 - h) horímetro.*
- 18.12.36 A manutenção da PEMT deve ser efetuada por pessoa com capacitação específica para a marca e modelo do equipamento.
- 18.12.37 Cabe ao operador, previamente capacitado

Cuidados Especiais

pelo empregador, realizar a inspeção diária do local de trabalho onde será utilizada a PEMT.

- 18.12.38 Antes do uso diário ou no início de cada turno, devem ser realizadas inspeção visual e teste funcional na PEMT, verificando-se o perfeito ajuste e o funcionamento dos seguintes itens:
 - a) controles de operação e de emergência;
 - b) dispositivos de segurança do equipamento;
 - c) dispositivos de proteção individual, incluindo proteção contra quedas;
 - d) sistemas de ar, hidráulico e de combustível;
 - e) painéis, cabos e chicotes elétricos;*
 - f) pneus e rodas;
 - g) placas, sinais de aviso e de controle;*
 - h) estabilizadores, eixos expansíveis e estrutura em geral;
 - i) demais itens especificados pelo fabricante.
- 18.12.39 No uso da PEMT, são vedados:
 - a) o uso de pranchas, escadas e outros dispositivos que visem atingir maior altura ou distância sobre a mesma;
 - b) a sua utilização como guindaste;
 - c) a realização de qualquer trabalho sob condições climáticas que exponham trabalhadores a riscos;
 - d) a operação de equipamento em situações que contrariem as especificações do fabricante quanto à velocidade do ar, inclinação da plataforma em relação ao solo e proximidade a redes de energia elétrica;
 - e) o transporte de trabalhadores e materiais não relacionados aos serviços em execução.
- 18.12.40 Antes e durante a movimentação da PEMT, o operador deve manter:
 - a) visão clara do caminho a ser percorrido;
 - b) distância segura de obstáculos, depressões, rampas e outros fatores de risco, conforme especificado em projeto ou ordem de serviço;
 - c) distância mínima de obstáculos aéreos, conforme especificado em projeto ou ordem de serviço;
 - d) limitação da velocidade de deslocamento da PEMT, observando as condições da superfície, o trânsito, a visibilidade, a existência de declives, a localização da equipe e outros fatores de risco de acidente.
- 18.12.41 A PEMT não deve ser operada quando posicionada sobre caminhões, trailers, carros, veículos flutuantes, estradas de ferro, andaimes ou outros veículos, vias e equipamentos similares, a menos que tenha sido projetada para este fim.
- 18.12.42 Todos os trabalhadores na PEMT devem utilizar SPIQ conectado em ponto de ancoragem definido pelo fabricante.
- Esta plataforma é acionada por um pistão a gás, seu acionamento e desacionar é imediato assim que acio-

nada a alavanca. Em caso de necessidade de descida por outro pessoa que se encontra no solo, basta aciona a mesma alavanca na parte inferior, do primeiro estágio, essa operação serve como um fator emergencial.

NR 35 - TRABALHO EM ALTURA

- 35.2 Campo de Aplicação
- 35.2.1 Aplica-se o disposto nessa Norma a toda atividade com diferença de nível acima de 2,0m (dois metros) do nível inferior, onde haja risco de queda.
- 35.3. Responsabilidades
- 35.3.1 Cabe à organização (empregador):
 - a) garantir a implementação das medidas de prevenção estabelecidas nesta NR;
 - b) assegurar a realização da Análise de Risco - AR e, quando aplicável, a emissão da Permissão de Trabalho - PT;
 - c) elaborar procedimento operacional para as atividades rotineiras de trabalho em altura;
 - d) disponibilizar, através dos meios de comunicação da organização de fácil acesso ao trabalhador, instruções de segurança contempladas na AR, PT e procedimentos operacionais a todos os integrantes da equipe de trabalho;
 - e) assegurar a realização de avaliação prévia das condições no local do trabalho em altura, pelo estudo, planejamento e implementação das ações e das medidas complementares de segurança aplicáveis;
 - f) adotar as providências necessárias para acompanhar o cumprimento das medidas de prevenção estabelecidas nesta Norma pelas organizações prestadoras de serviços;
 - g) garantir que qualquer trabalho em altura só se inicie depois de adotadas as medidas de prevenção definidas nesta NR;
 - h) assegurar a suspensão dos trabalhos em altura quando verificar situação ou condição de risco não prevista, cuja eliminação ou neutralização imediata não seja possível;
 - i) estabelecer uma sistemática de autorização dos trabalhadores para trabalho em altura; e
 - j) assegurar a organização e o arquivamento da documentação prevista nesta NR, por período mínimo de 5 (cinco) anos, exceto se houver disposição específica em outra Norma Regulamentadora.
- 35.3.2 Cabe ao trabalhador cumprir as disposições previstas nesta norma e no item 1.4.2 da Norma Regulamentadora nº 01 (NR-01) - Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais, e os procedimentos operacionais expedidos pelo empregador.
- 35.4. Autorização, Capacitação e Aptidão
- 35.4.1 Todo trabalho em altura deve ser realizado por trabalhador formalmente autorizado pela organização.

nada a alavanca. Em caso de necessidade de descida por outro pessoa que se encontra no solo, basta aciona a mesma alavanca na parte inferior, do primeiro estágio, essa operação serve como um fator emergencial.

