

manual de  
boas práticas  
ambientais





A publicação pela REN de um *Manual de Boas Práticas Ambientais* teve como principal objectivo complementar a actuação que tem vindo a ser desencadeada no sentido de melhorar o comportamento ambiental da empresa, dos seus colaboradores e prestadores de serviços. Desta forma, além de se dar cumprimento ao Plano Ambiental da empresa, fomenta-se o compromisso assumido pela REN, na sua Declaração de Política, de gerir as suas actividades de acordo com o princípio de desenvolvimento sustentável e a preservação contínua do meio ambiente.

O documento, que agora se apresenta, contém conselhos práticos relativos à minimização da contaminação de solos e recursos hídricos e aborda, igualmente, aspectos como a utilização sustentada de recursos, cuidados a ter no manuseamento de substâncias perigosas, comportamentos a observar em áreas protegidas, entre outras boas práticas, que devem ser seguidas pelos colaboradores e prestadores de serviços da REN.

A REN está disponível para prestar todos os esclarecimentos necessários e colaborar na resolução de problemas relacionados com esta matéria, através do n.º verde **800 207 470**.



	CAPÍTULO	FORNECEDORES DE SERVIÇOS EXTERNOS	COLABORADORES REN		
			EDIFÍCIOS/ ESCRITÓRIOS	SUBESTAÇÕES	LINHAS
Utilização de água, energia e papel	<b>RECURSOS NATURAIS</b> (pág. 6)	●	●	●	
Boas práticas em rega		●		●	
Trabalhos com óleos, solventes, detergentes e tintas	<b>SUBSTÂNCIAS QUÍMICAS</b> (pág. 13)	●		●	●
Manuseamento de substâncias perigosas		●		●	●
Trabalhos com herbicidas		●		●	
Trabalhos com utilização de gases	<b>AR</b> (pág. 17)			●	●
Comportamento em zonas protegidas	<b>ECOLOGIA</b> (pág. 18)	●	●	●	●
Separação dos resíduos nos escritórios	<b>RESÍDUOS</b> (pág. 20)	●	●		
Separação dos resíduos nas subestações e linhas		●		●	●
Cuidados no armazenamento de resíduos		●		●	●
Utilização da frota de veículos da REN	<b>UTILIZAÇÃO DA FROTA DE VEÍCULOS</b> (pág. 23)		●	●	●
Trabalhos com emissão de ruído	<b>RUÍDO</b> (pág. 24)	●		●	●



**SIM** – Minimize os consumos de energia.

A produção de electricidade está associada à emissão de poluentes para a atmosfera.

Sempre que possível, prefira a iluminação natural.



**NÃO** – Não deixe as luzes acesas depois de abandonar o local de trabalho.

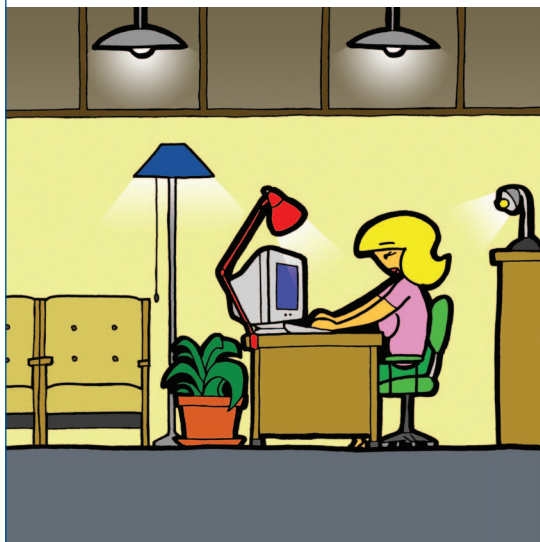


ILUMINAÇÃO

> recursos naturais > energia

😊 **SIM** – Prefira lâmpadas de baixo consumo.

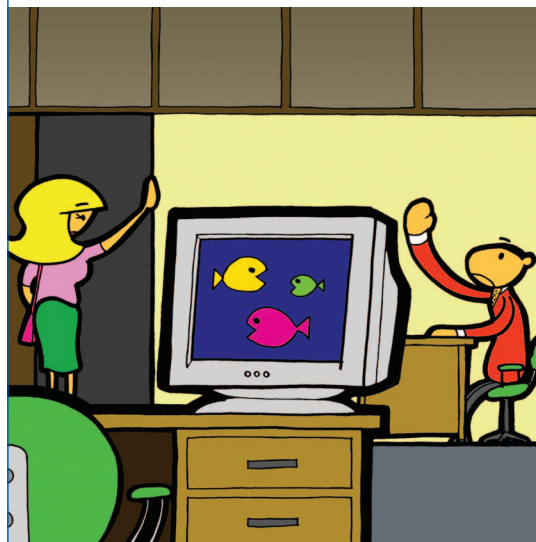
😞 **NÃO** – Evite utilizar mais do que uma lâmpada: duas lâmpadas de 50W produzem menos luz e consomem mais 25% de electricidade do que uma de 100W.



LÂMPADAS

😊 **SIM** – Programe o monitor do seu computador para modo *standby*.

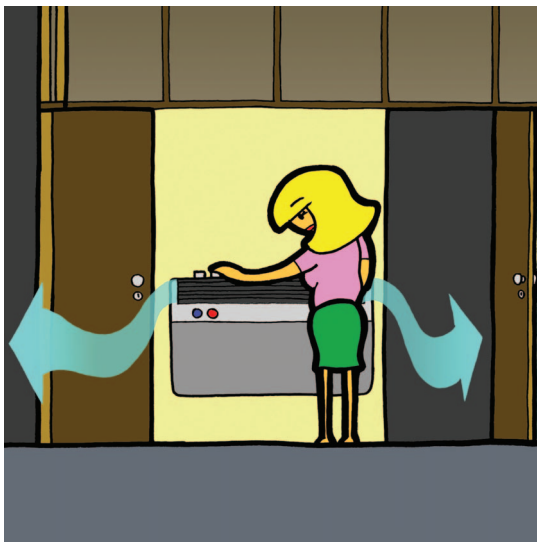
😞 **NÃO** – Não deixe o computador ligado depois de terminar o dia de trabalho.



