

Tema

Legislação referente a Estabelecimentos Comerciais, de Escritório e Serviços.

Objectivos

Realizar Check-lists para determinados sectores de actividade tendo por base a respectiva legislação referente ao sector em causa.

Enunciado do Trabalho

Foi seleccionado para auditar um estabelecimento comercial. Para realizar a auditoria deverá preparar-se adequadamente efectuando previamente uma check-list tendo por base a legislação. O estabelecimento em causa é um pequeno café onde são servidos bebidas, cafés, sandes e bolos.

As condições que deve verificar são:

- Espaço unitário do trabalho, Assentos, Conservação e higienização, Limpeza diária e periódica, Desperdícios, Atmosfera de trabalho, Temperatura e Humidade, Alterações bruscas de temperatura, Pausas no horário de trabalho, Iluminação, Iluminação de segurança e sinalização de emergência, Tonalidade das paredes, Superfície das instalações e planos de trabalho, Ruído e vibrações, ruído ambiente, Protecção de máquinas, Métodos e ritmos de trabalho, Substâncias e processos incómodos, insalubres e tóxicos, Substâncias explosivas e inflamáveis, Armazéns, arrecadações e adegas, Prevenção de incêndios e protecção contra o fogo, Instalações sanitárias, Chuveiros, Vestiários, Refeitórios, Água potável, Dispositivos de protecção individual, Primeiros socorros.

Elabore as perguntas com base no decreto lei 243/86 de 20 de Agosto, preencha a check-list apresentada na folha seguinte referindo os artigos e alíneas consultados para elaborar as perguntas, tomando como exemplo as perguntas 1 e 2.

Deverá repetir o cabeçalho da tabela sempre que se verificar uma nova condição a verificar, identificando a condição.

Check-List Espaços Comerciais

O Estabelecimento dispõe/apresenta-se com:

(Acréscime as linhas que forem necessárias)

Nº	Condições a verificar: Espaço Unitário de Trabalho	Legislação	S	N	NA	Observações
1	A área útil por trabalhador é superior ou igual a 2 m ² ?	Alínea a), Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
2	O espaço entre postos de trabalho não é superior a 80 cm?	Alínea a), Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
3	O volume mínimo por trabalhador é superior ou igual a 10 m ³ ?	Alínea b), Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
4	O pé direito do local de trabalho é superior ou igual a 3m?	Alínea c), Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
5	<u>Edifício adaptado</u> O pé direito do local de trabalho é superior ou igual a 3m ou com uma tolerância até 2,70m?	Alínea c), Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
6	<u>Local destinado exclusivamente a armazém</u> O pé direito do local de trabalho é superior ou igual a 3m ou com uma tolerância limite de 2,20m?	Alínea d), Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
7	<u>Espaço comercial anterior Decreto-lei 243/86 de 20 de Agosto</u> O pé direito dos locais de trabalho é inferior a 3m e dispõe de meios complementares de renovação do ar?	Ponto 3- Art.º4 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

Nº	Condições a verificar: Assentos	Legislação	S	N	NA	Observações
8	Existem assentos apropriados e em número suficiente à disposição dos trabalhadores?	Ponto 1- Art.º5 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
9	Possui postos de trabalho fixos com assentos facilmente higienizáveis, confortáveis, funcionais, anatomicamente adaptados aos requisitos do posto de trabalho e à duração do mesmo?	Ponto 1- Art.º5 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Conservação e higienização	Legislação	S	N	NA	Observações
10	Os locais de trabalho, zonas de passagens, instalações comuns e equipamentos estão convenientemente e permanentemente conservados e higienizados?	Art.º6 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
11	Os pavimentos, os planos de trabalho e seus utensílios, os utensílios ou equipamentos de uso diário e as instalações higieno-sanitárias ou outras comuns postas à disposição dos trabalhadores são limpos diariamente?	Ponto 1- Art.º7 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
12	Os pavimentos, as paredes e tectos, as fontes de luz natural e artificial, os utensílios ou equipamentos de uso não diário e as instalações higieno-sanitárias ou outras comuns são limpos periodicamente?	Ponto 2- Art.º7 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Desperdícios	Legislação	S	N	NA	Observações
13	Os desperdícios ou restos incómodos estão colocados em recipientes resistentes e higienizáveis com tampa?	Ponto 1- Art.º9 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
14	Os desperdícios ou restos incómodos são removidos diariamente do local de trabalho?	Ponto 1- Art.º9 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
15	Os desperdícios ou restos incómodos ou suscetíveis de libertarem substâncias tóxicas, perigosas ou infetantes, são previamente neutralizados e colocados em recipientes resistentes cuja tampa feche hermeticamente?	Ponto 2- Art.º9 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
16	Os desperdícios ou restos incómodos ou suscetíveis de libertarem substâncias tóxicas, perigosas ou infetantes, são removidos diariamente ou no final de cada turno de trabalho?	Ponto 2- Art.º9 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

