

**ÁREAS DE VIVÊNCIA**

**NA**

**INDÚSTRIA DA CONSTRUÇÃO**

**Autor**

**DEOGLEDES MONTICUCO**

Profissional com mais de 50 anos de atuação na Indústria da Construção, Automobilística, Colonização, Comércio, Educação e Consultoria, nas áreas de Engenharia Civil, Engenharia de Segurança do Trabalho, Gerência de Riscos, Meio Ambiente, Administração, Pesquisa e Docente.

Autor de livros, artigos técnicos, recursos audiovisuais e projetos de proteções coletivas.

Coordenador Nacional da alteração da NR-18, no sistema tripartite, em 1994 e 1995.

Engenheiro Civil e Engenheiro de Segurança do Trabalho.

### **Agradecimento**

**À Eng<sup>a</sup> Maria Aparecida Pantarolli, coordenadora de SSO –Segurança e Saúde Ocupacional da Racional Engenharia pelo apoio e incentivo a esta publicação.**

### **Dedicatória**

**Dedico esta publicação à Racional Engenharia, pois não se limita ao cumprimento mínimo legal e sim procura ter uma atuação contínua de aprimoramento das condições das Áreas de Vivência a cada novo canteiro de obra.**

**Sem dúvida, trata-se de referência de empresa na indústria da construção, a qual permite pesquisas e constantes avanços na Engenharia de Segurança do Trabalho.**

## **SUMÁRIO**

**Objetivos**

**Instalações móveis**

**Instalações sanitárias compreendem:**

- **Lavatórios**
- **Vasos Sanitários**
- **Mictórios**
- **Chuveiros**

**Vestiário**

**Local de Refeição**

**Área de lazer**

**Reservatórios de água**

**Bebedouros**

**Ambulatório**

**Sala de treinamento**

**Especificações**

**Placas recomendadas**

**Conclusão**

## 1. Objetivos

- Evidenciar exemplos de Áreas de Vivência na Indústria da Construção, com aprimoramento contínuo, onde os colaboradores sentem-se bem e consequentemente torna-se um dos fatores de aumento da produtividade.
- Ter respeito com os colaboradores da própria empresa e das empresas terceirizadas.
- Fornecer subsídios às empresas e aos profissionais sobre Áreas Vivência na Indústria da Construção.

## 2. Instalações móveis

- Instalações móveis, inclusive contêineres, serão aceitas em áreas de vivência de canteiro de obras e frentes de trabalho, desde que, cada módulo:
  - Possua área de ventilação natural, efetiva, de no mínimo 15% (quinze por cento) da área do piso, composta por, no mínimo, duas aberturas adequadamente dispostas para permitir eficaz ventilação interna;
  - Garanta condições de conforto térmico;
  - Possua pé direito mínimo de 2,40m (dois metros e quarenta centímetros);
  - Garanta os demais requisitos mínimos de conforto e higiene estabelecidos na NR 18;
  - Possua proteção contra riscos de choque elétrico por contatos indiretos, além do aterramento elétrico.
- Tratando-se de adaptações de contêineres, originalmente utilizados no transporte ou acondicionamento de cargas, deverá ser mantido no canteiro de obras, à disposição da fiscalização do trabalho e do sindicato profissional, laudo técnico elaborado por profissional legalmente habilitado, relativo à ausência de riscos químicos, biológicos e físicos (especificamente para radiações) com a identificação da empresa responsável pela adaptação;
- Os contêineres devem ser instalados em locais planos, nivelados e calçados com pranchas adequadas em pelo menos 6 (seis) pontos de apoio;
- Os acessos aos contêineres devem estar limpos e desimpedidos;
- Não colocar materiais, caixa d'água, cargas e/ou máquinas sobre os contêineres;
- Não utilizar cordas para içamento e sim cintas de poliéster ou cabos de aço;
- Não efetuar furos nas chapas, principalmente na cobertura;
- Evitar acúmulo de água e/ou líquidos sob os contêineres.

## 3. Instalações sanitárias compreendem:

- Lavatórios Coletivos e/ou Individuais.
  - Gabinetes de Vasos Sanitários.
  - Mictórios Coletivos e/ou Individuais.
  - Gabinetes de Chuveiros.
- Entende-se como instalação sanitária o local destinado ao asseio corporal e/ou ao atendimento das necessidades fisiológicas de excreção;

- É proibida a utilização das instalações sanitárias para outros fins que não aqueles previstos na NR 18;
- Manter em perfeito estado de conservação e higiene;
- Portas de acesso que impeçam o devassamento e ser construídas de modo a manter o resguardo conveniente;
- Paredes de material resistente e lavável, podendo ser de madeira;
- Pisos impermeáveis, laváveis e de acabamento antiderrapante;
- Não se ligar diretamente com os locais destinados às refeições;
- Ser independente para homens e mulheres, quando necessário;
- Ventilação e iluminação adequadas;
- Instalações elétricas adequadamente protegidas;
- Pé direito mínimo de 2,50 m (dois metros e cinquenta centímetros), ou respeitando-se o que determina o Código de Obras do Município da obra;
- Estar situadas em locais de fácil e seguro acesso, não sendo permitido um deslocamento superior a 150 m (cento e cinquenta metros) do posto de trabalho aos gabinetes sanitários, mictórios e lavatórios;
- A instalação sanitária deve ser constituída de lavatório, vaso sanitário e mictório, na proporção de 1 (um) conjunto para cada grupo de 20 (vinte) trabalhadores ou fração, bem como de chuveiro, na proporção de 1 (uma) unidade para cada grupo de 10 (dez) trabalhadores ou fração.

### 3.1. Lavatório Coletivo e/o Individual.

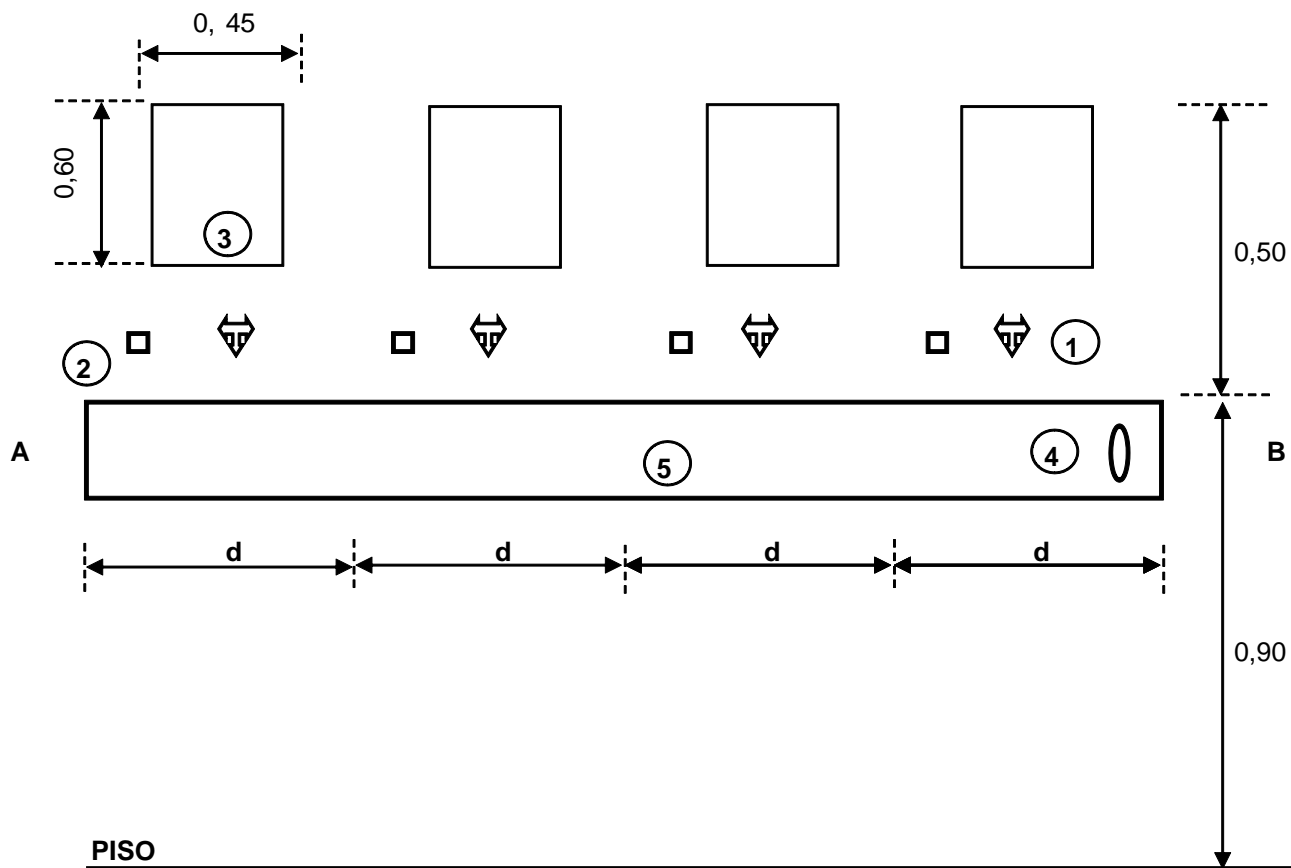
- 3.1.1.** 1 (uma) unidade para cada grupo de 20 trabalhadores ou fração, sendo que a unidade do coletivo deve ter comprimento de 0,60 m e o individual ser espaçados a cada 0,40 m.

