

Consciência da Zona Livre de Queda

POR QUE ISSO IMPORTA

Um cinto só salva sua vida se você tiver espaço suficiente para parar antes de atingir o solo ou um nível inferior. Trabalhadores morreram usando equipamento perfeito e inspecionado simplesmente porque ficaram sem zona livre de queda. Conhecer seus números antes de se prender é essencial.

5.6 m

Zona livre típica necessária com talabarte de 1.8 m

1.1 m

Queda livre antes do absorvedor ativar

0

Margem aceitável para adivinhar sua zona livre

O Que Soma Abaixo de Você

A zona livre total de queda é a soma de tudo que ocorre entre sua ancoragem e uma parada total:

1

COMPRIMENTO DO TALABARTE

O comprimento do seu talabarte antes de começar a deter a queda. Conector mais longo = mais distância.

2

DISTANCIA DE DESACELERACAO

O absorvedor de energia estica para freá-lo — tipicamente até 1.1 m. Sempre some isso ao seu cálculo.

3

ESTIRAMENTO DO CINTO + MARGEM

O deslocamento do anel D, o estiramento do cinto e sua altura somam vários metros. Adicione uma margem.

Antes de Começar — Lista de Verificação

- ☐ Você sabe a distância exata da sua ancoragem até o nível inferior?
- ☐ Você calculou a zona livre total, incluindo a distância de desaceleração?
- ☐ Sua ancoragem está o mais alta possível para reduzir a queda livre?
- ☐ Você usa o conector mais curto que permite realizar o trabalho?
- ☐ Um talabarte retrátil (SRL) reduziria a zona livre necessária?
- ☐ Existe um plano de resgate se o sistema de detenção de quedas ativar?

Como Calcular sua Zona Livre

Ancoragem:	Comece pela altura da sua ancoragem. Ancoragens mais altas reduzem a queda livre.
Queda Livre:	Some o comprimento do seu talabarte antes do absorvedor de energia ativar.
Desaceleração:	Some até 1.1 m pelo estiramento do absorvedor ao frear sua queda.
Estiramento:	Some cerca de 0.3 m pelo deslocamento do anel D e estiramento do cinto.
Sua Altura:	Some sua altura abaixo do anel D — cerca de 1.5 m para a maioria.
Margem:	Some pelo menos 0.6–0.9 m para nunca atingir o nível inferior.

Erros Comuns que Matam

- X** Esquecer a desaceleração — só o absorvedor soma até 1.1 m
- X** Prender-se ao nível dos pés — uma ancoragem baixa dobra sua queda livre
- X** Usar um talabarte de 1.8 m em um espaço com apenas 3 m de zona livre
- X** Ignorar o estiramento do cinto e sua própria altura abaixo do anel D
- X** Não deixar margem de segurança — a zona livre deve pará-lo ANTES do nível inferior

Dicas de Segurança para Lembrar

- V** Ancore alto — cada metro de altura da ancoragem elimina queda livre
- V** Faça a conta — calcule a zona livre total antes de se conectar, sempre
- V** Escolha um SRL — talabartes retráteis reduzem muito a zona livre necessária
- V** O conector mais curto vence — use o talabarte mais curto que permite trabalhar
- V** Na dúvida, não se prenda — nunca se prenda se a zona livre for incerta

Perguntas para Discussão com sua Equipe

1. Quanta zona livre de queda realmente temos em nossas posições hoje?
2. Usamos talabartes ou talabartes retráteis, e por quê?
3. Quão altas estão nossas ancoragens em relação a onde estamos?
4. Alguém já trabalhou onde a zona livre era apertada demais? O que aconteceu?
5. Quem calcula a zona livre nesta equipe e como verificamos?

ASSINATURA DO DDS

Data: _____ Supervisor: _____
Projeto: _____ Local: _____
Folha de presença anexada: [] Sim