17	Cada posto de trabalho dispõe de um recipiente ou dispositivo próprio?	Ponto 3- Art.º9 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Atmosfera de trabalho	Legislação	S	N	NA	Observações
18	Os diversos locais de trabalho bem como as instalações comuns possuem meios que permitem a renovação natural e permanente do ar sem provocar correntes incómodas ou prejudiciais aos trabalhadores?	Ponto 2- Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
19	Nos postos de trabalho que libertem ou produzam produtos incómodos, tóxicos ou infetantes existem dispositivos de captação local e respetiva drenagem, de modo a impedir a sua difusão no ambiente de trabalho?	Ponto 3- Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
20	Os postos de trabalho que utilizam produtos incómodos, tóxicos ou infetantes estão isolados dos restantes postos de trabalho, sem comunicação direta entre si?	Ponto 4- Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
21	Existem meios que assegurem a renovação forçada do ar, não provocando correntes ou arrefecimentos bruscos prejudiciais nos compartimentos cegos ou interiores ou nos compartimentos em que a renovação do ar é natural e permanente?	Ponto 5- Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
22	Os meios destinados à renovação natural ou forçada da atmosfera de trabalho e das instalações comuns produzem ou permitem a existência de substâncias incómodas, tóxicas, perigosas ou infetantes na atmosfera de trabalho e das instalações comuns?	Alínea a), Ponto 6-, Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
23	O caudal médio de ar fresco e puro é de pelo menos, 30 m3 por hora e por trabalhador?	Alínea b), Ponto 6-, Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
24	As condições ambientais exigem o aumento do caudal médio de ar fresco até 50 m3?	Alínea b), Ponto 6-, Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
25	Os dispositivos artificiais de renovação do ar são silenciosos?	Alínea c), Ponto 6-, Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

26	É exigível a adoção de um sistema de ventilação de emergência nos compartimentos cegos ou interiores?	Ponto 7-, Art.º10 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Temperatura e humidade	Legislação	S	N	NA	Observações
27	A temperatura do local de trabalho oscila entre 18°C e 22°C?	Alínea a), Ponto 1-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
28	Existem condições climatéricas em que a temperatura do local de trabalho possa atingir os 25°C?	Alínea a), Ponto 1-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
29	A humidade da atmosfera de trabalho oscilar entre 50% e 70%?	Alínea b), Ponto 1-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
30	É necessário adotar sistemas artificiais de ventilação e de aquecimento ou arrefecimento?	Alínea c), Ponto 1-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
31	Os dispositivos artificiais de correção da atmosfera trabalho são poluentes?	Alínea d), Ponto 1-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
32	Os sistemas de ar condicionado são locais ou gerais?	Alínea d), Ponto 1-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
33	Existem medidas apropriadas de proteção para os trabalhadores obrigados a trabalhar na vizinhança imediata de instalações que produzam radiações térmicas elevadas ou um arrefecimento intenso?	Ponto 2-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
34	Os radiadores, convetores ou tubagens de aquecimento central irradiam calor ou fazem circulação de ar quente?	Ponto 3-, Art.º11 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Alterações bruscas de temperatura	Legislação	S	N	NA	Observações
35	Estão disponíveis equipamentos de proteção individual para variações bruscas de temperatura consideradas nocivas à saúde?	Ponto 1-, Art.º12 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

