Lista de Verificação - Iluminação

Empresa: _____

Posto de Trabalho: _____ Nº Pessoas Afectadas: _____

Data: _____ Próxima actualização: _____

Responsável:_____

Dados Relativos à Medição:

Modelo	Marca	Data Calibração	Hora da Medição	Tarefas	Valores Registados
Luxímetro (mede a iluminância) ❑		__/__/___	Das ____:____ Às ____:____		
Luminancímetro (mede a luminância) ❑		__/___/___	Das ____:____ Às ____:____		

Notas:
- Iluminância: Fluxo luminoso incidente por unidade de superfície.
- Luminância: É a medida do brilho de uma superfície.

Avaliação

1 – Foram realizadas acções para avaliar as condições de iluminação existentes na organização?	SIM	NÃO	As condições de iluminação devem ser avaliadas para se conhecer se a iluminação existente é ou não adequada às tarefas realizadas.
2 – Os níveis de iluminação existentes a nível geral e a nível localizada, são os mais adequados em função das tarefas realizadas?	SIM	NÃO	Por forma a melhorar as condições de trabalho a iluminação deve estar de acordo com as tarefas a realizar, devendo ser a iluminância tanto maior quanto maior for a exigência, o detalhe e a precisão visual exigido na tarefa.
3 – O número e a potência dos focos luminosos existentes são suficientes?	SIM	NÃO	Uma instalação de iluminação deve possuir os focos de luz necessários a proporcionar o nível de iluminação adequado à actividade desenvolvida.

4 – Está estabelecido um programa de manutenção da iluminação por forma a assegurar os níveis adequados a cada actividade?	SIM	NÃO	O estabelecimento e cumprimento de programas deste tipo é fundamental para assegurar os níveis de iluminação adequados e assegurar a produtividade.
5 – Entre as acções previstas no programa está contemplada a rápida substituição dos focos luminosos que apresentem deficiências?	SIM	NÃO	É de extrema utilidade organizar um sistema rápido e funcional de comunicação e resolução de deficiências. Não esquecer o armazenamento de lâmpadas de reserva.
6 – Nesse programa está também prevista a limpeza periódica das lâmpadas, armaduras, janelas, clarabóias, superfícies de trabalho, paredes e tectos?	SIM	NÃO	A acumulação de pó e sujidade nestas áreas deve ser evitada já que faz reduzir a luminosidade, aumentando a fadiga visual e o risco de acidentes.
7 – Está prevista a pintura periódica de paredes e tectos com cores claras e mates?	SIM	NÃO	A atenção para estes aspectos permite obter um maior aproveitamento do sistema de iluminação da organização.
8 – Todos os focos luminosos colocados possuem elementos difusores da luz e protectores para evitar o encandeamento?	SIM	NÃO	A visão directa de grandes superfícies luminosas pode provocar encandeamento. Corrija essa situação.
9 – A posição das pessoas no seu posto de trabalho evita que estas trabalhem sistematicamente de frente para as janelas?	SIM	NÃO	Modifique a orientação do trabalhador e coloque persianas afim de evitar o encadeamento e a fadiga visual.
10 – Os postos de trabalho estão dispostos de forma a que se evitem os reflexos nas superfícies de trabalho?	SIM	NÃO	Reorganize os postos de trabalho de forma a que a luz passe a incidir lateralmente sobre o plano de trabalho.

Critérios de Avaliação

Condições Muito Insuficientes	Condições Insuficientes	Condições a Melhorar
Resposta negativa a: ▪ A mais de sete questões	Entre 5 a 7 respostas negativas	Resposta Negativa às questões: ▪ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Resultados da Avaliação

	Muito Insuficiente	Insuficiente	A melhorar	Correcta
Objectiva	☐	☐	☐	☐
Subjectiva	☐	☐	☐	☐

Medidas a Tomar para Corrigir as Deficiências Detectadas

1. *Adequar o número, a distribuição e a potência das fontes luminosas às exigências visuais da tarefa e do trabalhador:*

Sector	Equipamento	Alteração Proposta	Prazo de Execução	Cumprido?	
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não

2. *Em atividades que não permitem uma maior iluminação diminuir o tempo de exposição dos trabalhadores através da rotação de postos de trabalho:*

Sector	Equipamento	Alteração Proposta	Prazo de Execução	Cumprido?	
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não

3. Instalar difusores de luz e protectores para evitar o encandeamento:

Sector	Equipamento	Alteração Proposta	Prazo de Execução	Cumprido?	
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não

4. Substituir lâmpadas fundidas:

Sector	Equipamento	Alteração Proposta	Prazo de Execução	Cumprido?	
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não

5. Limpeza e Pintura de paredes, tectos, janelas, armaduras e superfícies de trabalho:

Sector	Equipamento	Alteração Proposta	Prazo de Execução	Cumprido?	
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não

6. Organizar os postos de trabalho de modo a que a luz incida lateralmente sobre o plano de trabalho:

Sector	Equipamento	Alteração Proposta	Prazo de Execução	Cumprido?	
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não
				Sim	Não

Não Cumprimento de Prazos

1. Adequar o número, a distribuição e a potência das fontes luminosas às exigências visuais da tarefa e do trabalhador.

Razão:

Inviável	Viável	Prazo	Cumprido?	
☐	☐ Nova Proposta:		Sim	Não

2. Em actividades que não permitem uma maior iluminação diminuir o tempo de exposição dos trabalhadores através da rotação de postos de trabalho.

Razão:

Inviável	Viável	Prazo	Cumprido?	
☐	☐ Nova Proposta:		Sim	Não

3. Instalar difusores de luz e protectores para evitar o encandeamento:

Razão:

Inviável	Viável	Prazo	Cumprido?	
☐	☐ Nova Proposta:		Sim	Não

4. Substituir lâmpadas fundidas:

Razão:				
Inviável	Viável	Prazo	Cumprido?	
☐	☐ Nova Proposta:		Sim	Não
5. Limpeza e Pintura de paredes, tectos, janelas, armaduras e superfícies de trabalho. *Razão:*				
Inviável	Viável	Prazo	Cumprido?	
☐	☐ Nova Proposta:		Sim	Não
6. Organizar os postos de trabalho de modo a que a luz incida lateralmente sobre o plano de trabalho. *Razão:*				
Inviável	Viável	Prazo	Cumprido?	
☐	☐ Nova Proposta:		Sim	Não