ACLIMED
comemorando a vida

MANUAL DE TREINAMENTO.

CIPA – COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES E DE ASSÉDIO.

Sumário

1.0 – Introdução.....5
2.0 - O que é CIPA? 6
3.0 - Organização da CIPA.....7
4.0 - Qual o objetivo da CIPA? 8
5.0 - Quem deve constituir CIPA? 8
6.0 - Qual a missão do membro de CIPA? 8
7.0 - Quais as atribuições do membro da CIPA? 9
7.0 - Como se compõe a CIPA?.....10
9.0 - Atribuições dos membros da CIPA. 10
10.0 - A segurança do trabalho no passado.....12
10.1 - Com estes princípios esperava-se:.....13
10.2 - A segurança e o trabalho hoje. 14
11.0 - A Prevenção.....15
11.1 - Tome atitudes preventivas. 16
12.0 - Ambiente de Trabalho.....18
13.0 – Riscos Físicos. 19
14.0 – Riscos Químicos. 19
15.0 - Riscos Biológicos.....20
16.0 - Riscos Ergonômicos.....21
17.0 - Riscos de Acidentes.....21
18.0 - Ordem e limpeza.....22
19.0 - Higiene no Trabalho.....23
19.1 - Métodos de empilhamento.....24
19.2 – Ferramentas.....24
19.3 - Remoção de resíduos, restos de sucata.....24
19.4 – Vazamentos. 25
20.0 - Cores das máquinas. 25
21.0 - Pintura do ambiente. 25
22.0 – Sinalização.....25
23.0 - Equipamentos de Proteção Individual.....26
23.1 - A Escolha do EPI. 27
23.2 - Cabe ao empregador: 28
24.0 - Causas de Acidentes. 30
25.0 - Mapa de Riscos. 33
25.1 - Etapas para fazer o Mapa de Riscos. 35

26.1 - Medidas de Controle. 40
26.3 - Eliminação do risco. 40
26.4 - Neutralização do risco......41
26.5 - Sinalização do risco. 41
27.0 - Investigação e Análise dos Acidentes. 42
28.0 - Constituição Federal, de 05 de outubro de 1988. 45
28.1 - Código Civil Brasileiro, Lei 10.406 de 11/01/2002.....45
28.2 - Regulamento da Previdência Social.....45
29.0 – Normas Regulamentadoras......53
30.0 - Plano de Trabalho. 64
31.0 – SIPAT - Semana Interna de Prevenção de Acidentes.....65
31.1 - Sugestões a Serem Desenvolvidas Durante a SIPAT. 66
32.0 - Noções Básicas de Demarcações de Segurança. 67
32.1 – Introdução. 67
32.2 - Cores e Sinalização na Segurança do Trabalho 67
33.0 - Noções Básicas de Combate a Incêndio......75
33.1 - Introdução. 75
33.2 - Aspectos Legais. 75
33.3 - Teoria do fogo. 76
33.4 - Combustão. 77
33.5 - Elementos que compõem o fogo.....77
33.6 - Combustível. 78
33.7 - Comburente (Oxigênio). 79
33.8 – Calor. 80
33.9 - Reação em Cadeia.....80
34.0 - Propagação do fogo. 80
34.1 – Condução. 80
34.3 – Irradiação. 81
36.0 - Classes de incêndio. 82
37.0 - Principais causas de incêndio. 84
38.0 - Métodos de extinção. 87
38.1 - Extinção por retirada do material (Isolamento).....87
38.2 - Extinção por retirada do comburente (Abafamento).....88
38.3 - Extinção por retirada do calor (Resfriamento). 88
39.0 - EPI – Equipamentos de Proteção Individual. 89
40.0 - Equipamentos de combate a incêndios.....92
42.0 - Abandono de área. 94

43.0 – Primeiros Socorros. 95
43.1 - Objetivo. 96
43.2 - Avaliação Inicial. 96
43.3 - Análise Primária. 97
43.4 - Colar Cervical. 97
43.5 - Análise Secundária. 98
43.6 – Insolação. 99
43.7- Ferimentos Externos. 100
43.9 - Queimaduras. 102
43.9.1- Desmaio. 104
49.9.2 – Convulsão. 105
43.9.4 - Lesões da Coluna Vertebral. 107
43.9.5 - Estado Choque. 109
43.9.6 - Choque Elétrico. 109
43.9.7 - Parada Cardiorrespiratória. 110
44. Noções sobre a inclusão de pessoas com deficiência. 117
45. Medidas de prevenção e de combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no âmbito do trabalho. 121

1.0 – Introdução.

A Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio (CIPA) é uma entidade regulamentada pela Norma Regulamentadora NR-5 do Ministério do Trabalho e Emprego, com o objetivo de promover a saúde, a segurança e o bem-estar dos trabalhadores no ambiente corporativo. A CIPA tem como principais atribuições a identificação e análise dos riscos no ambiente de trabalho, a proposição de medidas de prevenção de acidentes e doenças ocupacionais, e a implementação de políticas efetivas de combate ao assédio moral e sexual.

A CIPA é composta por representantes dos empregados e do empregador, garantindo a participação ativa de todos os setores da empresa. Esses representantes são responsáveis por realizar inspeções periódicas, promover campanhas de conscientização e treinamentos, além de investigar acidentes e incidentes, propondo soluções para evitar sua recorrência.

No combate ao assédio, a CIPA estabelece e divulga políticas claras, cria canais de denúncia seguros e confidenciais, e assegura o suporte necessário às vítimas, promovendo um ambiente de trabalho mais seguro e respeitoso.

Dessa forma, a CIPA desempenha um papel crucial na criação de um ambiente de trabalho saudável e seguro, contribuindo para a melhoria contínua das condições de trabalho e para o bem-estar dos colaboradores.

2.0 - O que é CIPA?

CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio – (Título que entrou em vigor no dia 20 de março de 2023) é uma comissão composta por representantes do empregador dos empregados e tem como objetivo prevenir acidentes e doenças decorrentes do trabalho; mas não é só isso, A CIPA atua para manter uma constante sintonia entre o trabalho e a prevenção da vida do trabalhador. Veja abaixo o significado da palavra CIPA:

Comissão: Conjunto de pessoas designada por uma autoridade e escolhida e por uma assembleia que se reúne para trabalhar de determinado assunto, no qual os objetivos comuns estão sempre em primeiro lugar.

Interna: Campo de atuação restrito à própria empresa e aos acidentes ocorridos durante a prestação de serviços para a empresa.

Prevenção: Este e o principal objetivo da CIPA. Aos participantes a Comissão deve saber como e quando atuar ao se deparar com uma situação de risco capaz de provocar um acidente. Prevenir antes de ocorrer.

Acidente e Prevenção ao Assédio:

I. Qualquer evento não programado e indesejado que atrapalhe ou interfira no andamento normal de sua atividade, causando dor, danos materiais, lesão corporal ou perturbação funcional que cause a morte, a perda ou a redução da capacidade para o trabalho de forma permanente ou temporária;

II. No contexto da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio (CIPA), o assédio é definido como qualquer comportamento indesejado e repetitivo que cause constrangimento, humilhação ou intimidação a um trabalhador. Esse comportamento pode ser de natureza moral ou sexual.

A CIPA deve atuar na prevenção, identificação e tratamento de casos de assédio, implementando políticas claras, oferecendo canais seguros de denúncia e garantindo o apoio necessário às vítimas, além de promover a conscientização e educação dos trabalhadores sobre o tema.

3.0 - Organização da CIPA.

A Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio (CIPA) é organizada de acordo com a Norma Regulamentadora NR-5, que estabelece sua composição, eleição, atribuições e funcionamento. A estrutura da CIPA é composta por representantes dos empregados e do empregador, garantindo uma gestão equilibrada e participativa.

Composição

1. Representantes dos Empregados: Eleitos diretamente pelos trabalhadores, garantem a representação dos interesses e preocupações dos funcionários;
2. Representantes do Empregador: Indicados pela administração da empresa, asseguram a implementação das medidas de segurança e saúde no trabalho propostas pela CIPA.

Estrutura

- Presidente: Indicado pelo empregador, é responsável pela coordenação das atividades da CIPA;
- Vice-presidente: Eleito pelos representantes dos empregados, auxilia e substitui o presidente quando necessário;
- Secretário(a): Responsável por documentar as reuniões e atividades, bem como manter os registros e relatórios atualizados.

Eleição

- A eleição dos representantes dos empregados ocorre anualmente, por meio de votação secreta;
- Todos os trabalhadores da empresa têm o direito de votar e ser votados.

Mandato

- O mandato dos membros da CIPA é de um ano, com possibilidade de reeleição.

Reuniões

- As reuniões da CIPA são mensais e devem ser registradas em ata, com pautas previamente definidas e comunicadas aos membros.

Documentação

I. Atas de Reuniões: Registro das discussões e decisões tomadas durante as reuniões;
II. Relatórios de Inspeção: Documentação das condições de trabalho e riscos identificados;
III. Planos de Ação: Detalhamento das medidas de prevenção e correção implementadas ou propostas.

Essa organização garante que a CIPA atue de forma eficiente na promoção de um ambiente de trabalho seguro e saudável, além de proteger os direitos e a integridade dos trabalhadores.

4.0 - Qual o objetivo da CIPA?

Prevenção de doenças e acidentes de trabalho, mediante o controle dos riscos presentes no ambiente, nas condições e na organização, que visa à preservação da vida e promoção da saúde dos trabalhadores.

5.0 - Quem deve constituir CIPA?

As empresas privadas, públicas, sociedades de economia mista, órgãos da administração direta e indireta, instituições beneficentes, associações recreativas, cooperativas e outras instituições que admitam trabalhadores como empregados.

6.0 - Qual a missão do membro de CIPA?

- Observar e relatar as condições inseguras no ambiente de trabalho;
- Solicitar medidas para reduzir e até eliminar os riscos existentes e/ou neutralizar os mesmos;
- Discutir os acidentes ocorridos e solicitar medidas que previnam acidentes;
- Orientar os demais trabalhadores quanto à prevenção de acidentes;

7.0 - Quais as atribuições do membro da CIPA?

- Acompanhar o processo de identificação de perigos e avaliação de riscos bem como a adoção de medidas de prevenção implementadas pela organização;
- Registrar a percepção dos riscos dos trabalhadores, em conformidade com o subitem da NR-1, por meio do mapa de risco ou outra técnica ou ferramenta apropriada à sua escolha, sem ordem de preferência, com assessoria do Serviço Especializado em Segurança e em Medicina do Trabalho - SESMT, onde houver;
- Verificar os ambientes e as condições de trabalho visando identificar situações que possam trazer riscos para a segurança e saúde dos trabalhadores;
- Elaborar e acompanhar plano de trabalho que possibilite a ação preventiva em segurança e saúde no trabalho;
- Participar no desenvolvimento e implementação de programas relacionados à segurança e saúde no trabalho;
- Acompanhar a análise dos acidentes e doenças relacionadas ao trabalho, nos termos da NR-1 e propor, quando for o caso, medidas para a solução dos problemas identificados;
- Requisitar à organização as informações sobre questões relacionadas à segurança e saúde dos trabalhadores, incluindo as Comunicações de Acidente de Trabalho - CAT emitidas pela organização, resguardados o sigilo médico e as informações pessoais;
- Propor ao SESMT, quando houver, ou à organização, a análise das condições ou situações de trabalho nas quais considere haver risco grave e iminente à segurança e saúde dos trabalhadores e, se for o caso, a interrupção das atividades até a adoção das medidas corretivas e de controle;
- Promover, anualmente, em conjunto com o SESMT, onde houver, a Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho - SIPAT, conforme programação definida pela CIPA.

7.0 - Como se compõe a CIPA?

O empregador indica o presidente, membros titulares e suplentes. Os empregados elegem através do voto o vice-presidente, membros titulares e suplentes. O mandato terá a duração de um ano e é permitida uma reeleição.

O que você tem a ver com isso?

Ao estudar o conteúdo desta apostila você terá condições de identificar riscos nos locais de trabalho, terá acesso a informações sobre a prevenção de acidentes de trabalho e promoção da saúde.
Além disso, você ainda vai aprender noções de legislação, inspeção de segurança e elaboração de mapas e ações corretivas e preventivas para solucionar problemas de segurança e saúde no trabalho.
Esta apostila tem como objetivo atender a Norma Regulamentadora NR 5 - Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio – CIPA – Aprovada pela Portaria nº 3.214 de 08/06/78, publicada no Diário Oficial da União de 29/12/94 e modificada em pela Portaria MTP nº 4.219, de 20 de dezembro de 2022.

9.0 - Atribuições dos membros da CIPA.

Presidente:

- Convocar os membros para as reuniões; e
- Coordenar as reuniões, encaminhando à organização e ao SESMT, quando houver, as decisões da comissão.
- Manter o empregador informado sobre os trabalhos da CIPA;
- Coordenar e supervisionar as atividades de secretaria;
- Delegar atribuições ao Vice-Presidente; Algumas Sugestões ao Presidente Visando o **“Bom Funcionamento do Grupo:”.**

- Dar oportunidade para que todos emitam suas opiniões.
- Pedir a quem fala se dirigir a todos os elementos do grupo.
- Respeitar e considerar as opiniões diferentes.
- Encaminhar os trabalhos visando o interesse de todos.
- Evitar grandes desvios do assunto e dos objetivos reais.
- Resumir e organizar o que está sendo feito.
- Respeitar o horário.
- Empenhar-se na obtenção de recursos materiais que possam facilitar os trabalhos.
- Incentivar a cooperação e não a competição
- Coordenar a divisão de tarefas, responsabilizando as pessoas.
- Fortalecer a qualidade das pessoas.
- Não tomar qualquer medida referente aos trabalhos do grupo, sem a participação deste.

Vice-Presidente:

- Executar atribuições que lhe forem delegadas;
- Substituir o Presidente nos seus impedimentos eventuais ou nos seus afastamentos temporários;

Do Presidente e do Vice-Presidente em conjunto:

- Cuidar para que a CIPA disponha de condições necessárias para o desenvolvimento de seus trabalhos;
- Coordenar e supervisionar as atividades da CIPA, zelando para que os objetivos propostos sejam alcançados;
- Delegar atribuições aos membros da CIPA;

- Promover o relacionamento da CIPA com o SESMT, quando houver;
- Divulgar as decisões da CIPA a todos os trabalhadores do estabelecimento;
- Encaminhar os pedidos de reconsideração das decisões da CIPA;
- Constituir a comissão eleitoral.

Do Secretário:

- Acompanhar as reuniões da CIPA;
- Redigir as atas apresentando-as para aprovação e assinatura dos membros presentes;
- Preparar as correspondências; e outras que lhe forem conferidas.

Dos Demais Membros da CIPA:

- Colher as opiniões dos colegas.
- Trazer informações, queixas e sugestões que visem à segurança do trabalho.
- Transmitir aos colegas informações sobre o trabalho realizado durante as reuniões.
- Orientar os colegas sobre as medidas de segurança que devem ser tomadas.

10.0 - A segurança do trabalho no passado.

E impossível determinar exatamente quando o homem começou a se preocupar com os acidentes e doenças relacionadas ao trabalho. Mas é correto afirmar que a Revolução Industrial, em meados do século XVIII, aumentou significativamente o número de acidentes e doenças decorrentes do trabalho, já que as primeiras máquinas, a vapor, passaram a fazer parte das linhas de produção.

A produção que era doméstica e manual (de onde vem o termo manufatura) passou a ser mecanizada e instalada em Indústrias. As pessoas começaram a trabalhar em locais pouco apropriados, mal ventilados com iluminação insuficiente e níveis de ruídos altíssimos. Homens, mulheres e principalmente crianças foram grandes vítimas.

No início do século XX, através de conferencias da Organização Internacional do Trabalho – OIT e Organização Mundial da Saúde – OIT, pela primeira vez reconhecendo a importância dos trabalhadores, foram estabelecidos os princípios dos serviços de proteção ao trabalhador:

- Criar ambiente favorável ao trabalho.
- Facilitar a adaptação entre empregado e suas funções;
- Melhorar a saúde e a moral.

10.1 - Com estes princípios esperava-se:

- Reduzir o custo da reparação ou recuperação dos males causados pelo trabalho;
- Diminuir o índice de falta ao trabalho;
- Reduzir o número de acidente;
- Aumentar a produtividade.

Outra providência tomada pela OIT foi à organização de comitês para pesquisar a situação da segurança e da higiene do trabalho nas empresas dos países filiados à Organização. Com base nesta pesquisa, a OIT recomendou que fossem criados comitês de segurança no trabalho, para empresas com mais de 25 empregados e entre as suas atribuições estaria à prevenção de acidentes nas empresas.

Alguns países membros da OIT adotaram os comitês ainda entre os anos 1920 e 1930, em 1943, o presidente Getúlio Vargas aprovou a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) e o Brasil só veio através do Decreto Lei nº 7.036, de novembro no qual estava escrito que todas as empresas com mais de 100 funcionários eram obrigadas a constituir comissões para prevenção de acidentes.

10.2 - A segurança e o trabalho hoje.

Ainda hoje, grande parte das pessoas dá pouco valor ou não compreende a verdadeira importância da prevenção de acidentes e doenças. E o pior: na maioria dos casos, só após acontecer um acidente é que fica claro o quanto era possível PREVENIR e evitar esse acidente com ações simples e adequadas.

É da natureza humana esperar que um problema aconteça para que sejam tomadas as devidas providências. Mas infelizmente quando se trata de acidentes, essa atitude passiva é um dos piores erros que o homem pode cometer, pois um único evento pode causar lesão irreversível ou até mesmo fatal. Exatamente por isso, os acidentes e doenças do trabalho no Brasil ainda são um problema de saúde pública.

No Brasil, a **CIPA** tem demostrado grande utilidade na prevenção de acidentes e uma visão prelecionista dos empresários. Mesmo com essa evolução, a redução do número oficial de acidentes ainda está longe do ideal. Os acidentes com homens e mulheres ainda são uma situação real diária que causa transtornos tanto para a vítima quanto para quem está como: familiares, colegas de trabalho e amigos.

Quando uma empresa tem a sua capacidade de produção reduzida em consequência de acidentes de trabalho, o que menos importa é a queda da produtividade. O prejuízo real e o lado humano, pois quem sofreu acidente além do trauma físico, ainda sofre perdas pessoais, financeiras e sociais.

Cabe a você despertar o interesse e a consequência de todos que o cercam para que, cada vez mais, saibam como se prevenir de acidentes e doença, não só os ~~que~~ acidentes domésticos, os de trânsito e aqueles que acontecem em locais públicos.

A ideia não é apenas comparar números de mortos com acidentados, nem tirar o valor da vida e do sofrimento que uma tragédia de proporções globais causou. Mas será que o trabalho do dia precisa deixar um saldo como esse?

É como se o Brasil sofresse um Tsunami por ano. Será que o País não precisa também de uma mobilização e ações diretas para reduzir a taxa de acidentes de trabalho?

Pense nisso! Faça a sua parte para a redução dos acidentes de trabalho no Brasil. Você pode, O Brasil merece. E sua Família agradece.

"Você sabia que os números totais de trabalho poderiam ser três vezes maiores, já que apenas os trabalhadores registrados e que recorrem a Previdência Social fazem parte do levantamento".

11.0 - A Prevenção.

Preservar a vida é uma questão de atitude. A prevenção de acidentes é resultado do que você é capaz de fazer para que situações perigosas aconteçam. Você deve estar preparado e pronto para agir. Não espere que uma máquina se preocupe em prevenir você de um acidente. Essa capacidade é exclusivamente humana.

Ver, pensar e agir com conhecimento, rapidez e responsabilidade, é princípios básicos de qualquer forma de prevenção de acidente. Existem atitudes que, quando praticadas consciente, ajudam a prevenir ou evitar problemas. Cabe a você que ter essas atitudes em qualquer atividade que envolva riscos, seja indo para o trabalho, exercendo a sua função na empresa, passeando com a família, ou menos um churrasco em casa.

O objetivo de conhecer essas atitudes não é criar uma paranoia em relação aos riscos ~~a~~ que todos estão expostos diariamente, mas lembrar de que a maioria das situações perigosas pode ser evitada, basta você estar preparado. Não esqueça: os comportamentos corretos são a maior garantia de viver em segurança.

No ambiente de trabalho, a prevenção e a mudança de atitude com relação à segurança ajudaram a promover e também manter um alto grau de bem-estatístico,

mental e social de todos que trabalham naquele local. Outro benefício direto é impedir que danos fossem causados por causa das condições de trabalho, protegendo o trabalhador contra os riscos prejudiciais à saúde.

É importante você saber que esta proteção não fica restrita apenas ao trabalhador. Sua família, seus amigos, seus colegas de trabalho e até o seu futuro também passam a ser protegidos. Não esqueça: quando você previne acidentes, todos saem ganhando. Ao valorizar a sua vida, está valorizando a vida de quem também está próximo.

A sua família depende de você muitas vezes, seus amigos contam com você. E se um acidente acontecer, vai acabar afetando todas as pessoas. Isso sem falar do prejuízo para o seu futuro, pois sem a capacidade de trabalhar, você poderá depender de terceiros. Prevenção também é pensar e no futuro.

11.1 - Tome atitudes preventivas.

Você atravessa a rua sem olhar para dos lados?

Claro que não. Esse é um bom exemplo de que sua atitude faz a diferença. No local de trabalho, “olhe” com atenção para todos os lados e identifique onde, como e quando pode ocorrer um acidente.

Uma dica é fazer quatro perguntas simples:

1. Você ou seu colega estão expostos a alguma fonte de perigo?
2. Você ou seu colega estão em contato com uma fonte de perigo?
3. Qual o tempo e a frequência do contato entre você, seu colega e a fonte de perigo?
4. Qual a distância entre você ou o seu colega e a fonte de perigo?

Ao responder a essas quatro perguntas, você tem condições de concluir que:

A. Quanto maior o tempo de exposição ou de contato com a fonte de perigo, maior será o risco;

B. Quanto maior for à frequência da exposição ao perigo, maior será o risco;
C. Quanto mais próximo da fonte de perigo, maior será o risco.

A fonte de perigo pode ser um equipamento, uma máquina, um instrumento, ou qualquer condição de trabalho perigosa. Basta você identificar e tomar atitudes para diminuir ou mesmo anular o risco. Se você ou seu colega estão expostos ou passaram muito tempo em contato com a fonte de perigo, nunca deixem de trabalhar sem os equipamentos de proteção individual.

Isso pode parecer à solução mais óbvia do mundo, mas a maioria das pessoas não pensam nisso. E, muito menos, tomam uma simples atitude de usar um equipamento que poderia fazer a diferença entre uma mutilação ou apenas mais um dia de trabalho em segurança.

