

Ficha Descritiva

UFCD-10674 - Segurança no acesso e intervenção em redes e infraestruturas da rede móvel - telecomunicações (50 horas)



Ficha Descritiva

UFCD-10674 - Segurança no acesso e intervenção em redes e infraestruturas da rede móvel - telecomunicações (50 horas)



CEDROS

we add value.

Rev. 00.10072018



Imagens: Trabalhos em Altura; Trabalhos em Altura com Resgate; Suporte Básico de Vida; Transporte de Vítima em Slide. Todas as imagens são de ações realizadas pela CEDROS.

Planeamento da Formação

<i>Módulo</i>	<i>Carga Horária</i>
Módulo 1 - Princípios gerais de prevenção	3,5 (T)
Módulo 2 - Práticas de trabalho seguro	3,5(T)
Módulo 3 – Diretivas Equipamentos Trabalho	3,5 (T)
Módulo 4 – Riscos Relevantes da Atividade	3,5 (T)
Módulo 5 - Primeiros socorros - noções básicas no local de trabalho	12(8T+4P)
Módulo 6 – Trabalhos em Altura Torres e Mastros	15 (5T+10P)
Módulo 7 – Trabalhos em Altura Telhados e Coberturas	6 (1T+5P)
Módulo 8 – Resgate em Infraestruturas	3(P)

*T – Teórica; P- Prática

Objetivos Pedagógicos (Gerais e Específicos)

- Caracterizar os princípios gerais de prevenção no trabalho no âmbito das telecomunicações rede móvel;
- Caracterizar os procedimentos de prevenção e de controlo dos riscos no âmbito das telecomunicações rede móvel;
- Aplicar as técnicas de primeiros socorros em situação de acidente de trabalho;
- Selecionar e utilizar equipamentos de proteção coletiva e individual, garantindo a manutenção dos mesmos;
- Aplicar medidas preventivas e procedimentos de segurança para o acesso, progressão e posicionamento dos trabalhos em altura em torres, mastros, telhados e coberturas;
- Aplicar os procedimentos estabelecidos nos planos de emergência e técnicas no processo de evacuação e resgate.

Ficha Descritiva

UFCD-10674 - Segurança no acesso e intervenção em redes e infraestruturas da rede móvel - telecomunicações (50 horas)



CEDROS

we add value.

Rev. 00.10072018

Conteúdos Programáticos

Modulo 1 - Princípios gerais de prevenção

- Atitudes pró-ativas
- Enquadramento legal
- Deveres e obrigações
- Acidentes de trabalho e doenças profissionais
- Identificação do perigo
- Avaliação e controle do risco
- Medidas de controlo (perigos e riscos)
- Sinalização de segurança
- Equipamentos de Proteção Coletiva (EPC) e Equipamentos de Proteção Individual (EPI)

Módulo 2 - Práticas de trabalho seguro

- Autorizações de trabalho
- Diretivo estaleiro
 - - Planos de segurança e coordenação de segurança
 - - Fichas de procedimentos de segurança
 - - Planos de emergência
 - - Compilação técnica

Módulo 3 – Diretivas Equipamentos Trabalho

- Obrigações legais
- Inspeções periódicas e diárias
- Manutenção e formação
- Consignação mecânica do equipamento
- Movimentação mecânica de cargas

Módulo 4 – Riscos Relevantes da Atividade

- Físicos
 - - Campos eletromagnéticos
 - - Movimentação manual de cargas
- Químicos
- Biológicos

Módulo 5 - Primeiros socorros - noções básicas no local de trabalho

- Sistema integrado de emergência médica (SIEM)
- Princípios gerais do Socorrismo
- Intoxicação Hemorragias, Feridas, Queimaduras, picadelas de Abelhas, animais rastejantes, picadas de gaiivotas
- Lesões ou traumatismos na cabeça, pescoço ou dorso, ossos, músculos e articulações, Síndrome de Suspensão inerte



UFCD-10674 - Segurança no acesso e intervenção em redes e infraestruturas da rede móvel - telecomunicações (50 horas)

- Dor precordial e Acidente Vascular Cerebral- sinais e sintomas
- Cadeia de sobrevivência
- Suporte básico de vida
- Posição lateral de segurança
- Desobstrução da via aérea
- Síndrome de suspensão
- Procedimentos de emergência