36	Existem câmaras de transição para que os trabalhadores sujeitos a variações bruscas de temperatura se possam aquecer ou arrefecer gradualmente até à temperatura exterior?	Ponto 2-, Art.º12 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
37	Os trabalhadores que exercem tarefas no exterior dos edifícios possuem equipamentos de proteção individual apropriados contra as intempéries e a exposição excessiva ao sol?	Ponto 3 e 4-, Art.º12 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Pausas no horário de trabalho	Legislação	S	N	NA	Observações
38	Existem medidas corretivas adequadas para os trabalhadores submetidos a temperaturas muito altas ou muito baixas?	Art.º13 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
39	Os trabalhadores submetidos a temperaturas muito altas ou muito baixas dispõem de pausas no horário de trabalho ou redução no horário de trabalho?	Art.º13 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Iluminação	Legislação	S	N	NA	Observações
40	Os locais de trabalho ou de passagem dos trabalhadores e as instalações comuns possuem iluminação natural ou complementar artificial?	Ponto 1-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
41	A iluminação nos locais de trabalho é adequada aos requisitos de iluminação das tarefas a executar e obedece aos valores insertos no Regulamento Tipo de Segurança nos Estabelecimentos Industriais da Organização Internacional do Trabalho e/ou às normas portuguesas publicadas?	Ponto 2- e 6-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
42	A superfície dos meios transparentes nas aberturas destinadas à iluminação natural é superior ou igual a um terço da área do pavimento a iluminar?	Ponto 3-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
43	É necessário a superfície dos meios transparentes nas aberturas destinadas à iluminação natural ser superior ou igual a um meio da área do pavimento a iluminar?	Ponto 3-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
44	É necessário aplicar iluminação local, como complemento do sistema de iluminação geral?	Ponto 4-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
45	A iluminação artificial é elétrica?	Ponto 5-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

46	A iluminação artificial polui a atmosfera do trabalho?	Ponto 5-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
47	As fontes de iluminação são de intensidade uniforme e estão distribuídas de modo a evitar contrastes acentuados e reflexos prejudiciais nos locais de trabalho?	Alínea a), Ponto 6-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
48	As fontes de iluminação provocam encadeamento?	Alínea b), Ponto 6-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
49	As fontes de iluminação provocam aquecimento excessivo?	Alínea c), Ponto 6-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
50	As fontes de iluminação provocam cheiros, fumos ou gases incómodos, tóxicos ou perigosos?	Alínea d), Ponto 6-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
51	As fontes de iluminação são suscetíveis de variações grandes de intensidade?	Alínea e), Ponto 6-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
52	É necessário fornecer aos trabalhadores meios óticos adequados?	Ponto 7-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
53	Existe um sistema de iluminação de emergência e de segurança para garantir a iluminação de circulação e da sinalização de saídas, conforme as disposições regulamentares em vigor?	Ponto 8-, Art.º14 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Iluminação de segurança e sinalização de emergência	Legislação	S	N	NA	Observações
54	Existe um sistema de iluminação de segurança e de sinalização luminosa de emergência em casos de interrupção de corrente suscetível de provocar situações de risco?	Art.º15 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

Nº	Condições a verificar: Tonalidade das paredes	Legislação	S	N	NA	Observações
55	A tonalidade das paredes e dos tetos absorve demasiada luz?	Art.º16 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Superfície das instalações e planos de trabalho	Legislação	S	N	NA	Observações
56	As superfícies das instalações e dos planos de trabalho provocam reflexos prejudiciais ou encandeamento?	Art.º17 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Ruído e vibrações	Legislação	S	N	NA	Observações
57	Existem medidas técnicas apropriadas de forma a evitar os efeitos nocivos dos ruídos e vibrações sobre os trabalhadores?	Ponto 1-, Art.º18 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
58	O trabalho está programado de forma a isolar os postos de trabalho ruidosos e trepidantes dos restantes postos de trabalho?	Alínea a), Ponto 2-, Art.º18 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
59	Os compartimentos ou locais onde existem postos de trabalho ruidosos estão insonorizados?	Alínea b), Ponto 2-, Art.º18 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
60	Os trabalhadores dos postos de trabalho ruidosos dispõem de dispositivos de proteção individual como complemento das medidas técnicas gerais?	Alínea c), Ponto 2-, Art.º18 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Ruído ambiente	Legislação	S	N	NA	Observações
61	Os valores limites da exposição ao ruído e às vibrações estão dentro dos valores indicados nas normas portuguesas?	Art.º19 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Proteção de máquinas	Legislação	S	N	NA	Observações
62	A construção e localização dos elementos móveis de motor, máquinas e eventuais órgãos de transmissão e partes perigosas impedem o contato com pessoas e objetos?	Ponto 1-, Art.º20 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

