

# MÁSCARAS DE PROTEÇÃO CONTRA POEIRAS (RPE)

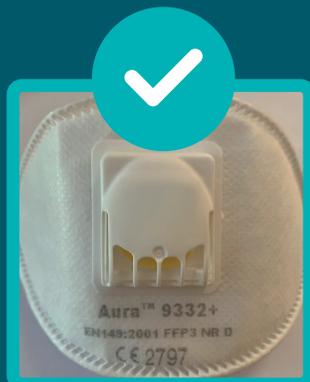
Equipamento protetor respiratório ou RPE é a sua última linha de defesa. Se for necessário RPE, o mesmo deve ser:

- máscara respiratória reutilizável para rosto completo ou meio rosto com filtro P3, ou
- máscara Respiratória FFP3 descartável.

Verifique sempre a sua máscara e certifique-se de que está marcada como FFP3 ou P3 e tem marcação CE. As máscaras devem assentar corretamente e as pessoas que as utilizem devem ter formação sobre como as utilizar e quando as mudar.



Máscara respiratória reutilizável para rosto completo ou meio rosto com filtro P3



Máscara Respiratória FFP3 descartável

## APOIOS A FUNCIONÁRIOS

Desde 2004, a Construction Workers Health Trust (CWHT) proporcionou exames de saúde a mais de 75.000 trabalhadores irlandeses da construção no seu próprio local de trabalho. A CWHT utiliza os equipamentos de diagnóstico portáteis mais atualizados. Todos os resultados dos exames são facultados ao trabalhador no local. Cada um dos trabalhadores recebe também um “Folheto de Saúde” que lhe faculta uma explicação de todos os resultados dos exames.

Construction Workers  
Health Trust

Tel: 01-7093070  
Fax: 01-6120570  
Email: [info@cwht.ie](mailto:info@cwht.ie)



### Precisa de ajuda?

A Lighthouse Club, a Construction Industry Charity proporcionam apoio de bem-estar emocional, físico e financeiro SEM ENCARGOS à comunidade da construção e às suas famílias. Se você ou alguém que conhece está a enfrentar problemas, contacte-nos para um apoio confidencial e sem encargos 24/7.

The Lighthouse Club

Tel: 1800 939 122  
Texto: HARDHAT para 50808  
Web: [www.constructionindustryhelpline.com](http://www.constructionindustryhelpline.com)



## MAIS INFORMAÇÕES

HSA.ie | BeSMART.ie | [hsalearning.ie](http://hsalearning.ie)  
☎ 0818 289 389 ✉ [contactus@hsa.ie](mailto:contactus@hsa.ie)  
f t y in

CONSTRUCTION  
SAFETY  
PARTNERSHIP  
ADVISORY COMMITTEE

# INFORMAÇÃO AOS FUNCIONÁRIOS FOLHA POEIRA DE SÍLICA

Esta ficha informativa é primeiramente escrita para funcionários e representantes de segurança para sensibilizar sobre a saúde e segurança no local de trabalho.

## UM LOCAL COM AR PURO É UM DIREITO DOS TRABALHADORES



HSA  
An tUdaráis Sláinte agus Síbhéilteachta  
Health and Safety Authority

STRONGER TOGETHER  
CONGRESS  
Irish Congress of Trade Unions



# POEIRA DE SÍLICA (RCS) O QUE É ISTO?

A Sílica Cristalina Respirável (RCS) é uma substância natural encontrada em quantidades variáveis em muitas rochas, areia e argila. A Sílica é também um principal constituinte de materiais de construção tais como tijolos, mosaicos, betão, argamassa e rocha projetada.

A poeira de sílica é um verdadeiro perigo para os trabalhadores da construção. Trabalhar com estes materiais pode criar uma poeira muito fina que pode ser facilmente respirada, que pode causar problemas de saúde graves a longo prazo se não forem devidamente geridos.



## QUE DOENÇAS PODE CAUSAR A POEIRA DE SÍLICA?

A poeira de sílica pode causar graves doenças pulmonares tais como silicose e cancro. Uma vez no interior dos pulmões, pode causar inchaço (inflamação) e levar gradualmente a áreas de tecido pulmonar cicatrizado e endurecido (fibrose). Mesmo pequenas quantidades podem causar estes danos.

## SINAIS E SINTOMAS

A silicose pode ocorrer apenas após alguns meses de elevada exposição sem medidas de controlo adequadas implementadas. Os sintomas de silicose podem incluir tosse persistente, dificuldade de respiração e cansaço extremo.



## PRINCIPAIS SUGESTÕES PARA A REDUÇÃO DE POEIRA DE SÍLICA

**Para controlar a disseminação da poeira de sílica utilize o equipamento correto, por exemplo:**

- utilize ferramentas e equipamento que possuam extração integrada para recolher a poeira durante o corte, perfuração ou o esculpir.
- utilize supressão de água sempre que possível (ferramentas não-elétricas) e.g. serras de betão,
- utilize divisores de bloco e pavimentação em vez de corte,
- utilize aspiradores a seco ou molhado com filtro HEPA para reunir a poeira,
- humedeça as áreas antes de considerar equipamento elétrico