Módulo 6 – Trabalhos em Altura Torres e Mastros

- Planeamento e organização do trabalho em altura
 - - Legislação, regulamentação e diretivas
 - - Tipologia de infraestruturas de redes móveis
 - - Estruturas metálicas e torres
 - - Coberturas, telhados e escadas portáteis
 - - Análise de riscos no trabalho em altura
 - - Procedimentos de trabalho e perímetro de segurança
 - - Radiações eletromagnéticas
 - - Plano de emergência (resgate e primeiros socorros)
- EPI e sistemas individuais de proteção antiqueda
 - - EPI (seleção, inspeção e manutenção)
 - - Verificação de EPI
 - - EPC - Equipamentos Proteção Coletiva (Linhas de Vida - características, tipologia, conservação, manuseamento, verificação e manutenção)
 - - Sistemas de restrição
 - - Sistemas de posicionamento
 - - Sistema antiqueda
 - - Manutenção
- Nós e Dispositivos de ancoragem
 - - Execução de nós e amarrações Fundamentais e Dispositivos de ancoragem (caracterização e conhecimento)
- Linhas de vida verticais e horizontais
 - - Linhas de vida horizontais e verticais (fixas e temporárias)
 - - Linhas de vida ancoragem fixas (calha, carril ou cabo)
 - - Linhas de vida ancoragem temporárias corda (ou cabo)
- Técnicas de acesso, progressão e posicionamento em estruturas
 - - Progressão horizontal e vertical com corda ou cinta em Y (estruturas)
 - - Posição de trabalho c/ corda de ajuste de posição
 - - Torres e mastros (progressão em estrutura metálica e posicionamento no trabalho)
- Movimentação de cargas - sistemas de desmultiplicação de forças (cargas)
 - - Desmultiplicação simples (roldana + bloqueador)

Ficha Descritiva



CEDROS[®]

we add value.

Rev. 00.10072018

UFCD-10674 - Segurança no acesso e intervenção em redes e infraestruturas da rede móvel - telecomunicações (50 horas)

- - Elevação de cargas através de sistemas de desmultiplicação 2:1 / 3:1 / 5:1
- - Procedimentos em caso de acidente

Módulo 7 – Trabalhos em Altura Telhados e Coberturas

- Utilização de escadas (fixas e móveis)
 - - Progressão em escada fixa com ou sem linha de vida. Uso de escada móvel
- Equipamento de proteção - linhas de vida fixas e temporárias
 - - Linhas de vida: características, tipologia, conservação, manuseamento, verificação e manutenção
- Utilização de linha de vida temporária. Selecionar sistema antiqueda e restrição de queda
 - - Montagem e utilização de linha de vida temporária. Trabalhos em sistema antiqueda e restrição de queda. Uso de antiqueda retrátil
- Aplicações práticas dos nós fundamentais
 - - Execução de nós e amarrações fundamentais
- Plano de emergência (resgate e primeiros socorros)

Módulo 8 – Resgate em Infraestruturas

- Seleção de equipamentos para resgate
- Planos de resgate
- Montagem e utilização do aparelho de evacuação
- Montagem e utilização de equipamento reversível
- Procedimento em caso de acidente

Forma de Organização da Formação: Presencial.

Modalidade de Formação: Formações Modelares: UFCD-10674 – inserida no Catálogo Nacional de Qualificações

Metodologias de Formação

A metodologia da formação é predominantemente participativa e assenta na realização de situações práticas, análise de situações concretas, assim como na troca de experiências entre participante e o formador.

Os métodos a utilizar serão o expositivo, interrogativo, demonstrativo e participativo/ativo.

O curso encontra-se planeado com uma componente teórica e outra componente prática. A formação prática decorrerá no nosso centro outdoor com todos os equipamento e recursos que a empresa tem disponíveis para a execução da respetiva formação.

Metodologias de Avaliação das Aprendizagens

A avaliação da formação é realizada através de um teste que abrange todos os conteúdos ministrados e da

Ficha Descritiva

UFCD-10674 - Segurança no acesso e intervenção em redes e infraestruturas da rede móvel - telecomunicações (50 horas)



CEDROS

we add value.

Rev. 00.10072018

realização de exercícios práticos que abordam as várias temáticas do curso. São também considerados para avaliação os parâmetros relativos: assiduidade e pontualidade; interesse e empenho; participação e a capacidade de aplicar os conhecimentos adquiridos

Recursos pedagógicos/Espaços e equipamentos

Material audiovisual e técnico a disponibilizar em cada ação: sala com mobiliário adequado; videoprojector; quadro e outros. Esta formação pressupõe a utilização de equipamentos relacionados com a temática.

A cada formando será entregue um Manual de apoio à formação.

De acordo com as necessidades detetadas ao nível de recursos específicos a utilizar pelos formadores estas serão solicitadas pelo mesmo

Equipamentos específicos:

- ✓ **Manequim de treino para suporte básico de vida**
- ✓ **Máscara de bolso com válvula unidirecional ou similar (arica)?**
- ✓ **Corda de posição e manga protetora; linhas de vida; arnês e mosquetões**
- ✓ **Detetor de gases; ventilador; sinalização temporária;**
- ✓ **Manta isoladora em PVC;**
- ✓ **Escada extensível de 3 lances com último lance isolante;**
- ✓ **pinças de fixação**

Público-alvo:

Operadores de telecomunicações que executem trabalhos em altura- Técnico de Segurança e outros colaboradores que possam ter interesse na temática.

Duração Total do Curso: 50 horas

222 456 974 | 210 868 855

Porto • Estarreja • Palmela • Sines • Castro Verde
www.cedros.pt - cedros@cedros.pt

