

TEMAS DE DDS (34 TEMAS)

ÍNDICE

- 1) CUIDADO COM AS MÃOS
- 2) EXCESSO DE AUTO-CONFIANÇA NO TRABALHO
- 3) A IMPORTÂNCIA DO SILÊNCIO DENTRO DO CASARIO
- 4) SEGURANÇA EM PRIMEIRO LUGAR
- 5) PROATIVIDADE
- 6) LIMPEZA E ORGANIZAÇÃO
- 7) A IMPORTÂNCIA DO EPI
- 8) SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA
- 9) QUEDA DE OBJETOS
- 10) TRABALHO EM ALTURA
- 11) TRABALHANDO COM PRODUTOS QUÍMICOS
- 12) MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS
- 13) COLETA SELETIVA
- 14) PREVENÇÃO CONTRA INCÊNDIOS
- 15) COMBATE AO ASSÉDIO
- 16) CUIDANDO DA AUDIÇÃO
- 17) ATOS E CONDIÇÕES INSEGURAS
- 18) LUBRIFICAÇÃO DE MÁQUINAS
- 19) O CELULAR NO AMBIENTE DO TRABALHO
- 20) QUASE ACIDENTES SÃO SINAIS DE ALERTA
- 21) CUIDADOS NO TRABALHO DE ESPAÇO CONFINADO
- 22) NÃO BUSQUE UM CULPADO, BUSQUE O RISCO
- 23) CUIDADOS NO TRABALHO A QUENTE
- 24) A IMPORTÂNCIA DO DESCANSO
- 25) PROTEÇÃO DOS OLHOS
- 26) TRABALHO EM EQUIPE
- 27) PREVENINDO DOENÇAS RESPIRATÓRIAS
- 28) EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA (E.P.C.)
- 29) DICAS SOBRE O USO CORRETO DO CORRIMÃO
- 30) A IMPORTÂNCIA DE INSPECIONAR OS EQUIPAMENTOS ANTES DO TRABALHO
- 31) FALHA NA COMUNICAÇÃO
- 32) PONTOS DE PENSAMENTO
- 33) EQUIPAMENTOS DO TIPO EX
- 34) CHEFE X LÍDER

1) CUIDADO COM AS MÃOS



- Utilizar a luva adequada pra cada tipo de atividade
- Higienizar sempre as mãos com álcool em gel
- Deixar as mãos longe de partes móveis de máquinas
- Ficar atento com pontos de prensamento, principalmente pontos de prensamento de portas durante o balanço do navio
- Não utilizar relógio, nem brinco, nem cordão, durante o serviço, para que não fique agarrado em partes móveis de máquinas

CAUSAS DE LESÕES NA MÃO:

Negligência

Imprudência

Exposição a materiais ásperos

Empilhamento de materiais pesados, ou seja, ficando sua mão ou dedos presos entre os materiais

Cortado por objetos afiados

Atingido por ferramentas

Queimaduras

Ficar preso em máquinas

COMO PROTEGER SUAS MÃOS

Use luvas sempre que possível

Preste atenção à tarefa que está sendo executada

Use as ferramentas adequadas, com proteção das mãos

Primordialmente certifique-se de que qualquer equipamento usado tenha proteção adequada

10 DICAS PARA PROTEÇÃO DAS MÃOS COM LUVAS

Lave as mãos antes e depois de usar luvas

Use luvas apropriadas para a tarefa que está sendo executada

Verifique se a luva está ajustada para caber na mão

Use luvas ao manusear produtos químicos ou substâncias perigosas

Certifique-se de que as luvas estejam limpas e intactas antes de usar

Não use luvas rasgadas ou danificadas

Use luvas aprovadas para o tipo de trabalho a ser executado e os materiais utilizados

Posteriormente a utilização das luvas lave sempre as mãos ao retirá-las

Descarte as luvas usadas de acordo com as instruções de segurança apropriadas

Informe ao seu supervisor ou ao almoxarifado quando seu EPI estiver danificado para ser providenciado um novo

A parte mais afetada do corpo em um acidente de trabalho são as mãos!!

Nossa mão é muito importante no nosso dia a dia e a usamos pra tudo, pra pegar um café, pra escrever, pra tomar banho, pra colocar o sapato, etc...