COMPUTADOR

😊 **SIM** – Mantenha o ar condicionado ligado apenas quando estiver no local

😞 **NÃO** – Não utilize o aparelho de climatização com as portas abertas

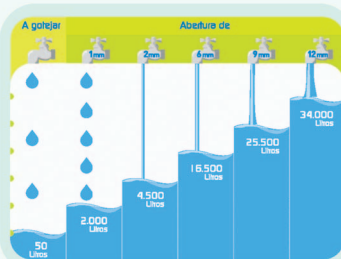


AR CONDICIONADO

> recursos naturais > energia



SABE QUANTA ÁGUA PERDE NUM DIA COM UMA TORNEIRA MAL FECHADA?

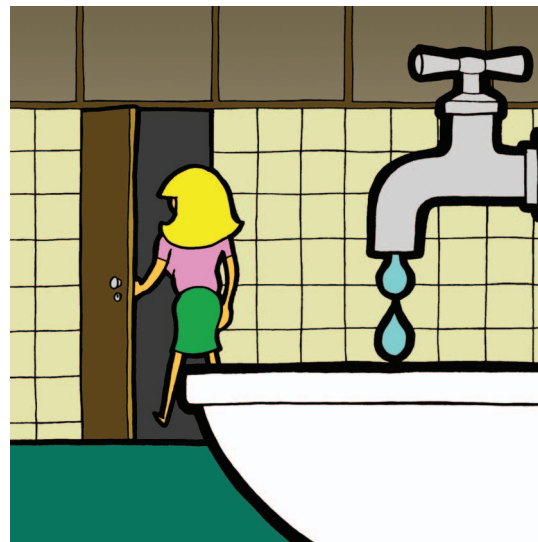


**SIM** – Minimize os consumos de água: só 0,6% da água existente no Planeta está disponível para utilização directa. Verifique se os autoclismos ficam bem fechados após a utilização (sem fugas de água).

(Fonte: EPAL)



**NÃO** – Não deixe a torneira a pingar após a utilização. Em caso de fuga de água, assegure a sua reparação.

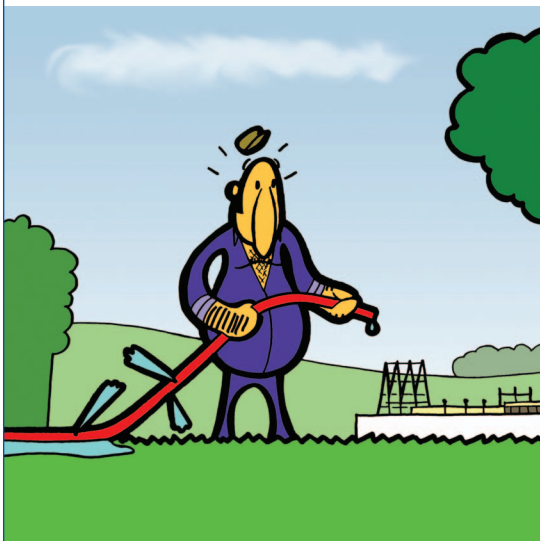


FUGAS DE ÁGUA

> água

😊 **SIM** – Invista em equipamentos eficientes para regar (rega por gota-a-gota, aspersão, etc.).

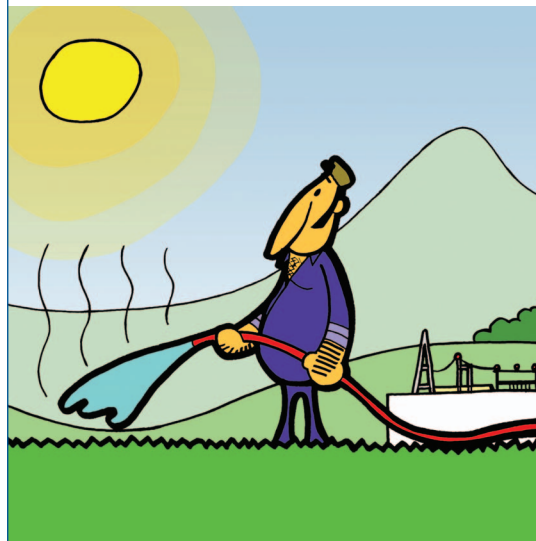
😞 **NÃO** – Não deixe as fugas de água por resolver e efectue a manutenção dos sistemas de rega.



GERAL

😊 **SIM** – Regue em dias secos e sem vento.

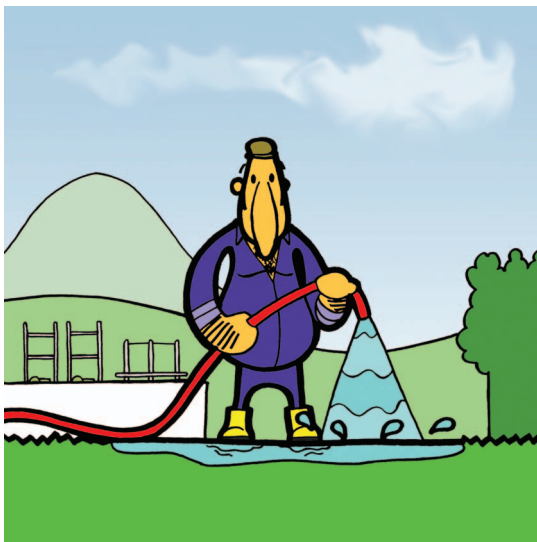
😞 **NÃO** – Não regue entre as 8:00 e as 18:00: evite o desperdício de água por evaporação.