#### 3.1.1.1. Características:

- Ser individual ou coletivo (tipo calha);
- Possuir torneiras de gavetas;
- Ficar a uma altura de 0,90 m (noventa centímetros);
- Ser ligado diretamente à rede de esgoto, quando houver;
- Revestimento interno de material liso, impermeável e lavável;
- Espaçamento mínimo entre as torneiras de 0,60 m (sessenta centímetros), quando coletivos;
- Espelho de 0,45 X 0,60 m, localizado a 1,20 m do piso e para cada torneira do lavatório;
- Iluminação mínima de 25 w/m<sup>2</sup>;
- A rede elétrica deve ser protegida pôr eletrodutos;
- Área de ventilação de, no mínimo, 1/10 (um décimo) da área do piso;
- Interruptor próximo à porta;
- Manter o local sempre limpo;
- Cesto redondo de 20 litros, cor marrom e com tampa basculante em cada extremidade do lavatório coletivo e 1 (um) para cada lavatório individual;
- Suporte e papel toalha em cada extremidade do lavatório coletivo e 1 (um) para cada lavatório individual;
- 1 (um) suporte com sabonete líquido (desengraxante e dosador) em cada extremidade do lavatório coletivo e 1 (um) para cada lavatório individual.

**3.1.2. Croquis do lavatório coletivo tipo calha**

LAVATÓRIO COLETIVO TIPO CALHA



Legenda:

- ① Torneira tipo gaveta.
- ② Suporte e sabonete líquido em cada extremidade
- ③ Espelho 0,45 X 0,60 m.
- ④ Orifício para líquidos servidos.
- ⑤ Lavatório coletivo tipo calha.

Ter inclinação de 3% do lado A para o lado B.

$d = 0,60$  m para cada grupo de 20 trabalhadores ou fração

Cesto redondo de 20 litros, cor marrom, com tampa basculante, em cada extremidade.

Suporte e papel toalha em cada extremidade.

**Material:** Chapa galvanizada de 0,7 mm ou 1/32".

**Unidade:** m

CROQUIS Nº 01

**3.1.3. Lavatório Feminino**

**3.1.4.** Programar e construir lavatório feminino, cujo dimensionamento deve ser em função do efetivo previsto para a obra, na proporção de 1 (uma) unidade para cada grupo de 20 trabalhadoras ou fração, sendo que a unidade do coletivo deve ter comprimento de 0,60 m e o individual ser espaçados a cada 0,40 m. visando atender as necessidades das mulheres que irão trabalhar na limpeza, cozinha etc.

**3.2. Gabinete de Vaso Sanitário**

**3.2.1.** 1 (uma) unidade para cada grupo de 20 trabalhadores ou fração, possuir porta e área mínima de 1,12 m<sup>2</sup>.

**3.2.2. Características:**

- Ser provido de porta, 0,60 X 1,75 m, com trinco interno e borda inferior de 0,15 m (quinze centímetros) livre do piso;
- Ter divisórias com altura de 1,75 m (um metro e setenta e cinco centímetros) e borda inferior de 0,15 m (quinze centímetros) livre do piso;
- Área livre do piso igual a 1,12 m<sup>2</sup>, possuindo 1,40 m de profundidade X 0,80 m de largura;
- O vaso sanitário deve atender:
  - bacia sifonada e com tampa de assento;
  - caixa de descarga ou válvula automática;
  - ser ligado à rede geral de esgoto ou a fossa séptica, com interposição de sifões hidráulicos.
- Possuir ventilação e iluminação adequadas;
- Possuir suporte e papel higiênico tipo rolão;
- Cesto redondo de 20 litros, cor marrom e com tampa basculante;
- Ser instalado em local independente, dotado de antecâmara;
- Possuir 2 (dois) ganchos para pendurar roupas (capa de chuva, jaqueta, capacete etc.), preferencialmente atrás da porta;
- Interruptor próximo à entrada da área dos gabinetes sanitários ou próximo e internamente à porta do gabinete sanitário;
- Iluminação mínima de 25 w/m<sup>2</sup>;
- Rede elétrica protegida por eletrodutos;
- Paredes internas revestidas de material liso, resistente, impermeável e lavável até altura mínima de 1,50 m.