Então, tomemos muito cuidado com nossas mãos!!

2) EXCESSO DE AUTO-CONFIANÇA NO TRABALHO



O excesso de auto-confiança no trabalho pode levar a riscos como:

- Falta de atenção
- Quebra de procedimentos
- Subestimação dos riscos

Tipo... o motorista de táxi que dirige há 30 anos e por se achar confiante demais no volante, começa a usar o celular enquanto dirige e bate de carro...

Além disso, o excesso de auto-confiança gera:

- Estagnação profissional (o cara acha que sabe tudo e não se atualiza mais pra nada)
- Arrogância por se achar o sabe tudo...e isso atrapalha no relacionamento com os colegas de trabalho
- Ele toma decisões precipitadas no trabalho, sem ter analisado os riscos

A vida é uma jornada em que se ganha conhecimento sem fim, eternamente...

Como já dizia o filósofo Sócrates: ‘**Só sei que nada sei!!**’

3) A IMPORTÂNCIA DO SILÊNCIO DENTRO DO CASARIO



É muito importante respeitar o silêncio dentro do casario, todos precisam descansar bem pra poder ter energia pra trabalhar no turno seguinte...

Portanto:

- não coloque som alto na academia
- não fale alto nos corredores
- não bata as portas dentro do casario
- Ao usar caixa de som dentro da academia, é muito importante ter respeito com o pessoal usando fone de música. Porque se colocar o som alto demais na caixa de som, a pessoa com fone...não irá mais conseguir a música no fone.

Da mesma forma que você gosta de ser respeitado, as outras pessoas também gostam!!

4) SEGURANÇA EM PRIMEIRO LUGAR!!



Por que se arriscar?? **Segurança em primeiro lugar!!**

A frase "**segurança em primeiro lugar**" se refere à prática de conscientizar e reforçar a importância de priorizar a segurança em todas as atividades diárias no ambiente de trabalho.

A pressa é inimiga da segurança!!

Tire seu tempo pra fazer o serviço com segurança!!

Nenhum serviço é tão importante que não possa ser feito com segurança!!

Quando acontece acidente, é ruim pra todos: o funcionário fica machucado, a empresa fica com a reputação destruída!!

A segurança no trabalho busca reduzir acidentes e lesões, aumentando a produtividade e o bem-estar dos funcionários.

É importante enfatizar que a segurança é sempre a prioridade máxima, acima de qualquer brincadeira ou pressa.

O imprevisto e a distração podem levar a acidentes graves, mesmo em tarefas que parecem rápidas.

Responsabilidade compartilhada: É importante reforçar que a segurança é responsabilidade de todos, e que cada indivíduo deve cuidar de si e dos colegas.

Evite distrações: É importante enfatizar sobre a proibição de brincadeiras que envolvam movimentação de objetos, máquinas ou distrações em áreas de risco.

Exemplos práticos: Use exemplos concretos de situações de risco que ocorreram ou que podem ocorrer na empresa para ilustrar a importância da prevenção.

Antes de iniciar a tarefa, tome o tempo necessário pra analisar os riscos, e depois disso, iniciar o trabalho com segurança!!

Primeiro, a segurança...e depois, o trabalho!!

5) PROATIVIDADE



Proatividade é tomar iniciativa de imediato e resolver algo que você viu errado e não...ficar esperando que os outros resolvam...

Esse assunto foca na importância dos funcionários não apenas seguirem procedimentos, mas também **anteciparem problemas e buscarem soluções ativas**, promovendo um ambiente de trabalho mais seguro e eficiente!!

Realize **inspeções visuais diárias**, identificando e relatando riscos como equipamentos danificados, vazamentos ou pisos escorregadios.

A proatividade no trabalho tem como referência a iniciativa, é a **capacidade de antever e solucionar** problemas ou conflitos.

Dessa forma, é ser ativo sem precisar de estímulos externos, a fim de mostrar empenho com a empresa e as equipes, por exemplo:

- >> **dar sugestões para melhorar processos**
- >> **cumprir tarefas já conhecidas antes que seja pedido**
- >> **estar atento ao ambiente e aos riscos potenciais**
- >> **assumir responsabilidade sem esperar ordens diretas;**
- >> buscar aprendizado constante para propor soluções melhores
- >> conferir escadas e ferramentas antes do uso
- >> sugerir melhorias no layout para evitar acidentes
- >> relatar pequenas ocorrências para que não causem danos ainda maiores

Quais as principais características de uma pessoa Proativa no Trabalho?