ALTURA PARA REGAR

😊 **SIM** – Adequê a técnica de rega ao tipo de solo e às necessidades de água de cada tipo de planta.

😞 **NÃO** – Evite a formação de poças, enquanto rega. Distribua a água no terreno de uma forma uniforme.



TÉCNICAS

😊 **SIM** – Minimize os consumos de papel: a produção de papel implica a destruição de recursos naturais, o aumento dos resíduos e da poluição. Reutilize as embalagens de cartão e envelopes de circulação interna.

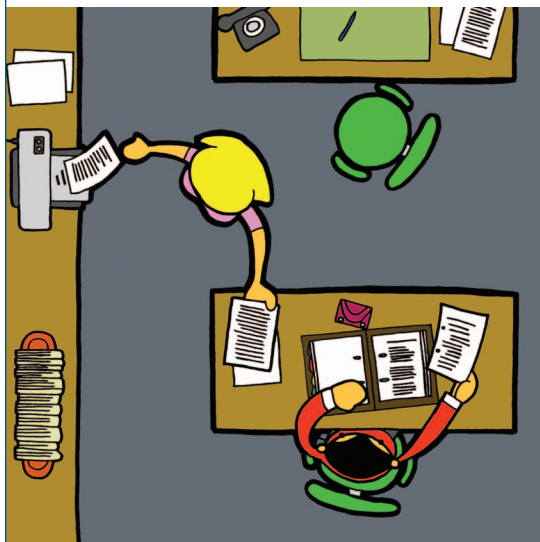
😞 **NÃO** – Não inutilize folhas que apenas foram usadas de um dos lados. Utilize o verso para tirar apontamentos e anotações.



REUTILIZAÇÃO

😊 **SIM** – Imprima versões provisórias numa escala reduzida (mais do que uma página por folha).

😞 **NÃO** – Evite imprimir e fotocopiar apenas num dos lados da folha. Seleccione a opção de impressão nas duas páginas da folha (*duplex*).



IMPRESSÃO

😊 **SIM** – Utilize, sempre que possível, papel reciclado: cada tonelada deste tipo de papel evita o corte de 15 a 20 árvores, poupa 400 m<sup>3</sup> de água e 500 kWh de electricidade.

😞 **NÃO** – Evite desperdiçar papel: as suas fibras não são inesgotáveis, podendo apenas ser recicladas um número limitado de vezes.



PAPEL RECICLADO

## > substâncias químicas

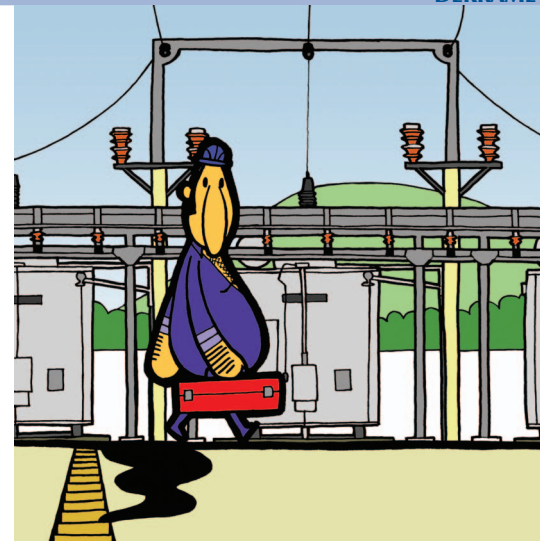
DERRAME

😊 **SIM** – Utilize preferencialmente o suporte informático como forma de enviar e analisar documentos.

😞 **NÃO** – Não envie o papel para reciclar com agramos, clips ou elásticos.



ACTUAÇÃO





😞 **NÃO** – Em caso de derrame, não deixe o produto escoar para águas superficiais ou subterrâneas, fechando os acessos aos sistemas de drenagem e esgotos com meios de retenção adequados.

😊 **SIM** – Em caso de derrame, deve enxugar ou limitar o produto derramado com absorvente; recolher o produto e a área contaminada para recipientes devidamente rotulados e contactar o gestor de resíduos para recolha dos resíduos.

## MANUSEAMENTO





 **NÃO** – Não misture óleos ou solventes usados com características diferentes. Desta forma facilita a sua valorização em condições ambientalmente adequadas, nomeadamente para fins de regeneração. Utilize os produtos, sempre que possível, em locais bem ventilados, longe de fontes de ignição e de calor, evitando a inalação de vapores e o contacto com a pele e os olhos.

 **SIM** – Quando manusear óleos, utilize aparadeiras, plásticos, mantas absorventes e tinas de retenção de modo a prevenir derrames. Execute as operações com os cuidados necessários para evitar o derrame no solo ou o escoamento do produto para linhas de água.

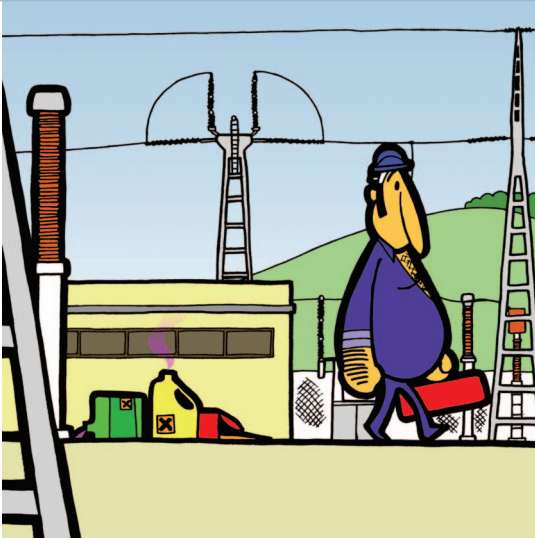
## PROTECÇÃO



 **NÃO** – É proibido por lei fazer qualquer descarga de óleos usados na água, incluindo sistemas de drenagem de águas residuais, bem como fazer qualquer depósito e/ou descarga de óleos usados no solo.