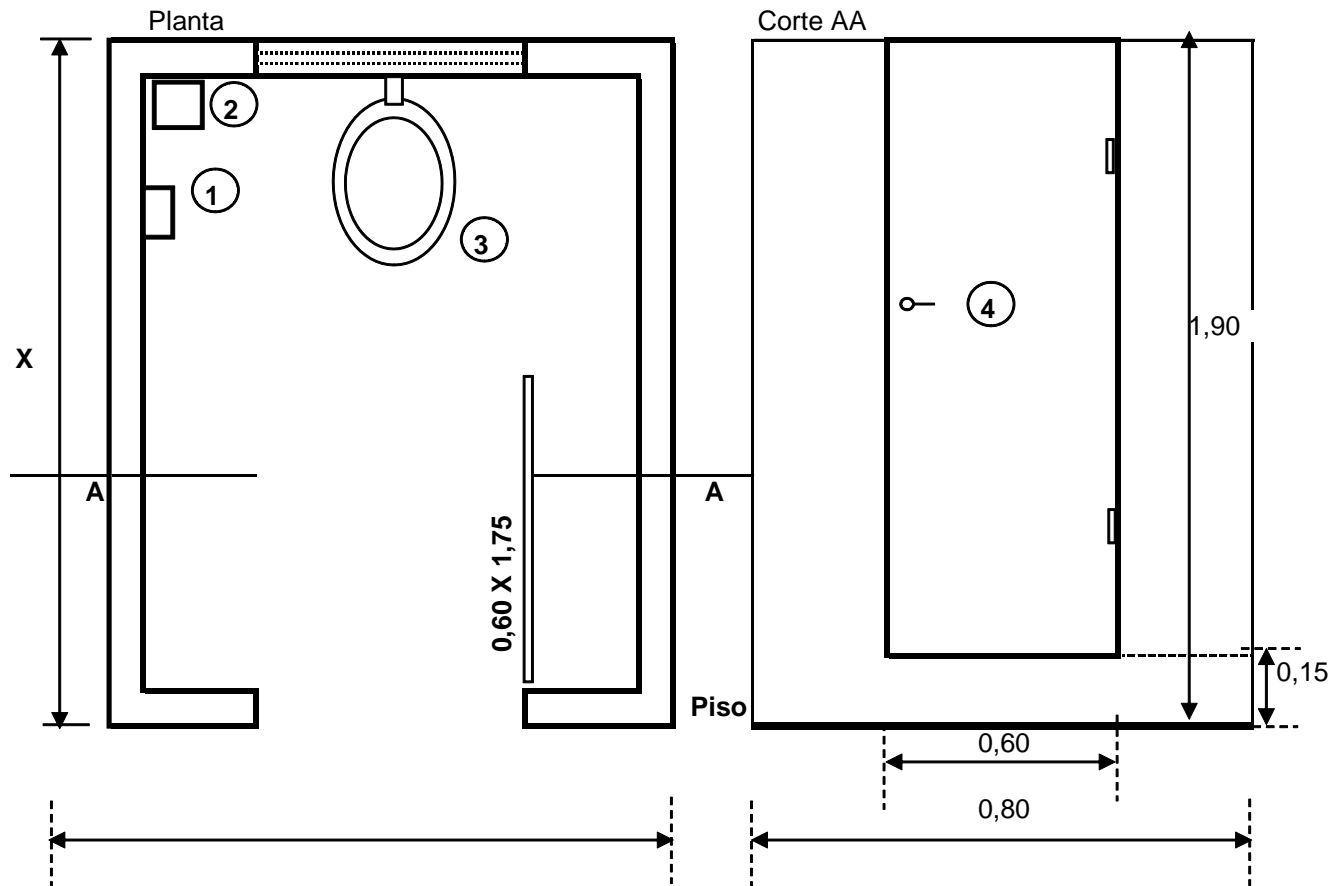
**3.2.3. Gabinete Sanitário Feminino**

Programar e construir gabinete sanitário feminino, cujo dimensionamento deve ser em função do efetivo previsto para a obra, na proporção de 1 (uma) unidade para cada grupo de 20 trabalhadoras ou fração, área do piso de 1,12 m<sup>2</sup>, possuindo 1,40 de profundidade X 0,80 m de largura, visando atender as necessidades das mulheres que irão trabalhar na limpeza, cozinha etc.

**3.2.4. Croquis de gabinete de vaso sanitário**



GABINETE DE VASO SANITÁRIO



Tipo bacia sifonada - X = 1,40 m.

Legenda:

- ① Suporte e papel higiênico tipo rolo.
- ② Cesto redondo de 20 litros, cor marrom, com tampa basculante.
- ③ Bacia sifonada.
- ④ Porta com trinco e abertura para o interior do box.

- 2 (dois) ganchos atrás da porta.
- 2 (duas) placas.
- Área livre do piso de 1,40 m (profundidade) X 0,80 m (largura).

Unidade: m

CROQUIS Nº 02

### 3.2.5. Fotos de gabinete sanitário



FOTO Nº 01



FOTO Nº 02

### 3.3. Mictório coletivo e individual.

**3.3.1.** 1 (uma) unidade para cada grupo de 20 trabalhadores ou fração, sendo que o coletivo deve ter comprimento de 0,60 m e o individual ser espaçados a cada 0,40 m.

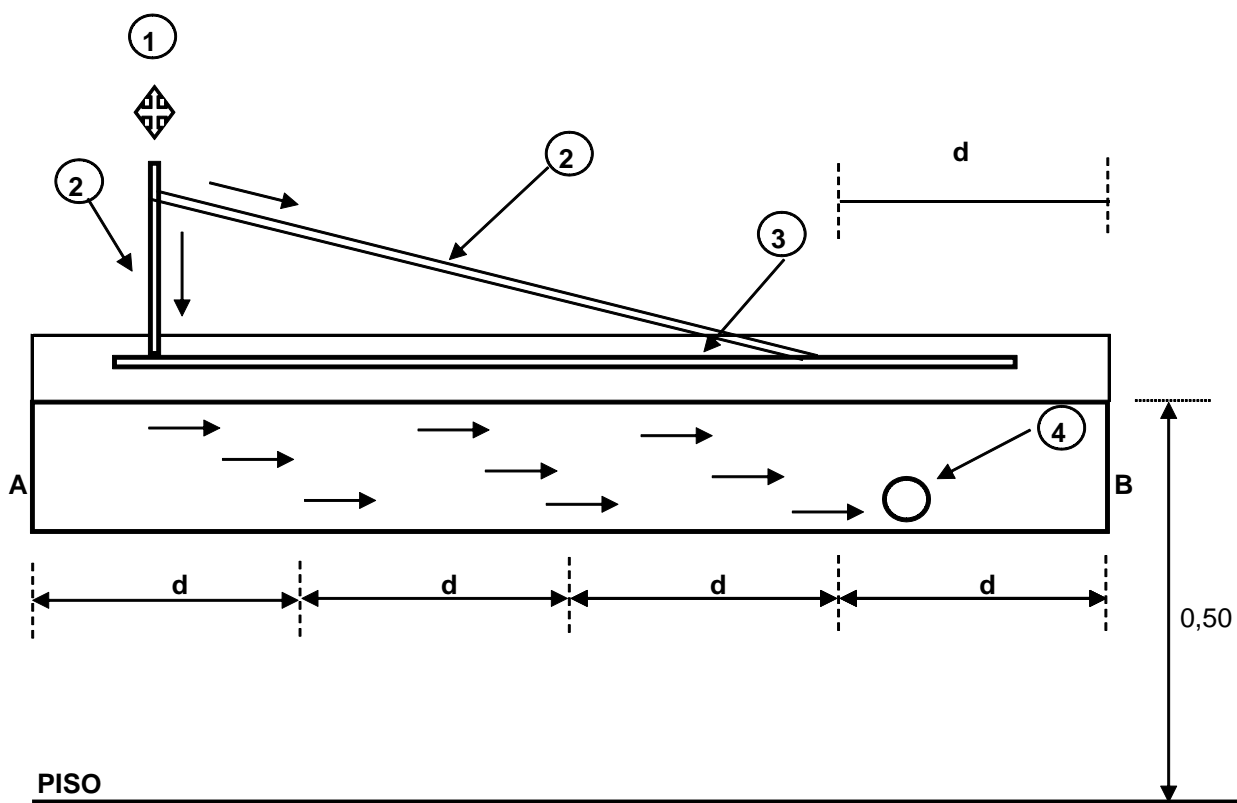
#### 3.3.2. Características:

- Ser individual ou coletivo tipo calha galvanizada;
- Revestimento interno de material liso, impermeável e lavável;
- Ser providos de descarga provocada ou automática;
- Ficar em uma altura máxima de 0,50m (cinquenta centímetros) do piso;
- Ser ligado diretamente à rede de esgoto ou a fossa séptica, com interposição de sifões hidráulicos;
- Estar próximo da área dos sanitários;
- Iluminação mínima de 25 w/m<sup>2</sup>;

- Manter o local sempre limpo. Usar desinfetante Lysol, colocar naftalina e tela URINOL ou tela CHEIRO BOM ou equivalente;
- Manter corrente mínima de água;
- Interruptor próximo à porta;
- A rede elétrica deve ser protegida pôr eletrodutos isolados e aterrados;
- Quando instalado próximo à entrada construir ante-câmara (anteparo) internamente ou externamente;
- Paredes internas devem ser revestidas de material liso, resistente, impermeável e lavável até altura mínima de 1,50 m;
- Possuir 1 (um) suporte e papel higiênico tipo rolo em cada extremidade do mictório coletivo e 1 (um) ao lado de cada mictório individual;
- Possuir 1 (um) cesto redondo de 20 litros, cor marrom, com tampa tipo basculante, em cada extremidade do mictório coletivo e 1 (um) ao lado de cada mictório individual.