Dentro do conceito de prevenção existem quatro elementos que devem interagir da melhor forma possível para evitar problemas que podem se transformar em acidentes. Ao saber quais são você terá condições de tomar atitudes ou mudar seu comportamento a cada um deles:

1. Pessoas: são os diretos da empresa, os superiores os trabalhadores, os visitantes, os fornecedores o público. Ou seja, o elemento humano, através de suas ações ou omissões;
2. Equipamentos: são as ferramentas e máquinas com que as pessoas trabalham, diretamente ou que se encontram no ambiente de trabalho;
3. Materiais: são as matérias-primas, os produtos químicos e outras substâncias que as empresas usam e processam. Em muitas empresas, 20 a 30 % das lesões são causadas pelo manuseio incorreto de materiais;
4. Ambiente de trabalho: são os elementos presentes no local onde, está sendo realizado o serviço ou a tarefa.

"Você sabia que grande parte dos danos e prejuízos ou instalações se deve aos materiais ou produtos que são derramados indevidamente nos ralos e com isso acabam contaminando o solo e água, além de poderem causar incêndio e explosões".

Sem esquecer o lado humano e preciso exaltar que a prevenção contra acidentes de trabalho não é apenas evitar situações inesperadas e possivelmente perigosas. É uma forma de melhorar continuamente as condições de trabalho, representando também uma grande economia para o país. Os gastos sociais com os acidentes de trabalho

consomem mais da metade das verbas do INSS e quase a metade dos recursos da Previdência Social. Ou seja, custos altíssimos que hoje são destinados à recuperação ou reparação de acidentados poderiam estar sendo usados para melhorar a qualidade de vida do trabalhador.

Vale a pena reforçar: apenas a sua mudança de atitude com relação à prevenção de acidentes é capaz de evitar que situações desagradáveis e fora de controle mudem drasticamente sua vida e da sua família. Além disso, a prevenção é a melhor forma de garantir que as condições do seu trabalho melhorem a cada dia, e o clima dentro da empresa também. Pense nisso! Seja consciente das suas ações, tome atitudes preventivas e cuide da sua vida e da sua família.

12.0 - Ambiente de Trabalho.

Você, muitas vezes, nem percebe que seu local de trabalho, tipo de atividade que executa e o material envolvido podem ser um material prejudicial à sua saúde. E olha que esses riscos são fáceis de ver. E quanto aos outros menos perceptíveis?

Por exemplo: As relações entre pessoas, a características da empresa, as deficiências ergonômicas, a cobrança pelo trabalho, entre outros. Todas essas situações podem comprometer a sua saúde ou dos seus colegas de trabalho em curto, médio e longo prazo. Podem até provocar, doenças e morte.

Ou seja, os riscos do ambiente de trabalho têm relação direta com as pessoas, as atividades, a empresa, exposição ou manipulação de agentes físicos, químicos biológicos, além de situações de esforço físico, intenso.

Levantamento e transporte manual de peso, mobiliário inadequado e posturas incorretas. Para facilitar a identificação, os riscos ambientais foram divididos em cinco grupos: **Riscos Físicos, Químicos, Biológicos, Ergonômicos e de Acidente.**

Cabe a você, após conhecer em detalhe cada um dos cinco grupos, avaliar o ambiente, avaliar o ambiente de trabalho e conhecer os riscos a que os trabalhadores estão expostos. Com este conhecimento você terá condições de decidir se os riscos no ambiente são toleráveis ou não.

Você sabia que a presença de produtos ou agentes nocivos nos locais de trabalho não quer dizer que, obrigatoriamente, existe perigo para saúde? Isso depende da combinação de diversos fatores, por exemplo: a concentração, o nível de toxicidade, tempo de exposição da pessoa ao contaminante e outros.

13.0 – Riscos Físicos.

São fatores ou agentes físicos presentes no ambiente de trabalho que podem afetar a saúde dos trabalhadores como: ruídos, vibrações, radiações, frio calor, pressões anormais, umidade, infrassom e ultrassom.

14.0 – Riscos Químicos.

São todos os agentes químicos que podem contaminar o ambiente de trabalho e provocar danos físicos e mentais aos trabalhadores. São encontrados em duas formas: estado gasoso e suspenso no ar.

Os gasosos, também chamados por distribuídos no ar, são gases e vapores. São formados por partículas sólidas ou líquidas que flutuam dispersas no ar, como poeira, neblina, fumo, névoa e produtos químicos em geral.

Conheça um pouco mais sobre cada um dos agentes químicos:

Gases: estado natural da substância nas condições padrão de temperatura e pressão é facilmente espalhado pelo ar. Por exemplo: gás metano, gás carbônico, monóxido de carbono.

Vapores: estado gasoso de substâncias que nas condições padrão de temperatura e pressão se encontra, no estado sólido ou liquido. Também se espalha facilmente pelo meio ambiente. Por exemplo: Vapor de benzeno.

Poeiras: são partículas sólidas, produzidas mecanicamente por ruptura de partículas maiores. São classificadas em poeiras metálicas, vegetais, alcalinas ou incomodas.

Fumos: são partículas sólidas produzidas por condensação de vapores metálicos. Por exemplo: fumos de ferro nas operações de soldagem.

Névoas: são partículas líquidas produzida por condensação de vapores ou dispersão mecânica de líquidos. Exemplo: névoa resultante do processo de pintura à pistola e o monóxido de carbono liberado pelos escapamentos dos carros.

Neblinas: a principal diferença entre neblinas e névoas é que as neblinas não se difundem no ar, ao contrário tendem a se depositar no chão móvel e máquinas. Exemplo: neblina de ácido sulfúrico. Produtos químicos em geral: são os ácidos, álcool, gasolina e outros.

Todos estes agentes químicos, quando em contato com o corpo humano, podem se exercer dois tipos de ações:

- **Ação localizada** - afeta apenas a região que entrou em contato com os agentes químicos.

- **Ação generalizada** – após o contato os agentes químicos podem ser absorvidos e distribuídos para diferentes órgãos e tecidos. O corpo pode absorver estes agentes por três formas diferentes: respiração, através da pele, quando o agente químico é engolido de forma acidental.

15.0 - Riscos Biológicos.

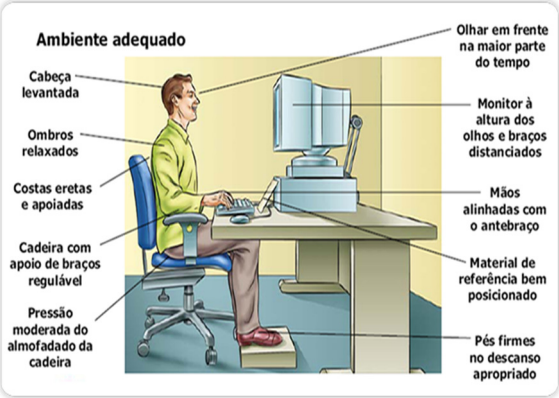
São os riscos associados ao contato do homem com vírus, bactérias, protozoários, fungos, parasitas, bacilos e outras espécies de micro-organismos. Como nos riscos Químicos, também podem entrar no corpo humano por três formas diferentes: respiração, pele e ingestão.

16.0 - Riscos Ergonômicos.

Muita gente acredita que os riscos ergonômicos são apenas uma postura incorreta na hora do trabalho ou utilização de um móvel inadequado. A ergonomia estuda todos os problemas relativos ao é trabalho humano e tem como objetivo preservar e cuidar do bem-estar físico e mental dos trabalhadores.

Isso quer dizer que a organização do trabalho, o esforço físico intenso, o levantamento e transporte manual de peso, o trabalho em turno e contraturno, longas jornadas de trabalho, monotonia ou respectiva controle muitos rígidos de tempo, ritmos excessivos de trabalho e outras situações que causam estresse também riscos ergonômicos.

Agora que você já sabe que riscos ergonômicos vão muito além de trabalhar com o corpo todo e em um móvel errado, você tem condições de identificar no seu local de trabalho quais situações podem trazer prejuízos físicos ou mentais para os trabalhadores e sugerir mudanças que vão preservar a sua saúde, dos seus colegas e melhorar a qualidade de vida de todos.



Além disso, essas sugestões podem garantir um aumento na produtividade. Quem trabalha sem riscos se sente mais tranquilo e, consequentemente, produz mais. Pense nisso e dê atenção especial à ergonomia.

17.0 - Riscos de Acidentes.

Os riscos são os mais variados possíveis e podem se manifestar em diversas condições de construção, instalação e funcionamento. Todos os aspectos relacionados a máquinas, equipamentos, ferramentas e outros materiais de uso são considerados potenciais agentes de acidente.

Os riscos de acidentes podem estar presentes, por exemplo, no espaço onde você trabalha, como um piso escorregadio ou irregular. Também podem estar em materiais ou matérias-primas fora de especificação, em máquinas fora de conformidade ou em equipamentos sem proteção adequada. Ferramentas defeituosas ou inadequadas para o trabalho também representam um perigo. Outros exemplos incluem iluminação inadequada, instalações elétricas provisórias expostas, armazenamento inadequado de produtos, probabilidade de incêndio ou explosão, e até mesmo a presença de animais peçonhentos.

É essencial estar atento a todos esses fatores para garantir um ambiente de trabalho seguro e minimizar o risco de acidentes.

18.0 - Ordem e limpeza.

A ordem e a limpeza fazem parte dos princípios básicos de higiene e são fontes que

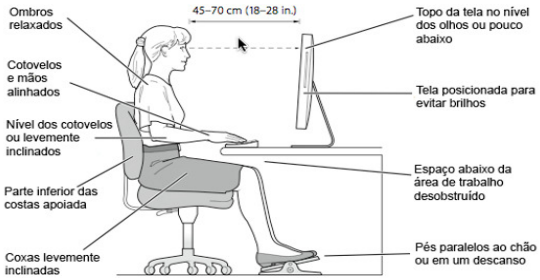
podemos exercer influência positiva ou negativa, sobre o trabalhador. Na verdade, será difícil para alguém que trabalha num lugar sujo e desordenado, estar seguro e para alguém que trabalha neste local estar tranquilo. Já uma boa organização vai à produtividade e reforçar a atitude positiva dos trabalhadores.

Ao contrário do que muitos pensam a ordem e a limpeza no ambiente de trabalho, não são de responsabilidade apenas

da equipe de limpeza, cada trabalhador é responsável por manter limpo e em ordem o seu local de trabalho.

19.0 - Higiene no Trabalho.

Higiene no trabalho e um conjunto de normas e procedimentos que buscam proteger a integridade física e mental do trabalhador e ainda os prevenir dos riscos de saúde relacionados às atividades da função e ao ambiente físico onde trabalha. A higiene do trabalho tem caráter preventivo, pois seus principais objetivos, são a saúde e o conforto do trabalhador evitando que ele adoeça e se ausente provisória ou definitivamente do trabalho.



Além dos objetivos principais, a higiene no trabalho também visa a:

1. Eliminar causa das doenças profissionais;
2. Reduzir os efeitos prejudiciais provocados pelo trabalho em pessoas doentes ou portadoras de defeitos físicos;
3. Prevenir o agravamento de doença e de lesões;
4. Manter a saúde do trabalhador e aumentar a produtividade por meio de controle do ambiente de trabalho

E o Programa de higiene no trabalho envolve:

- **Ambiente físico de trabalho** - a iluminação, ventilação, temperatura e ruídos;
- ***O ambiente psicológico*** – os relacionamentos humanos agradáveis, tipo de atividade agradável e motivadora, estilo de gerência democrático e participativo e eliminação de possíveis fontes de estresse;
- ***Aplicação de princípios de ergonomia*** - máquinas e equipamentos adequados às características humanas, mesas e instalações ajustadas ao tamanho das pessoas e ferramentas que reduzam a necessidade de esforço físico humano;

- ***A saúde ocupacional*** – ausência de doença por meio de assistência médica preventiva;
- **As medidas de controle** – deverão ser adotadas as medidas necessárias suficientes para a eliminação e minimização ou controle dos riscos ambientais.

Todos os elementos do local de trabalho devem estar no seu devido lugar além de estarem limpos. Porém, por si só, esse cuidado não resolve de vez o problema, já que é fácil acontecer de tudo e voltar a ser como era antes em poucos dias. O correto é descobrir as causas que levam à desordem a adotar medidas necessárias para acabar de vez com o problema. É sua responsabilidade realizar inspeções periódicas da ordem e limpeza.

19.1 - Métodos de empilhamento.

Existem métodos de empilhamento de caixas e materiais, você deve levar em conta a altura da pilha dos materiais. A carga permitida por metro quadrado e o lugar. Objetos pequenos devem estar em caixas ou recipientes que facilitem o empilhamento e também o uso desses objetos.

19.2 – Ferramentas.

Fique atento para que todas as ferramentas e também as máquinas manuais estejam organizadas e à disposição dos trabalhadores em paleteiras ou armários. As ferramentas ou máquinas que não são utilizadas constantemente podem ficar em uma sala diferente, mas as de uso continuo devem permanecer no local onde são utilizadas com mais frequência.

19.3 - Remoção de resíduos, restos de sucata.

Tente prever a quantidade de resíduos, restos e sucatas que serão produzidas para saber como serão retirados do local. Um bom exemplo é distribuir tambores metálicos ou gaveta pelo ambiente de trabalho. Uma solução simples que garante uma melhoria significa da ordem e limpeza.

19.4 – Vazamentos.

A maioria das máquinas precisa de lubrificação para funcionar. Por mais novas que sejam ou passem por constante manutenção podem apresentar pequenos vazamentos de óleo ou graxa. Neste caso, potes e bandejas com serragem, colocados embaixo destes vazamentos são suficientes para evitar acidentes.

20.0 - Cores das máquinas.

O uso de cores leves e agradáveis, por exemplo: azul, verde para pintar as máquinas ajuda não só na preservação e manutenção como na prevenção de acidentes. Uma boa dica é pintar as partes fixas das máquinas com cor leve. E as partes móveis, com uma cor marcante, por exemplo, o alaranjado. Assim os trabalhadores afastam-se instantaneamente das partes móveis e que provocam ferimentos.

21.0 - Pintura do ambiente.

Ainda é comum encontrar em empresas e fábricas, muros, tetos, lâmpadas e janelas com sujeira acumulada, isso diminui a luminosidade do ambiente e aumenta o risco de acidentes. Além disso, um lugar sujo ou escuro acaba por afetar negativamente o humor dos trabalhadores. Cabe ao participante da CIPA sugerir pintura branca no teto e nas paredes a partir dos 3 metros podem ser usadas cores suaves como azul ou verde claro. Isto vai melhorar muito a sensação de limpeza e ordem.

22.0 – Sinalização.

A sinalização e um fator importante para a ordem e limpeza do ambiente. Pintar corredores, demarcar áreas para armazenamento, colocar placas indicativas e de utilização, além de evitar acidentes contribui com a organização do local.
Não esqueça: quem trabalha em um ambiente claro, sem sujeiras, onde não tem ferramentas fora de lugar os materiais estão guardados e bem empilhados, as máquinas estão limpas e seu posto de trabalho organizado será mais cuidadoso e vai fazer o que estiver ao seu alcance para manter a ordem e limpeza.

Lembretes importantes

- Não deixe materiais ou peça soltos pelo caminho. Coloque-os em lugar seguro, onde não atrapalhem.

- Recolha os objetos com arames, pregos ou objetos ponte agudos. Você pode ser o próximo a se machucar.

- Limpe o óleo ou graxa, você ou qualquer um dos seus colegas pode cair.

- Mantenha os materiais organizados e as ferramentas em locais seguros.

- Não bloqueie corredores, escadas, portas, ou saídas de emergência tipo de materiais.

23.0 - Equipamentos de Proteção Individual.

A evolução da ciência e tecnologia, ao mesmo tempo em que aumentou os riscos de acidente e doenças de trabalho, ajudou a desenvolver uma série de medidas de controle e equipamentos de proteção individual e coletiva. Os EPC´s são medidas ou equipamento de proteção coletiva que protegem muitos trabalhadores ao mesmo tempo. Já os EPI's – Equipamento de Proteção Individual – São todos os dispositivos de uso individual, destinados à proteção de uma pessoa.

Os EPI's devem ser usados quando não for possível eliminar o risco através de medidas ou equipamentos de proteção coletiva e quando for necessário complementar essa proteção.

23.1 - A escolha do EPI.

A escolha do EPI é feita por pessoal especializado, que conhece não apenas o equipamento, como também a condição em que o trabalho é executado. Esses profissionais conhecem também o risco, a parte do corpo a serem protegidas, as características e qualidades técnicas do EPI, sabem se o equipamento possui Certificado de Aprovação – CA- do Ministério do Trabalho e Emprego e, principalmente, o grau de proteção que o equipamento deverá proporcionar.

Tipo de Proteção	Finalidade	Equipamento Indicado
Para a cabeça	Riscos de quedas de objetos, batidas, cabelos arrancados.	Capacete de Segurança
Para olhos, nariz e boca.	Riscos de partículas, respingos de produtos químicos, radiação calorífica ou luminosa, gases ou outras substâncias nocivas que sejam absorvidas pelas vias respiratórias.	Óculos de segurança, máscaras, escudos, respiradores com filtros.
Para os ouvidos	Para níveis de ruído acima do limite de tolerância.	Protetores auriculares de inserção ou externos, tipo fone de ouvido.
Para braços, mãos e dedos.	Contra materiais perfuro cortantes, abrasivos, escoriantes, térmicos, elétricos, químicos, biológicos e radiantes.	Luvas e mangas de malha de aço, de borracha, de neoprene, de vinil, de lona, de couro, de raspa.
Para o tronco	Contra vários tipos de agentes agressores, sejam físicos, químicos ou biológicos.	Aventais de couro, de PVC, plásticos ou específicos como o chumbo para a proteção de agentes radioativos.
Para pernas e pés	Contra riscos de quedas de objetos, choques elétricos, batidas contra e vários tipos de agentes agressores.	Perneiras, botas e calçados especiais.
Para o corpo todo	Contra quedas ou impactos.	Cintos de segurança travam quedas, coletes protetores.

Existem obrigações legais quanto ao uso e a distribuição dos EPI's, tanto para o empregador quanto para o trabalhador.

23.2 - Cabe ao empregador:

- Adquirir o tipo de equipamento adequado à atividade do empregado.
- Orientar o trabalhador sobre o seu uso.
- Fornecer gratuitamente ao empregado somente EPI aprovado pelo Ministério do Trabalho e Emprego através do Certificado de Aprovação – CA.
- Tornar uso obrigatório.
- Substituir sempre que estiver danificado ou for extraviado.
- Comunicar ao funcionário qualquer alteração que torne o EPI impróprio para o uso.

Segurança do Trabalho.

Doença, acidente ou morte são acontecimentos que geralmente fazem as pessoas perguntarem:

"Por que tinha que ser assim?"

Não tinha. Faltou prevenção, faltou cuidado, faltou organização, faltou conhecimento. E para você, após estudar esta apostila, ouvir algo como: "Tinha que acontecer" vai soar como se o tempo que você dedicou a aprender sobre segurança e prevenção de acidentes foi tempo perdido.

Na verdade, todos os acidentes podem ser evitados se providências forem tomadas com antecedência, com compromisso e responsabilidade. Segundo a CLT, acidente de trabalho é aquele que acontece no exercício do trabalho a serviço da empresa, provocando lesão corporal ou perturbação funcional, podendo causar morte, perda ou redução permanente ou temporária da capacidade para o trabalho.

Também são considerados acidentes de trabalho

- O acidente que acontece quando você está prestando serviços por ordem da empresa fora do local de trabalho;
- O acidente que acontece quando você estiver em viagem a serviço da empresa;
- No horário do almoço, descanso e até mesmo quando você vai ao banheiro no local ou durante o horário de trabalho.
- O acidente que ocorre no trajeto entre a casa e o trabalho para casa;

As doenças decorrentes do trabalho também são consideradas como acidente de trabalho. São elas:

- ***Doença Ocupacional*:** É aquela que acontece pelo exercício do trabalho necessário a determinada atividade.
- ***Doença do Trabalho*:** É a doença adquirida ou desencadeada em função das condições em que o trabalho é realizado.

Você sabia que o trabalho com a manipulação de areia, sem a devida proteção, pode levar ao aparecimento de uma doença chamada Silicose e que a própria atividade de trabalho basta para comprovar a relação de causa e efeito entre a atividade e a doença? Este é um exemplo de Doença Ocupacional.

Você sabia que o trabalho em um local com muito ruído e sem a proteção recomendada pode causar aparecimento de surdez? Neste caso, é preciso comprovar a relação de causa e efeito entre o trabalho e a doença. Este é um exemplo de Doença do Trabalho.

24.0 - Causas de Acidentes.

Na maioria das vezes, os acidentes são causados. Isso mesmo! Provocados. O que significa que podem ser evitados com a simples eliminação a tempo de sua causa.
E aqui está um novo conceito que vale a pena você se lembrar de sempre: **Causa é qualquer fator que se removido antecipadamente teria evitado o acidente.**

E as causas podem surgir de fatores pessoais, ou seja, atos inseguros que dependam do homem ou de fatores materiais que são as condições inseguras existentes no local de trabalho**.**

Estudos feitos no Brasil e também no exterior mostram que a maioria dos acidentes e doença do trabalho ocorre, principalmente por:

- Falta de planejamento e comprometimento com a segurança;
- Falta de cumprimento da legislação;
- Não conhecer os riscos existentes no local de trabalho;
- Falta de orientação, organização no serviço ou treinamento adequado;
- Falta de arrumação, higiene e limpeza;
- Utilização de drogas no ambiente de trabalho;
- Falta de sinalização sonora ou visual sobre os riscos;
- Prática do famoso jeitinho brasileiro, a famosa gambiarra;
- Utilização de máquinas e equipamentos antigos ou defeituosos;
- Utilização de ferramentas inadequadas;
- Iluminação deficiente;
- Utilização de escadas, rampas e acessos sem proteção coletiva adequada;
- Utilização de instalações elétricas precárias ou defeituosas;
- Presença de ruídos, vibrações, calor ou frio excessivo.

Quando se trata apenas do homem e suas atitudes, a melhor forma de identificar falha é conhecer alguns comportamentos ou mesmo fatores que podem levar a ocorrência de atos inseguros. A lista a seguir, serve como referência para estudar nessa identificação. Lembre-se: Sua capacidade de observação é a sua maior aliada nessa identificação.

1- Quando o trabalhador não se adapta a função por:

- Sexo;
- Idade;
- Tempo de reação e estímulos;
- Coordenação motora;
- Instabilidade Emocional;
- Extroversão;
- Introversão;
- Agressividade;
- Impulsividade;
- Níveis de Inteligência;
- Grau de Instrução

2- Quando existem fatores e circunstâncias:

- Problemas Familiares;
- Abalos emocionais;
- Discussão com colegas;
- Alcoolismo;
- Grandes preocupações;
- Doença;
- Cansaço.

3- Quando não conhece os riscos ou forma de evitá-las:

- Não forem bem selecionados;
- Não tiverem treinamentos;
- O treinamento não foi suficiente.

4- Quando não se ajusta às condições de trabalho:

- Problemas com chefia;
- Problemas com colegas;
- Política salarial;
- Política de promoções;
- Clima de insegurança.

5- Quando a personalidade não ajuda o relacionamento:

- Pessoa desleixada;
- Típico machão;
- Exibicionista calado;
- Exibicionista falante;
- Desatento;
- Brincalhão.