 **SIM** – Utilize equipamentos de protecção (EPI's) adequados ao manuseamento dos produtos. Consulte as Fichas Técnicas de Segurança de cada um dos produtos, disponíveis no local de trabalho.

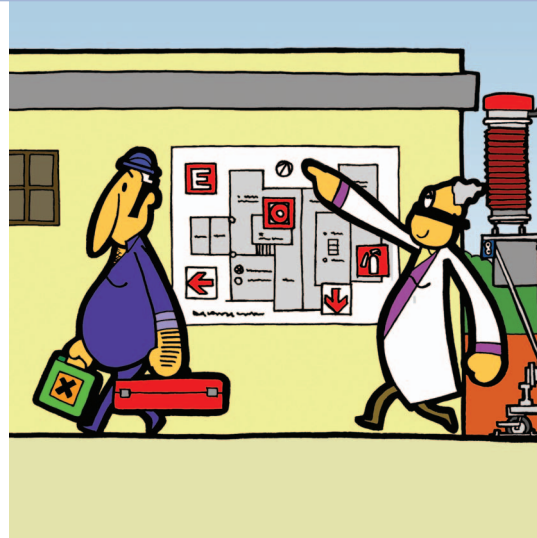
## ACONDICIONAMENTO



☹ **NÃO** – Não deixe os recipientes abertos quando não estão em utilização nem os armazene perto de fontes de ignição ou de calor.

😊 **SIM** – Mantenha os recipientes bem acondicionados sobre paletas retentoras. Não abandone as substâncias químicas sem um meio de contentorização adequado: na sua maioria não são facilmente biodegradáveis podendo provocar efeitos nefastos a longo prazo no ambiente.

## EMERGÊNCIA



☹ **NÃO** – Não inicie a sua actividade na instalação sem consultar os planos de emergência internos. Há fichas específicas sobre a actuação em caso de derrame de substâncias no solo e na água.

😊 **SIM** – Tome todas as precauções necessárias para evitar qualquer risco de incêndio, nomeadamente não faça lume e não fume no local. Assegure-se de que dispõe no local de meios de extinção de incêndio adequados

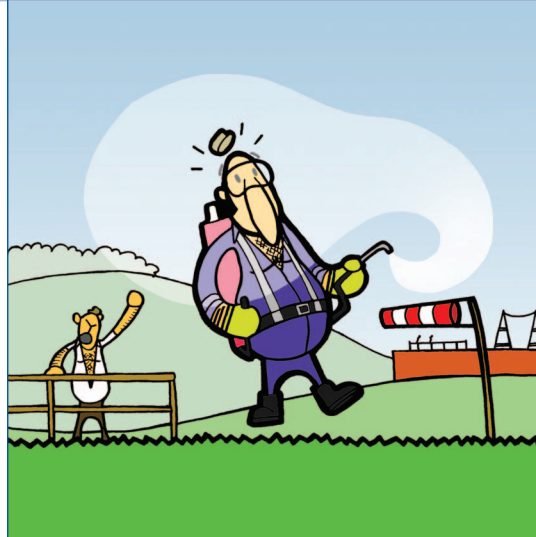
## PRODUTOS



☹ **NÃO** – Não use sistematicamente a mesma substância activa, de modo a evitar fenómenos de resistência.

😊 **SIM** – Utilize apenas produtos homologados pelo Ministério da Agricultura e do tipo orgânico. Selecciona herbicidas adequados a zonas não cultivadas e ao estado de desenvolvimento das infestantes (antes da emergência/após emergência).

## TOXICIDADE



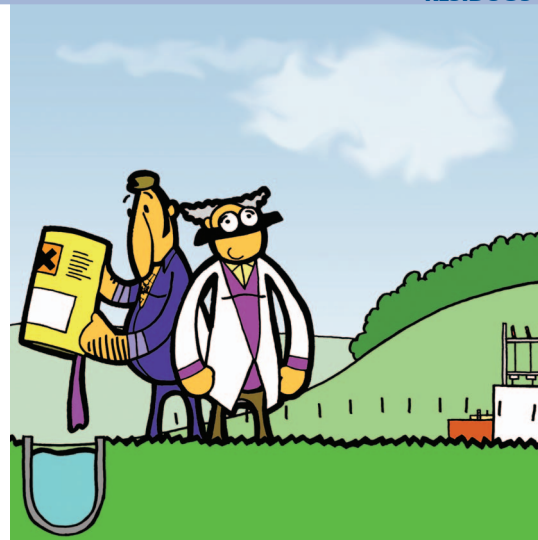
☹ **NÃO** – Não aplique herbicidas quando está vento, devido ao perigo de arrastamento para culturas vizinhas e aos riscos para a pessoa que está efectuar a aplicação dos herbicidas. A aplicação também não deve ser feita nas horas de maior calor.

😊 **SIM** – Selecciona, de entre os diversos produtos com a mesma forma de actuação, o que for menos tóxico para o homem e apresentar o menor risco para os animais domésticos e o ambiente (de acordo com as Fichas Técnicas de Segurança dos produtos).



☹️ **NÃO** – Não utilize herbicidas, sob coberto, nas culturas em floração e em épocas em que ocorra nidificação de aves. Não os utilize num raio de 15 metros de poços, furos, nascentes, rios e ribeiras, valas ou condutas de drenagem.