#### **3.3.2.1. Croquis do mictório coletivo**

MICTÓRIO COLETIVO TIPO CALHA



Legenda:

- ① Registro.
- ② Canalização de água.
- ③ Canalização furada, para pingar água constantemente.
- ④ Orifício para líquidos servidos.

Ter 3% de inclinação de A para B, para facilitar escoamento dos líquidos servidos.  
 $d = 0,60$  m para cada grupo de 20 trabalhadores ou fração  
 Cesto redondo de 20 litros, cor marrom, com tampa basculante, em cada extremidade.  
 Suporte e papel higiênico tipo rolo em cada extremidade do mictório coletivo.

**Material:** Chapa galvanizada de 0,7 mm ou 1/32".

**Unidade:** m

CROQUIS Nº 03

**3.3.2.2. Fotos de mictórios coletivo e individual.**

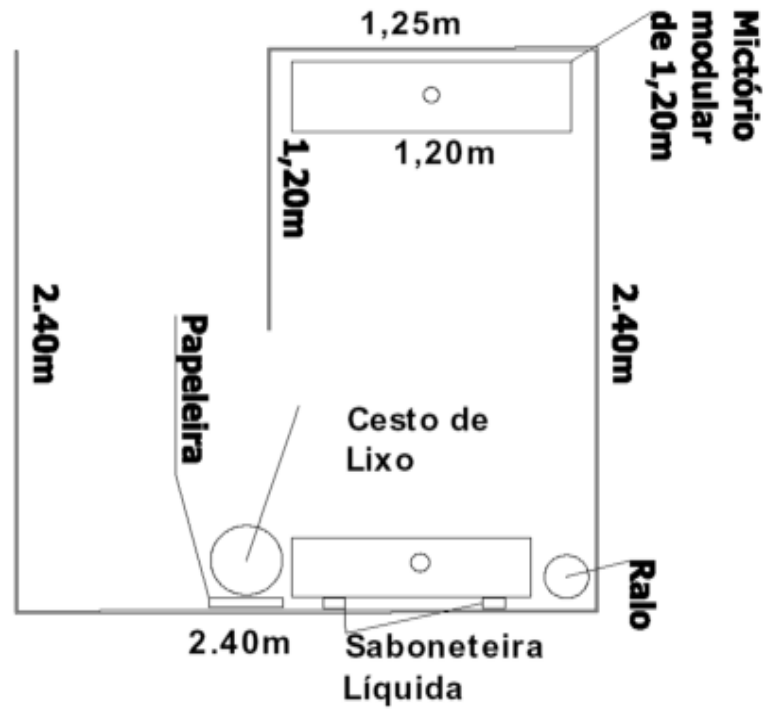


**FOTO Nº 03**  
**Mictório coletivo**



**FOTO Nº 04**  
**Mictório individual**

3.4. Mictório e lavatório em obras verticais.



CROQUIS Nº 04



FOTO Nº 05

Entrada para o lavatório e mictório de obra vertical.

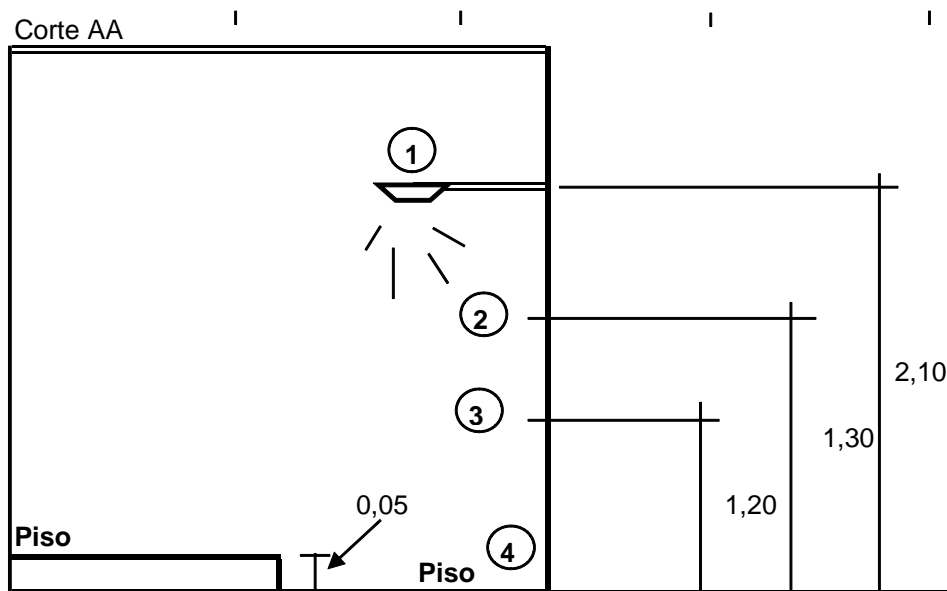
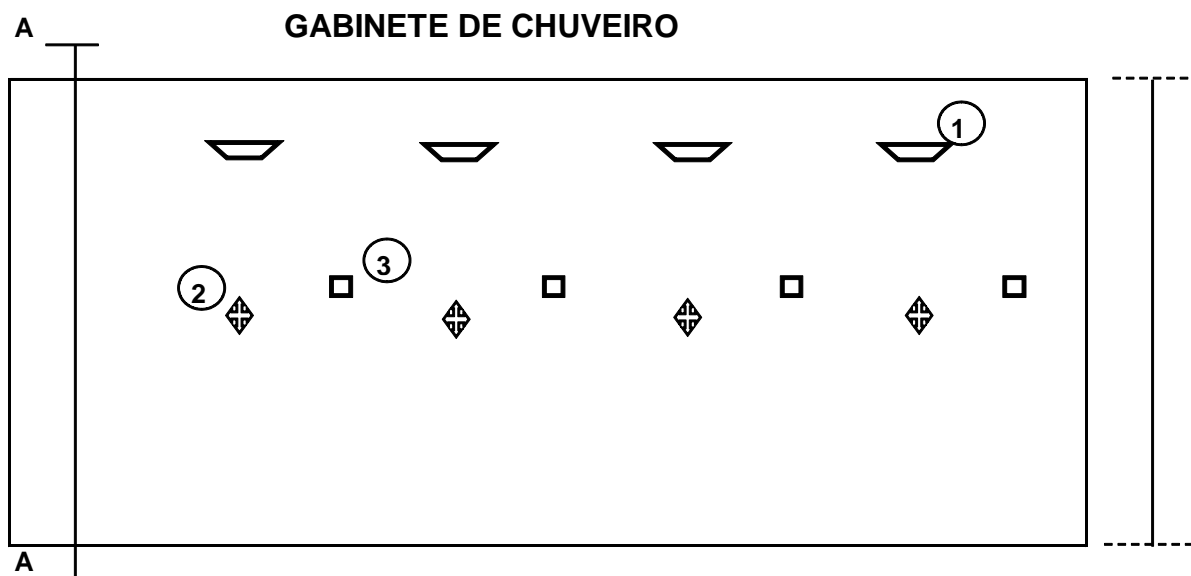
### 3.5. Gabinete de Chuveiro

**3.5.1.** 1 (uma) unidade para cada grupo de 10 trabalhadores ou fração, área mínima e livre do piso de 0,90 m<sup>2</sup>.