De maneira geral, você deve saber que quanto mais grave for o acidente ou a sua consequência, mais complexa será a sua comunicação.

Para facilitar, veja as seguintes situações:

1º - Caiu uma caixa com material leve de pilha. Não atingiu ninguém. **Acidente sem lesão.** Se você não fizer nada, outra caixa pode cair novamente e acabar atingindo alguém. Não seja indiferente e nem cúmplice de um acidente. Procure identificar à causa para evitar que isso se repita. Comunique ao encarregado do setor, ao chefe do departamento, à CIPA e quando existir, ao Serviço Especializado de Segurança do Trabalho.

2º - Um trabalhador fecha a porta do armário de ferramentas na própria mão. **Acidente com lesão leve e sem afastamento**. Além de avisar ao encarregado do setor, ao chefe do departamento, à CIPA e quando existir, ao Serviço Especializado de Segurança do Trabalho, o médico ou o enfermeiro também será envolvido nesta comunicação.

3º - Ao descer do ônibus na entrada da empresa, o trabalhador cai e fratura o pé. **Acidente com afastamento provocado por uma incapacidade temporária**. É preciso comunicar verbalmente à chefia imediata que deverá comunicar por escrito ao departamento de segurança, ou CIPA.
Cabe à empresa comunicar a Previdência Social o ocorrido, no máximo, até o dia seguinte ao acidente.

Lembre-se: A comunicação de um acidente segue uma ordem lógica de hierarquia. Se sua empresa não tem tantos departamentos ou chefes, comunique verbalmente ao seu superior um acidente ocorrido com você ou com seu colega. Use o bom senso. Para prevenir acidentes é melhor pecar pelo excesso do que por falha ou omissão.

25.0 - Mapa de Riscos.

Até aqui você aprendeu sobre a história dos acidentes de trabalho, as formas de prevenção, o ambiente de trabalho, os riscos e as causas dos acidentes e doenças, a comunicação do acidente. Depois de todos esses conhecimentos, chegou a hora de começar a aplicá-los na prática. O primeiro passo é aprender a fazer o Mapa de Riscos.
O Mapa de Riscos é uma das formas mais simples de avaliação dos riscos no local de trabalho. É a representação gráfica por meios de círculos de cores e tamanhos diferentes. É fácil de fazer e entender.
O Mapa de Riscos é feito pelos próprios trabalhadores, já que ninguém conhece melhor o trabalho e o setor do que o próprio trabalhador. Depois de pronto, deve ser exposto em local a que todos os trabalhadores da empresa tenham acesso.

Você utiliza círculos com cores para identificar o tipo de riscos e o tamanho do círculo para representar a gravidade do risco.

Círculo Pequeno: Risco pequeno ou risco médio já protegido.

Círculo Médio: Risco que pode ser controlado, mas gera relativo incômodo.

Círculo Grande: Risco que pode matar mutilar, gerar doenças e que não dispõe de mecanismo para redução, neutralização ou controle.

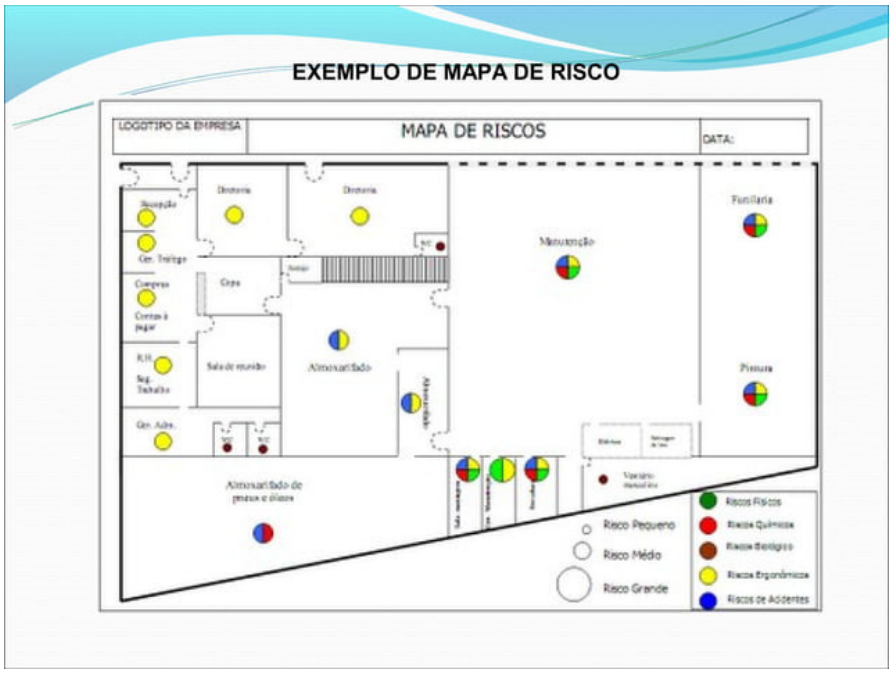


Tabela de Riscos

- **Riscos Químicos**
- **Riscos Físicos**
- **Riscos Biológicos**
- **Riscos Ergonômicos**
- **Riscos de Acidentes**

Símbolo	Proporção	Tipos de Riscos
●	4	Grande
●	2	Médio
●	1	Pequeno

25.1 - Etapas para fazer o Mapa de Riscos.

1º Conheça o processo de trabalho, o número de trabalhadores, a idade, o sexo, a jornada, treinamento recebido, os equipamentos, instrumentos e materiais de trabalho, as atividades exercidas e o ambiente.

2º Identifique os agentes de riscos existentes no local que está sendo avaliado, conforme a tabela de classificação dos riscos ambientais.
3º Identifique as medidas preventivas que existem e se oferecem proteção coletiva, proteção individual, organização do trabalho, higiene e conforto.

4º Olhe com muita atenção para a área a ser avaliada. Agora imagine que está vendo esta área de cima. Faça o Mapa de Riscos sobre o desenho do local de trabalho. O ideal é que seja feito sobre uma planta do local. Indique através do círculo:

- O grupo a que pertence o risco, conforme as cores da tabela.
- Anote dentro do círculo o número de trabalhadores expostos ao risco;
- Anote também dentro do círculo a especificação do agente (por exemplo: amônia, ácido clorídrico; ou ergonômico – repetitividade, ritmo excessivo);
- Conforme a intensidade do risco faça círculos maiores ou menores. Lembre-se: a percepção dos trabalhadores vai ajudar a definir se o risco é pequeno, médio ou grande.

A lista a seguir serve como guia de avaliação preliminar dos riscos na empresa. Assinale as situações que você encontra na sua empresa ou local de trabalho.

Piso escorregadio	Poeira intensa	Remédios
Trabalho em altura	Calor – Forno	Instrumentos de corte
Trabalho com eletricidade	Fria – Câmara	Armas de fogo
Trabalho com corte de material	Escada sem corrimão	Gás sobre pressão
Trabalho com agulhas	Carga suspensa	Substâncias químicas corrosivas
Consumo de drogas ou álcool	Transporte e carregamento	Líquidos Fervendo
Vibração	Gás Pressurizado	Elevadores para transportes de pessoas ou cargas
Ruídos	Improvisações	Má visibilidade
Veneno líquido	Inflamáveis	Falta de Sinalização
Veneno Gás	Explosivos	Inexistência de sinal sonoro
Trabalho em pé	Picadas de escorpião, aranha ou cobra.	Produtos de limpeza
Trabalho sentado	Cigarros	Fósforo
Mordedura de animais	Velas	Chuveiros e torneiras Elétricas

26.0 - Inspeção de Segurança.

Este é o segundo conceito prático que você vai aprender: a inspeção de segurança, ou seja, a procura pelos riscos comuns de acidentes. Quando você identifica um risco que pode causar um acidente, fica fácil encontra uma solução para evitá-lo. Veja quais os riscos mais comuns que você pode encontrar em uma inspeção de segurança:

- Falta de proteção nas máquinas;
- Falta de ordem e limpeza;
- Mau estado das ferramentas;
- Iluminação e instalações elétricas deficientes;
- Pisos escorregadios ou mal conservados;
- Falta de portas ou portas obstruídas;
- Falta de outros meios de saída;
- Falta de EPI'S adequados;
- Prática de atos inseguros.

O membro da CIPA é quem realiza as inspeções de segurança. Mas todos os funcionários podem e devem contribuir para a Segurança no Trabalho. Por exemplo: Um operador recebe uma ferramenta manual avariada. Ele deverá substituir imediatamente esta ferramenta, já que notou seu defeito visualmente. Não tem motivo para ele aguardar uma inspeção geral das ferramentas. Isso vai facilitar o trabalho e ainda evitar um possível acidente. Afinal, outro trabalhador poderia não notar o defeito e utilizar esta ferramenta.

As inspeções de segurança devem ser coordenadas pelo Serviço de Segurança. É recomendada a presença de chefes e encarregados de setor, médico do trabalho, engenheiro de segurança, técnico de segurança e, claro, dos participantes e membros da CIPA de cada setor. Nas empresas que não possuem o serviço de segurança, a

coordenação das inspeções é responsabilidade da CIPA. As inspeções de segurança são divididas em:

a) ***Inspeções gerais*** **–** Todas as áreas são examinadas e deve ser feito um levantamento total das condições operacionais na empresa. Pode ser feita mensalmente, mas de acordo com as características de cada empresa, esse período poderá ser maior ou menor;
b) ***Inspeções Parciais*** **-** São inspeções restritas, limitando-se apenas a verificar as condições de segurança em determinadas áreas, atividades ou mesmo equipamentos especiais existentes;
c) ***Inspeções de Rotina*** **–** São as inspeções constantes de todos os trabalhadores, do pessoal de manutenção, dos membros da CIPA e dos setores de segurança;
d) ***Inspeções Eventuais*** **–** São as inspeções realizadas sem data ou período agendado e com o envolvimento do pessoal técnico da área;
e) ***Inspeções Oficiais*** **–** São as inspeções efetuadas pelos órgãos governamentais de trabalho ou da Previdência Social.

Outro conceito prático que o membro da CIPA deve saber é como funciona a investigação de acidentes de trabalho. São muitos os elementos a serem coletados e identificados para que uma investigação de acidentes seja completa. Para que você tenha sucesso ao investigar um acidente, o ideal é marcar, listar e, até mesmo, fotografar todas as evidências, por menores que sejam. Só assim será possível ter um panorama geral do ocorrido e também das informações que o ajudem a descobrir o porquê do acidente. Os passos a seguir podem ser adaptados à realidade de cada empresa e também de cada acidente, mas são os procedimentos mínimos para uma investigação:

a) Identificar as provas;
b) Identificar fatores que contribuíram para o acidente;
c) Fotografar ou fazer um esboço da área do acidente;
d) Fazer anotações;
e) Conversar com quem presenciou o acidente.

26.1 - Medidas de Controle.

São medidas necessárias para a eliminação e a minimização dos riscos ocupacionais. Quando comprovado pelo empregador ou instituição a inviabilidade técnica da adoção de medidas de proteção coletiva, ou quando estas não forem suficientes ou encontrar-se em fase de estudo, planejamento ou implantação, ou ainda em caráter complementar ou emergencial, deverão ser adotadas outras medidas, obedecendo-se a seguinte hierarquia:

26.2 - Medidas de caráter administrativo ou de organização do trabalho.

Utilização de equipamento de proteção coletiva - **EPC** e individual - **EPI**. Devem-se identificar os riscos por meio de pesquisas e estudo, principalmente por intermédio de inspeções de segurança, investigação, análise dos acidentes e análise de risco, realizadas pelo **SESMT** – Serviço de Segurança e Medicina do Trabalho. Segue-se a necessidade de se investir no controle dos mesmos, considerando três alternativas básicas de controle.

- **Eliminação do risco.**
- **Neutralização do risco.**
- **Sinalização do risco.**

26.3 - Eliminação do risco.

Os acidentes se previnem com a aplicação de medidas específicas de segurança, selecionadas de forma a estabelecer maior eficácia na prática. Como primeira opção deveu analisar a viabilidade técnica da eliminação do risco.

Exemplo: Uma escada com piso escorregadio apresenta um sério risco de acidente. Este risco poderá ser eliminado com a troca do material do piso, antes escorregadio, por outro, emborrachado e antiderrapante. Com essa medida o risco foi definitivamente eliminado e os trabalhadores protegidos.

26.4 - Neutralização do risco.

Existem problemas que impedem a eliminação do risco existente. Como por exemplo, podemos citar as partes móveis de uma máquina: polias, engrenagens etc. Não é possível suprimir tais partes do equipamento, o que é possível fazer é neutralizar o risco com uma proteção coletiva (proteções).

26.5 - Sinalização do risco.

Caso as duas possibilidades descritas acima, não sejam aplicáveis, devemos sinalizar a possibilidade de um acidente. Geralmente isso é feito com placas, fitas, cavaletes etc.

Exemplo: Uma placa dizendo "***PISO ESCORREGADIO".***

De forma geral, a investigação é uma avaliação objetiva de todos os fatos, imagens, depoimentos, opiniões e informações relacionadas ao acidente. Outro fator importante é que a avaliação seja feita o quanto antes. Ou seja, no menor tempo possível entre o acontecido e o início da investigação. No mais, a investigação de um acidente é um trabalho em grupo, onde não há hierarquias. A confiança é total assim como a transparência na investigação. Lembre-se: **Investigar acidentes não é buscar culpados.** É aprender com os próprios erros e encontrar as formas de evitar que o acidente volte a acontecer.

27.0 - Investigação e Análise dos Acidentes.

Acidente do Trabalho - Conceito Legal

Acidente do trabalho é o que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa, com o segurado empregado, trabalhador avulso, médico residente, bem como com o segurado especial no exercício de suas atividades, provocando lesão corporal ou perturbação funcional que cause a morte, a perda ou redução, temporária ou permanente, da capacidade para o trabalho.

Acidente do Trabalho - Conceito Técnico (Prevencionista)

É uma ocorrência não programada, inesperada ou não, que interrompe ou interfere no processo normal de uma atividade, ocasionando perda de tempo útil e/ou lesões nos trabalhadores e/ou danos materiais.

A investigação das causas dos acidentes ocorridos

Tem por objetivo descobrir suas causas para que se possa, por meio da eliminação das mesmas, evitar sua repetição. Essa investigação envolve três fases:

- Coleta de informações;
- Diagnóstico da ocorrência;
- Proposta de medidas corretivas.

Para buscar as causas que contribuíram ao acidente é importante:

- Conversar com o acidentado;
- Conversar com colegas do setor ou que presenciaram o acidente;
- Conversar com o coordenador do turno;
- Conversar com o serviço médico que atendeu o acidentado;
- Observar cuidadosamente o local onde ocorreu o acidente.

Coletadas as informações, incluindo fatores que precederam e sucederam ao acidente, poderemos comparar os depoimentos, e apurar as causas reais e propor esforços para a eliminação das mesmas.

Em resumo, as investigações de acidente visam a apurar:

- O que aconteceu;
- Como aconteceu;
- Por que aconteceu;
- Como poderia ter sido evitado o acontecido.

Fatores Determinantes dos Acidentes do Trabalho

Os acidentes de trabalho são decorrentes de uma multiplicidade de causas. Por isso, neste item, procuraremos demonstrar os diversos fatores que favorecem a sua ocorrência. Esta multiplicidade exige uma análise séria de fatores ambientais, humanos e materiais, a saber:

- Os fatores ambientais de riscos desencadeados em períodos diversos, gerando condições perigosas, insalubres e penosas;
- Os critérios de saúde adotados pela pessoa e pela empresa;
- Os maus hábitos com relação à proteção pessoal diante dos riscos;
- O desconhecimento dos riscos de determinadas operações;
- O valor dado à própria vida;
- O excesso de autoconfiança ou irresponsabilidade;
- A organização a pressão para produzir;
- O imediatismo e a ausência de treinamento adequado.

Devemos ainda nos lembrar de que:

- Os fatos não ocorrem por acaso, eles sempre fazem parte de um contexto e surgem a partir de processos a ele relacionados.

- Todas as pessoas, em condições normais, possuem instintivamente o desejo de manter a sua integridade física e psíquica, e, portanto, não desejam se acidentar.
- Há situações de risco e que predispõem à ocorrência de um acidente. Estas devem ser neutralizadas.
- A prevenção de acidentes necessita da colaboração de todos para o benefício de cada um, dentro e fora da empresa.

Legislação

É de conhecimento de todos que viver em sociedade exige regras básicas de comportamento para a sobrevivência das pessoas. Essas regras também são necessárias para assegurar a boa convivência e também a paz social. No trabalho isso não é diferente. Também existem regras a serem cumpridas.

Responsabilidade Legal

O acidente e a doença do trabalho podem gerar responsabilidades penais, civis, administrativas e trabalhistas. Na visão jurídica, os acidentes e doenças em consequência do trabalho, em sua maioria, ocorrem devido à culpa, ação ou omissão de alguém que não deseja o dano, mas ele ocorre pela falta de previsão daquilo que é perfeitamente presumível. O ato culposo é aquele praticado por negligência, imprudência ou imperícia.

Exemplo: Conduzir veículo, operar máquina ou equipamento sem possuir habilitação, curso ou treinamento adequado e obrigatório.

A responsabilidade do empregador encontra-se definida, principalmente na legislação citada a seguir:

28.0 - Constituição Federal, de 05 de outubro de 1988.

Capítulo II – **Dos direitos sociais.**

Artigo 7- São direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, além de outros que visem à melhoria de sua condição social.

Incisos:

- XXXIII – Redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança;

- XXVIII – Seguro contra acidentes de trabalho, a cargo do empregador, sem excluir a indenização a que este está obrigado, quando incorrer em dolo ou culpa;

28.1 - Código Civil Brasileiro, Lei 10.406 de 11/01/2002.

Artigo 129 – Ofender a integridade corporal ou a saúde de outrem.

Artigo 132 – Expor a vida ou a saúde de outrem a perigo eminente.

Artigo 135 – Deixar de prestar assistência, quando possível sem risco pessoal, à pessoa ferida ou em grave e/ou eminente perigo.

Artigo 186 – Aquele que, por ação ou omissão, negligência ou imprudência, violar direito e causar dano a outrem, ainda que exclusivamente moral, comete ato ilícito.

Artigo 927 – Aquele que, por ato ilícito (art. 186 e 187), causar dano a outrem, fica obrigado a repará-lo.

Parágrafo único – Haverá obrigação de reparar o dano, independentemente da culpa, nos casos específicos em lei, ou quando normalmente desenvolvida pelo autor do dano implicar, por sua natureza, risco para os direitos de outrem.

28.2 - Regulamento da Previdência Social.

Conheça os artigos relacionados à segurança e saúde no trabalho de acordo com o Regulamento de Benefícios da Previdência Social e seus decretos.

Acidente de Trabalho é o que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa ou pelo exercício do trabalho dos segurados, provocando lesão corporal ou perturbação funcional que causa a morte ou a perda ou redução, permanente ou temporária, da capacidade para o trabalho.

Consideram-se acidente de trabalho, nos termos do artigo anterior, as seguintes entidades mórbidas:

I – Doença Profissional, assim entendida a produzida ou desencadeada pelo exercício do trabalho peculiar a determinada atividade e constante da respectiva relação elaborada pelo Ministério do Trabalho e da Previdência Social;
II – Doença do Trabalho, assim entendida a adquirida ou desencadeada em função de condições especiais em que o trabalho é realizado e com ele relacione diretamente, constante da relação mencionada no inciso I.

Parágrafo 1º: Não são consideradas como doença do trabalho:

a) A doença degenerativa;
b) A inerente à grupo etário;
c) A que não produza incapacidade laborativa;
d) A doença endêmica adquirida por segurado habitante de região em que ela se desenvolva, salvo comprovação de que é resultante de exposição ou contato direto determinado pela natureza do trabalho.

Parágrafo 2º: Em caso excepcional, constatando-se que a doença não inclua a relação prevista nos incisos I e II deste artigo resultou nas condições especiais em que o trabalho é executado e com ele se relaciona diretamente, a Previdência Social deve considerá-la acidente de trabalho.

Equiparam-se também ao acidente do trabalho:

I – O acidente ligado ao trabalho que, embora não tenha sido a causa única, haja contribuído para a morte do segurado, para redução ou perda da sua capacidade para o trabalho, ou produzido lesão que exija atenção médica para sua recuperação;
II – O acidente sofrido pelo segurado no local e no horário de trabalho, em consequência de:

a) Ato de agressão, sabotagem ou terrorismo praticado por terceiros ou companheiro de trabalho;

b) Ofensa ou agressão física intencional, inclusive de terceiro, por motivo de disputa relacionada ao trabalho;
c) Ato de imprudência, de negligência ou de imperícia de terceiro ou de companheiro de trabalho;
d) Ato de pessoa privada do uso da razão;
e) Desabamento, inundação, incêndio e outros casos fortuitos ou decorrentes de força maior.

III – A doença proveniente da contaminação acidental do empregado no exercício de sua atividade.
IV – O acidente sofrido pelo segurado ainda que fora do local e horário de trabalho:

a) Na execução de ordem ou a realização de serviços sob a autoridade da empresa;
b) Na prestação espontânea de qualquer serviço à empresa para lhe evitar prejuízo ou proporcionar proveito;
c) Em viagem a serviço da empresa, inclusive para estudo quando financiada por estar dentro de seus planos para melhor capacitação da mão de obra, independentemente do meio de locomoção utilizado, inclusive de propriedade do segurado;

Parágrafo 1º: Nos períodos destinados à refeição ou descanso, ou por ocasião da satisfação de outras necessidades fisiológicas, no local do trabalho ou durante este, o empregado é considerado no exercício do trabalho.

Parágrafo 2º: Não é considerada agravação ou complicação de acidente do trabalho a lesão que, resultante de acidente de outra origem, se associe ou se superponha às consequências do anterior.

Art. 23: Considera-se como dia do acidente, no caso de doença profissional ou do trabalho, a data do início da incapacidade laborativa para o exercício da atividade habitual, ou o dia segregação compulsória, ou o dia em que for realizado o diagnóstico, valendo para este efeito o que ocorrer primeiro.
Art. 25: O regime Geral da Previdência Social compreende as seguintes prestações, expressas em benefícios e serviços:

I – Quanto ao segurado:

a) Aposentadoria por invalidez;
b) Aposentadoria por idade;
c) Aposentadoria por tempo de contribuição;
d) Aposentadoria especial;
e) Auxílio doença;
f) Salário família;
g) Salário maternidade;
h) Auxílio acidente;

II – Quanto ao dependente:

a) Pensão por morte;
b) Auxílio reclusão.

III – Quanto ao segurado e dependente: Reabilitação profissional.