😊 **SIM** – Cumpra as condições indicadas no rótulo de cada produto, nomeadamente as precauções ecotoxicológicas, as restrições de uso e as condições de aplicação (doses, concentrações, número de tratamentos e intervalo entre tratamentos). Quando o herbicida for tóxico para animais domésticos, restrinja a sua utilização ao interior das instalações.

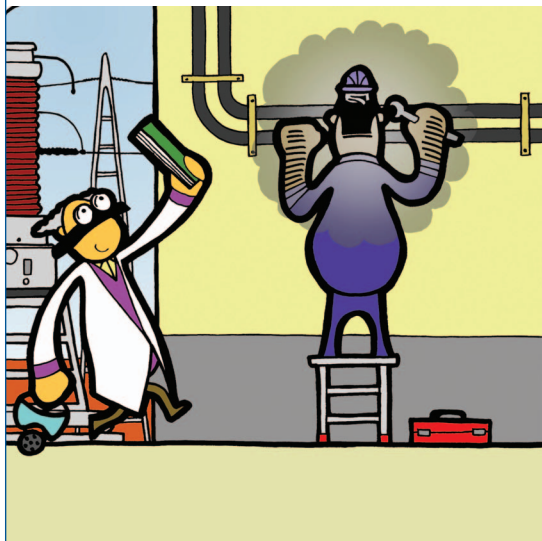


☹️ **NÃO** – Não faça a descarga dos eventuais excedentes de calda e da lavagem de equipamentos nos sistemas de drenagem. É proibido. Estes excedentes, depois de diluídos, devem ser aplicados até ao seu esgotamento em terreno com cobertura vegetal, beneficiando, assim, da retenção por parte das plantas.

😊 **SIM** – Prepare volumes de calda adequados à dimensão das áreas a tratar, de forma a reduzir os excedentes e a necessidade da sua eliminação.

😊 **SIM** – Utilize os gases, sempre que possível, em locais bem ventilados, manipulando os produtos longe de fontes de calor ou de fontes de inflamação e afastados de produtos reactivos (consulte as Fichas Técnicas de Segurança dos produtos).

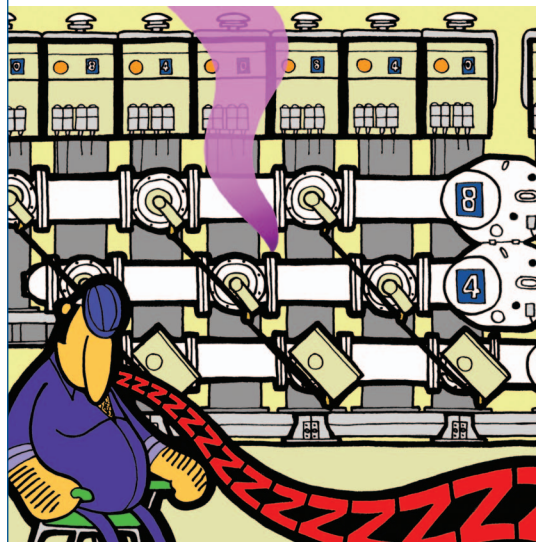
😞 **NÃO** – Não manuseie o produto sem usar equipamentos de protecção adequados. Consulte as Fichas Técnicas de Segurança sobre o produto disponíveis no local. Não opere num local confinado, onde o oxigénio seja insuficiente, sem utilizar um aparelho autónomo de respiração.



MANUSEAMENTO


😊 **SIM** – Conserve os produtos nos recipientes de origem e mantenha-os fechados quando não estão a ser utilizados. Mantenha os recipientes em local arejado, fresco e na posição vertical.


😞 **NÃO** – Não facilite as fugas de  $\text{SF}_6$ : este é um dos seis gases consignados no Protocolo de Kyoto, contribuindo para o fenómeno de «efeito de estufa».





ACONDICIONAMENTO

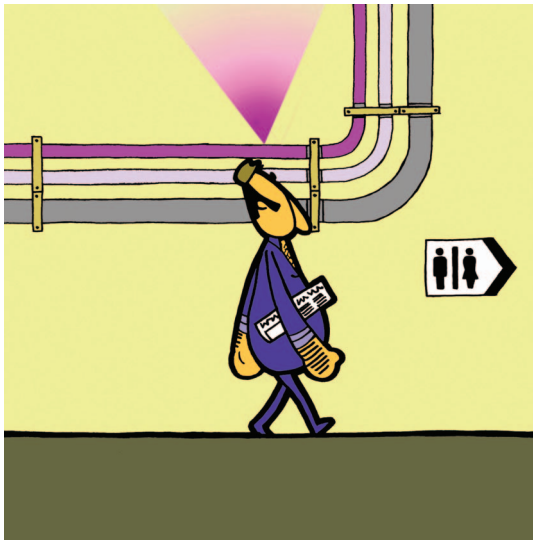


 **NÃO** – Não abandone, no final dos trabalhos, resíduos, recipientes ou qualquer tipo de embalagem. Coloque-os num contentor adequado para posterior recolha. Uma garrafa de plástico pode levar 1 milhão de anos para decompor-se e uma lata de alumínio entre 80 a 100 anos.

 **SIM** – Minimizar o ruído e não perturbe aves ou qualquer outra vida selvagem.


 **SIM** – Em caso de emissões importantes ou em caso de incêndio, use um aparelho autónomo de respiração.


 **NÃO** – Não deixe escoar o produto para o meio ambiente. Em caso de fuga, tente colmatá-la e ventile os locais.



## COMPORTAMENTO





 **NÃO** – Não corte madeira para fogueiras nem colha plantas ou vegetação. É proibido por lei fazer fogo de qualquer espécie, incluindo fumar, no interior das matas e nas vias que as atravessam.