#### 3.5.2. Características:

- Gabinete de chuveiro deve ser revestido internamente de azulejo de 3ª categoria ou outro material impermeável;
- Possuir divisórias em cada gabinete de chuveiro, medindo 1,00 m de largura X 1,75 m de altura, a 0,15 m livre do piso;
- Área livre do piso de 1,00 m (profundidade) X 0,90 m (largura), que corresponde a 0,90 m<sup>2</sup>;
- Possuir porta de 0,60 m (largura) X 1,35 m (altura) e a 0,15 m livre do piso;
- Altura do chuveiro deve estar a 2,10m (dois metros e dez centímetros) do piso;
- Os pisos dos locais onde forem instalados os chuveiros devem ter rebaixo de 0,05 m e caimento para escoar a água em direção à parede e a seguir uma caneleta de 0,05 m de profundidade e 0,05 m de largura para a rede de esgoto, bem como serem providos de estrados de borracha;
- Os chuveiros devem ser de metal ou plástico, individual ou coletivo, dispondo de água quente;
- Ter suporte para sabonete para cada gabinete de chuveiro;
- Possuir 2 (dois) ganchos, sendo um para roupas limpas e toalha e o outro para roupas sujas;
- Os chuveiros elétricos devem ser aterrados adequadamente;
- 1 (um) disjuntor para cada chuveiro, com identificação do chuveiro correspondente;
- Possuir evidência do dimensionamento da carga total dos chuveiros, antes de usá-los, por profissional legalmente habilitado;
- Possuir evidência do Laudo de Aterramento elétrico dos chuveiros;
- Manter o local sempre limpo;
- Área de ventilação de, no mínimo, 1/10 (um décimo) da área do piso;
- Área de iluminação natural de, no mínimo, 1/8 (um oitavo) da área o piso.

**3.5.3.** Croquis de gabinete de chuveiro.



1,00 m      Piso de 1,00 m (profundidade) X 0,90 m (largura).

**Legenda:**

- ① Chuveiro para cada grupo de 10 trabalhadores ou fração.  
Revestido internamente de azulejos de 3ª ou outro material impermeável.
- ② Registo tipo gaveta.
- ③ Saboneteira.
- ④ Piso de 1,00 m X 0,90 m (largura), rebaixado de 0,05 m e com estrado de borracha.  
Canaleta para escoar água servida. Divisórias de 1,75 m a 0,15 m livre do piso.  
Porta com trinco de 0,60 m de largura X 1,35 m de altura a 0,15 m livre do piso.  
2 (dois) ganchos para pendurar roupas e toalha.

**Unidade:** m

**CROQUIS Nº 05**



### 3.5.4. Gabinete de Chuveiro Feminino.

Programar e construir 1 (uma) unidade de gabinete de chuveiro feminino, para cada grupo de 10 trabalhadoras ou fração, área mínima e livre do piso de 0,90 m<sup>2</sup>, cujo dimensionamento deve ser em função do efetivo previsto para a obra, visando atender as necessidades das mulheres que irão trabalhar na limpeza, cozinha etc..

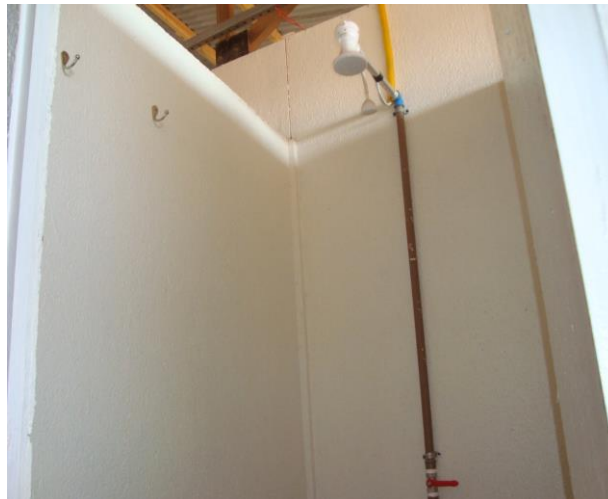
### 3.5.5. Fotos de gabinetes de chuveiros.



**FOTO Nº 06**  
Gabinete de Chuveiro com divisórias e sem porta – 1ª Etapa da implantação.



**FOTO Nº 07**  
Gabinete de Chuveiro com divisórias e com porta – 2ª Etapa da implantação.



**FOTO Nº 08**  
Dois ganchos e registro tipo gaveta.

- Recomenda-se que as divisórias e paredes sejam de azulejos de 3ª categoria ou outro material impermeável, para evitar aparências de sujeiras e limbos, consequentemente facilitar a manutenção.

### 3.6. Vestiário.

#### 3.4.5.1. Área mínima:

- Para o VESTIÁRIO: até 100 funcionários..... 0,50 m<sup>2</sup>/funcionário  
de 101 até 500 funcionários..... 0,45 m<sup>2</sup>/funcionário  
acima de 500 funcionários ..... 0,35 m<sup>2</sup>/funcionário
- Para os Toalheiros ou Varais..... 20% da área do VESTIÁRIO

#### 3.4.5.2. Em relação a:

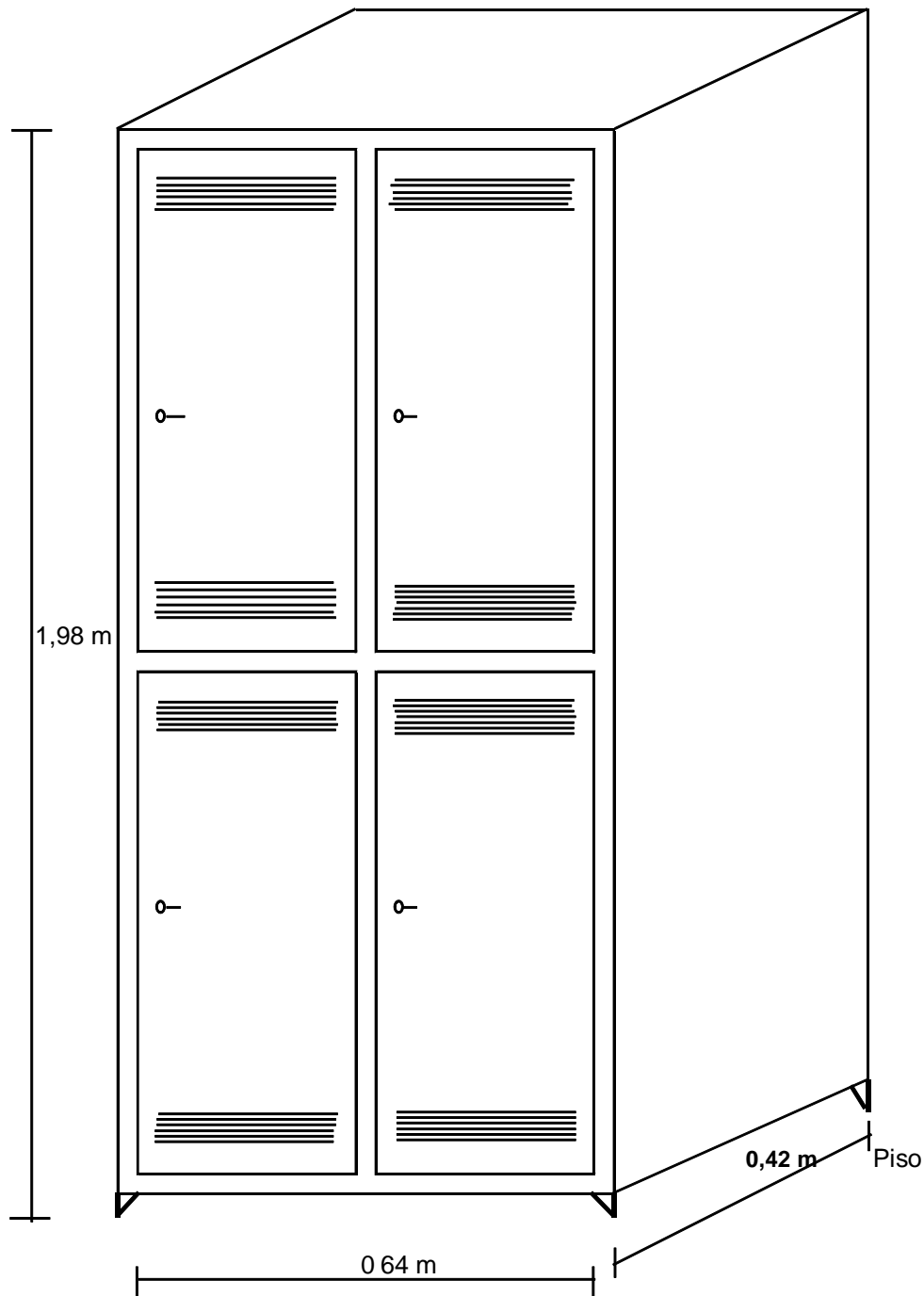
- Todo canteiro de obra deve possuir vestiário para troca de roupa dos trabalhadores;
- A localização do vestiário deve ser próxima aos alojamentos e/ou a entrada da obra, sem ligação direta com o local destinado às refeições;
- Paredes de alvenaria, madeira ou material equivalente;
- Pisos de concreto, cimentado, madeira ou material equivalente;
- Cobertura que proteja contra as intempéries;
- Armários individuais dotados de fechadura ou dispositivo com cadeado, sendo: 1,20 m (um metro e vinte centímetros) de altura por 0,30 m (trinta centímetros) de largura e 0,40m (quarenta centímetros) de profundidade, com separação ou prateleira, de modo que um compartimento, com altura de 0,80 m (oitenta centímetros), se destine a abrigar a roupa de uso comum e outro compartimento, com altura de 0,40 m (quarenta centímetros), a guardar a roupa de trabalho ou, 0,80 m (oitenta centímetros) de altura por 0,50 m (cinquenta centímetros) de largura e 0,40m (quarenta centímetros) de profundidade com divisão no sentido vertical, de forma que os compartimentos, com largura de 0,25m (vinte e cinco centímetros), estabeleçam, rigorosamente, o isolamento das roupas de uso comum e de trabalho;
- Os armários devem ter em cada porta o nome da empresa ou contratada;
- Pé direito mínimo de 2,50 m (dois metros e cinquenta centímetros), ou respeitando-se o que determina o Código de Obras do Município da obra;
- Ser mantido em perfeito estado de conservação higiene e limpeza;
- Possuir bancos em número suficiente para atender aos usuários, na proporção 1 (uma) área de assento com 0,60 de comprimento e 0,30 de largura para cada grupo de 5 (cinco) trabalhadores;
- Iluminação mínima de 150 w /6 m<sup>2</sup>;
- Rede elétrica protegida pôr eletrodutos;
- Interruptor próximo à porta;
- Colocar na entrada do vestiário um quadro de avisos indicado os horários de funcionamento;
- Adjacente ao vestiário deve ficar a instalação sanitária.