63	Os elementos móveis de motor, máquinas e eventuais órgãos de transmissão e partes perigosas estão convenientemente protegidos por dispositivos de segurança?	Ponto 1-, Art.º20 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
64	Existem máquinas antigas, construídas ou instaladas sem dispositivos de segurança eficientes?	Ponto 2-, Art.º20 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
65	É necessário modificar ou proteger máquinas antigas, construídas ou instaladas sem dispositivos de segurança eficientes?	Ponto 2-, Art.º20 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Métodos e ritmos de trabalho	Legislação	S	N	NA	Observações
66	Os métodos de trabalho são consentâneos com as regras de segurança e higiene, da sanidade física e mental e conforto dos trabalhadores?	Art.º21 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
67	Os ritmos de trabalho ocasionam efeitos nocivos aos trabalhadores, particularmente nos domínios da fadiga física ou nervosa?	Ponto 1-, Art.º22 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
68	Existe provas das situações definidas no Nº 67 com base em pareceres emitidos pelo médico do trabalho da empresa ou por médico competente?	Ponto 3-, Art.º22 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
69	Estão previstas pausas no decurso do trabalho ou sistemas de rotatividade no desempenho das tarefas?	Ponto 2-, Art.º22 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
70	É necessário recomendar aos empregadores a aplicação das situações definidas no N.º 69?	Ponto 4-, Art.º22 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Substâncias e processos incómodos, insalubres e tóxicos	Legislação	S	N	NA	Observações
71	Os trabalhadores estão protegidos por medidas técnicas eficientes e pelo uso de dispositivos de proteção individual contra as substâncias e processos incómodos, insalubres, tóxicos, perigosos ou infetantes?	Art.º23 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
72	Os recipientes contendo substâncias perigosas têm o dístico ou sinal de <Perigo>?	Alínea a) Art.º24 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
73	Os recipientes contendo substâncias perigosas estão identificados com o nome da substância ou designação de referência?	Alínea b) Art.º24 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

74	É necessário fixar os cuidados e as medidas a observar através de normas relativas aos equipamentos e meios de proteção individual?	Ponto 1-, Art.º25 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
75	Os meios de proteção individual estão em boas condições de utilização?	Ponto 2-, Art.º25 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
76	Existe uma idade mínima fixada para trabalhos que impliquem a utilização dos processos e substâncias insalubres, tóxicas ou perigosas?	Art.º26 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Substâncias explosivas e inflamáveis	Legislação	S	N	NA	Observações
77	As instalações, equipamentos e utensílios empregados em locais com substâncias explosivas e inflamáveis originam aquecimentos perigosos ou formação de chispas?	Ponto 1-, Art.º 32 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
78	Os lubrificantes usados em máquinas e aparelhos em contato com substâncias explosivas e inflamáveis dão lugar a reações perigosas?	Ponto 2-, Art.º 32 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
79	Existe pelo menos uma saída de emergência com portas de abrir para fora e permanentemente desobstruídas em locais com substâncias explosivas e inflamáveis?	Ponto 3-, Art.º 32 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
80	Os locais de armazenagem de substâncias explosivas e inflamáveis obedecem aos requisitos previstos na Secção II do Capítulo VII do Regulamento Geral de Segurança e Higiene no Trabalho nos Estabelecimentos Industriais?	Art.º 33 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
Nº	Condições a verificar: Armazéns, arrecadações e adegas	Legislação	S	N	NA	Observações
81	Os armazéns, arrecadações e adegas comunicam diretamente com os locais de trabalho?	Art.º 34 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
82	Os armazéns, arrecadações e adegas interiores ou subterrâneos têm iluminação artificial?	Alínea a), Art.º 34 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
83	Os armazéns, arrecadações e adegas interiores ou subterrâneos têm ventilação adequada?	Alínea b), Art.º 34 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
84	À entrada dos armazéns, arrecadações e adegas existem meios portáteis de extinção de incêndios?	Alínea c), Art.º 34 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				