 **SIM** – Sempre que possível, evite abrir novos caminhos. Utilize os acessos existentes para aceder aos locais de trabalho, procurando fazê-lo pelo mesmo caminho de entrada e saída. Fora das áreas urbanas, mantenha-se nos trilhos pré determinados. Os atalhos favorecem a erosão e a destruição das raízes e das plantas.

## LICENÇAS

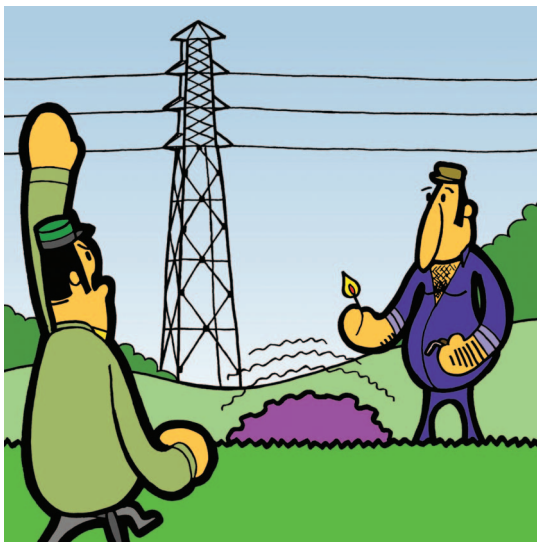


 **NÃO** – Não arranque ou corte, total ou parcialmente, espécies protegidas, como oliveiras, sobreiros ou azinheiras e azevinho espontâneo. Esta actividade só pode ser efectuada se estiver licenciada.

 **SIM** – Antes de proceder à transferência de ninhos de cegonha, assegure-se de que dispõe da autorização prévia do Instituto de Conservação da Natureza.

😊 **SIM** – Cumpra todos os requisitos legais constantes na legislação nacional, comunitária e internacional, bem como as disposições legais aplicáveis a países terceiros no caso de transporte transfronteiriço de resíduos.

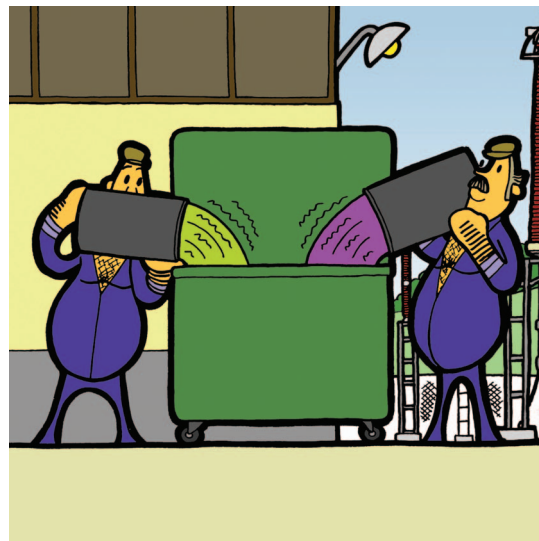
😞 **NÃO** – É proibido por lei o abandono de resíduos, bem como a sua recolha, transporte, armazenamento, tratamento, valorização ou eliminação por entidades ou em instalações não autorizadas.



PROIBIÇÕES

😊 **SIM** – Effectue a segregação dos resíduos de acordo com as suas características físicas e químicas, e tendo em conta a classificação dos resíduos que consta da Lista Europeia de Resíduos (códigos LER).

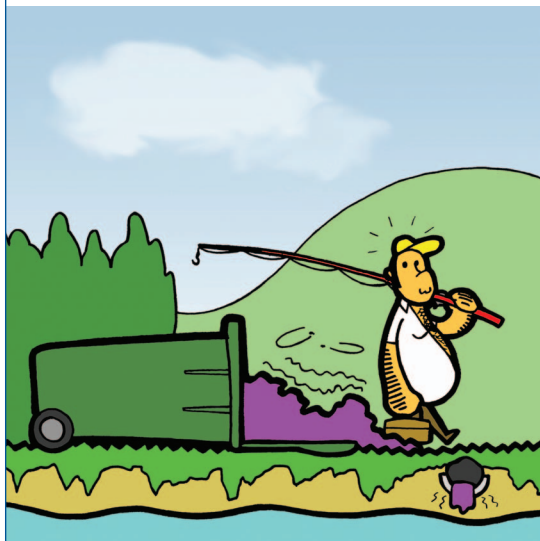
😞 **NÃO** – Não misture resíduos diferentes nos contentores.



SEPARAÇÃO

😊 **SIM** – O local de armazenamento temporário, escolhido para cada tipo de resíduo, deverá ser devidamente sinalizado por intermédio de fichas de identificação de resíduos disponibilizadas pela REN.

😞 **NÃO** – Não abandone resíduos sem um método adequado de contentorização. O armazenamento temporário de resíduos deverá ser efectuado em local apropriado, devendo ser previstos os meios de contenção/retenção de eventuais derrames de substâncias perigosas de forma a minimizar o risco de contaminação de solos e aquíferos.



ARMAZENAMENTO

😊 **SIM** – O armazenamento deve ser efectuado de forma a evitar a possibilidade de derrame, incêndio ou explosão, devendo ser respeitadas as condições de segurança relativas às características que conferem perigosidade aos resíduos.