#### 3.4.5.3. Vestiário Feminino.

Programar e construir vestiário feminino, com área mínima de 5,00 X 6,00 m = 30 m<sup>2</sup>, cujo dimensionamento deve ser em função do efetivo previsto para a obra, visando atender as necessidades das mulheres que irão trabalhar na limpeza, cozinha etc.

#### **3.4.5.4. Croquis do armário de aço.**

ARMÁRIO DE AÇO



Não alojado deve possuir 1 porta.  
Alojado deve possuir 2 portas.

Unidade: m

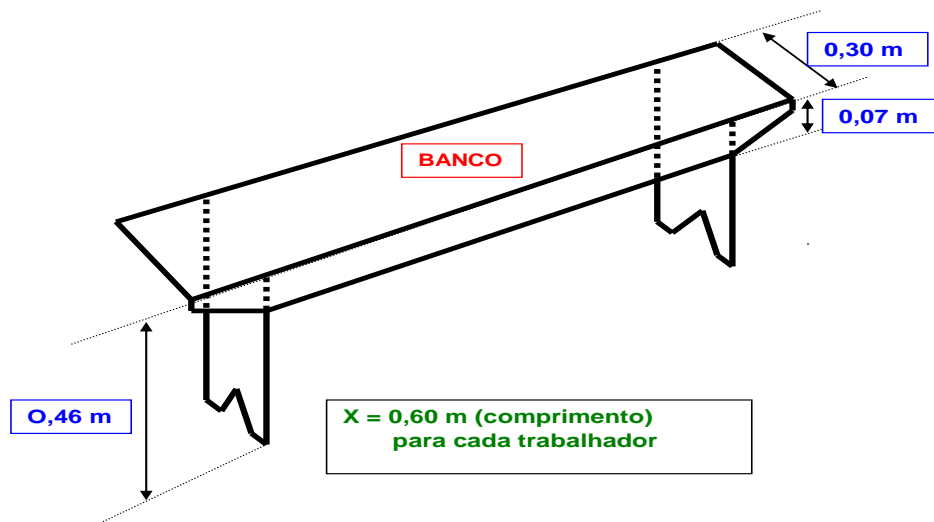
CROQUIS Nº 06

**3.4.5.5. Foto de armários no vestiário.**



**FOTO Nº 09  
Armários de aço.**

**3.4.5.6. Croquis do banco**



CROQUIS Nº 07

3.4.5.7. Modelo de Armário para Guardar Botinas de Borracha.



FOTO Nº 10

### 3.4.5.8. Modelo de Toalheiro ou Varais.



FOTO Nº 11  
Toalheiros ou varais.

- Possuir duas linhas de varais, sendo uma a 1,80m e a outra a 1,10 m em relação ao piso;
- Possuir dois ventiladores grandes em cada extremidade da área dos varais, para facilitar a secagem das roupas.

### 3.4.5.9. Espelho para o vestiário.

- 1 (um) para cada grupo de 100 trabalhadores.
- Medida: 1,80 m (altura) X 1,00 m (largura).

## 3.5. Local de Refeição.

### 3.5.1. Área mínima:

- Local de refeições para uso geral (cálculo para três turnos de refeições), sendo 0,30 m<sup>2</sup> por funcionário, sendo mínimo de 50 m<sup>2</sup>;
- Copa (onde serve as refeições), sendo 15 % da área do local de refeições;

### 3.5.2. Características

- Nos canteiros de obra é obrigatória a existência de local adequado para refeições;
- Paredes que permitam o isolamento durante as refeições;
- Piso de concreto, cimentado ou de outro material lavável;
- Cobertura que proteja das intempéries;
- Capacidade para garantir o atendimento de todos os trabalhadores no horário de refeições;
- Ventilação e iluminação natural e/ou artificial;

- Lavatório instalado em suas proximidades ou no seu interior;
- Os tampos das mesas devem ser revestidos de fórmica branca;
- Assentos em número suficiente para atender aos usuários;
- Extintores em número suficiente;
- Não estar situado em subsolos ou porões das edificações;
- Não ter comunicação direta com as instalações sanitárias;
- Pé direito mínimo de 2,80 m (dois metros e oitenta centímetros), ou respeitando-se o que determina o Código de Obras do Município da Obra;
- Independentemente do número de trabalhadores e da existência ou não de cozinha, em todo canteiro de obra deve haver local exclusivo para o aquecimento de refeições, dotado de equipamento adequado e seguro para o aquecimento;
- Banho-maria com disjuntor específico, balcão e uma pessoa responsável;
- É proibido preparar, aquecer e tomar refeições fora do local de refeições;
- É obrigatório o fornecimento de água potável, filtrada e fresca, para os trabalhadores, pôr meio de bebedouro de jato inclinado ou outro dispositivo equivalente, sendo proibido o uso de copos coletivos;
- Bebedouro de jato inclinado com filtro de carvão ativado ou equipamento similar que garanta as mesmas condições, por exemplo, garrafão de água mineral ou potável com copos descartáveis localizado em seu interior;
- Balcão para fornecimento de refeições;
- Recipientes com tampa tipo basculantes para recolhimento de lixo, detritos e resíduos;
- Telas tipo mosquiteiro nas aberturas das janelas para prevenir a entrada de insetos;
- Revestimento interno de material liso, resistente, impermeável e lavável até altura mínima de 1,50 m;
- Iluminação mínima de 25 w/m<sup>2</sup>;
- Colocar na entrada um quadro de avisos, indicando horários das refeições;
- Tomadas elétricas nas paredes e interruptores próximos às portas;
- Placas ou cartazes de prevenção de acidentes e de proibição de fumar;
- A rede elétrica deve ser protegida pôr eletrodutos isolados e aterrados;
- Ventiladores de teto quando necessário;
- Possuir lavatório individual ou coletivo tipo calha na proporção de 1 (uma) unidade para um grupo de 20 trabalhadores ou fração, podendo ser instalado no interior ou na parte externa em um alpendre;
- Deve ter espelho de 0,45 X 0,60 m, localizado a 1,20 m do piso e para cada torneira do lavatório.
- O lavatório deve possuir saboneteira, com sabonete tipo pedra ou líquido. Papel toalha e espelho de 0,40 X 0,50 m localizado a 1,30 m do piso;
- Área de ventilação de no mínimo 1/10 da área do piso;
- Manter o local de refeições sempre limpo;
- Os restos de comida coletados devem ser depositados em recipiente mantidos fechados, sendo removidos diariamente para um local previamente estabelecido, de onde serão transportados para fora do canteiro ou enterrados;
- Instalar no interior ou no exterior do local de refeições ganchos em número suficiente aos usuários para colocarem capacetes.