85	O empilhamento dos materiais embalados oferece estabilidade?	Ponto 1-, Art.º 35 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
86	O peso dos materiais empilhados excede a sobrecarga prevista para o pavimento?	Alínea a) Ponto 1-, Art.º 35 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
87	Os materiais estão empilhados contras as paredes ou divisórias não dimensionadas para resistir aos esforços laterais?	Alínea b) Ponto 1-, Art.º 35 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto)				
88	O empilhamento dos materiais ou produtos prejudica a distribuição da luz natural ou artificial, a circulação das vias de passagem e o funcionamento eficaz dos equipamentos ou do material de luta contra os incêndios?	Ponto 2-, Art.º 35 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
Nº	Condições a verificar: Prevenção de incêndios e proteção contra o fogo	Legislação	S	N	NA	Observações
89	Existe equipamento adequado para a extinção de incêndios, em perfeito estado de funcionamento, situado em locais acessíveis e convenientemente assinalados?	Ponto 1-, Art.º 36 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
90	O estado de funcionamento dos equipamentos de extinção de incêndios é verificado em intervalos regulares e de acordo com as respetivas instruções de aplicação?	Ponto 2-, Art.º 36 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
91	Existe pessoal em número suficiente e devidamente instruído no uso do equipamento de combate a incêndios?	Ponto 3-, Art.º 36 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
92	Os trabalhadores estão suficientemente instruído sobre os planos de evacuação dos locais de trabalho, efetuando com certa periodicidade exercícios em que se ponham em prova os ensinamentos ministrados?	Ponto 1-, Art.º 37 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
93	O plano de evacuação do edifício está afixado de forma bem visível, com sinalização adequada, em particular as saídas?	Ponto 2-, Art.º 37 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				

Nº	Condições a verificar: Instalações sanitárias	Legislação	S	N	NA	Observações
94	As instalações sanitárias são separadas por sexo?	Alínea a) Ponto 1-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
95	As instalações sanitárias situam-se num edifício separado dos locais de trabalho? Possui comunicação por passagens cobertas?	Alínea b) Ponto 1-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
96	As instalações sanitárias dispõem de água canalizada e de esgotos ligados à rede geral ou a fossa séptica, com interposição de sifões hidráulicos?	Alínea c) Ponto 1-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
97	As instalações sanitárias são bem iluminadas e ventiladas?	Alínea d) Ponto 1-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
98	As instalações sanitárias têm pavimentos revestidos de material resistente, liso e impermeável, inclinados para ralos de escoamento providos de sifões hidráulicos?	Alínea e) Ponto 1-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
99	As instalações sanitárias têm paredes de cor clara e revestidas de azulejo ou outro material impermeável até, pelo menos, 1,5 m de altura?	Alínea f) Ponto 1-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
100	As instalações sanitárias têm um lavatório fixo?	Alínea a) Ponto 2-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
101	<u>Instalações sanitárias homens</u> Existe uma retrete com bacia à turca ou de assento com tampo aberto na extremidade anterior por piso OU por cada 25 homens Ou por fração trabalhando simultaneamente?	Alínea b) Ponto 2-Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				

102	<u>Instalações sanitárias homens</u> Existe um urinol, na antecâmara da retrete por piso OU por cada 25 homens Ou por fração trabalhando simultaneamente?	Alínea c) Ponto 2- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
103	<u>Instalações sanitárias mulheres</u> Existe uma bacia de assento com tampo aberto na extremidade anterior por piso OU por cada 25 mulheres Ou por fração trabalhando simultaneamente?	Alínea d) Ponto 2- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
104	As retretes são munidas de autoclismo e estão instaladas em compartimentos separados, com, pelo menos, 0,8m de largura e 1,3m de comprimento, ventilados por tiragem direta para o exterior e com porta independente e provida de fecho?	Alínea a) Ponto 3- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
105	<u>Retretes reunidas em grupo</u> Os compartimentos estão à altura mínima de 1,8m com um bordo até 0,2m acima do pavimento?	Alínea b) Ponto 3- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
106	Os urinóis são munidos de dispositivos de descargas de água de fácil escoamento e laváveis?	Alínea c) Ponto 3- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
107	<u>Urinóis em grupo</u> Estão separados por baias laterais distantes entre si, pelo menos, 0,6 m?	Alínea c) Ponto 3- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
108	Os lavatórios dispõem de sabão não irritante e de dispositivos automáticos de secagem de mãos ou toalhas individuais de papel?	Alínea d) Ponto 3- Art.º 38 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
Nº	Condições a verificar: Chuveiros	Legislação	S	N	NA	Observações
109	Existe um chuveiro por cada grupo de 10 trabalhadores ou fração que cessem simultaneamente o trabalho?	Art.º 39 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
Nº	Condições a verificar: Vestiário	Legislação	S	N	NA	Observações
110	Os trabalhadores têm à sua disposição vestiários que lhes permita mudar e guardar o vestuário não usado durante o trabalho?	Art.º 40 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
111	Os trabalhadores que exercem tarefas em que haja necessidade de mudança de	Ponto 1-, Art.º 41 do				