O auxílio acidente será concedido, como indenização, ao segurado empregado, exceto o doméstico, ao trabalhador avulso e ao segurado especial quando, após a consolidação das lesões decorrentes de acidentes de qualquer natureza, resultar sequela definitiva, conforme as situações discriminadas nas relações das situações que dão direito ao auxílio acidente, que implique:

I – Redução da capacidade para o trabalho que habitualmente exerciam;
II – Redução da capacidade para o trabalho que habitualmente exerciam e exijam maiores esforços para o desempenho da mesma atividade que exerciam a época do acidente; ou.
III – Impossibilidade de desempenho da atividade que exerciam a época do acidente, porém, permita o desempenho de outra, após processo de reabilitação profissional, nos casos indicados pela perícia médica do Instituto Nacional de Seguro Social (INSS).

O auxílio acidente mensal corresponderá a cinquenta por centro do salário de benefício que deu origem ao auxílio doença do segurado, corrigido até o mês anterior

ao do início do auxílio acidente e será devido até a véspera de início de qualquer aposentadoria ou até a data do óbito do segurado.

O auxílio acidente será devido a contar do dia seguinte da cessação do auxílio doença, independentemente de qualquer remuneração ou auferido pelo acidentado, vedada a sua acumulação com qualquer aposentadoria.

O recebimento de salário ou concessão de outro benefício, exceto aposentadoria, não prejudicará a continuidade do recebimento do auxílio acidente.

Não dará ensejo ao benefício a que se refere a este artigo o caso:

I – Que apresente danos funcionais ou redução da capacidade funcional sem repercussão na capacidade laborativa; e.

II – De mudança de função, mediante readaptação promovida pela empresa, como medida preventiva, em decorrência de inadequação do local de trabalho.

Parágrafo 5º: A perda da audição, em qualquer grau, somente proporcionará a concessão do auxílio acidente quando, além do reconhecimento do nexo entre o trabalho e o agravo, resultar, comprovadamente, na redução ou perda da capacidade para o trabalho que o segurado habitualmente exercia.

Parágrafo 6º: No caso de reabertura de auxílio-doença por acidente de qualquer natureza que tenha dado origem a auxílio acidente, este será suspenso até a cessação do auxílio-doença reaberto, quando será reativado.

Parágrafo 7º: Cabe a concessão de auxílio acidente oriundo de acidente de qualquer natureza ocorrido durante o período de manutenção da qualidade de segurado, desde que atendidas às condições inerentes à espécie.

Parágrafo 8º: Para fins do disposto no caput considerar-se-á a atividade exercida na data do acidente:

Art. 337 – O acidente do trabalho será caracterizado tecnicamente pela perícia médica do INSS, mediante a identificação do nexo entre o trabalho e o agravo.

I – O acidente e a lesão;
II – A doença e o trabalho;
III – A causa mortis e o acidente.

O setor de benefícios do Instituto Nacional do Seguro Social reconhecerá o direito do segurado à habilitação do benefício acidentário. Será considerado agravamento do acidente aquele sofrido pelo acidentado quando estiver sob a responsabilidade da reabilitação profissional.

Considera-se estabelecido o nexo entre o trabalho quando se verificar nexo técnico epidemiológico entre a atividade da empresa e a entidade mórbida motivadora da incapacidade, elencada na Classificação Internacional de Doenças – CID em conformidade com o disposto na Lista do C do Anexo II do Regulamento de Previdência Social.

Para fins deste artigo, considera-se agravo à lesão, doença, transtorno de saúde, distúrbio, disfunção ou síndrome de evolução aguda, subaguda ou crônica, de natureza clínica ou subclínica, inclusive morte, independentemente do tempo de latência.

Reconhecidos pela perícia médica do INSS deixará de aplicar o disposto no Parágrafo Terceiro quando demonstrada a inexistência de nexo entre o trabalho e o agravo, na forma do Parágrafo Terceiro, serão devidas as prestações acidentárias a que o beneficiário tenha direito.

A perícia médica do INSS deixará de aplicar o disposto no Parágrafo Terceiro quando demonstrada a inexistência de nexo entre trabalho e o agravo, sem prejuízo do disposto nos parágrafos 7º e 12º.
A empresa poderá requerer ao INSS a não aplicação do nexo técnico epidemiológico ao caso concreto mediante a demonstração de inexistência de correspondente nexo entre o trabalho e o agravo.

O requerimento de que trata o parágrafo 7º poderá ser apresentado no prazo de 15 dias da data para a entrega, na forma do inciso IV do art. 225, da GFIP que registre a movimentação do trabalhador, sob pena de não conhecimento da alegação em instância administrativa.

Caracterizada a impossibilidade de atendimento ao disposto no parágrafo 8º, motivada pelo não conhecimento tempestivo do diagnóstico do agravo, o requerimento de que trata o parágrafo 7º poderá ser apresentado no prazo de 15 dias da data em que a empresa tomar ciência da decisão da perícia médica do INSS referida no parágrafo 5º.

Juntamente com o requerimento de que tratam os parágrafos 8º e 9º, a empresa formulará as alegações que entender necessárias e apresentará as provas que possuir demonstrando a inexistência de nexo entre o trabalho e o agravo.

A documentação probatória poderá trazer, entre outros meios de prova, evidências técnicas circunstanciadas e tempestivas à exposição do segurado, podendo ser produzidas no âmbito de programas de gestão de risco, a cargo da empresa, que possuam responsável técnico legalmente habilitado.
O INSS informará ao segurado sobre a contestação da empresa para que este, querendo, possa repugná-la, obedecendo quanto à produção de provas, ao disposto no parágrafo 10º, sempre que a instrução do pedido evidenciar a possibilidade de reconhecimento do nexo entre o trabalho e o agravo.

Da decisão do requerimento de que trata o parágrafo 7º cabe recurso, com efeito suspensivo, por parte da empresa ou, conforme o caso, do segurado ao Conselho da Previdência Social.

A empresa é responsável pela adoção e uso de medidas coletivas e individuais de proteção de segurança e saúde do trabalhador sujeito aos riscos ocupacionais por ela gerados.

Por intermédio dos estabelecimentos de ensino, sindicatos de classe, Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho, órgãos públicos e outros

meios, serão promovidos regularmente instrução e formação com vistas a incrementar costumes e atitudes prevencionistas em matéria de acidentes.

Nos casos de negligência quanto às normas de segurança e saúde no trabalho indicadas para a proteção individual e coletiva, a previdência social proporá ação regressiva contra os responsáveis.

Negligência

A conduta humana que se caracteriza pela realização do tipo descrito em uma lei penal, através da lesão a um dever de cuidado, objetivamente necessário para proteger o bem jurídico e onde a culpabilidade do agente se assenta no fato de não haver ele evitado a realização do tipo, apesar de capaz e em condições de fazê-lo".

Imprudência

“Consiste na violação das regras de condutas ensinadas pela experiência. É o atuar sem precaução, precipitado, imponderado. Há sempre um comportamento positivo. É a chamada culpa in faciendo. Uma característica fundamental da imprudência é que nela a culpa se desenvolve paralelamente à ação. Deste modo, enquanto o agente pratica a conduta comissiva, vai ocorrendo simultaneamente a imprudência.”

Imperícia

É a incapacidade, a falta de habilidade específica para a realização de uma atividade técnica ou científica, não levando o agente em consideração o que sabe ou deveria saber. A imperícia se revela pela ignorância, inexperiência ou inabilidade sobre a arte ou profissão que pratica.

29.0 – Normas Regulamentadoras.

Portaria Nº 3.214/78, SSST – Secretaria de Segurança e Saúde no Trabalho, atualmente, DSST – Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho, do Ministério do Trabalho e Emprego.

NR 1 – Disposições Gerais

Determina que as normas regulamentadoras, relativas à segurança e medicina do trabalho, obrigatoriamente, deverão ser cumpridas por todas as empresas privadas e públicas, desde que possuam empregados regidos de acordo com a CLT.

Determina, também, que o Secretaria de Segurança e Saúde no Trabalho – SST é o órgão competente para coordenar, orientar, controlar e supervisionar todas as atividades relacionadas à Segurança do Trabalho.

Dá competência às Superintendências Regionais do Trabalho e Emprego (SRTEs) regionais, determina as responsabilidades do empregador e a responsabilidade dos empregados.

NR 2 – Inspeção Prévia

Determina que todo estabelecimento novo deverá solicitar aprovação de suas instalações ao órgão regional do Ministério do Trabalho e Emprego, que emitirá o CAI – Certificado de Aprovação de Instalações, por meio de modelo pré-estabelecido no próprio site do MTE. **REVOGADA pela PORTARIA SEPRT n.º 915, de 30 de julho de 2019, publicada no DOU de 31/07/2019.**

NR 3 – Embargo ou Interdição

A SRTE poderá interditar/embargar o estabelecimento, as máquinas, setor de serviços se os mesmos demonstrarem grave e iminente risco para o trabalhador, mediante laudo técnico, e/ou exigir providências a serem adotadas para a regularização das irregularidades.

Em caso de interdição ou embargo em um determinado, setor ou maquinários ou na empresa toda, os empregados receberão os salários como se estivessem trabalhando.

NR4 – Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho

A implantação do SESMT depende da gradação do risco da atividade principal da empresa (Classificação Nacional de Atividades Econômicas – CNAE) e do número total de empregados do estabelecimento.

Dependendo desses elementos o SESMT deverá ser composto por Engenheiro de Segurança do Trabalho, Médico do Trabalho, Enfermeiro do Trabalho, Auxiliar de Enfermagem do Trabalho, Técnico de Segurança do Trabalho.

O quantitativo dos membros do SESMT na empresa será definido mediante a quantidade de empregados da empresa.

O SESMT tem por finalidade promover ações de prevenção e correção dos riscos encontrados para tornar o ambiente de trabalho um lugar seguro. Compatível com a preservação da saúde, e com a segurança do trabalho.

NR 5 – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio – CIPA

As organizações e os órgãos públicos da administração direta e indireta, bem como os órgãos dos Poderes Legislativo, Judiciário e Ministério Público, que possuam empregados regidos pela Consolidação das Leis do Trabalho - CLT, devem constituir e manter CIPA.

O dimensionamento depende da Classificação Nacional de Atividades Econômicas – CNAE, que remete a outra listagem de número de empregados.

Seu objetivo é a prevenção de acidentes e doenças decorrentes do trabalho, tornando compatível o trabalho com a preservação da saúde do trabalhador.

A CIPA é composta de um representante da empresa – Presidente (designado) e representantes dos empregados, eleitos em escrutínio secreto, com mandato de um ano e direito a uma reeleição.

Mesmo quando a empresa não precisar de ter membros eleitos de acordo com o dimensionamento previsto. Ele deverá ter um membro designado pelo empregador. Esse designado responderá pelas ações da CIPA na empresa.

NR 6 – Equipamentos de Proteção Individual

As empresas são obrigadas a fornecer aos seus empregados equipamentos de proteção individual, destinados a proteger a saúde e a integridade física do trabalhador.

EPI deve ser entregue gratuitamente, e a entrega deverá ser registrada.

Todo equipamento deve ter o CA (Certificado de Aprovação) do Ministério do Trabalho e Emprego e a empresa que importa EPIs também deverá ser registrada junto ao Departamento de Segurança e Saúde do Trabalho, existindo para esse fim todo um processo administrativo.

NR 7 – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional

Essa norma estabelece, dentre outras coisas, a obrigatoriedade de exames médicos obrigatórios para as empresas.

São eles:

- Exame admissional,
- Exame periódico,
- Retorno ao trabalho,
- Mudança de riscos ocupacionais,
- Demissional.

E exames complementares, dependendo do grau de risco da empresa, e agentes agressores presentes no ambiente de trabalho, a critério do médico do trabalho e dependendo dos quadros na própria NR 7, bem como, na NR 15 (Insalubridade), existirão exames específicos para cada risco que o trabalho possa gerar.

NR 8 – Edificações

Esta norma define os parâmetros para as edificações, observando-se a proteção contra a chuva, insolação excessiva ou falta de insolação, enfim, busca estabelecer condições do conforto nos locais de trabalho.

É importante também no tange o assunto, observar as legislações pertinentes nos níveis federal, estadual e municipal.

NR 9 – Avaliação e Controle das Exposições Ocupacionais a Agentes Físicos, Químicos e Biológicos

Esta Norma Regulamentadora - NR estabelece os requisitos para a avaliação das exposições ocupacionais a agentes físicos, químicos e biológicos quando identificados no Programa de Gerenciamento de Riscos - PGR, previsto na NR-1, e subsidiá-lo quanto às medidas de prevenção para os riscos ocupacionais.

NR 10 – Segurança em Instalações e Serviços em Eletricidade

Visa estabelecer condições mínimas para garantir a segurança daqueles que trabalham em instalações elétricas, em suas diversas etapas, incluindo projeto,

execução, operação, manutenção, reforma e ampliação. Cobrir em nível preventivo usuários e terceiros.

NR 11 – Transporte, Movimentação, Armazenagem e Manuseio de Materiais

Estabelece medidas de prevenção a Operação de Elevadores, Guindastes, Transportadores Industriais e Máquinas Transportadoras. Trata da padronização dos procedimentos operacionais, e assim, busca garantir a segurança de todos os envolvidos na atividade.

NR 12 – Segurança no Trabalho em Máquinas e Equipamentos

Determina, dentre outras coisas, as instalações e áreas de trabalho, distâncias mínimas entre as máquinas. Os equipamentos; dispositivos de acionamento, partida e parada das máquinas e equipamentos. Em seus vários anexos os equipamentos são mostrados de forma bem detalhada, sempre busca a padronização das medidas de prevenção a serem adotadas, a fim de obtermos um trabalho mais seguro em todas as operações com o maquinário.

NR 13 – Caldeiras, Vasos De Pressão, Tubulações e Tanques Metálicos de Armazenamento

Estabelece os procedimentos de segurança que devem ser observados nas atividades referentes a projeto de construção, acompanhamento de operação e manutenção, inspeção e supervisão de inspeção de caldeiras e vasos de pressão.

Norma que exige treinamento específico para os seus operadores, contendo várias classificações e categorias, nas especialidades, devido, principalmente, ao seu elevado grau de risco.

NR 14 – Fornos

Define os parâmetros e serem observados para a instalação de fornos, cuidados com gases, chamas, líquidos. É importante observar as legislações pertinentes nos níveis federal, estadual e municipal.

NR 15 – Atividades e Operações Insalubres

Com base na NR 15, o termo insalubridade é usado para definir o trabalho em um ambiente hostil à saúde. Tem direito ao adicional de insalubridade devido ao trabalhador que exerce suas atividades em condições insalubres nos termos da NR 15.

O ARTIGO 189 DA CLT (CONSOLIDAÇÃO DAS LEIS DO TRABALHO) TAMBÉM ESTABELECE QUE:

"Serão consideradas atividades ou operações insalubres aquelas que, por sua natureza, condições ou métodos de trabalho, exponham os empregados a agentes nocivos à saúde, acima dos limites de tolerância fixados em razão da natureza e da intensidade do agente e o tempo de exposição aos seus efeitos".

Os agentes causadores de insalubridade estão contidos nos anexos da NR 15, alguns exemplos de agentes insalubres são ruídos contínuo ou permanente; ruído de impacto; tolerância para exposição ao calor; radiações ionizantes; agentes químicos e poeiras minerais.

Tanto a NR 15 quanto a NR 16 dependem de perícia, a cargo do Médico do Trabalho ou do Engenheiro de Segurança do Trabalho.

NR 16 – Atividades e Operações Perigosas

A NR 16 normatiza um adicional sobre o salário para o trabalhador que exerce sua atividade em situação perigosa. A atividade é considerada perigosa quando tem potencial para causar dano imediato ao trabalhador, exemplo: atividades ligadas a explosivo, inflamáveis e energia elétrica.

Vale ressaltar que a atividade para ser considerada perigosa tem que estar listada na NR 16 do Ministério do Trabalho e Emprego.

NR 17 – Ergonomia

Esta norma estabelece os parâmetros que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas do homem. Máquinas, ambiente,

comunicações dos elementos do sistema, informações, processamento, tomada de decisões, organização, tudo isso gera consequências no trabalhador, e devem ser avaliados, e se necessário, reorganizado.

Observe-se que as LER – Lesões por Esforços Repetitivos, e as denominadas DORT – Doença Osteomuscular, relacionada ao trabalho constituem o principal grupo de problemas à saúde, reconhecidos pela sua relação laboral.

O termo DORT é muito mais abrangente que o termo LER, constante hoje das relações de doenças profissionais da Previdência.

NR 18 – Segurança e Saúde no Trabalho na Indústria da Construção

Destina a regulamentar o elenco de providências a serem executadas, em função do cronograma de uma obra, levando-se em conta os riscos de acidentes e doenças do trabalho e as suas respectivas medidas de segurança.

É sem dúvidas uma das legislações mais completas de todas as 35 que vigoram atualmente.

NR 19 – Explosivos

Determina parâmetros para o depósito, manuseio e armazenagem de explosivos. Objetivando regulamentar medidas de segurança para esse trabalho que é de alto risco.

NR 20 – Segurança e Saúde no Trabalho com Inflamáveis e Combustíveis

Define os parâmetros para as atividades de extração, produção, armazenamento, transferência, manuseio e manipulação de inflamáveis e líquidos combustíveis.

NR 21 – Trabalho a céu aberto

Define o tipo de proteção que deve ser fornecida pela empresa aos trabalhadores que trabalham sem abrigo contra intempéries (insolação, condições sanitárias, água etc.).

NR 22 – Segurança e Saúde Ocupacional na Mineração

Estabelece normas para a segurança dos trabalhadores indústria da mineração. Objetivando a busca permanente por um ambiente de trabalho seguro.

A mineração tem normas bem específicas. Alguns itens que são exclusivos da mineração PGR (Programa de Gerenciamento de Risco), CIPAMIN.

NR 23 – Proteção contra Incêndios

Todas as empresas devem possuir proteção contra incêndio; saídas para retirada de pessoal em serviço e/ou público; pessoal treinado e equipamentos. Em 2011 essa norma foi alterada e já não tem muito a oferecer.

Todas as questões relacionadas a incêndios devem ser resolvidas observando as legislações estaduais do Corpo de Bombeiros.

NR 24 – Condições Sanitárias e de Conforto nos Locais do Trabalho

Todo estabelecimento deve atender as denominações desta norma. Ele busca adequar banheiros, vestiários, refeitórios, alojamentos e outras questões de conforto.

Cabe a CIPA e/ou ao SESMT (onde houver), a observância e cumprimento desta norma. É importante observar também, se nas Convenções Coletivas de Trabalho de sua categoria existe algum item sobre o assunto.

NR 25 – Resíduos Industriais

Trata da eliminação dos resíduos gasosos, sólidos, líquidos de alta toxidade, periculosidade, risco biológico, radioativo, relativos ao trabalho. Busca evitar acidentes como o que aconteceu no caso césio em Goiás.

No caso de eliminação de resíduos, é importante consultar as normas estaduais e municipais relacionadas.

NR 26 – Sinalização de Segurança

Determina as cores e serem observadas na segurança do trabalho como forma de prevenção evitando a distração, confusão e fadiga do trabalhador, bem como cuidados especiais quanto a produtos e locais perigosos.

Em 2011 a NR 26 foi alterada e já não oferece muito. Qualquer dúvida sobre o tema deve ser esclarecida com as normas estaduais e NBR's.

NR 27 – Registro Profissional do Técnico de Segurança

Apesar de ainda constar em todos os livros de NR esta norma foi revogada.

NR 28 – Fiscalização e penalidades

Estabelece os procedimentos a serem adotados pela fiscalização trabalhista de segurança e medicina do trabalho, tanto a concessão de prazos às empresas para a correção de irregularidades técnicas, como também, no que concerne ao procedimento de autuação por infração as Normas Regulamentadoras de Segurança e Medicina do trabalho, e valores de multas.

NR 29 – Norma Regulamentadora de Segurança e Saúde no Trabalho Portuário

Tem por objetivo regulamentar a proteção prevenção contra acidentes e doenças profissionais, facilitar os primeiros socorros a acidentados e alcançar as melhores condições possíveis de segurança e saúde aos trabalhadores portuários.

As disposições contidas nessa NR aplicam-se aos trabalhadores portuários em operações tanto a bordo como em terra, assim como aos demais trabalhadores que exerçam atividades nos portos organizados e instalações portuárias de uso privativo e retro portuárias, situadas dentro ou fora da área do porto organizado.

NR 30 – Segurança e Saúde no Trabalho Aquaviário

Aplica-se aos trabalhadores de toda embarcação comercial utilizada no transporte de mercadorias ou de passageiros, na navegação marítima de longo curso, na cabotagem, na navegação interior, no serviço de reboque em alto-mar, bem como

em plataformas marítimas e fluviais, quando em deslocamento, e embarcações de apoio marítimo e portuário.

A observância desta Norma Regulamentadora não desobriga as empresas do cumprimento de outras disposições legais com relação à matéria e outras oriundas de convenções, acordos e contratos coletivos de trabalho.

NR 31- Segurança e saúde no Trabalho na agricultura, pecuária, silvicultura, exploração florestal a agricultura

Estabelece os preceitos a serem observadas na organização e no ambiente de trabalho, de forma a tornar compatível o planejamento e o desenvolvimento de quaisquer atividades da agricultura, pecuária, silvicultura, exploração florestal e aquicultura com a segurança e saúde e meio ambiente do trabalho.

NR 32 – Segurança e saúde no trabalho em serviços de saúde

Tem por finalidade estabelecer diretrizes básicas para a implementação de medidas de proteção à segurança e a saúde dos trabalhadores dos serviços de saúde, bem como daqueles que exercem atividades de promoção e assistência à saúde em geral.

Norma bem específica para regulamentar inclusive os programas de prevenção que tem traços bem particulares nessa atividade.

NR 33 – Segurança e saúde nos trabalhos em espaços confinados

Tem por objetivo estabelecer requisitos mínimos para a identificação de espaços confinados e o controle dos riscos existentes, de forma a garantir permanentemente a segurança e saúde dos trabalhadores que interagem direta ou indiretamente nesses espaços.

Entende-se por espaço confinado qualquer área não projetada para ocupação humana, que tenha meios limitados de entrada e saída, cuja ventilação seja insuficiente para remover os contaminantes, que possa existir enriquecimento ou insuficiência de oxigênio exigido para uma respiração natural.

NR 34 – Condições e meio ambiente de trabalho na indústria da construção e reparação naval

Estabelece requisitos mínimos e as medidas de proteção e segurança, a saúde e ao meio ambiente de trabalho nas atividades da indústria de construção e reparação naval. Engloba assuntos como APR (Análise Preliminar de Risco), DDS (Diálogo Diário de Segurança), PT (Permissão de Trabalho), EPI (Equipamento de Proteção Individual), EPC (Equipamento de Proteção Coletiva), dentre outros.

NR 35 – Trabalho em Altura

Esta Norma estabelece os requisitos mínimos e as medidas de proteção para o trabalho em altura, envolvendo o planejamento, a organização, execução, treinamento de funcionários, de forma a garantir a segurança e a saúde dos trabalhadores envolvidos direta ou indiretamente com esta atividade.

NR 36 – Segurança e Saúde no Trabalho em Empresas de Abate e Processamento de Carnes e Derivados

O objetivo da Norma Regulamentadora 36 é estabelecer os requisitos mínimos para a avaliação, controle e monitoramento dos riscos existentes nas atividades desenvolvidas na indústria de abate e processamento de carnes e derivados destinados ao consumo humano.