- 35.4.1.1 Considera-se trabalhador autorizado para trabalho em altura aquele capacitado cujo estado de saúde foi avaliado, tendo sido considerado apto para executar suas atividades.
- 35.4.1.2 A autorização para trabalho em altura deve considerar:
 - a) as atividades que serão desenvolvidas pelo trabalhador;
 - b) a capacitação a que o trabalhador foi submetido; e
 - c) a aptidão clínica para desempenhar as atividades.
- 35.4.1.3 A autorização deve ser consignada nos documentos funcionais do empregado.
- 35.4.1.3.1 A organização deve estabelecer sistema de identificação que permita a qualquer tempo conhecer a abrangência da autorização de cada trabalhador.
- 35.4.2 Considera-se trabalhador capacitado para trabalho em altura aquele que foi submetido e aprovado no processo de capacitação, envolvendo treinamento, teórico e prático, inicial, periódico e eventual, observando o disposto na NR-01.
- 35.4.2.1 O treinamento inicial, com carga horária mínima de 8 (oito) horas, deve ser realizado antes de o trabalhador iniciar a atividade e contemplar:
 - a) normas e regulamentos aplicáveis ao trabalho em altura;
 - b) AR e condições impeditivas;
 - c) riscos potenciais inerentes ao trabalho em altura e medidas de prevenção e controle;
 - d) sistemas, equipamentos e procedimentos de proteção coletiva;
 - e) EPI para trabalho em altura: seleção, inspeção, conservação e limitação de uso;
 - f) acidentes típicos em trabalhos em altura; e
 - g) condutas em situações de emergência, incluindo noções básicas de técnicas de resgate e de primeiros socorros.
- 35.4.2.2 O treinamento periódico deve ser realizado a cada dois anos, com carga horária mínima de oito horas, conforme conteúdo programático definido pelo empregador.
- 35.4.3 Os treinamentos devem ser ministrados por instrutores com comprovada proficiência no assunto, sob a responsabilidade de profissional qualificado ou legalmente habilitado em segurança no trabalho.
- 35.4.4 Cabe à organização avaliar o estado de saúde dos empregados que exercem atividades de trabalho em altura de acordo com o estabelecido na NR-07 (Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional), em especial o item 7.5.3, considerando patologias que poderão originar mal súbito e queda de altura, bem como os fatores psicossociais.
- 35.4.4.1 Todo trabalho em altura deve ser realizado por trabalhador formalmente autorizado pela organização.

Cuidados Especiais

- 35.5. Planejamento e Organização
- 35.5.1 Todo trabalho em altura deve ser planejado e organizado.
 - a) medidas para evitar o trabalho em altura, sempre que existir meio alternativo de execução;
 - b) medidas que eliminem o risco de queda dos trabalhadores, na impossibilidade de execução do trabalho de outra forma; e
 - c) medidas que minimizem as consequências da queda, quando o risco de queda não puder ser eliminado.
- 35.5.2 No planejamento do trabalho devem ser adotadas, de acordo com a seguinte hierarquia:
 - a) medidas para evitar o trabalho em altura, sempre que existir meio alternativo de execução;
 - b) medidas que eliminem o risco de queda dos trabalhadores, na impossibilidade de execução do trabalho de outra forma; e
 - c) medidas que minimizem as consequências da queda, quando o risco de queda não puder ser eliminado.
- 35.5.3 Todo trabalho em altura deve ser realizado sob supervisão, cuja forma deve ser definida pela AR de acordo com as peculiaridades da atividade.
- 35.5.4 A execução do serviço deve considerar as influências externas que possam alterar as condições do local de trabalho já previstas na AR.
- 35.5.5 Todo trabalho em altura deve ser precedido de AR.
 - a) o local em que os serviços serão executados e seu entorno;
 - b) o isolamento e a sinalização no entorno da área de trabalho;
 - c) o estabelecimento dos sistemas e pontos de ancoragem;
 - d) as condições meteorológicas adversas;
 - e) a seleção, inspeção, forma de utilização e limitação de uso dos sistemas de proteção coletiva e individual, atendendo às normas técnicas vigentes, às orientações do fabricante ou projetista e aos princípios da redução do impacto e dos fatores de queda;
 - f) o risco de queda de materiais e ferramentas;
 - g) os trabalhos simultâneos que apresentem riscos específicos;
 - h) o atendimento aos requisitos de segurança e saúde contidos nas demais normas regulamentadoras;
 - i) os riscos adicionais;
 - j) as condições impeditivas;
 - k) as situações de emergência e o planejamento do resgate e primeiros socorros, de forma a reduzir o tempo da suspensão inerte do trabalhador;
 - l) a necessidade de sistema de comunicação; e
 - m) a forma da supervisão.
- 35.5.6 Para atividades rotineiras de trabalho em altura, a AR pode estar contemplada no respectivo procedimento operacional.
- 35.5.6.1 Os procedimentos operacionais para as