A proatividade no ambiente de trabalho vem acompanhada de algumas características essenciais para a sustentação de um profissional com essa qualidade, veja quais são:

Pensa no futuro: Os profissionais proativos estão sempre pensando um passo à frente e nas consequências das suas ações

Observador: Para identificar atitudes que possam agregar valor, a pessoa que demonstra proatividade no trabalho deve ser um bom observador das movimentações da empresa

Planeja ações: É capaz de planejar ações com base na observação feita e na visão do futuro

Toma iniciativa: Não basta só planejar e continuar na zona de conforto, o diferencial está em fazer acontecer antes que alguém solicite

Tem confiança: Para tomar a iniciativa é necessário ter confiança e otimismo em tudo que foi pensado e planejado e assumir os erros quando ocorrem.

6) LIMPEZA E ORGANIZAÇÃO



Sobre o tópico: organização e limpeza, devemos focar na prevenção de acidentes e na promoção da saúde, destacando práticas como manter o local de trabalho livre de obstáculos, descartar resíduos corretamente e guardar ferramentas e materiais em seus locais.

Prevenção de acidentes: A falta de organização é uma das principais causas de acidentes, como quedas e tropeços. Um ambiente limpo evita obstruções em corredores, escadas e saídas de emergência.

Saúde e higiene: A limpeza regular previne a proteção de vírus e bactérias, especialmente em superfícies e equipamentos que entram em contato com os funcionários. Isso inclui a higienização de EPIs, como protetores auriculares.

Práticas oferecidas: A organização e a limpeza não são tarefas de mutirão, mas sim um esforço diário e contínuo. Os funcionários deverão ser incentivados a organizar o próprio espaço de trabalho ao final de cada tarefa.

Consciência: É muito importante enfatizar a responsabilidade de cada um na manutenção da ordem. Exemplos práticos, como não deixar objetos em locais perigosos (chassis de máquinas, peças móveis) e não empilhar itens em locais inadequados, são eficazes para reforçar a mensagem.

Por que falar sobre organização e limpeza?

Um ambiente desorganizado e sujo não apenas compromete a aparência do local de trabalho, mas também aumenta significativamente os riscos de acidentes, como:

Quedas e escorregões: Objetos espalhados ou superfícies molhadas são causas comuns de acidentes.

Incêndios: Acúmulo de materiais inflamáveis em áreas inadequadas pode provocar incêndios.

Contaminação: Ambientes sujos favorecem a proliferação de microrganismos prejudiciais à saúde.

Redução da eficiência: Tempo perdido ao procurar ferramentas ou materiais em locais desorganizados afeta a produtividade.

Além disso, a falta de organização e limpeza pode impactar negativamente a imagem da empresa perante clientes, parceiros e órgãos fiscalizadores.

Pontos-chave para o DDS sobre organização e limpeza

Para realizar um DDS impactante, é importante abordar tópicos que conectem os trabalhadores diretamente às práticas de organização e limpeza no local de trabalho.

1) Impactos da desorganização no local de trabalho

Riscos à segurança, como acidentes com materiais deixados no caminho.

Aumento de retrabalhos devido à perda ou danificação de ferramentas e documentos.

2) Boas práticas de organização

Designar locais específicos para cada ferramenta, material ou equipamento.

Utilizar etiquetas ou sinalizações para facilitar a identificação e o armazenamento.

Priorizar a organização diária, com um checklist ao final do expediente.

3) Importância da limpeza regular

Manter áreas comuns, como refeitórios e banheiros, limpos e higienizados.

Realizar a limpeza de equipamentos e máquinas para prolongar sua vida útil e evitar falhas.

Coletar e descartar resíduos de forma correta, respeitando as regras de separação e reciclagem.

Obs: Utilize **exemplos reais que acontecem na empresa** para ilustrar a importância do tema.

7) A IMPORTÂNCIA DO EPI



EPI é a sigla para **E**quipamento de **P**roteção **I**ndividual.