A NR 36 visa o estabelecimento formas e procedimentos de trabalho de forma a garantir permanentemente a segurança, a saúde e a qualidade de vida no trabalho. Sem causar prejuízo da observância do normatizado nas demais Normas Regulamentadoras – NR's do Ministério do Trabalho e Emprego.

NR 37 – Segurança e Saúde em Plataformas de Petróleo

As plataformas de petróleo possuem particularidades únicas.! A NR 37 veio com a missão de estabelecer requisitos mínimos de segurança, saúde e condições de vivência no trabalho a bordo de plataformas de petróleo em operação nas Águas Jurisdicionais Brasileiras – AJB.

NR 38 – Segurança e Saúde no Trabalho nas Atividades de Limpeza Urbana e Manejo de Resíduos Sólidos

Estabelece os requisitos e as medidas de prevenção para garantir as condições de segurança e saúde dos trabalhadores nas atividades de limpeza urbana e manejo de resíduos sólidos.

30.0 - Plano de Trabalho.

A NR-5 refere-se, em vários momentos, ao Plano de Trabalho da CIPA e à sua importância para o adequado funcionamento da Comissão. Um plano tem como objetivo, prever e organizar as ações de um grupo. Para que este Plano seja válido, ele precisa responder a três questões básicas:

- **Como estamos?**
- **O que pretendemos?**
- **Como chegar lá?**

No caso específico da CIPA, a primeira questão:
"Como estamos?"

Será respondida a partir de um prévio levantamento de dados obtido pelo estudo das:

- Atividades realizadas e das pendências do Plano de Trabalho.
- Conclusões levantadas no último Mapa de Riscos e das propostas sugeridas (as realizadas ou não).
- Análises dos últimos acidentes e doenças ocorridos e das medidas sugeridas. Com base neste material, a CIPA terá uma fotografia da situação real do hospital em termos de segurança. O passo seguinte será o estabelecimento dos objetivos e das metas, respondendo a segunda questão:

"O que pretendemos"?

Considerando-se que o objetivo da CIPA é a prevenção de acidentes e doenças decorrentes do trabalho, de modo a tornar compatível permanentemente o trabalho coma preservação da vida e a promoção da saúde do trabalhador, a Comissão estabelece metas intermediárias e define prioridades a serem atingidas, durante o seu mandato.

A terceira questão:

"Como chegar lá?"

Será respondida pela programação de atividades que deverão ser realizadas, sempre acompanhadas de previsões e responsáveis por suas execuções. A avaliação deve ser feita a cada reunião da CIPA. O Plano de Trabalho não é fixo. Ele sofre alterações à medida que surgem novas situações ou forem solucionados os problemas. A fim de facilitar o trabalho da CIPA, sugerimos um modelo de Plano de Trabalho.

Plano de Trabalho – CIPA

Objetivos:

Adotar medidas de Uso de EPI's; conscientizar chefias; realizar campanha de conscientização;

31.0 – SIPAT - Semana Interna de Prevenção de Acidentes.

Realização da SIPAT.

Uma das atribuições da SIPAT é promover, anualmente, em conjunto com o SESMT, a Semana Interna de Prevenção de Acidentes. Para tanto é necessária à motivação dos funcionários. Uma das formas de motivar os funcionários a participar é fazer com

que os mesmos se sintam responsáveis por ela, colaborando na sua preparação. O empregado pode sugerir e propor atividades pelas quais tenha interesse.

31.1 - Sugestões a Serem Desenvolvidas Durante a SIPAT.

- Palestras ou conferências
- Concurso de frases e cartazes
- Projeção de filmes ou “slides” sobre prevenção de acidente
- Redação de filhos de funcionários
- Visita de familiares a empresa
- Gincana
- Sorteio de brindes que abordam o tema prevenção de acidentes
- Atividades recreativas
- Laboratório de prevenção de acidentes
- Concurso de fotos
- Peças teatrais
- Concurso de músicas com temas relacionados à prevenção de acidentes.

32.0 - Noções Básicas de Demarcações de Segurança.

32.1 – Introdução.

Sendo, a visão, a capacidade sensitiva mais usada pelo homem (aproximadamente 87% das sensações recebidas passam pelo órgão da visão), e como em muito caso há necessidade de uma rápida distinção entre o perigoso e o seguro, ou da localização de certos equipamentos, com segurança e rapidez, resolveu-se padronizar o uso das cores. Com o uso de cores padronizadas, pode-se, em caso de incêndio, localizar os equipamentos de combate ao fogo, com rapidez, distinguir os dispositivos de parada de emergência de máquinas ou notar suas partes perigosas.
O uso de tubulações pintadas em cores padronizadas permite distinguir cada elemento transportado em uma tubulação entre diversas tubulações existentes dentro de uma empresa.

32.2 - Cores e Sinalização na Segurança do Trabalho

Tem por objetivo fixar as cores que devem ser usadas nos locais de trabalho para prevenção de acidentes, identificando os equipamentos de segurança, delimitando áreas, identificando as canalizações empregadas nas empresas para a condução de líquidos e gases, e advertindo contra riscos. Deverão ser adotadas cores para segurança em estabelecimentos ou locais de trabalho, a fim de indicar e advertir acerca dos riscos existentes. A utilização de cores não dispensa o emprego de outras formas de prevenção de acidentes. O uso de cores deverá ser o mais reduzido possível, a fim de não ocasionar distração, confusão e fadiga ao trabalhador. As cores aqui adotadas serão as seguintes:
Vermelho, amarelo, branco, preto, azul, verde, laranja, púrpura, lilás, cinza, alumínio, marrom. A indicação em cor, sempre que necessária, especialmente quando em área de trânsito para pessoas estranhas ao trabalho, será acompanhada dos sinais convencionais ou a identificação por palavras.

- **Vermelho -** *D*everá ser usado para distinguir e indicar equipamentos e aparelhos de proteção e combate a incêndio. Não deverá ser usada na indústria para assinalar perigo, por ser de pouca visibilidade em comparação com o

amarelo (de alta visibilidade) e o alaranjado (que significa alerta). É empregado para identificar:

- Caixa de alarme de incêndio;
- Hidrantes;
- Bombas de incêndio;
- Sirene de alarme de incêndio;
- Extintores e sua localização;
- Indicações de extintores (visível à distância, dentro da área de uso do extintor);
- Localização de mangueiras de incêndio (a cor deve ser usada no carretel, suporte, moldura da caixa ou nicho);
- Tubulações, válvulas e hastes do sistema de aspersão de água;
- Transporte com equipamentos de combate a incêndio;
- Portas de saídas de emergência;
- Rede de água para incêndio (SPRINKLERS);
- Mangueira de acetileno (solda oxiacetilênica).

A cor vermelha será usada excepcionalmente com sentido de advertência de perigo:
Nas luzes a serem colocadas em barricadas, tapumes de construções e quaisquer outras obstruções temporárias;
Em botões interruptores de circuitos elétricos para paradas de emergência.

- **Amarelo -** Em canalizações, deve-se utilizar o amarelo para identificar gases não liquefeitos.

O amarelo deverá ser empregado para indicar "Cuidado!" assinalando:
Partes baixas de escadas portáteis;

- Corrimões, parapeitos, pisos e partes inferiores de escadas que apresentem risco;
- Espelhos de degraus de escadas;
- Bordos desguarnecidos de aberturas no solo (poço, entradas subterrâneas, etc.) e de plataformas que não possam ter corrimões;
- Bordas horizontais de portas de elevadores que se fecham verticalmente;

- Faixas no piso de entrada de elevadores e plataformas de carregamento;
- Meios-fios, onde haja necessidade de chamar atenção;
- Paredes de fundo de corredores sem saída;
- Vigas colocadas à baixa altura;
- Cabines, caçambas, guindastes, escavadeiras etc.;
- Equipamentos de transporte e manipulação de material tais como: empilhadeiras, tratores industriais, pontes-rolantes, vagonetes, reboques, etc.;
- Fundos de letreiros e avisos de advertência;
- Pilastras, vigas, postes, colunas e partes salientes da estrutura e equipamentos em que se possa esbarrar;
- Cavaletes, porteiras e lanças de cancelas;
- Bandeiras como sinal de advertência (combinado ao preto);
- Comandos e equipamentos suspensos que ofereçam risco;
- Para-choques para veículos de transporte pesados, com listras pretas. Listras (verticais ou inclinadas) e quadrados pretos serão usados sobre o amarelo quando houver necessidade de melhorar a visibilidade da sinalização.

➢ **Branco** - Será empregado em:

- Passarelas e corredores de circulação, por meio de faixas (localização e largura);
- Direção e circulação, por meio de sinais;
- Localização e coletores de resíduos;
- Localização de bebedouros;
- Áreas em torno dos equipamentos de socorro de urgência, de combate a incêndio ou outros equipamentos de emergência;
- Áreas destinadas à armazenagem;
- Zonas de segurança.

➢ **Preto -** Será empregado para indicar as canalizações de inflamáveis e combustíveis de alta viscosidade (ex.: óleo lubrificante, asfalto, óleo combustível, alcatrão, piche, etc.). O preto poderá ser usado em substituição ao branco, ou combinado a este quando condições especiais o exigirem.

- **Azul -** Será utilizado para indicar "Cuidado!", ficando o seu emprego limitado a avisos contra uso e movimentação de equipamentos, que deverão permanecer fora de serviço.

Empregado em barreiras e bandeirolas de advertência a serem localizadas nos pontos de comando, de partida, ou fontes de energia dos equipamentos. Será também empregado em:

- Canalizações de ar comprimido;
- Prevenção contra movimento acidental de qualquer equipamento em manutenção;
- Avisos colocados no ponto de arranque ou fontes de potência.

- **Verde -** É a cor que caracteriza "segurança". Deverá ser empregado para identificar:

- Canalizações de água;
- Caixas de equipamentos de socorro de urgência;
- Caixas contendo máscaras contra gases;
- Chuveiros de segurança;
- Macas;
- Fontes lavadoras de olhos;
- Quadros para exposição de cartazes, boletins, avisos de segurança, etc.;
- Porta de entrada de salas de curativos de urgência;
- Localização de EPI; caixas contendo EPI;
- Emblemas de segurança;
- Dispositivos de segurança;
- Mangueiras de oxigênio (solda oxiacetilênica).

- **Laranja -** Deverá ser empregado para identificar:

- Canalizações contendo ácidos;
- Partes móveis de máquinas e equipamentos;
- Partes internas das guardas de máquinas que possam ser removidas ou abertas;
- Faces internas de caixas protetoras de dispositivos elétricos;
- Faces externas de polias e engrenagens;

- Botões de arranque de segurança;
- Dispositivos de corte, bordas de serras, prensas;

  - **Púrpura -** Deverá ser usada para indicar os perigos provenientes das radiações eletromagnéticas penetrantes de partículas nucleares. Deverá ser empregada a púrpura em:

- Portas e aberturas que dão acesso a locais onde se manipulam ou armazenam materiais radioativos ou materiais contaminados pela radioatividade;
- Locais onde tenham sido enterrados materiais e equipamentos contaminados;
- Recipientes de materiais radioativos ou de refugos de materiais e equipamentos contaminados;
- Sinais luminosos para indicar equipamentos produtores de radiações eletromagnéticas penetrantes e partículas nucleares.

  - **Lilás -** *Deverá ser usado para indicar canalizações que contenham álcalis. As refinarias de petróleo poderão utilizar o lilás para a identificação de lubrificantes.*

  - **Cinza Claro -** A cor cinza claro deverá ser usada para identificar canalizações em vácuo.
  - **Cinza Escuro -** O cinza escuro deverá ser usado para identificar eletrodutos.

  - **Alumínio -** Será utilizado em canalizações contendo gases liquefeitos, inflamáveis e combustíveis de baixa viscosidade (ex: óleo diesel, gasolina, querosene, óleo lubrificante, etc.).

  - **Marrom -** O marrom pode ser adotado, a critério da empresa, para identificar qualquer fluido não identificável pelas demais cores.

Cores em Máquinas.

O corpo das máquinas deverá ser pintado em branco, preto ou verde.

Cores em Canalizações.

As canalizações industriais, para condução de líquidos e gases, deverão receber a aplicação de cores, em toda sua extensão, a fim de facilitar a identificação do produto e evitar acidentes. Obrigatoriamente, a canalização de água potável deverá ser diferenciada das demais.

Quando houver a necessidade de uma identificação mais detalhada (concentração, temperatura, pressões, pureza, etc.), a diferenciação far-se-á através de faixas de cores diferentes, aplicadas sobre a cor básica. A identificação por meio de faixas deverá ser feita de modo que possibilite facilmente a sua visualização em qualquer parte da canalização. Todos os acessórios das tubulações serão pintados nas cores básicas de acordo com a natureza do produto a ser transportado. O sentido de transporte de fluido, quando necessário, será indicado por meio de seta pintada em cor de contraste sobre a cor básica da tubulação. Para fins de segurança pelo mesmo sistema de cores que as canalizações.

Sinalização para Armazenamento de Substância Perigosa.

O armazenamento de substâncias perigosas deverá seguir padrões internacionais. Para fins do disposto no item anterior, considera-se substância perigosa todo o material que seja, isoladamente ou não, corrosivo, tóxico, radioativo, oxidante, e que durante o seu manejo, armazenamento, processamento, embalagem, transporte, possa conduzir efeitos prejudiciais sobre trabalhadores, equipamentos, ambiente de trabalho.

Símbolos para Identificação dos Recipientes na Movimentação de Materiais.

Na movimentação de materiais no transporte terrestre, marítimo, aéreo e intermodal, deverão ser seguidas as normas técnicas sobre simbologia vigentes no país.

Rotulagem Preventiva

A rotulagem dos produtos perigosos ou nocivos à saúde deverá ser feita segundo as normas constantes deste item. Todas as instruções dos rótulos deverão ser breves, precisas, redigidas em termos simples e de fácil compreensão. A linguagem deverá ser prática, não se baseando somente nas propriedades inerentes a um produto, mas dirigida de modo a evitar os riscos resultantes do uso, manipulação e armazenagem do produto. Onde possam ocorrer misturas de duas ou mais substâncias químicas, com propriedades que variem, em tipo ou grau daquelas dos componentes considerados isoladamente, o rótulo deverá destacar as propriedades perigosas do produto final. Do rótulo deverão constar os seguintes tópicos:

- Nome Técnico do Produto;
- Palavra de Advertência, designando o grau de risco;
- Indicações de Risco;
- Medidas Preventivas, abrangendo aquelas a serem tomadas;
- Primeiros Socorros;
- Informações Para Médicos, em casos de acidentes;
- Instruções Especiais em Caso de Fogo, Derrame ou Vazamento, quando for o caso. No cumprimento do disposto no item anterior dever-se-á adotar o seguinte procedimento:
- Nome Técnico Completo.
- O rótulo especificando a natureza do produto químico. Exemplo: "Ácido Corrosivo", "Composto de Chumbo" etc. Em qualquer situação a identificação deverá ser adequada, para permitir a escolha do tratamento médico correto, no caso de acidente.

- Palavra de Advertência

FISPQ – Ficha de Informação de Segurança de Produtos Químicos.

*"**PERIGO**"* - para indicar substâncias que apresentam alto risco**.**

"***ATENÇÃO***" - para substâncias que apresentam risco leve.

Indicação de Risco

As indicações deverão informar sobre os riscos relacionados ao manuseio de uso habitual ou razoavelmente previsível do produto. Exemplos: "Extremamente Inflamáveis", "Nocivo se Absorvido Através da Pele", etc.

Medidas Preventivas

Têm por finalidade estabelecer outras medidas a serem tomadas para evitar lesões ou danos decorrentes dos riscos indicados. Exemplos: "Mantenha Afastado do Calor".

33.0 - Noções Básicas de Combate a Incêndio.

33.1 - Introdução.

HISTÓRICO DO FOGO

O nosso planeta já foi uma massa incandescente, que passou por um processo de resfriamento, até chegar à formação que conhecemos. Dessa forma, o fogo existe desde o início da formação da Terra, passando a coexistir com o homem depois do seu aparecimento. Presume-se que os primeiros contatos, que os primitivos habitantes tiveram com o fogo, foram através de manifestações naturais como os raios que provocam grandes incêndios florestais.
Na sua evolução, o homem primitivo passou a utilizar o fogo como parte integrante da sua vida. O fogo colhido dos eventos naturais e, mais tarde, obtido intencionalmente através da fricção de pedras, foi utilizado na iluminação e aquecimento das cavernas e no cozimento da sua comida.

33.2 - Aspectos Legais.

O Decreto 63.911/18 estabelece o Regulamento de Segurança contra Incêndios das Edificações e Áreas de Risco no Estado de São Paulo. Seus principais pontos incluem:

1. Classificação de Riscos: Estabelece critérios para classificar edificações e áreas de risco quanto ao potencial de incêndio.
2. Medidas de Prevenção: Define normas para a instalação de sistemas de prevenção, como alarmes, extintores e saídas de emergência.

3. Plano de Emergência: Exige a elaboração de planos de emergência e a realização de treinamentos periódicos para os ocupantes.
4. Inspeções e Manutenção: Determina a periodicidade de inspeções e a manutenção obrigatória dos sistemas de segurança.
5. Responsabilidades: Especifica as responsabilidades dos proprietários e administradores quanto ao cumprimento das normas.
6. Adequações: Prevê prazos e condições para a adaptação de edificações existentes às novas exigências.
7. Acessibilidade: Inclui requisitos de acessibilidade para pessoas com deficiência em todas as medidas de segurança contra incêndio.
8. Fiscalização e Penalidades: Define o papel do Corpo de Bombeiros na fiscalização e as penalidades aplicáveis em caso de descumprimento.

33.3 - Teoria do fogo.

Fogo: Processo químico de transformação. Podemos também o definir como o resultado de uma reação química que desprende luz e calor devido à combustão de materiais diversos. Emite fumaça, gases e outros resíduos e que está sob o controle do homem.

Incêndio: É uma reação química em cadeia, denominada combustão, que é uma oxidação rápida entre o material combustível, sólido, líquido ou gasoso e o oxigênio do ar, provocada por uma fonte de calor, que gera luz, desprende calor e emite fumaça, gases e outros resíduos e que está fora do controle do homem.

33.4 - Combustão.

Combustão é uma reação química, na qual uma substância combustível reage com o oxigênio, ativada pelo calor (elevação de temperatura), emitindo energia luminosa (fogo), mais calor e outros produtos. A combustão pode ser classificada em:

a) Combustão Lenta: Ocorre quando a oxidação de uma determinada substância não provoca liberação de energia luminosa nem aumento de temperatura. Ex: ferrugem, respiração, etc.

b) Combustão Viva: Ocorre quando a reação química de oxidação libera energia luminosa e calor sem aumento significativo de pressão no ambiente. Ex: queima de materiais comuns diversos.

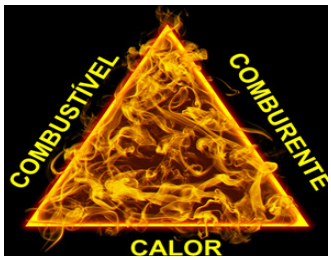
c) Combustão Muito Viva: Ocorre quando a reação química de oxidação libera energia e calor numa velocidade muito rápida com elevado aumento de pressão no ambiente. Ex: explosões de gás de cozinha, dinamite, etc.

33.5 - Elementos que compõem o fogo.

Para fins didáticos, nesse curso, adotar-se-á o triângulo do fogo como elemento de estudo da combustão, atribuindo-se, a cada lado, um dos elementos essenciais à combustão.

Os elementos que compõem o fogo são:

- Combustível.
- Comburente (oxigênio).
- Calor.
- Reação em cadeia.



Esse quarto elemento, também denominado transformação em cadeia, vai formar o quadrado ou tetraedro do fogo, substituindo o antigo triângulo do fogo.

33.6 - Combustível.

É toda substância capaz de queimar, servindo de campo de propagação do fogo. Para efeito prático as substâncias foram divididas em combustíveis e incombustíveis, sendo a temperatura de 1000ºC para essa divisão, ou seja, os combustíveis queimam abaixo de 1000ºC, e os incombustíveis acima de 1000ºC, isto se deve ao fato de, teoricamente, todas as substâncias poderem entrar em combustão (queimar).

Os materiais combustíveis maus condutores de calor, madeira por exemplo, queimam com mais facilidade que os materiais bons condutores de calor como os metais. Esse fato se deve a acumulação de calor em uma pequena zona, no caso dos materiais maus condutores, fazendo com que a temperatura local se eleve mais facilmente, já nos bons condutores, o calor é distribuído por todo material, fazendo com que a temperatura se eleve mais lentamente.
Os combustíveis podem estar no estado sólido, líquido e gasoso, sendo que a grande maioria precisa passar para o estado gasoso, para então se combinarem o comburente e gerar uma combustão. Os combustíveis apresentam características conforme o seu estado físico, conforme vemos abaixo:

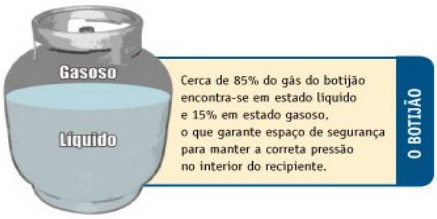
Combustíveis sólidos - A maioria dos combustíveis não queima no estado sólido, sendo necessário transformar-se em vapores, para então reagir com o comburente, ou ainda transformar-se em líquido para posteriormente em gases, para então queimarem. Como exceção podemos citar o enxofre e os metais alcalinos (potássio, magnésio, cálcio, etc...), que queimam diretamente no seu estado sólido e merecem atenção especial como veremos mais à frente. Ex: Madeira, Tecido, Papel, Mato, etc.

Combustíveis líquidos - Os combustíveis líquidos, chamados de líquidos inflamáveis, têm características particulares, como:

- Não tem forma própria, assumindo a forma do recipiente que as contem;
- Se derramados, escorrem e se acumulam nas partes mais baixas;
- A maioria dos líquidos inflamáveis é mais leves que a água, sendo assim flutuam sobre ela;
- Os líquidos derivados de petróleo têm pouca solubilidade em água;

Ex: Gasolina, Álcool Etílico, Acetona, etc.

Combustíveis gasosos - Os gases não têm volume definido, tendendo, rapidamente, a ocupar todo o recipiente em que está contido. Para que haja a combustão, a mistura com o comburente deve ser uma mistura ideal, isto é, não pode conter combustível demasiado (mistura rica) e nem quantidade insuficiente do mesmo (mistura pobre).



Ex: Acetileno, GLP, Hidrogênio, etc.

33.7 - Comburente (Oxigênio).

É o elemento ativador do fogo, que se combina com os vapores inflamáveis dos combustíveis, dando vida às chamas e possibilitando a expansão do fogo.

Compõe o ar atmosférico na porcentagem de 21%, sendo que o mínimo exigível para sustentar a combustão é de 16%.

33.8 – Calor.