- atividades rotineiras de trabalho em altura devem conter:
 - a) o detalhamento da tarefa;
 - b) as medidas de prevenção características à rotina;
 - c) as condições impeditivas;
 - d) os sistemas de proteção coletiva e individual necessários; e
 - e) as competências e responsabilidades.
- 35.5.7 As atividades de trabalho em altura não rotineiras devem ser previamente autorizadas mediante PT.
- 35.5.7.1 Para as atividades não rotineiras as medidas de prevenção devem ser evidenciadas na AR e na PT.
- 35.5.8 A PT deve ser emitida, em meio físico ou digital, aprovada pelo responsável pela autorização da permissão, e acessível no local de execução da atividade e, ao final, encerrada e arquivada de forma a permitir sua rastreabilidade.
- 35.5.8.1 A PT deve conter:
 - a) os requisitos mínimos a serem atendidos para a execução dos trabalhos;
 - b) as disposições e medidas estabelecidas na AR; e
 - c) a relação de todos os envolvidos na atividade.
- 35.5.8.2 A PT tem validade limitada à duração da atividade, restrita ao turno ou à jornada de trabalho, podendo ser revalidada pelo responsável pela aprovação nas situações em que não ocorram mudanças nas condições estabelecidas ou na equipe de trabalho.
- 35.6 Sistemas de Proteção Contra Quedas - SPQ
- 35.6.1 É obrigatória a utilização de SPQ sempre que não for possível evitar o trabalho em altura.
- 35.6.2 O SPQ deve:
 - a) ser adequado à tarefa a ser executada;
 - b) ser selecionado de acordo com a AR;
 - c) ser selecionado por profissional qualificado ou legalmente habilitado em segurança do trabalho;
 - d) ter resistência para suportar a força máxima aplicável prevista quando de uma queda;
 - e) atender às normas técnicas nacionais ou na sua inexistência às normas internacionais aplicáveis vigentes à época de sua fabricação ou construção; e
 - f) ter todos os seus elementos compatíveis e
- submetidos a uma sistemática de inspeção.
- 35.6.3 A seleção do SPQ deve considerar a utilização:
 - a) de Sistema de Proteção Coletiva Contra Quedas - SPCQ; ou
 - b) de Sistema de Proteção Individual Contra Quedas - SPIQ, nas seguintes situações:
 - I - na impossibilidade de adoção do SPCQ;
 - II - sempre que o SPCQ não ofereça completa proteção contra os riscos de queda; ou
 - III - para atender situações de emergência.
- 35.6.3.1 O SPCQ deve ser projetado por profissional legalmente habilitado.
- 35.6.4 O SPIQ pode ser de restrição de movimentação, de retenção de queda, de posicionamento no trabalho ou de acesso por cordas.
- 35.6.5 O fabricante ou o importador de Equipamento de Proteção Individual - EPI deve disponibilizar informações quanto ao desempenho dos equipamentos e os limites de uso, considerando a massa total aplicada ao sistema (trabalhador e equipamentos) e os demais aspectos previstos no item 35.6.11.
- 35.6.6 Devem ser efetuadas inspeções inicial, rotineira e periódica do SPIQ, observadas as recomendações do fabricante ou projetista, recusando-se os elementos que apresentem defeitos ou deformações.
- 35.6.6.1 A inspeção inicial é aquela realizada entre o recebimento e a primeira utilização do SPIQ.
- 35.6.6.2 A inspeção rotineira é aquela realizada antes do início dos trabalhos.
- 35.6.6.3 A inspeção periódica deve ser realizada no mínimo uma vez a cada doze meses, podendo o intervalo entre as inspeções ser reduzido em função do tipo de utilização, frequência de uso ou exposição a agentes agressivos.
- 35.6.6.4 Devem ser registradas as inspeções iniciais, periódicas e aquelas rotineiras que tiverem os elementos do SPIQ recusados.
- 35.6.6.5 Os elementos do SPIQ que apresentarem defeitos, degradação, deformações ou sofrerem impactos de queda devem ser inutilizados e descartados, exceto quando sua restauração for prevista em normas técnicas nacionais ou, na sua ausência, em normas internacionais de acordo com as recomendações do fabricante.
- 35.6.7 O SPIQ deve ser selecionado de forma que a força de impacto transmitida ao trabalhador seja de no máximo 6 kN, quando de uma eventual queda.