	ORIENTAÇÃO TÉCNICA - DISTRIBUIÇÃO	Número: OTD 001.01.10	Folha: 1/3
	TÉCNICAS E POSTURA CORRETA PARA A EXECUÇÃO DA TAREFA	Emissão: 09/02/2006	Revisão: 14/09/2006

1. Objetivo

Estabelecer critérios para o posicionamento do electricista, antes da execução de tarefas em redes aéreas de distribuição de energia elétrica, sempre visando a preservação da saúde laboral.

2. Aplicação

Distribuição.

3. Documentos de referência

NR 17 – Ergonomia.

4. Pontos a serem analisados antes de iniciar o trabalho

4.1. Condições gerais

O electricista deve identificar se está em condições físicas e emocionais de realizar a tarefa com segurança, suspendendo imediatamente a sua execução caso se julgar inapto.

4.2. Condições do terreno

Observar a condição do terreno que irá ser utilizado durante a execução da tarefa, observando obstáculos que possam dificultar ou até mesmo provocar lesões pessoais no local de trabalho.

4.3. Condições para movimentação de materiais / cargas de forma manual

4.3.1. Para todos os tipos de movimentação manual de materiais/cargas a coluna vertebral deverá permanecer ereta (Ver Figura 1).

4.3.2. Para cargas leves além da postura vertebral, deverá haver flexão corporal de braços e pernas até a carga a ser transportada (Ver Figura 1).

5. Situações de trabalho

5.1. Movimentação de cargas, materiais e ferramentas

5.1.1. As cargas movimentadas individualmente deverão ser transportadas em ambos os braços, sempre acima da linha da cintura e parte frontal do tórax (ver figura 1).

Nota: Para o transporte de carga deverão ser observados os aspectos de segurança e capacidade de cada trabalhador, conforme determina a NR17 da portaria 3214/78.


	ORIENTAÇÃO TÉCNICA - DISTRIBUIÇÃO	Número: OTD 001.01.10	Folha: 2/3
	TÉCNICAS E POSTURA CORRETA PARA A EXECUÇÃO DA TAREFA	Emissão: 09/02/2006	Revisão: 14/09/2006



Figura 1a



Figura 1b

Figura 1 – Movimentação de Cargas

5.1.2. Deve ser observada a presença de rebarbas ou pontas externas do objeto.

5.1.3. Quando os materiais a serem utilizados estiverem na carroceria, o electricista deverá subir na mesma, selecionando-os.

5.1.4. Sempre que a carga exceder o limite individual, conforme nota do item 5.1.1., deverá ser transportado por mais de uma pessoa.

5.2. Movimentação de cruzetas

5.2.1 As cruzetas de madeira poderão ser transportadas individualmente. As cruzetas de concreto ou metálica deverão ser transportadas por no mínimo duas pessoas, atendendo o exposto na nota do item 5.1.1.:



Figura 2a



Figura 2b

Figura 2 – Movimentação de Cruzetas de Madeira


	ORIENTAÇÃO TÉCNICA - DISTRIBUIÇÃO	Número: OTD 001.01.10	Folha: 3/3
	TÉCNICAS E POSTURA CORRETA PARA A EXECUÇÃO DA TAREFA	Emissão: 09/02/2006	Revisão: 14/09/2006



Figura 3a



Figura 3b

Figura 3 – Movimentação de Cruzetas de Concreto

5.3. Subir e descer de poste

5.3.1. O Eletricista deverá posicionar-se no poste antes de iniciar a progressão com a coluna ereta.

5.3.2. Subir e descer do poste alternando mãos e braços sincronizadamente, obedecendo um distanciamento que permita o controle do trava – quedas.

5.3.3. Observar o esforço lateral demasiado da coluna vertebral quando realizar movimentação no topo do poste.

5.4. Trabalhos com talha

5.4.1. Nos trabalhos com talha deverá ser observada a flexão dos joelhos e posição da coluna vertebral para execução da tarefa.

5.4.2. Ao executar o esforço físico deverá ser utilizada a força dos braços e pernas, evitando esforço da coluna vertebral para tal.

5.4.3. Deverá haver um número mínimo de pessoas para o esforço físico necessário.

5.5. Transporte manual de transformadores

5.5.1. O transporte manual de transformadores deverá ser executado por um número suficiente de pessoas em observância a nota do item 5.1.1..

5.5.2. O transformador deverá ser transportado com auxílio de suporte adequado.

5.5.3. Deve ser adotada a postura ergonomicamente correta conforme figuras abaixo.



Figura 4a



Figura 4b

Figura 4 – Transporte Manual de Transformadores