É uma forma de energia. É o elemento que dá início ao fogo, é ele que faz o fogo se propagar. Pode ser uma faísca, uma chama ou até um super aquecimento em máquinas e aparelhos energizados.

33.9 - Reação em Cadeia.

Os combustíveis, após iniciarem a combustão, geram mais calor. Esse calor provocará o desprendimento de mais gases ou vapores combustíveis, desenvolvendo uma transformação em cadeia ou reação em cadeia, que, em resumo, é o produto de uma transformação gerando outra transformação.

34.0 - Propagação do fogo.

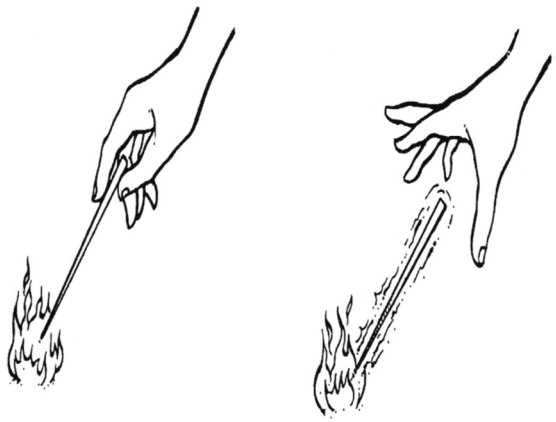
O fogo pode se propagar:

- Pelo contato da chama em outros combustíveis;
- Através do deslocamento de partículas incandescentes;
- Pela ação do calor.

O calor é uma forma de energia produzida pela combustão ou originada do atrito dos corpos. Ele se propaga por três processos de transmissão:

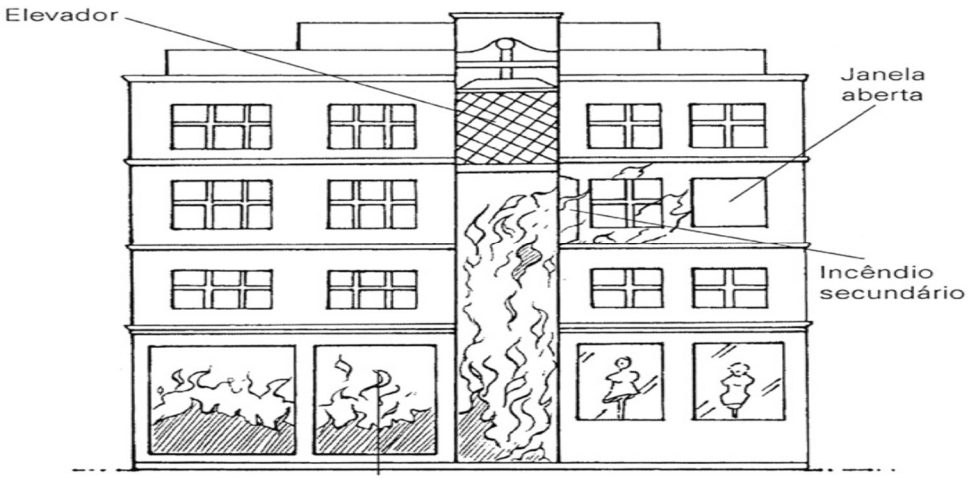
34.1 – Condução.

É a forma pela qual se transmite o calor através do próprio material, de molécula a molécula ou de corpo a corpo.



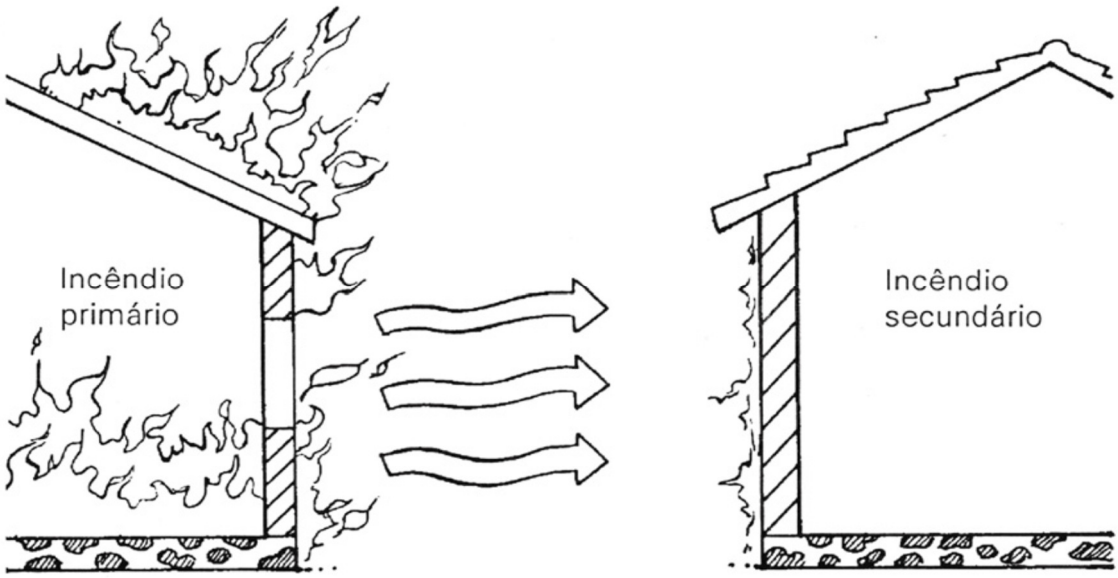
34.2 – Convecção.

É quando o calor se transmite através de uma massa de ar aquecida, que se desloca do local em chamas, levando para outros locais quantidade de calor suficiente para que os materiais combustíveis aí existentes atinjam seu ponto de combustão, originando outro foco de fogo.



34.3 – Irradiação.

É quando o calor se transmite por ondas caloríficas através do espaço, sem utilizar qualquer meio material.



35.0 - Pontos e Temperaturas Importantes do fogo.

Ponto de Fulgor.

É a temperatura mínima necessária para que um combustível desprenda vapores ou gases inflamáveis, os quais, combinados com o oxigênio do ar em contato com uma chama, começam a se queimar, mas a chama não se mantém porque os gases produzidos são ainda insuficientes.

Ponto de Combustão.

É a temperatura mínima necessária para que um combustível desprenda vapores ou gases inflamáveis que, combinados com o oxigênio do ar e ao entrar em contato com uma chama, se inflamam, e, mesmo que se retire a chama, o fogo não se apaga, pois essa temperatura faz gerar, do combustível, vapores ou gases suficientes para manter o fogo ou a transformação em cadeia.

Temperatura de Ignição.

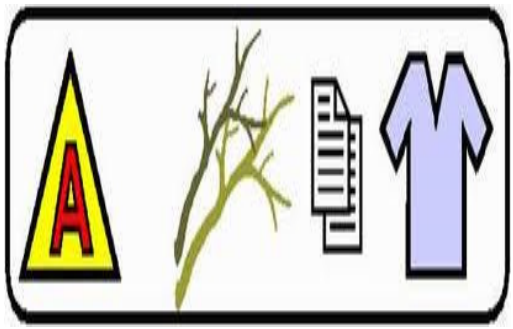
É aquela em que os gases desprendidos dos combustíveis entram em combustão apenas pelo contato com o oxigênio do ar, independentemente de qualquer fonte de calor.

36.0 - Classes de incêndio.

Os incêndios são classificados de acordo com as características dos seus combustíveis.
Somente com o conhecimento da natureza do material que está se queimando, pode-se descobrir o melhor método para uma extinção rápida e segura.

Classe A.

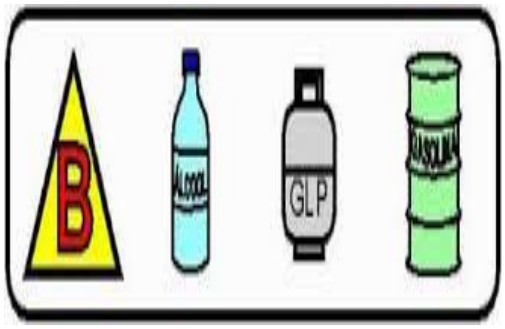
São incêndios que envolvem combustíveis sólidos comuns (geralmente de natureza orgânica), e ainda, tem como características queimar em razão do seu volume (queimam em superfície e profundidade) e deixar resíduos fibrosos (cinzas).



- Caracteriza-se por fogo em materiais sólidos;
- Queimam em superfície e profundidade;
- Após a queima deixam resíduos, brasas e cinzas;
- Esse tipo de incêndio é extinto principalmente pelo método de resfriamento, e às vezes por abafamento através de jato pulverizado.

Classe B.

São incêndios envolvendo líquidos inflamáveis, graxas e gases combustíveis. É caracterizado por não deixar resíduos e queimar apenas na superfície exposta (queimam só em superfície).



- Caracteriza-se por fogo em combustíveis líquidos inflamáveis;
- Queimam em superfície;
- Após a queima, não deixam resíduos;
- Esse tipo de incêndio é extinto pelo método de abafamento.

Classe C.

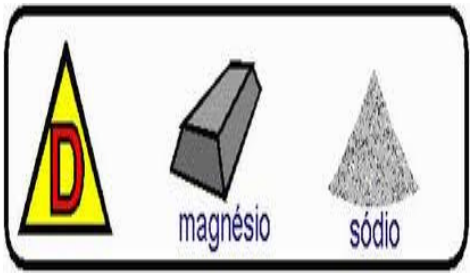
Qualquer incêndio envolvendo combustíveis energizados. Alguns combustíveis energizados (aqueles que não possuem algum tipo de armazenador de energia) podem se tornar classe A ou B, se for desligado da rede elétrica.

- Caracteriza–se por fogo em materiais/equipamentos energizados (geralmente equipamentos elétricos);

- A extinção só pode ser realizada com agente extintor não-condutor de eletricidade, nunca com extintores de água ou espuma;
- O primeiro passo num incêndio de classe C, é desligar o quadro de força, pois assim ele se tornará um incêndio de classe A ou B.

Classe D.

Incêndios resultantes da combustão de metais pirofóricos, são ainda caracterizados pela queima em altas temperaturas e reagirem com alguns agentes extintores (principalmente a água).



- Caracteriza-se por fogo em metais pirofóricos (alumínio, antimônio, magnésio, etc.)
- São difíceis de serem apagados;
- Esse tipo de incêndio é extinto pelo método de abafamento;
- Nunca utilizar extintores de água ou espuma para extinção do fogo.

37.0 - Principais causas de incêndio.

Os incêndios, a não ser quando causados pela ação das intempéries, são decorrentes da falha humana, material ou ambas; predominando segundo estatísticas a primeira, como veremos a seguir:

1. Brincadeira de criança: As crianças por não terem senso do risco que correm, costumam brincar com fósforos, fogueiras em terrenos baldios, imitando engolidores de fogo, com frascos que contém ou continham líquidos inflamáveis, etc.; em função disto devemos orientá-las mostrando os riscos e consequências e nunca amedrontando-as.

2. Exaustores, Chaminé, Fogueira: Todos os meios condutores de calor para o exterior, podem ser causadores de incêndio, desde que não sejam muito bem instalados, conservados e mantidos de acordo com as normas de segurança. Portanto, procurar sempre seguir as orientações de profissionais capacitados. No

caso de fogueiras, por exemplo, 99 % da perda de controle pode ser atribuído ao fator humano, causando graves acidentes com vítimas até fatais, além de grandes danos a ecologia.

3. Balões: Todos os anos, quando se realizam os festejos juninos, muitos incêndios são causados por balões, que deixam cair centelhas ou mesmo a tocha acesa sobre materiais combustíveis, portanto, nunca solte balões.

4. Fogos de Artifícios: Tal como ocorrem com os balões, os fogos de artifícios também são causadores de incêndio, além de inúmeros acidentes. Geralmente, as crianças são as principais vítimas, por não saberem utilizar tal material e mesmo alguns portarem defeitos de fabricação, logo ao manipular, tome sempre medidas de segurança.

5. Displicência ao cozinhar: Algumas donas de casa, não conhecem os riscos de incêndios e deixam alimentos fritando ou cozendo por tempo superior ao necessário, ou mesmo colocando-os com água em óleo fervente, fazendo com que os vapores do mesmo saiam do recipiente, indo até as chamas do fogão e incendiando o combustível na panela; em vista disto, mantenha sempre sua atenção redobrada quando utilizar o fogão.

6. Descuido com fósforo: Não só as crianças, mas também os jovens e adultos não dão a devida atenção à correta utilização dos fósforos, produzindo centelhas em locais gasados, ou mesmo livrando-se do palito ainda em chamas, provocando com esta atitude muitos incêndios. Quando utilizarmos os mesmos, devemos apagá-los e quebrá-los antes de jogá-los fora, e guardar a caixa longe do alcance das crianças.

7. Velas, lamparinas, iluminação à chama aberta sobre móveis: Muitas vezes são colocados diretamente sobre móveis ou tecidos, velas ou lamparinas. No caso da primeira, esta poderá queimar-se até atingir o material e incendiá-lo; a outra, por conter querosene ou outro líquido inflamável a situação é ainda mais grave, portanto, quando forem utilizadas, coloca-las sobre um pires ou prato, evitando o contato com o possível combustível.

8. Aparelhos Eletrodomésticos: Além das instalações elétricas inadequadas, os próprios aparelhos elétricos utilizados nas residências poderão causar incêndios, quando guardados ainda quentes, deixados ligados ou apresentarem defeitos, observe sempre seu funcionamento, fios, interruptores e siga as instruções do fabricante.

9. Pontas de Cigarros: O hábito de fumar atinge a milhares de pessoas, que às vezes, o fazem em locais proibidos e quase sempre jogam as pontas destes, sem ter certeza que estejam apagados completamente. Outras vezes, deitam-se e adormecem deixando-o aceso. Portanto devemos sempre molhar ou amassar as pontas antes de serem jogadas no lixo, principalmente nos locais onde armazenam papéis.

10. Vazamento de Gás Liquefeito de Petróleo (G.L.P.): O GLP é acelerador de incêndio em potencial. O botijão que está em uso fica conectado ao fogão, por meio de um tubo plástico que incendeia com facilidade, em razão do material que é constituído, isto ocorrendo teremos acesso ao gás, pois o registro está em posição aberto, o reserva que está ao lado, poderá receber calor suficiente para romper a válvula de segurança, provocando a propagação do fogo por todo o prédio. Devemos colocar tais recipientes fora da residência, conectando-o por uma mangueira resistente preconizada pelo Conselho Nacional de Petróleo que contém data de validade.

11. Ignição ou Explosão de Produtos Químicos: Alguns produtos químicos ou inflamáveis, em contato com o ar ou outros componentes, poderão incendiar-se ou explodir, em função disto devem ser acondicionados em locais próprios e seguros, evitando-se assim qualquer acidente, ao manipulá-los, procure sempre a orientação de um técnico especializado.

12. Instalações Elétricas Inadequadas: As improvisações em instalações elétricas na construção, reforma ou ampliação são responsáveis pela maioria dos incêndios, portanto, devemos seguir as orientações de pessoas capacitadas.

13. Trabalhos de Soldagens: Nos aparelhos de solda, alimentados com acetileno e oxigênio, havendo um vazamento, isto poderá gerar um incêndio, além disso, a própria chama do maçarico atingindo materiais combustíveis, provocará tal sinistro. Os profissionais devem estar conscientes dos perigos e atentos quanto a danos nas mangueiras e registros do aparelho, para sua própria segurança.

14. Ação Criminosa: Muito mais do que imaginamos, incêndios são provocados por pessoas maldosas, principalmente no local de trabalho, pelo simples prazer de vingança. Também alguns proprietários, visando obter lucros do seguro, usam da mesma atitude. Nestes casos as causas, normalmente são detectadas facilmente, e as pessoas envolvidas tem respondido judicialmente pelo delito.

38.0 - Métodos de extinção.

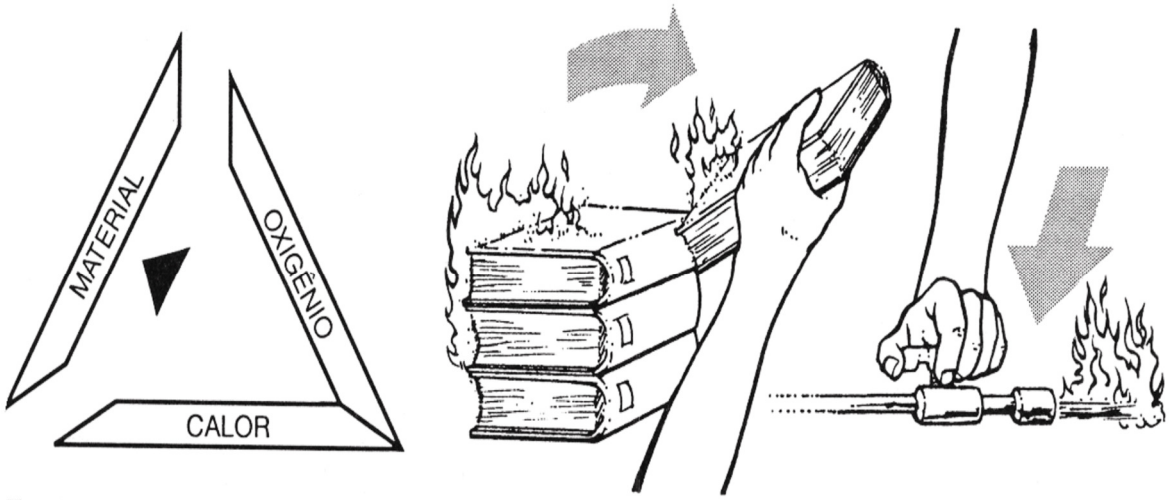
Partindo do princípio de que, para haver fogo, são necessários o combustível, comburente e o calor, formando o triângulo do fogo ou, mais modernamente, o quadrado ou tetraedro do fogo, quando já se admite a ocorrência de uma reação em cadeia, para nós extinguirmos o fogo, basta retirar um desses elementos.

Com a retirada de um dos elementos do fogo, temos os seguintes métodos de extinção: extinção por retirada do material, por abafamento, por resfriamento e extinção química.

38.1 - Extinção por retirada do material (Isolamento).

Esse método consiste em duas técnicas:

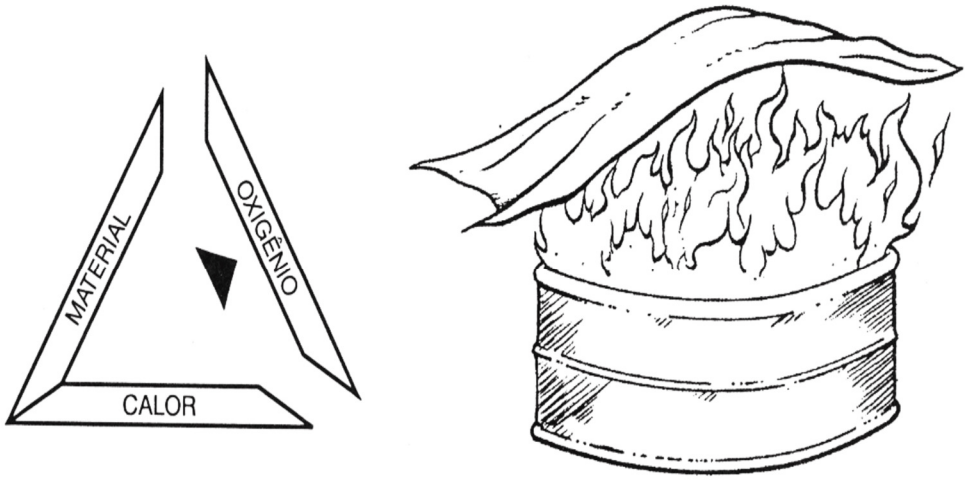
- Retirada do material que está queimando.
- Retirada do material que está próximo ao fogo.



Extinção por retirada do material

38.2 - Extinção por retirada do comburente (Abafamento).

Este método consiste na diminuição ou impedimento do contato de oxigênio com o combustível.



Extinção por retirada do comburente

38.3 - Extinção por retirada do calor (Resfriamento).

Este método consiste na diminuição da temperatura e eliminação do calor, até que o combustível não gere mais gases ou vapores e se apague.

Extinção por retirada do calor

38.4 - Extinção Química.

Ocorre quando interrompemos a reação em cadeia. Este método consiste no seguinte: o combustível, sob ação do calor, gera gases ou vapores que, ao se combinarem com o comburente, formam uma mistura inflamável. Quando lançamos determinados agentes extintores ao fogo, suas moléculas se dissociam pela ação do calor e se combinam com a mistura inflamável (gás ou vapor mais comburente), formando outra mistura não– inflamável.

39.0 - EPI – Equipamentos de Proteção Individual.

Considera-se Equipamento de Proteção Individual - EPI, todo dispositivo ou produto, de uso individual utilizado pelo trabalhador, destinado à proteção de riscos suscetíveis de ameaçar a segurança e a saúde no trabalho.

O equipamento de proteção individual, de fabricação nacional ou importado, só poderá ser posto à venda ou utilizado com a indicação do Certificado de Aprovação - CA, expedido pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho do Ministério do Trabalho e Emprego.

A empresa é obrigada a fornecer aos empregados, gratuitamente, EPI adequado ao risco, em perfeito estado de conservação e funcionamento, nas seguintes circunstâncias:

- Sempre que as medidas de ordem geral não ofereçam completa proteção contra os riscos de acidentes do trabalho ou de doenças profissionais e do trabalho;
- Enquanto as medidas de proteção coletiva estiverem sendo implantadas; e,
- Para atender a situações de emergência.

Cabe ao empregador quanto ao EPI:

A. Adquirir o adequado ao risco de cada atividade;
B. Exigir seu uso;
C. Fornece ao trabalhador somente o aprovado pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho;
D. Orientar e treinar o trabalhador sobre o uso adequado, guarda e conservação;
E. Substituir imediatamente, quando danificado ou extraviado;
F. Responsabilizar-se pela higienização e manutenção periódica; e,
G. Comunicar ao MTE qualquer irregularidade observada.
H. Registrar o seu fornecimento ao trabalhador, podendo ser adotados livros, fichas ou sistema eletrônico.

Responsabilidades do trabalhador.

Cabe ao empregado quanto ao EPI:

A. Usar, utilizando-o apenas para a finalidade a que se destina;
B. Responsabilizar-se pela guarda e conservação;
C. Comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para uso; e,
D. Cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado.

Equipamento de Proteção Individual.