Previne acidentes e doenças: Protege o indivíduo contra lesões, doenças e danos permanentes resultantes da exposição a riscos no ambiente de trabalho.

Garante saúde: Diminui a probabilidade de desenvolver doenças ocupacionais ao longo do tempo.

IMPORTÂNCIA PARA A EMPRESA

Redução de custos: Diminui os gastos com indenizações, afastamentos e custos médicos decorrentes de acidentes de trabalho.

Aumento da produtividade: Trabalhadores saudáveis e seguros tendem a ser mais produtivos.

Melhoria do ambiente de trabalho: Um local de trabalho seguro e com a saúde dos funcionários no dia é mais atraente.

Cumprimento da lei: Evita processos judiciais e multas, garantindo a conformidade com a legislação, como a NR 6.

RESPONSABILIDADES DA EMPRESA

Adquirir o EPI adequado ao risco de cada atividade;

Exigir seu uso;

Fornecer ao trabalhador somente o aprovado pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho;

Orientar e treinar o trabalhador sobre o uso adequado, guarda e conservação;

Substituir imediatamente, quando danificado ou extraviado;

Responsabilizar-se pela higienização e manutenção periódica; e,
Comunicar ao MTE qualquer irregularidade observada.
Registrar o seu fornecimento ao trabalhador, podendo ser adotados livros, fichas ou sistema eletrônico.

RESPONSABILIDADES DO COLABORADOR

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

RESPONSABILIDADES DOS FABRICANTES E/OU IMPORTADORES

- >> Cadastrar-se junto ao órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho;
 - >> Solicitar a emissão do CA;
 - >> Solicitar a renovação do CA quando vencido o prazo de validade estipulado pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde do trabalho;
 - >> Requerer novo CA quando houver alteração das especificações do equipamento aprovado;
 - >> Responsabilizar-se pela manutenção da qualidade do EPI que deu origem ao Certificado de Aprovação – CA;
 - >> Comercializar ou colocar à venda somente o EPI, portador de CA;
 - >> Comunicar ao órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho quaisquer alterações dos dados cadastrais fornecidos; h) comercializar o EPI com instruções técnicas no idioma nacional, orientando sua utilização, manutenção, restrição e demais referências ao seu uso;
 - >> Fazer constar do EPI o número do lote de fabricação; e,
 - >> Providenciar a avaliação da conformidade do EPI no âmbito do SINMETRO, quando for o caso;
 - >> Fornecer as informações referentes aos processos de limpeza e higienização de seus EPI, indicando quando for o caso, o número de higienizações acima do qual é necessário proceder à revisão ou à substituição do equipamento, a fim de garantir que os mesmos mantenham as características de proteção original.
 - >> Promover adaptação do EPI detentor de Certificado de Aprovação para pessoas com deficiência.
-
-

8) SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA



O tópico de foca em como os **sinais visuais e sonoros** alertam sobre riscos, indicam perigos e orientam sobre procedimentos seguros no local de trabalho.

Os temas incluem a importância de obedecer às rotas de fuga e placas de exclusão, a interpretação de núcleos de segurança, o uso correto de EPIs e o respeito à sinalização de emergência, como bombeiros e mangueiras.

TIPOS DE SINALIZAÇÃO: APRESENTE OS DIFERENTES TIPOS:

Placas: De perigo, autorização (por exemplo: círculo vermelho com barra), obrigações (por exemplo: sinalização azul para EPI obrigatória) e sinalização de emergência (por exemplo: setas de rota de fuga).

Núcleos: Explique o significado de núcleos como vermelho (perigo/emergência), amarelo (atenção/risco) e azul (obrigação).

Outras formas: Mencione cones, fitas, cartazes, etiquetas, sinalização sonora e luminosa.

Interpretação de perigos: Enfatize a necessidade de prestar atenção aos sinais que indicam pisos escorregadios, áreas de risco elevado, produtos perigosos ou proximidade de máquinas.

Rotas de fuga e emergência: Destacar a importância das sinalizações de rota de fuga, saídas de emergência e localização de equipamentos de segurança (extintores, mangueiras) para a evacuação segura em caso de incêndio ou outras emergências.