	roupa dispõem de armários individuais nos vestiários?	<i>DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
112	Existem armários individuais separados para homens e mulheres e em número adequado para os trabalhadores do mesmo sexo?	<i>Ponto 2-, Art.º 41 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
113	Os armários individuais cumprem as medidas e as características fixadas nas normas portuguesas?	<i>Art.º 42 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
114	Para os trabalhadores expostos a substâncias tóxicas, irritantes ou infetantes os armário são formados por dois compartimentos independentes de forma a guardar a roupa de uso pessoal em local diferente do destinado ao fato de trabalho?	<i>Art.º 43 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
Nº	Condições a verificar: Refeitórios	Legislação	S	N	NA	Observações
115	Os trabalhadores dispõem de pelo menos uma sala destinada exclusivamente a refeitório, com meios próprios para aquecer a comida?	<i>Ponto 1-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
116	O refeitório comunica diretamente com os locais de trabalho, instalações sanitárias ou locais insalubres?	<i>Ponto 1-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
117	A superfície dos refeitórios é calculada em função do número máximo de pessoas que os possam utilizar simultaneamente e atendendo aos requisitos especificados na legislação aplicável?	<i>Ponto 2-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
118	Os refeitórios dispõem de bancos ou cadeiras e de mesas em número suficiente, com tampo liso sem fendas e de material impermeável?	<i>Ponto 3-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
119	Existe pelo menos um lavatório fixo para os trabalhadores que nele tomem as refeições, com dispositivos automáticos de secagem de mãos ou toalhas individuais de papel, à entrada do refeitório?	<i>Ponto 4-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
120	As paredes e os pavimentos são lisos e laváveis e, as paredes de cor clara?	<i>Ponto 5-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
121	Os refeitórios dispõem de iluminação e ventilação natural?	<i>Ponto 6-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				

122	Os trabalhadores tomam refeições nos postos de trabalho?	Ponto 7-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
123	Os trabalhadores que manipulam produtos irritantes, tóxicos ou entram nos refeitórios com os fatos de trabalho?	Ponto 8-, Art.º 44 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
Nº	Condições a verificar: Água potável	Legislação	S	N	NA	Observações
124	Os trabalhadores dispõem de água potável em quantidade suficiente, corrente e em locais facilmente acessíveis?	Ponto 1-, Art.º 45 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
125	São distribuídos copos individuais aos trabalhadores ou existem bebedouros de jacto ascendente instalados?	Ponto 2-, Art.º 45 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
126	<u>Inexistência de água potável</u> É possível ser utilizada água potável de outra origem contida em recipientes fechados e higienizados?	Ponto 1-, Art.º 46 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
127	<u>Inexistência de água potável</u> Os recipientes de água não potável e suas canalizações possuem o dísticoaviso de "Água imprópria para consumo"?	Ponto 2-, Art.º 46 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
Nº	Condições a verificar: Dispositivos de proteção individual	Legislação	S	N	NA	Observações
128	As medidas técnicas de higiene e segurança de carácter geral são suficientes?	Ponto 1-, Art.º 47 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
129	Existe à disposição dos trabalhadores vestuário de trabalho e ou dispositivo de proteção individual contra os riscos resultantes das tarefas e operações efetuadas?	Ponto 1-, Art.º 47 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
130	O equipamento de proteção individual e o fato de trabalho é utilizado como meio de substituir qualquer proteção ou medida técnica eficaz?	Ponto 2-, Art.º 47 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
Nº	Condições a verificar: Primeiros socorros	Legislação	S	N	NA	Observações
131	Existe um posto de primeiros socorros ou armários, caixas ou bolsas com conteúdo mínimo destinado a primeiros socorros, adequadamente distribuídos pelos vários sectores de trabalho?	Ponto 1-, Art.º 48 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto				
132	O seu conteúdo é mantido em condições de assepsia, convenientemente	Ponto 2-, Art.º 48 do				

	conservado, etiquetado e imediatamente substituído após a sua utilização?	<i>DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
133	As condições do N.º 132 são controladas por um responsável, indicado pela empresa, com o curso de socorrista?	<i>Ponto 1-, Art.º 48 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				
134	Existem instruções claras e simples para os primeiros cuidados a pôr em prática em cada caso de urgência?	<i>Ponto 2-, Art.º 48 do DL n.º 243/86 de 20 de Agosto</i>				