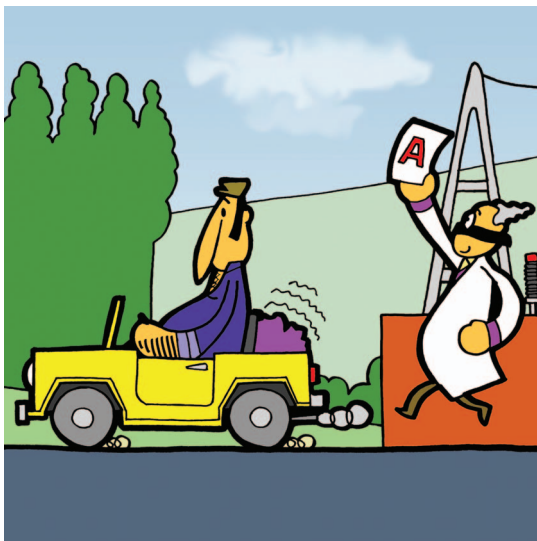
😞 **NÃO** – Não efectue o armazenamento temporário de resíduos perigosos de forma a provocar danos para o ambiente ou para a saúde humana.



ARMAZENAMENTO

😊 **SIM** – Caso o transporte de resíduos seja feito de locais em obras cuja degradação do pavimento seja evidente, devem ser lavados os rodados do veículo à saída da instalação.

😞 **NÃO** – Não transporte resíduos industriais sem o acompanhamento de uma Guia Modelo A. Os resíduos devem estar acondicionados em recipientes próprios e rotulados com a ficha de identificação de resíduos.



TRANSPORTE

😊 **SIM** – Separe os resíduos de acordo com as indicações descritas nos contentores.

A maior parte dos resíduos pode ser reaproveitado, transformando-se em novos produtos ou matéria-prima sem perder as propriedades: o vidro, por exemplo, pode ser reciclado infinitas vezes.

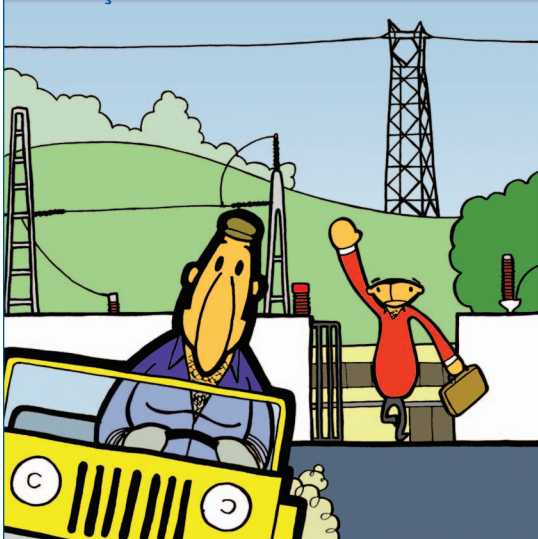
😞 **NÃO** – Não misture os diferentes tipos de resíduos. Coloque-os nos contentores adequados: a energia poupada com a reciclagem de uma garrafa de vidro de litro é suficiente para manter acesa uma lâmpada de 100 W durante 4 horas.





SEPARAÇÃO

## > utilização da frota de veículos

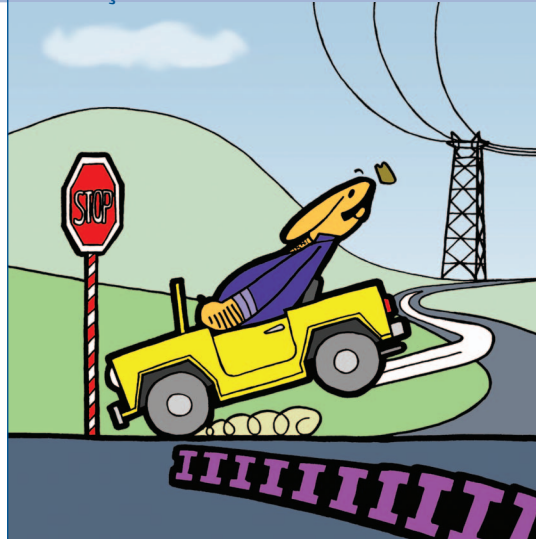
### UTILIZAÇÃO





 **NÃO** – Evite as viagens de automóvel desnecessárias. Desta forma, está a contribuir para reduzir a poluição atmosférica provocada pela emissão de, por exemplo, monóxido de carbono.

 **SIM** – Utilize os transportes colectivos ou, quando possível, partilhe o seu veículo.

### UTILIZAÇÃO



 **NÃO** – Não conduza com velocidade excessiva e não acelere e trave bruscamente (circular a uma velocidade moderada é uma forma de poupar combustível).

 **SIM** – Mantenha os pneus com a pressão correcta. Assim, está a impedir o seu desgaste prematuro devido a uma maior flexibilidade ou aquecimento exagerado. Para além disso, poupa combustível. Mantenha os travões devidamente ajustados.

## > utilização da frota de veículos

MANUTENÇÃO

24



☹ **NÃO** – Não utilize o veículo com excessos de carga.

😊 **SIM** – Assegure a manutenção do veículo em boas condições de forma a consumir menos energia e a minimizar as emissões gasosas para a atmosfera.

😊 **SIM** – Verifique se os equipamentos e máquinas a utilizar não ultrapassam os níveis de ruído permitidos por lei (marcação CE por parte do fornecedor).

☹ **NÃO** – Não desrespeite os níveis sonoros definidos por lei:

- Nível sonoro admissível nas Zonas Sensíveis: período diurno  $\leq 55$  dB(A); Período nocturno  $\leq 45$  dB(A)
- Nível sonoro admissível nas Zonas Mistas: período diurno  $\leq 65$  dB(A); Período nocturno  $\leq 55$  dB(A).



EQUIPAMENTOS – PROIBIÇÕES

## > ruído

😊 **SIM** – O trajecto das viaturas pesadas no centro das localidades, caso seja inevitável, deve ser o mais curto possível e efectuado a velocidade reduzida ao máximo, com o intuito de diminuir as emissões sonoras destes veículos.