Responsabilidade do colaborador: Reforçar que a segurança é um esforço conjunto. Os trabalhadores devem estar atentos à sinalização, relatar sinais danificados ou desatualizados e seguir as instruções transmitidas.

Legibilidade e clareza: Explique que a sinalização deve estar sempre em bom estado de conservação para não causar confusão e que não se deve sobrecarregar um mesmo local com muitas placas.

Sinalização de Proibição: Indica a proibição de determinadas ações, como “Não entrar”, “Não fumar”, “Não usar celular”, entre outros.

Sinalização de Alerta: Adverte sobre possíveis perigos, como “Cuidado com o piso molhado”, “Atenção: Máquinas em operação”, “Risco de queda”, entre outros.

Sinalização de Obrigação: Indica ações que devem ser realizadas, como “Usar Equipamento de Proteção Individual (EPI)”, “Lavar as mãos”, “Utilizar cinto de segurança”, entre outros.

Sinalização de Emergência: Informa a localização de equipamentos de segurança e rotas de fuga em casos de emergência, como extintores, saídas de emergência, kits de primeiros socorros, entre outros.

Sinalização de Equipamentos de Segurança: Identifica equipamentos de segurança, como chuveiros de emergência, lava-olhos, alarmes, entre outros.

Quais são as **cores** utilizadas na sinalização de segurança?

As cores desempenham um papel importante na sinalização de segurança, pois ajudam a transmitir mensagens de forma rápida e eficaz. Aqui estão algumas cores comuns e seus significados:

- **Vermelho:** Indica proibição ou situações de perigo iminente.
 - **Amarelo ou Amarelo-alaranjado:** Alerta para precaução e indica potenciais perigos.
 - **Verde:** Indica segurança e pode ser usado para identificar saídas de emergência ou equipamentos de segurança.
 - **Azul:** Indica informações obrigatórias, como instruções ou procedimentos.
 - **Branco:** Usado para identificar áreas de tráfego interno, como corredores e passagens.
-
-

9) QUEDAS DE OBJETOS



COMO PREVENIR QUEDA DE OBJETOS??

Objetos podem cair em qualquer lugar. Quando falamos em ambientes de indústria ou offshore, esse risco de queda de objetos aumenta ainda mais, logo a prevenção contra queda de objetos é de extrema importância.

Nos Estados Unidos e na Europa o tema prevenção contra queda de objetos é levado bastante a sério pela comunidade industrial e de segurança ocupacional.

Tendo sido formado uma organização chamada **D.R.O.P.S. (DROPPED OBJECTS PREVENTION SCHEME)** com a finalidade de reduzir o enorme índice de acidente envolvendo queda de objetos, criando uma cultura de segurança envolvendo dados estatísticos procedimentos para prevenção contra queda de objetos, barreiras físicas, dispositivos de ancoragens, modelos de sinalização e campanhas de segurança específicas para a prevenção contra queda de objetos.

ELIMINAÇÃO DE RISCOS CONTRA QUEDA DE OBJETOS

Qualquer item que possa ser armazenado, utilizado, fixado, empilhado em local alto oferece risco de queda. A prevenção contra queda de objetos envolve garantir que todas as medidas de controle sejam utilizadas para eliminar os riscos de queda do objeto. Medidas como:

- >> **Garantir barreiras** (fita de isolamento), **abaixo de áreas de trabalho**
- >> **Garantir uma área de trabalho limpa e organizada ancorar todas as ferramentas para realizar trabalhos em altura**
- >> **Criar ancoragens secundárias em objetos fixados em altura**
- >> Garantir que todo trabalhador que execute trabalho em altura tenha treinamento adequado (NR-35 ou no caso de acesso por corda o treinamento IRATA), e treinamento em prevenção contra queda de objetos
- >> Cuidado ao manuseio de cargas com pessoal envolvido na operação e objetos soltos, ou com risco de queda
- >> Treinamento periódico das equipes em **prevenção contra queda de objetos (D.R.O.P.S.)**
- >> Redes de Proteção Secundárias
- >> Amarração de ferramentas

10) TRABALHO EM ALTURA



Trabalho em altura é qualquer atividade realizada **acima de 2 metros de altura** do nível inferior.