Capacete.	**Protetor facial protege contra.** **Capacete para proteção contra impactos de objetos sobre o crânio, choques elétricos, contra agentes térmicos.**
Capuz ou balaclava.	**Protetor facial protege contra.** **Capuz para proteção do crânio e pescoço contra riscos de origem térmica, respingos de produtos químicos, contra agentes abrasivos e escoriantes.**
Óculos de Segurança.	**Protetor facial protege contra.** ➡ **Os olhos contra impactos de partículas volantes.** ➡ **Luminosidade intensa** ➡ **Contra radiação ultravioleta** ➡ **Contra radiação infravermelha.**

Protetor facial 	**Protetor facial protege contra.** ➡ Impactos de partículas volantes; ➡ Radiação infravermelha; ➡ Luminosidade intensa; ➡ Riscos de origem térmica; ➡ Radiação ultravioleta.
Vestimentas do Corpo Todo. 	**Protetor facial protege contra.** ➡ O tronco contra riscos de origem térmica; ➡ Riscos de origem mecânica; ➡ Riscos de origem química; ➡ Riscos de origem radioativa; ➡ Riscos de origem meteorológica; ➡ Contra umidade proveniente de operações com uso de água.
Luvas de Segurança. 	**Protetor facial protege contra.** ➡ Agentes abrasivos e escoriantes; ➡ Agentes cortantes e perfurantes; ➡ Contra choques elétricos; ➡ Contra agentes térmicos; ➡ Contra agentes biológicos; ➡ Contra agentes químicos; ➡ Contra vibrações; ➡ Contra radiações ionizantes.
Calçado de Segurança. 	**Protetor facial protege contra.** ➡ Impactos de quedas de objetos; ➡ Proteção dos pés contra agentes provenientes de energia elétrica; ➡ Proteção dos pés contra agentes térmicos; ➡ Proteção dos pés contra agentes abrasivos e escoriantes; ➡ Proteção dos pés contra agentes cortantes e perfurantes; ➡ Calçado para proteção dos pés e pernas contra respingos de produtos químicos.

40.0 - Equipamentos de combate a incêndios.

Destinam-se ao combate imediato e rápido de pequenos focos de incêndios, não devendo ser considerados como substitutos aos sistemas de extinção mais complexos, mas sim como equipamentos adicionais.

Extintores de incêndio.

Recomendações:

- Instalar o extintor em local visível e sinalizado;
- O extintor não deverá ser instalado em escadas, portas e rotas de fuga;
- Os locais onde estão instalados os extintores, não devem ser obstruídos;
- O extintor deverá ser instalado na parede ou colocado em suportes de piso;
- O lacre não poderá estar rompido;
- O manômetro dos extintores de AP (água pressurizada) e PQS (pó químico seco) deverá indicar a carga.

Agentes Extintores.

Trata-se de certas substâncias químicas sólidas, líquidas ou gasosas, que são utilizadas na extinção de um incêndio. Os principais e mais conhecidos são:
A altura máxima de fixação é de 1,60 m, e a mínima é de 0,10m. Dependendo do risco, percurso máximo para se atingir um extintor, é de 15, 20 ou 25 metros. Os extintores devem estar desobstruídos e sinalizados. Obedecendo-se o percurso máximo, cada pavimento deve ser protegido no mínimo por 2 unidades extintoras distintas, sendo uma para incêndio de classe A e outra para classes B:C ou duas unidades extintoras para classe ABC. Até 50 m² de área no pavimento, é aceita a colocação de um extintor do tipo ABC.

Água Pressurizada.

- É o agente extintor indicado para incêndios de classe A.
- Age por resfriamento e/ou abafamento.
- Pode ser aplicado na forma de jato compacto, chuveiro e neblina. Para os dois primeiros casos, a ação é por resfriamento. Na forma de neblina, sua ação é de resfriamento e abafamento.

Gás Carbônico (CO_2).

- É o agente extintor indicado para incêndios da classe C, por não ser condutor de eletricidade;
- Age por abafamento, podendo ser também utilizado nas classes A, somente em seu início e na classe B em ambientes fechados.

Pó Químico.

- É o agente extintor indicado para combater incêndios da classe B;
- Age por abafamento, podendo ser também utilizados nas classes A e C, podendo nesta última danificar o equipamento.

Espuma.

- É um agente extintor indicado para incêndios das classes A e B.
- Age por abafamento e secundariamente por resfriamento.
- Por ter água na sua composição, não se pode utiliza-lo em incêndio de classe C, pois conduz corrente elétrica.

ATENÇÃO:
Nunca use água em fogo das classes C e D.
Nunca use jato direto na classe B.

Pó ABC (Fosfato de Monoamônico).

- É o agente extintor indicado para incêndios das classes A, B e C;
- Age por abafamento

Outros Agentes.

- Além dos já citados, podemos considerar como agentes extintores terra, areia, cal.

41.0 - Definições.

Área protegida → Área medida em metros quadrados de piso, protegida por uma unidade extintora, em função do risco.

Agente extintor → Substância utilizada para a extinção de fogo.

Carga → Quantidade de agente extintor contida no extintor de incêndio, medida em litro ou quilograma.

Extintor de incêndio → Aparelho de acionamento manual, constituído de recipiente e acessórios contendo o agente extintor destinado a combater princípios de incêndio.

Extintor portátil → Extintor que possui massa total até 245 N (25 kgf).

Extintor sobre rodas → Extintor que possui massa total superior a 245 N (25 kgf), montado sobre rodas.

Princípio de incêndio → Período inicial da queima de materiais, compostos químicos ou equipamentos, enquanto o incêndio é incipiente.

Sinalização → Marcação de piso, parede, coluna e/ou teto, destinada a indicar a presença de um extintor.

Unidade extintora → Extintor que atende à capacidade extintora mínima prevista em função do risco e da natureza do fogo.

42.0 - Abandono de área.

Caso seja necessário abandonar a edificação o Coordenador da Brigada de incêndio reunirá o grupo de brigadista no ponto de encontro da empresa, onde delegará as atribuições de cada um e analisarão a melhor forma de evacuar a edificação (O procedimento descrito deverá ser executado o mais rápido possível).

Tomadas as devidas providências o alarme de incêndio será acionado novamente para que se inicie o abandono geral. Os ocupantes do andar sinistrado, que já devem estar cientes da emergência, serão os primeiros a descer, em fila e sem tumulto com auxílio dos brigadistas do setor, após o segundo toque, com um brigadista liderando a fila (puxa - fila) e outro encerrando a mesma (Cerra - Fila).

Antes do abandono definitivo do pavimento, os brigadistas responsáveis pelo pavimento ou cerra – fila deverá verificar se não ficaram ocupantes retardatários e providenciar o fechamento de portas e/ou janelas, se possível.

As pessoas portadoras de deficiência física, permanente ou temporária, devem ser acompanhadas por brigadistas, integrantes da equipe de apoio ou voluntários, previamente designados pelo coordenador ou chefe da brigada.

Todos os demais ocupantes de cada pavimento, após soar o primeiro alarme, devem parar o que estiverem fazendo, pegar apenas seus documentos pessoais e agruparem-se no saguão dos elevadores, organizados em fila direcionada à porta de saída de emergência. Após o segundo toque do alarme, os ocupantes dos andares devem iniciar a descida, dando preferência às demais filas, quando cruzarem com as mesmas (como numa rotatória de trânsito), até a saída (andar térreo), onde devem se deslocar até o ponto de encontro.

NOTA: *É Importante ressaltar que a ordem de abandono da edificação é dada pelo Coordenador da brigada de incêndio.*

43.0 – Primeiros Socorros.

A prestação dos Primeiros Socorros depende de conhecimentos básicos, teóricos e práticos por parte de quem os está aplicando.

O restabelecimento da vítima de um acidente, seja qual for sua natureza, dependerá muito do preparo psicológico e técnico da pessoa que prestar o atendimento.

O socorrista deve agir com bom senso, tolerância, calma e ter grande capacidade de improvisação. O primeiro atendimento mal sucedido pode levar vítimas de acidentes a sequelas irreversíveis. Para ser um socorrista é necessário ser um bom samaritano, isto é, aquele que presta socorro voluntariamente, por amor ao seu semelhante. Para tanto é necessárias três coisas básicas, mãos para manipular a vítima, boca para acalmá-la, animá-la e solicitar socorro, e finalmente coração para prestar socorro sem querer receber nada em troca.

43.1 - Objetivo.

Os Primeiros Socorros ou socorro básico de urgência são as medidas iniciais e imediatas dedicadas à vítima, fora do ambiente hospitalar, executadas por qualquer pessoa, treinada, para garantir a vida, proporcionar bem-estar e evitar agravamento das lesões existentes.

43.2 - Avaliação Inicial.

Antes de qualquer outra atitude no atendimento às vítimas, deve-se obedecer a uma sequência padronizada de procedimentos que permitirá determinar qual o principal problema associado com a lesão ou doença e quais serão as medidas a serem tomadas para corrigi-lo.

Essa sequência padronizada de procedimentos é conhecida como exame do paciente. Durante o exame, a vítima deve ser atendida e sumariamente examinada para que, com base nas lesões sofridas e nos seus sinais vitais, as prioridades do atendimento sejam estabelecidas. O exame do paciente leva em conta aspectos subjetivos, tais como:

- O local da ocorrência. É seguro? Será necessário movimentar a vítima? Há mais de uma vítima? Pode-se dar conta de todas as vítimas?
- A vítima. Está consciente? Tenta falar alguma coisa ou aponta para qualquer parte do corpo dela.
- As testemunhas. Elas estão tentando dar alguma informação? O socorrista deve ouvir o que dizem a respeito dos momentos que antecederam o acidente.

- Mecanismos da lesão. Há algum objeto caído próximo da vítima, como escada, moto, bicicleta, andaime e etc. A vítima pode ter sido ferida pelo volante do veículo?
- Deformidades e lesões. A vítima está caída em posição estranha? Ela está queimada? Há sinais de esmagamento de algum membro?
- Sinais. Há sangue nas vestes ou ao redor da vítima? Ela vomitou? Ela está tendo convulsões?
- Para que não haja contaminação, antes de iniciar a manipulação da vítima o socorrista deverá estar aparamentado com luvas cirúrgicas, avental com mangas longas, óculos panorâmicos e máscara para respiração artificial ou ambú.

As informações obtidas por esse processo, que não se estende por mais do que alguns segundos, são extremamente valiosas na sequência do exame, que é subdividido em duas partes: a análise primária e secundária da vítima.

43.3 - Análise Primária.

A análise primária é uma avaliação realizada sempre que a vítima está inconsciente e é necessária para se detectar as condições que colocam em risco iminente a vida da vítima. Ela se desenvolve obedecendo às seguintes etapas:

- Determinar inconsciência;
- Abrir vias aéreas;
- Checar respiração;
- Checar circulação; e
- Checar grandes hemorragias.

43.4 - Colar Cervical.

Tipos

O colar cervical é encontrado nos tamanhos pequeno, médio e grande e na forma regulável a qual se ajusta a todo comprimento de pescoço.
Escolha do tamanho

Com o pescoço da vítima em posição anatômica, medir com os dedos da mão, a distância entre a base do pescoço (músculo trapézio) até a base da mandíbula.
Em seguida comparar a medida obtida com a parte de plástico existente na lateral do colar, escolhendo assim o tamanho que se adapta ao pescoço da vítima.
Colocação do colar cervical (2 socorristas)

Socorrista 01.

- Retirar qualquer vestimenta e adorno em torno do pescoço da vítima;
- Examinar o pescoço da vítima antes de colocar o colar;
- Fazer o alinhamento lentamente da cabeça e manter firme com uma leve tração para cima;

Socorrista 02.

- Escolher o colar cervical apropriado;
- Passar a parte posterior do colar por trás do pescoço da vítima;

Colocar a parte anterior do colar cervical, encaixando no queixo da vítima de forma que esteja apoiado firmemente;

- Ajustar o colar e prender o velcro, mantendo uma discreta folga (um dedo) entre o colar e o pescoço da vítima;
- Manter a imobilização lateral da cabeça até que a mesma seja imobilizada (apoio lateral, preso pelas correias da maca).

43.5 - Análise Secundária.

O principal propósito da análise secundária é descobrir lesões ou problemas diversos que possam ameaçar a sobrevivência da vítima, se não forem tratados convenientemente. É um processo sistemático de obter informações e ajudar a tranquilizar a vítima, seus familiares e testemunhas que tenham interesse pelo seu estado, e esclarecer que providências estão sendo tomadas.

Os elementos que constituem a análise secundária são:

Entrevista Objetiva - conseguir informações através da observação do local e do mecanismo da lesão, questionando a vítima, seus parentes e as testemunhas.

- Exame da cabeça aos pés - realizar uma avaliação pormenorizada da vítima, utilizando os sentidos do tato, da visão, da audição e do olfato.
- Sintomas - são as impressões transmitidas pela vítima, tais como: tontura, náusea, dores, etc.
- Sinais vitais - pulso e respiração.
- Outros sinais - Cor e temperatura da pele, diâmetro das pupilas, etc.

43.6 – Insolação.

Ocorre devido à ação direta dos raios solares sobre o indivíduo.

Sinais e Sintomas.

- Temperatura do corpo elevada;
- Pele quente, avermelhada e seca;
- Diferentes níveis de consciência;
- Falta de ar;
- Desidratação;
- Dor de cabeça, náuseas e tontura.

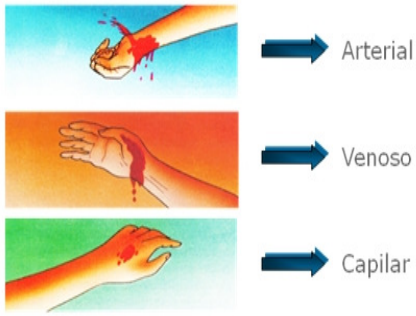
Primeiros Socorros.

- Remover a vítima para lugar fresco e arejado;
- Baixar a temperatura do corpo de modo progressivo, envolvendo-a com toalhas umedecidas;
- Oferecer líquidos em pequenas quantidades e de forma frequente;
- Mantê-la deitada;
- Avaliar nível de consciência, pulso e respiração;
- Providenciar transporte adequado;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

43.7- Ferimentos Externos.

São lesões que acometem as estruturas superficiais ou profundas do organismo com grau de sangramento, laceração e contaminação variável.

Sinais e Sintomas



- Dor e edema local;
- Sangramento;
- Laceração em graus variáveis;
- Contaminação se não adequadamente tratado.

Primeiros Socorros.

- ✓ Priorizar o controle do sangramento;
- ✓ Lavar o ferimento com água;
- ✓ Proteger o ferimento com pano limpo, fixando- o sem apertar;
- ✓ Não remover objetos empalados;
- ✓ Não colocar qualquer substância estranha sobre a lesão;
- ✓ Encaminhar para atendimento hospitalar.

43.8 – Hemorragias.

É a perda de sangue devido ao rompimento de um vaso sanguíneo (artérias, veias e capilares). Toda hemorragia deve ser controlada imediatamente.

A. Hemorragia Externa.

Sinais e Sintomas.

- Sangramento visível;
- Nível de consciência variável decorrente da perda sanguínea;
- Palidez de pele e mucosa.

Primeiros Socorros.

- Comprimir o local usando um pano limpo. (quantidade excessiva de pano pode mascarar o sangramento);
- Manter a compressão até os cuidados definitivos;
- Se possível, elevar o membro que está sangrando;
- Não utilizar qualquer substância estranha para coibir o sangramento;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

B. Hemorragia Interna.

Sinais e Sintomas

- ✓ Sangramento geralmente não visível;
- ✓ Nível de consciência variável dependente da intensidade e local do sangramento.

Casos em que devemos suspeitar de hemorragia interna importante:

- Sangramento pela urina;
- Sangramento pelo ouvido;
- Fratura de fêmur;
- Dor com rigidez abdominal;
- Vômitos ou tosse com sangue;
- Traumatismos ou ferimentos penetrantes no crânio, tórax ou abdome.

Primeiros Socorros

- Manter a vítima aquecida e deitada, acompanhando os sinais vitais e atuando adequadamente nas intercorrências; agilizar o encaminhamento para o atendimento hospitalar.

C. Hemorragia Nasal

Sinais e Sintomas

- Sangramento nasal visível.

Primeiros Socorros.

- Colocar a vítima sentada, com a cabeça ligeiramente voltada para trás, e apertar-lhe a(s) narina (s) durante cinco minutos;
- Caso a hemorragia não ceda, comprimir externamente o lado da narina que está sangrando e colocar um pano ou toalha fria sobre o nariz. Se possível, usar um saco com gelo;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

43.9 - Queimaduras.

Queimaduras são lesões no tecido do revestimento do corpo, causada por agentes térmicos, químicos, radioativos, ou elétricos, podendo destruir total ou parcialmente a pele e seus anexos, e até atingir camadas mais profundas (músculos, tendões e ossos).

1º Grau.

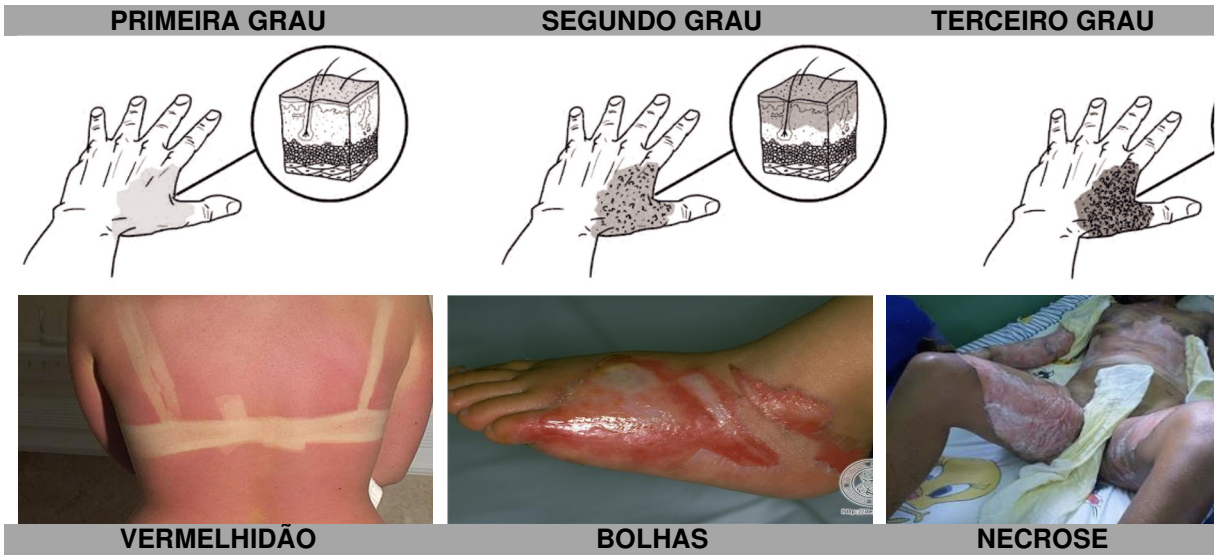
- Atinge somente a epiderme;
- Dor local e vermelhidão da área atingida.

2º Grau.

- Atinge a epiderme e a derme;
- Apresenta dor local, vermelhidão e bolhas d'água.

3º Grau.

- Atinge a epiderme, derme e alcança os tecidos mais profundos, podendo chegar até o osso.



Primeiros Socorros.

- Isolar a vítima do agente agressor;
- Diminuir a temperatura local, banhando com água fria (1ºGrau);
- Proteger a área afetada com plástico;
- Não perfurar bolhas, colocar gelo, aplicar medicamentos, nem produtos caseiros;
- Retirar parte da roupa que esteja em volta da área queimada;
- Retirar anéis e pulseiras, para não provocar estrangulamento ao inchar.
- Encaminhar para atendimento hospitalar;

A. Queimaduras Elétricas

Primeiros Socorros.

- Desligar a fonte de energia elétrica, ou retirar a vítima do contato elétrico com luvas de borracha e luvas de cobertura ou com um bastão isolante, antes de tocar na vítima;
- Adotar os cuidados específicos para queimaduras apresentados anteriormente, se necessário aplicar técnica de Reanimação Cardiopulmonar (RCP).

B. Queimaduras nos Olhos.

Primeiros Socorros.

- Lavar os olhos com água em abundância durante vários minutos;
- Vedar o (os) olho(s) atingido(s) com pano limpo;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

43.9.1- Desmaio.

É a perda súbita e temporária da consciência e da força muscular, geralmente devido à diminuição de oxigênio no cérebro, tendo como causas: hipoglicemia, fator emocional, dor extrema, ambiente confinado etc.

Sinais e Sintomas

- Tontura;
- Sensação de mal estar;
- Pulso rápido e fraco;
- Respiração presente de ritmos variados;
- Tremor nas sobrancelhas;
- Pele fria, pálida e úmida;
- Inconsciência superficial;

Primeiros Socorros.

- Colocar a vítima em local arejado e afastar curiosos;
- Deitar a vítima se possível com a cabeça mais baixa que o corpo;
- Afrouxar as roupas;
- Encaminhar para atendimento médico.

49.9.2 – Convulsão.

Perda súbita da consciência acompanhada de contrações musculares bruscas e involuntárias, conhecida popularmente como “ataque”. Causas variadas: epilepsia, febre alta, traumatismo craniano, etc.

Sinais e Sintomas

- Inconsciência;
- Queda abrupta da vítima;
- Salivação abundante e vômito;
- Contração brusca e involuntária dos músculos;
- Enrijecimento da mandíbula, travando os dentes;
- Relaxamento dos esfíncteres (urina e/ou fezes soltas);
- Esquecimento.

Primeiros Socorros.

- Colocar a vítima em local arejado, calmo e seguro;
- Proteger a cabeça e o corpo de modo que os movimentos involuntários não causem lesões;
- Afastar objetos existentes ao redor da vítima;
- Lateralizar a cabeça em caso de vômitos;
- Afrouxar as roupas e deixar a vítima debater-se livremente;
- Nas convulsões por febre alta diminuir a temperatura do corpo, envolvendo- o com pano embebido por água;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

43.9.3 - Lesões Traumáticas de Ossos, Articulações e Músculos.

Fratura → Fratura é o rompimento total ou parcial de qualquer osso.

Existem dois tipos de fratura:

Fechadas: sem exposição óssea.

Expostas: o osso está ou esteve exposto.

A. **Entorse -** É a separação momentânea das superfícies ósseas articulares, provocando o estiramento ou rompimento dos ligamentos;

B. **Distensão -** É o rompimento ou estiramento anormal de um músculo ou tendão.

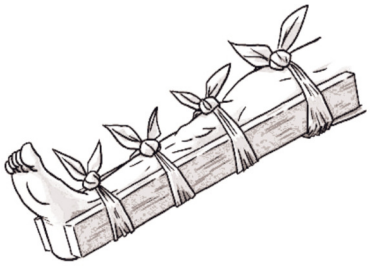
C. **Luxação -** É a perda de contato permanente entre duas extremidades ósseas numa articulação.

Sinais e Sintomas.

- Dor local intensa;
- Dificuldade em movimentar a região afetada;
- Hematoma;
- Deformidade da articulação;
- Inchaço;

Primeiros Socorros.

- Manipular o mínimo possível o local afetado;
- Não colocar o osso no lugar;
- Proteger ferimentos com panos limpos e controlar sangramentos nas lesões expostas;
- Imobilizar a área afetada antes de remover a vítima;
- Se possível, aplicar bolsa de gelo no local afetado;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

COLAR CERVICAL	TIPÓIA	TALAS
		

43.9.4 - Lesões da Coluna Vertebral.