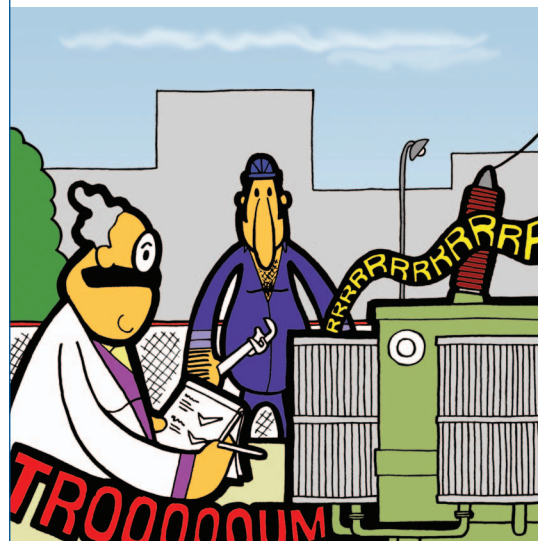
😞 **NÃO** – Não realize actividades ruidosas permanentes nos dias úteis entre as 22 e as 7 horas, aos sábados, domingos e feriados sem licença da Câmara Municipal territorialmente competente.



EQUIPAMENTOS – PROIBIÇÕES

😊 **SIM** – Efectue o controlo de ruído na fonte através da: utilização de máquinas com baixos níveis de ruído; evitando impactos de metal sobre metal; efectuando um amortecimento tendo em vista a redução do ruído ou isolamento de peças vibratórias; instalando silenciadores.

😞 **NÃO** – Não deixe de realizar a manutenção preventiva dos equipamento, já que os níveis de ruído podem alterar-se à medida que as peças se vão desgastando. Aplique as medidas correctivas necessárias para minimizar o ruído, com especial atenção para os trabalhos a realizar nas proximidades de áreas urbanas.

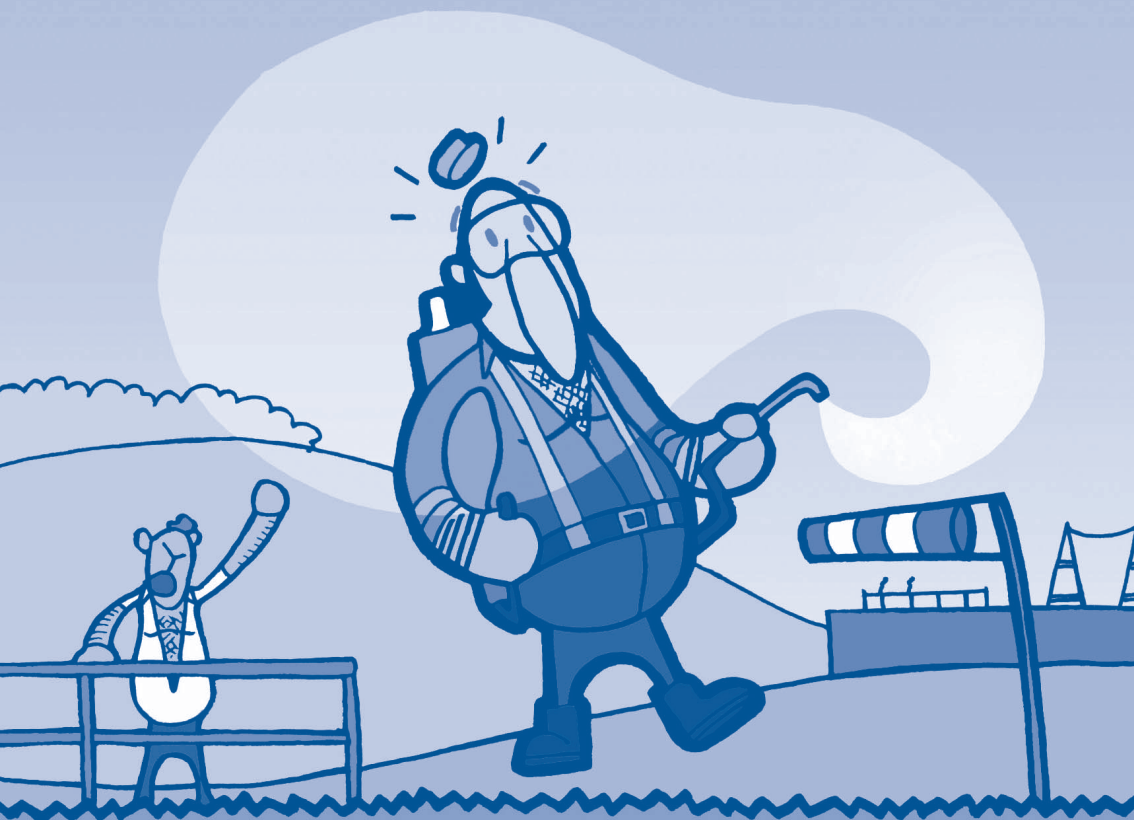


EQUIPAMENTOS – MEDIDAS

EDIÇÃO REN – Rede Eléctrica Nacional, S. A.  
GRAFISMO E ILUSTRAÇÕES Frederico Rogeiro  
IMPRESSÃO SIG – Soc. Industrial Gráfica, Lda.  
DEPÓSITO LEGAL 230 104/05  
EXEMPLARES 1500  
PUBLICAÇÃO Julho de 2005

manual de boas práticas ambientais





**ren**

Rede Eléctrica Nacional, S.A.

Av. dos Estados Unidos da América, 55

1749-061 LISBOA

Telefone: 21 001 3500

Fax: 21 001 3310

[www.ren.pt](http://www.ren.pt)