### 3.5.3. Fotos do local de refeição.





**FOTO Nº12**  
**Lavatórios e bebedouros na entrada do local de refeições.**



**FOTO Nº 13**  
**Colaboradores lavando as mãos antes de entrar no local de refeições.**



**FOTO Nº 14**  
**Cabideiros para colocar capacetes na entrada do local de refeições.**



**FOTO Nº 15**  
**Mesa com tampo e bancos de fórmica branca.**  
**Ventiladores de teto.**



**FOTO Nº 16**  
**Local de fornecimento de alimentos.**



## FOTO Nº 17

Colaboradores almoçando, inclusive de empresas terceirizadas.

### 3.6.5. Nutricionista.

Nutricionista presente nos horários das refeições. Deve acompanhar e emitir cardápio de refeições semanalmente, inclusive refeições de dieta, responsabilizando-se pela qualidade dos alimentos de modo a atender o valor nutricional e calórico. Realizar treinamentos periódicos com os colaboradores para esclarecimentos sobre a importância do balanceamento das refeições.

- 1.....dia por semana – para até 20 trabalhadores.
- 2.....dias por semana – de 21 até 90 trabalhadores
- 3.....dias por semana – de 91 até 200 trabalhadores
- 4.....dias por semana – de 201 até 500 trabalhadores
- 5.....dias por semana – acima de 500 trabalhadores.

### 3.7 Área de lazer.

- É importante a existência de um local exclusivo para área de lazer, evitando que funcionários fiquem descansando em locais não apropriados após as refeições, inclusive nas calçadas;
- Área de lazer contendo: isolamento com tela tapume, portão com cadeado, mesas para jogos de dominós, snooker e pebolim;
- Designar um funcionário para controlar essa área de lazer;
- Colocar na entrada um quadro de avisos indicando os horários de funcionamento, com os respectivos dias da semana;
- Interruptor em locais de fácil acesso e tomadas identificadas a cada 10 m;
- Iluminação mínima de 150 w/6,00 m<sup>2</sup>, e área de ventilação de no mínimo, 1/10 da área do piso;
- Rede elétrica protegida por eletrodutos;
- Ventiladores no teto, se necessário;
- Bebedouro de jato inclinado com filtro de carvão ativado ou equipamento similar que garanta as mesmas condições e localizado próximo da entrada;
- Cestos de lixo com tampa tipo basculante em seu interior e exterior;

#### 3.7.1. Fotos de áreas de lazer.



FOTO Nº 18



FOTO Nº 19  
Colaboradores na área de lazer,  
inclusive de empresas terceirizadas.



FOTO Nº 20  
Entrada da área de lazer.



FOTO Nº 21  
Colaboradores na área de lazer,  
inclusive de empresas terceirizadas.



FOTO Nº 22  
Colaboradores na área de lazer,  
inclusive de empresas terceirizadas.

3.8. Reservatório de água.

- Além da área industrial do canteiro de obras, deve-se programar reservatório de água para as instalações sanitárias e local de refeições;
- Escada tipo marinheiro para o acesso do reservatório superior e disponibilizar cabo-guia e trava-quedas;
- Um reservatório geral e um específico para a cozinha;
- Realizar a cada seis meses manutenção preventiva, limpeza e higienização do reservatório, bem como limpeza do filtro e da bomba, e substituições quando necessário, com evidência de relatório;
- Realizar, periodicamente, análise de potabilidade da água;



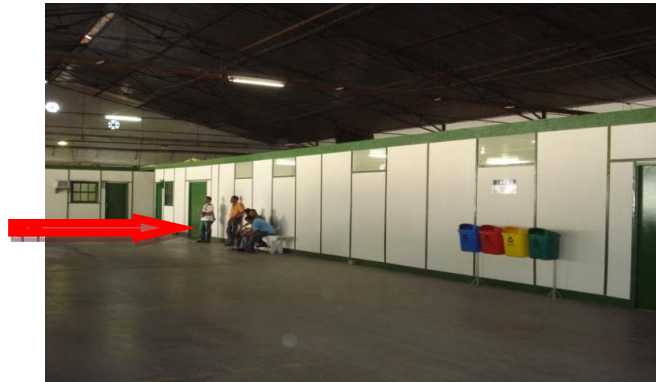
FOTO Nº 23

### 3.9. Bebedouros.

- Fornecer água potável, filtrada e fresca para os colaboradores por meio de bebedouros de jato inclinado ou equipamento similar que garanta as mesmas condições, na proporção de 01 (um) para cada grupo de 25 (vinte e cinco) ou fração;
- Distribuir em locais que atendam todas as frentes de serviço;
- Não deixar bebedouros ou equipamentos similares em áreas ensolaradas e/ou empoeiradas;
- Evitar que o jato d'água atinja a tomada do bebedouro, para tanto recomenda-se posicionar o jato e a tomada em sentidos opostos;
- Na impossibilidade de se utilizar bebedouros ou equipamentos similares nas frentes de serviços recomenda-se utilizar garrafas térmicas de 5 litros e copos descartáveis;
- Programar para cada bebedouro: tomada, canalização de água potável, uma base de 10 cm de altura e rede de água servida (esgoto).

### 3.10. Ambulatório.

#### 3.10.1. Fotos.



**FOTO Nº 24**  
Local de espera para atendimento.



**FOTO Nº 25**  
Colaborador sendo atendido.

### 3.11. Sala de treinamento.

#### 3.11.1. Deve atender:

- Integração aos recém-admitidos;
- Segurança do Trabalho;
- Saúde Ocupacional;
- Meio Ambiente do Trabalho;
- Curso de Alfabetização;
- Etc.

#### 3.11.2. Características.

- Pé-direito de 2,70m;
- Área:
  - a) de 100 a 200 trabalhadores (alojados ou não) – 10 x 6m;
  - b) acima de 200 trabalhadores (alojados ou não) – a ser definido pela direção do empreendimento.

- Bebedouro de jato inclinado com carvão ativado ou equipamento similar que garanta as mesmas condições e localizado no alpendre. Programar para o bebedouro: tomada, canalização de água potável, uma base de 10 cm e canalização de água servida (esgoto);
- Rede elétrica deve ser protegida por eletrodutos, um interruptor próximo a porta e três tomadas de força nas paredes da frente e de trás;
- Iluminação mínima de 200 w/4,00m<sup>2</sup>, com área de ventilação de, no mínimo, 1/10 da área do piso e área de iluminação natural de, no mínimo, 1/8 da área do piso;
- Disponibilizar os seguintes recursos:
  - TV de 40 polegadas;
  - Data show com microcomputador;
  - Videocassete;
  - Flip-Sharp;
  - Quadro branco e canetas;
  - Carteiras de aula;
  - Cortinas nas janelas para escurecer o ambiente, quando necessário;
  - Ar condicionado ou ventiladores de parede;
  - Sanitário próximo à sala;
  - Vídeos educativos de segurança e meio ambiente do trabalho;
  - Vídeo de integração padrão da empresa;
  - Mapa do Brasil.