A coluna vertebral é composta de 33 vértebras sobrepostas, localizada do crânio ao cóccix, e no seu interior há a medula espinhal, que realiza a condução dos impulsos nervosos.

As lesões da coluna vertebral mal conduzidas podem produzir lesões graves e irreversíveis de medula, com comprometimento neurológico definitivo (tetraplégica ou paraplegia).

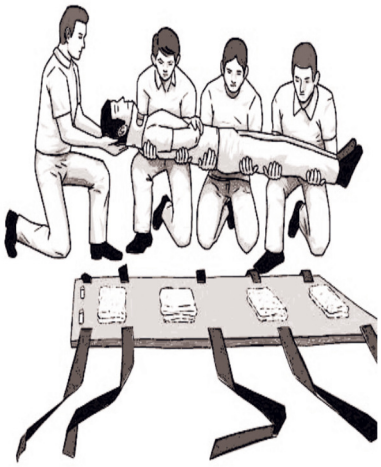
Todo o cuidado deverá ser tomado com estas vítimas para não surgirem lesões adicionais.

Sinais e Sintomas.

- Dor local intensa;
- Diminuição da sensibilidade, formigamento ou dormência em membros inferiores e/ou superiores;
- Paralisia dos segmentos do corpo, que ocorrem abaixo da lesão;
- Perda do controle esfincteriano (urina e/ou fezes soltas).

Primeiros Socorros.

- Cuidado especial com a vítima inconsciente;
- Imobilizar o pescoço antes do transporte, utilizando o colar cervical;
- Movimentar a vítima em bloco, impedindo particularmente movimentos bruscos do pescoço e do tronco;
- Colocar em prancha de madeira;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.



43.9.5 - Estado Choque.

É a falência do sistema cardiocirculatório devido a causas variadas, proporcionando uma inadequada perfusão e oxigenação dos tecidos.

Sinais e Sintomas.

- Inconsciência profunda;
- Pulso fraco e rápido;
- Aumento da frequência respiratória;
- Perfusão capilar lenta ou nula;
- Tremores de frio.

Primeiros Socorros.

- Colocar a vítima em local arejado, afastar curiosos e afrouxar as roupas;
- Manter a vítima deitada com as pernas mais elevadas;
- Manter a vítima aquecida;
- Lateralizar a cabeça em casos de vômitos;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.

43.9.6 - Choque Elétrico.

É o fenômeno da passagem da corrente elétrica pelo corpo quando em contato com partes energizadas.

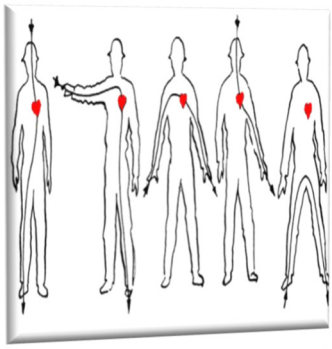
Sinais e Sintomas.

- Parada cardiorrespiratória;
- Queimaduras;
- Lesões traumáticas.

Primeiros Socorros.

- Interromper imediatamente o contato da vítima com a corrente elétrica, utilizando luvas isolantes de borracha, com luvas de cobertura ou bastão isolante;

- Certificar-se de estar pisando em chão seco, se não estiver usando botas com solado isolante;
- Realizar avaliação primária (grau de consciência, respiração e pulsação);
- Aplicar as condutas preconizadas para parada cardiorrespiratória, queimaduras e lesões traumáticas;
- Encaminhar para atendimento hospitalar.



43.9.7 - Parada Cardiorrespiratória.

É a ausência das funções vitais, movimentos respiratórios e batimentos cardíacos. A ocorrência isolada de uma delas só existe em curto espaço de tempo; a parada de uma acarreta a parada da outra. A parada cardiorrespiratória leva à morte no período de 3 a 5 minutos.

Sinais e Sintomas

- Inconsciência;
- Ausência de movimentos respiratórios e batimentos cardíacos.

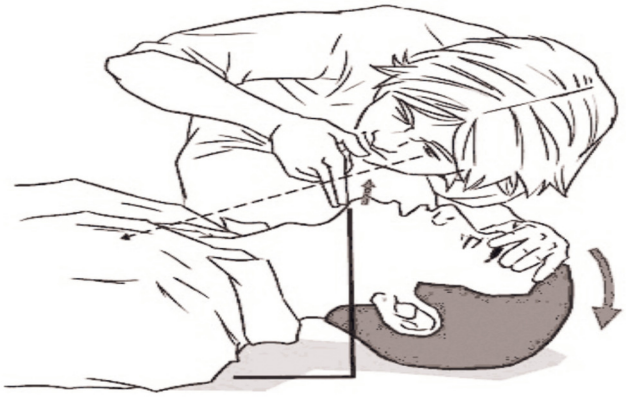
Primeiros Socorros

A. Desobstrução das Vias Aéreas

- Remover dentadura, pontes dentárias, excesso de secreção, dentes soltos etc.
- Colocar uma das mãos sobre a testa da vítima e com a outra fazer uma pequena força para elevar o queixo;
- Estender a cabeça da vítima para trás até que a boca abra.

B. Verificação da Respiração.

- Encostar o ouvido sobre a boca e nariz da vítima, mantendo as vias aéreas abertas;
- Observar se o peito da vítima sobe e desce, ouvir e sentir se há sinal de respiração.



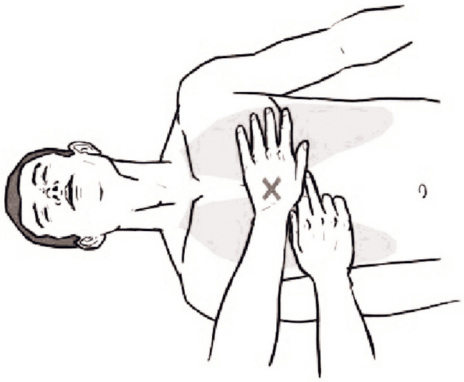
C. Verificação do Pulso.

- Manter a cabeça da vítima estendida para trás, sustentando-a pela testa;
- Localizar o Pomo de Adão com a ponta dos dedos indicador e médio;
- Deslizar os dedos em direção à lateral do pescoço para o lado no qual você estiver posicionado (não utilize o polegar, pois este tem pulso próprio);
- Sentir o pulso da carótida (espere 5 – 10 segundos). A carótida é a artéria mais recomendada por ficar próxima ao coração e ser acessível.

D. Reanimação Cardiopulmonar (RCP)

Procedimento.

- Realizar somente quando tiver certeza de que o coração da vítima parou;
- Colocar a vítima sobre uma superfície rígida;
- Ajoelhar-se ao lado da vítima;
- Usando a mão próxima da cintura da vítima, deslizar os dedos pela lateral das costelas próximas a você, em direção ao centro do peito, até localizar a ponta do osso esterno;
- Colocar a ponta do dedo médio sobre a ponta do osso esterno, alinhando o dedo indicador ao médio;
- Colocar a base da sua outra mão (que está mais próxima da cabeça da vítima) ao lado do dedo indicador;
- Remover a mão que localizou o osso esterno, colocando-a sobre a que está no peito;
- Entrelaçar os seus dedos, estendendo-os de forma que não toquem no peito da vítima.



- Posicionar seus ombros diretamente acima de suas mãos sobre o peito da vítima;
- Manter os braços retos e os cotovelos estendidos;
- Pressionar o osso esterno para baixo, cerca de aproximadamente 5 centímetros;
- Executar 15 compressões. Contar as compressões à medida que você as executa;
- Fazer as compressões uniformemente e com ritmo;
- Durante as compressões, flexionar o tronco ao invés dos joelhos;
- Evitar que os seus dedos apertem o peito da vítima durante as compressões.

E sensato que os socorristas leigos e profissionais de saúde realizem compressões torácicas a uma frequência mínima de 100 compressões por minuto

43.9.8 - Técnicas de Remoção e Transporte de Acidentados.

Conceituação.

Transporte de Acidentados

O transporte de acidentados deve ser realizado por equipes especializadas em resgate (Corpo de Bombeiros, Anjos do Asfalto, etc.), pois o transporte inadequado pode agravar as lesões e provocar sequelas irreversíveis.

Procedimentos para Transporte Seguro:

1. Equipe Especializada: Preferencialmente, acione uma equipe especializada em resgate.

2. Exceções: Somente transporte a vítima sem equipe especializada se for absolutamente necessário e com uso de técnicas adequadas.

3. Avaliação da Vítima:
- Avalie cuidadosamente as condições da vítima antes do transporte.
- Determine o número adequado de pessoas para realizar o transporte de forma segura.

4. Remoção Sem Suspeita de Lesões na Coluna Vertebral: Transporte a vítima conforme indicado, somente quando não houver suspeita de lesões na coluna vertebral.

Métodos de Transporte:

Uma Pessoa: Nos Braços: Passe um dos braços da vítima ao redor do seu pescoço.

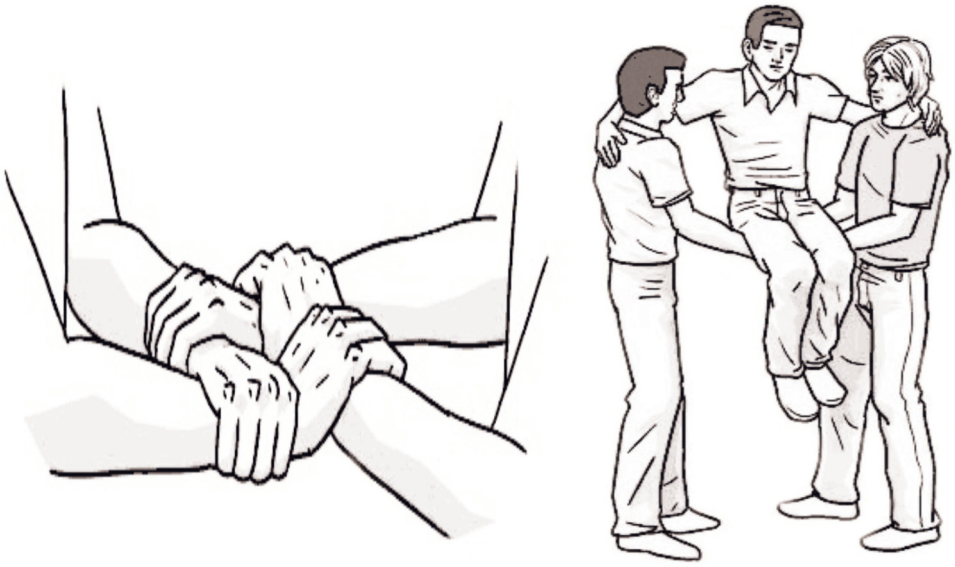
Esta versão técnica e resumida assegura que os principais pontos sobre o transporte de acidentados sejam claros e precisos.

De apoio: Passe o seu braço em torno da cintura da vítima e o braço da vítima ao redor de seu pescoço.

Nas costas: Dê as costas para a vítima, passe os braços dela ao redor de seu pescoço, incline-a para frente e levante-a.

Duas pessoas

Cadeirinha: Faça a cadeirinha conforme abaixo. Passe os braços da vítima ao redor do seu pescoço e levante a vítima.



Segurando pelas extremidades: uma segura a vítima pelas axilas, enquanto a outra, segura pelas pernas abertas. Ambas devem erguer a vítima simultaneamente.

44. Noções sobre a inclusão de pessoas com deficiência.

A Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência elaborada em 2006, pela ONU, estabeleceu diretrizes e reconheceu o direito das pessoas com deficiência ao trabalho, em igualdade de oportunidades com as demais pessoas. Esse direito abrange o direito à oportunidade de se manter com um trabalho de sua livre escolha ou aceitação no mercado laboral, em ambiente de trabalho que seja aberto, inclusivo e acessível a pessoas com deficiência.

Os estados partes devem promover direito ao trabalho, inclusive daqueles que tiverem adquirido uma deficiência no emprego, adotando medidas apropriadas, incluídas na legislação, com o fim de, entre outros:

a) Proibir a discriminação baseada na deficiência com respeito a todas as questões relacionadas com as formas de emprego, inclusive condições de recrutamento, contratação e admissão, permanência no emprego, ascensão profissional e condições seguras e salubres de trabalho;

b) Proteger os direitos das pessoas com deficiência, em condições de igualdade com as demais pessoas, às condições justas e favoráveis de trabalho, incluindo iguais oportunidades e igual remuneração por trabalho de igual valor, condições seguras e salubres de trabalho, além de reparação de injustiças e proteção contra o assédio no trabalho;

c) Assegurar que as pessoas com deficiência possam exercer seus direitos trabalhistas e sindicais, em condições de igualdade com as demais pessoas;

d) Possibilitar às pessoas com deficiência o acesso efetivo a programas de orientação técnica e profissional e a serviços de colocação no trabalho e de treinamento profissional e continuado;

e) Promover oportunidades de emprego e ascensão profissional para pessoas com deficiência no mercado de trabalho, bem como assistência na procura, obtenção e manutenção do emprego e no retorno ao emprego;

f) Promover oportunidades de trabalho autônomo, empreendedorismo, desenvolvimento de cooperativas e estabelecimento de negócio próprio;

g) Empregar pessoas com deficiência no setor público;

h) Promover o emprego de pessoas com deficiência no setor privado, mediante políticas e medidas apropriadas, que poderão incluir programas de ação afirmativa, incentivos e outras medidas;

i) Assegurar que adaptações razoáveis sejam feitas para pessoas com deficiência no local de trabalho;

j) Promover a aquisição de experiência de trabalho por pessoas com deficiência no mercado aberto de trabalho;

k) Promover reabilitação profissional, manutenção do emprego e programas de retorno ao trabalho para pessoas com deficiência.

O que caracteriza as pessoas com deficiência?

A Lei Brasileira de Inclusão (Lei 13146/2015) considera pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas.

A inclusão não se resume a uma simples contratação. As organizações devem oferecer condições de trabalho adequadas para o bem estar do trabalhador portador de deficiência.

Dicas de Relacionamento:

Como chamar?

Prefira usar o termo hoje mundialmente aceito: “pessoa com deficiência (física, auditiva, visual ou intelectual)”, em vez de “portador de deficiência”, “pessoa com necessidades especiais” ou “portador de necessidades especiais”; os termos” cego” e “surdo” podem ser utilizados; jamais utilizar termos pejorativos ou depreciativos como “deficiente”, “aleijado”, “inválido”, “excepcional”, “retardado”, “incapaz”, “defeituoso” etc.

Pessoas com deficiência física

Ao conversar por mais tempo que alguns minutos com uma pessoa que usa cadeira de rodas, se for possível, lembre-se de sentar, para que você e ela fiquem com os olhos no mesmo nível.

A cadeira de rodas (assim como as bengalas e muletas) é parte do espaço corporal da pessoa, quase uma extensão do seu corpo. Apoiar-se na cadeira de rodas é tão desagradável como fazê-lo numa cadeira comum onde uma pessoa está sentada.

Ao empurrar uma pessoa em cadeira de rodas, faça-o com cuidado. Se parar para conversar com alguém, lembre-se de virar a cadeira de frente para que a pessoa também possa participar da conversa.

Mantenha as muletas ou bengalas sempre próximas à pessoa com deficiência. Se achar que ela está em dificuldades, ofereça ajuda e, caso seja aceita, pergunte como deve proceder. As pessoas têm suas técnicas individuais para subir escadas, por exemplo, e, às vezes, uma tentativa de ajuda inadequada pode até atrapalhar. Outras vezes, o auxílio é essencial. Pergunte e saberá como agir e não se ofenda se a ajuda for recusada.

Pessoas com deficiência visual

Pessoas com deficiência visual precisam de ajuda. Se encontrar alguém que pareça estar em dificuldades, identifique-se, faça-a perceber que você está falando com ela e ofereça seu auxílio. Nunca ajude sem perguntar como fazê-lo.

Caso sua ajuda como guia seja aceita, coloque a mão da pessoa no seu cotovelo dobrado. Ela irá acompanhar o movimento do seu corpo enquanto você vai andando. Num corredor estreito, por onde só é possível passar uma pessoa, coloque o seu braço para trás, de modo que a pessoa cega possa continuar seguindo você.
É sempre bom avisar, antecipadamente, sobre a existência de degraus, pisos escorregadios, buracos e outros obstáculos durante o trajeto.

Ao explicar direções, seja o mais claro e específico possível; de preferência, indique as distâncias em metros ("uns vinte metros à nossa frente", por exemplo). Quando for afastar-se, avise sempre.

Algumas pessoas, sem perceber, falam em tom de voz mais alto quando conversam com pessoas cegas. A menos que ela tenha, também, uma deficiência auditiva que justifique isso, não faz nenhum sentido gritar. Fale em tom de voz normal. Não se deve brincar com um cão-guia, pois ele tem a responsabilidade de guiar o dono que não enxerga e não deve ser distraído dessa função.

Pessoas com deficiência auditiva

Ao falar com uma pessoa surda, acene para ela ou toque levemente em seu braço, para que ela volte sua atenção para você. Posicione-se de frente para ela, deixando a boca visível de forma a possibilitar a leitura labial. Evite fazer gestos bruscos ou segurar objetos em frente à boca.

Fale de maneira clara, pronunciando bem as palavras, mas sem exagero. Use a sua velocidade normal, a não ser que lhe peçam para falar mais devagar. Ao falar com uma pessoa surda, procure não ficar contra a luz, e sim num lugar iluminado.

Seja expressivo, pois as pessoas surdas não podem ouvir mudanças sutis de tom de voz que indicam sentimentos de alegria, tristeza, sarcasmo ou seriedade, e as expressões faciais, os gestos e o movimento do seu corpo são excelentes indicações do que você quer dizer. Enquanto estiver conversando, mantenha sempre contato visual. Se você desviar o olhar, a pessoa surda pode achar que a conversa terminou.

Pessoas com deficiência intelectual

Você deve agir naturalmente ao dirigir-se a uma pessoa com deficiência intelectual. Trate-a com respeito e consideração. Se for uma criança, trate-a como criança. Se for adolescente, trate-a como adolescente, e se for uma pessoa adulta, trate-a como tal.

Não a ignore. Cumprimente e despeça-se dela normalmente, como faria com qualquer pessoa. Dê-lhe atenção, converse e verá como pode ser divertido. Seja natural, diga palavras amistosas. Não superproteja a pessoa com deficiência intelectual. Deixe que ela faça ou tente fazer sozinha tudo o que puder. Ajude apenas quando for realmente necessário.

45. Medidas de prevenção e de combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no âmbito do trabalho.

A lei nº 14.457, de 21 de setembro de 2022, institui o Programa Emprega + Mulheres e altera a Consolidação das Leis do Trabalho agregando como atribuição da CIPA as medidas de prevenção e de combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no âmbito do trabalho. Passa a ser atribuição da CIPA:

I - Inclusão de regras de conduta a respeito do assédio sexual e de outras formas de violência nas normas internas da empresa, com ampla divulgação do seu conteúdo aos empregados e às empregadas;
II - Fixação de procedimentos para recebimento e acompanhamento de denúncias, para apuração dos fatos e, quando for o caso, para aplicação de sanções administrativas aos responsáveis diretos e indiretos pelos atos de assédio sexual e de

violência, garantido o anonimato da pessoa denunciante, sem prejuízo dos procedimentos jurídicos cabíveis;

III - Inclusão de temas referentes à prevenção e ao combate ao assédio sexual e a outras formas de violência nas atividades e nas práticas da Cipa;

IV - Realização, no mínimo a cada 12 (doze) meses, de ações de capacitação, de orientação e de sensibilização dos empregados e das empregadas de todos os níveis hierárquicos da empresa sobre temas relacionados à violência, ao assédio, à igualdade e à diversidade no âmbito do trabalho, em formatos acessíveis, apropriados e que apresentem máxima efetividade de tais ações.

Definição de assédio sexual

Conforme Tribunal superior do trabalho o assédio sexual é definido, de forma geral, como o constrangimento com conotação sexual no ambiente de trabalho, em que, como regra, o agente utiliza sua posição hierárquica superior ou sua influência para obter o que deseja. O assédio sexual pode ser de duas categorias:

- Por chantagem: Quando a aceitação ou a rejeição de uma investida sexual é determinante para que o assediador tome uma decisão favorável ou prejudicial para a situação de trabalho da pessoa assediada.

- Por intimidação: abrange todas as condutas que resultem num ambiente de trabalho hostil, intimidativo ou humilhante. Essas condutas podem não se dirigir a uma pessoa ou a um grupo de pessoas em particular, e pode ser representada com a exibição de material pornográfico no local de trabalho.

O assédio sexual é crime, definido no artigo 216-A do Código Penal como “constranger alguém com o intuito de obter vantagem ou favorecimento sexual, prevalecendo-se o agente da sua condição de superior hierárquico ou ascendência inerentes ao exercício de emprego, cargo ou função”. A pena prevista é de detenção de um a dois anos.

De acordo com a lei, o assédio é crime quando praticado por superior hierárquico ou ascendente. Há duas interpretações em relação à prática do ato: o assédio pode ocorrer pelo simples constrangimento da vítima ou pela prática contínua de atos constrangedores.

O gênero da vítima não é determinante para a caracterização do assédio como crime. "A tipificação específica é de 2001, quando se introduziu o artigo 216-A no Código Penal, e a prática é punível independentemente do gênero", explica a presidente do TST, ministra Maria Cristina Peduzzi. No entanto, estatisticamente, a prática se dá preponderantemente em relação às mulheres.

Legislação trabalhista

O assédio sexual se enquadra, por exemplo, nas hipóteses de não cumprimento das obrigações contratuais (artigo 483, alínea "e", da CLT) ou de prática de ato lesivo contra a honra e boa fama (artigo 482, alínea "b"). Nessa situação, a vítima pode obter a rescisão indireta do contrato de trabalho, motivada por falta grave do empregador, e terá o direito de extinguir o vínculo trabalhista e de receber todas as parcelas devidas na dispensa imotivada (aviso prévio, férias e 13º salário proporcional, FGTS com multa de 40%, etc).

Caso seja caraterizado o dano, a vítima tem direito também a reparação do dano, ainda que a vítima não seja subordinada ao assediador.

Produção de provas

Uma das dificuldades ao ajuizar uma ação de assédio sexual é a produção de provas. Geralmente, os atos não são praticados em público. As provas são importantes para evitar alegações falsas. Sendo assim, quais são as provas admitidas em juízo em caso de assédio sexual?

- ✓ Gravações telefônicas
- ✓ Cópias de mensagens eletrônicas
- ✓ Bilhetes
- ✓ Relatos de Testemunhas

Prevenção

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) em seu relatório “Acabar com a violência e o assédio contra mulheres e homens no mundo do trabalho”, estudou a questão em 80 países e destacou, entre as medidas de prevenção, a adoção de uma política sobre assédio sexual, com apresentação de direitos e obrigações dos trabalhadores e das empresas e a formação obrigatória sobre o tema.

Além disso, o empregador deve adotar posturas para evitar constrangimentos e violência no ambiente de trabalho, pois é sua obrigação cumprir e fazer cumprir as normas de segurança e medicina do trabalho (artigo 157, inciso I, da CLT).