**FOTO Nº 26**  
**Sala de treinamento.**

## **Especificações.**

### **1. Lavatório**

#### **1.1. Espelho**

- **Medidas: 45 X 60 cm.**

- 1.2. **Desengraxante e Dosador**
    - **Dosador para Multi-Green.**  
**Modelo Gojo Dispensador Bleck 1/1200 ml.**  
**Kimberley Clark**  
**Ou, equivalente**
  - 1.3. **Suporte de papel toalha**
    - **Possuir suporte e papel toalha.**
  - 1.4. **Torneira**
    - **Tipo gaveta.**
- 2. Mictório coletivo.**
- 2.1. **Caimento de água**
    - **Possuir sistema de caimento de água permanente.**
  - 2.2. **Tapete de borracha**
    - **Na área do piso colocar tapete de borracha da Borcol ou equivalente.**
  - 2.3. **Evitar mau cheiro**  
**Usar: Desinfetante Lysol.**  
**Colocar: Naftalina, tela urinol ou tela CHEIRO BOM ou similar.**
- 3. Gabinete de Chuveiro.**
- 3.1. **Registro**  
**Tipo gaveta.**
- 4. Gabinete sanitário e mictório.**
- 4.1. **Suporte para papel higiênico**  
**Tipo rolão.**
  - 4.2. **Papel higiênico**  
**Tipo rolão.**
- 5. Gabinete sanitário, chuveiro e suporte para capacete.**
- 5.1. **Gancho**
    - **Cabide Grande Zamac.**  
**Referência 6398/3**  
**Caixa contém 20 Peças.**



**5.2. Parafuso**

- **Parafuso para madeira, cabeça chata.**  
**Dimensões: 3,2 x 20 mm**  
**Diâmetro do furo: 2,5 mm**  
**Material: aço**  
**Caixa: 20 Peças**  
**Referência: MDC 07 da Fischer ou equivalente.**

**6. Lavatório, gabinete sanitário e mictório.****6.1. Cesto para coleta de papéis usados.**

- **Cesto de 20 litros, redondo, cor marrom, com tampa tipo basculante e localizado em cada extremidade do lavatório coletivo e do mictório coletivo, 1(um) no lavatório individual e mictório individual e 1(um) no gabinete sanitário, para coleta dos papéis usados.**

**7. Gabinete de Chuveiro e Mictório.****7.1. Especificação técnica do estrado de borracha.**

- **Estrado de borracha, modelo multiuso, dimensões 1100 X 900 X 21 mm, cor amarela ou preta, com furação de 15 mm.**  
**Referência: Borcol ou equivalente.**

**8. Lavatório coletivo e Mictório coletivo.****8.1. Especificação da chapa galvanizada**

- **Chapa galvanizada de 0,7 mm ou 1/32".**

**9. Bebedouros.****9.1. Pequeno porte (capacidade de 2,5 litros).**

- **Bebedouro elétrico de piso em aço inox com jato inclinado, capacidade de 2,5 litros;**
- **Filtro com bojo de 25 cm de carvão ativado classe III, para retenção de partículas e redução de cloro livre.**

**Nota: Recomenda-se instalar nas frentes de serviço com efetivo pequeno, no máximo de 25 funcionários.**

**9.2. Grande porte (Capacidade de 200 litros) – 3 jatos inclinados e 1 torneira.**

- **Capacidade de 200 litros no reservatório e 300 litros por hora;**
- **01 Torneira Frontal cromada (sendo central);**
- **03 Válvulas de Jatos inclinados de 13 cm cada, sendo as 03 frontais;**
- **Aparador de água frontal em chapa de aço inox com dreno;**

- Com revestimento externo em chapa eletrostática fosfatizada na cor branca;
- Reservatório de água (tanque interno) em aço inox 304;
- Isolamento térmico injetado em poliuretano expandido;
- Conjunto de filtro com tripla camada de filtração marca AMF;
- Serpentina interna em aço inox 304;
- Gás ecológico R 143<sup>a</sup>;
- Motor hermético;
- Tensão 220 V;
- Bebedouro Certificado pelo INMETRO;
- Dimensões aproximadas do produto: 0,47 X 0,93 X 1,38 m.

Nota: Recomenda-se instalar próximo do Refeitório, Vestiário e frentes de serviço com mais de 25 funcionários.

#### 7.1.1. Vantagens em relação ao bebedouro de pequeno porte:

- O bebedouro normal possui 2,5 litros de capacidade de armazenamento de água gelada. Este modelo possui 200 litros de reservatório de água gelada, conseqüentemente pode atender maior número de usuário sem que a água fique quente;
- O bebedouro normal possui 1 (um) jato de água. Este modelo possui 3 (três) jatos de água e 1 (uma) torneira;
- A durabilidade do modelo especificado acima é bem superior ao bebedouro normal.

#### 10. Limpeza de contêiner em áreas de chuveiros.

- Preparar solução: 1 (um) litro de solupan mais 20 litros de água.
- Usar: Vassoura, Bombril ou equivalente e quando necessário à palha de aço.
- Importante: O Trabalhador deve usar uniforme com mangas compridas, avental impermeável, máscara, óculos e luvas de látex.

#### 11. Tanque com torneira.

- Programar a construção de 01 (um) tanque com torneira tipo gaveta, revestido de material impermeável, 80 X 80 cm de base, para lavagens de botas de borrachas, ferramentas, latas etc., próximo ao vestiário.

#### 12. Placas recomendadas.

##### Gabinete Sanitário.

- JOGUE O LIXO NA LIXEIRA.
- DÊ DESCARGA APÓS USAR.

**Área do Mictório.**

- **A MAIOR INCIDÊNCIA DE CÂNCER NO HOMEM É NO PÊNIS, POR FALTA DE LIMPEZA.**

**Área dos Chuveiros.**

- **ESTE BANHEIRO É SEU, AJUDE A MANTÊ-LO LIMPO.**

**Entrada do Local de Refeições.**

- **LAVE AS MÃOS ANTES DAS REFEIÇÕES.**

**Interior do Local de Refeições.**

- **NÃO DEIXE DETRITOS DE COMIDA EM CIMA DA MESA.**
- **UM BOM DIA É UM DIA SEM ACIDENTE.**
- **HOJE, AMANHÃ E SEMPRE TRABALHE COM SEGURANÇA.**

**Área do Vestiário**

- **ROUPAS E TOALHAS FORA DO ARMÁRIO SERÃO COLOCADAS NO LIXO.**
- **MANTENHA O VESTIÁRIO SEMPRE LIMPO.**

**Entrada da Área de Lazer.**

- **MANTENHA A ORDEM E LIMPEZA.  
NÃO FAÇA BARULHO.  
AO TERMINO DE CADA JOGO É IMPORTANTE A PARTICIPAÇÃO DE OUTROS COLEGAS.  
HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO: 11:00 ÀS 13:00 HORAS.**

**Interior do Ambulatório e sala de treinamento.**

- **FAÇA SILÊNCIO.**

**13. Conclusão**

**Agradeço a DEUS pela oportunidade em adquirir conhecimentos e feliz de compartilhar com outras pessoas.**

São Pulo, julho de 2013.

**Deogledes Monticuco**

[deogledes.monticuco@gmail.com](mailto:deogledes.monticuco@gmail.com)

**É PERMITIDA A DIVULGAÇÃO, REPRODUÇÃO TOTAL E PARCIAL DESDE QUE MENCIONADA ESTA PUBLICAÇÃO.**