O treinamento de trabalho em altura precisa ser **renovado a cada 2 anos**.

Algumas das principais atividades que envolvem o trabalho em altura, são:

- **Manutenção e troca de lâmpadas;**
 - **Limpeza de fachadas e prédios;**
 - **Manutenção e construção de telhados e coberturas;**
 - **Construção civil;**
 - **Atividades em andaimes, escadas e plataformas;**
-
- Trabalhos realizados em profundidade;
 - Manutenção da rede elétrica, torres, linhas de transmissão e antenas;
 - Pinturas;
 - Limpeza e conservação industrial;
 - Manutenção de fornos e caldeiras;
 - Montagem e desmontagem de estruturas;

ITENS PRA VERIFICAR EM UM TRABALHO EM ALTURA

Análise preliminar de riscos (APR): Discorrer sobre a APR da atividade específica do dia.

Riscos e perigos: identifique riscos como queda, queda de materiais, condições climáticas adversas e perigos no local de trabalho.

Equipamentos de Proteção Individual (EPIs): Revisar o uso correto do cinto de segurança tipo paraquedista, talabarte, trava-quedas, capacete com jugular, entre outros.

Equipamentos de Proteção Coletiva (EPCs): Verifique a presença e adequação de EPCs como guarda-corpos, redes de segurança e fita de isolamento ao redor do local do trabalho de altura.

Procedimentos de segurança: Reforce os procedimentos de inspeção dos equipamentos antes do uso, a utilização correta dos pontos de ancoragem e o fator de queda.

Procedimentos em caso de emergência: Ter esclarecido sobre o plano de emergência e como agir em caso de acidente.

Responsabilidade individual: Enfatizar que a segurança é responsabilidade de todos e que o trabalhador deve se recusar a trabalhar em condições inseguras.

Verificar as condições do vento: Verifique as condições do vento, velocidade do vento, antes de iniciar o trabalho em altura.

11) TRABALHANDO COM PRODUTOS QUÍMICOS



- 1) Crie um inventário de todos os itens
- 2) Leia a F.I.S.P.Q. antes de usar qualquer produto químico
F.I.S.P.Q. (Ficha de informações sobre o produto químico)
- 3) Utilize luva de neoprene porque elas são impermeáveis, óculos de proteção, utilize máscara pra filtro químico e avental de proteção
- 4) Todos recipientes precisam estar rotulados
- 5) Não faça refeição no paiol de tintas
- 6) Não re-utilize embalagem de produtos químicos
- 7) Não fume e não gere nenhuma faísca no paiol de tinta e não leve a tinta pra perto de locais com centelhas
- 8) É necessário ter ventilação mecânica no local pra evitar o acúmulo de gases explosivos
- 9) Forneça treinamento para os funcionários sobre manuseio de produtos químicos
- 10) Recipientes precisam estar bem fechados pra não derramar
- 11) Armazene os produtos de forma que eles fiquem longe de fontes de calor
- 12) Em caso de derramamento, utilize as mantas absorventes pra conter o produto que foi derramado.

12) MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS



- 1) Verificar a capacidade da eslinga (SWL = Safe Working Load = Carga Segura de Trabalho) antes de içar o container
- 2) Utilizar cabo guia na carga (2 no total: 1 de cada lado da carga), 2 operadores de carga ao mesmo tempo. Operador de convés 1 (cabo guia 1), operador de convés 2 (cabo guia 2)
- 3) Nunca deixar ninguém passar debaixo de carga suspensa
- 4) Verificar se o rádio está funcionando, antes de iniciar a movimentação de cargas
- 5) Verificar a visibilidade do sinaleiro para o guindasteiro
- 6) Antes de içar a carga, verificar se tem algum item solto em cima da carga
- 7) Deixar o hook (gancho) de prontidão, caso seja necessário utilizá-lo pra re-obter o uso do cabo guia
- 8) Isolar o local de trabalho com fita de isolamento
- 9) Antes de iniciar a atividade, verificar se irão acontecer atividades simultâneas no convés

13) COLETA SELETIVA



A coleta seletiva é importante porque **ajuda a preservar o meio ambiente**, a conservar recursos naturais e a reduzir a poluição.

Benefícios da coleta seletiva

- >> Reduz a quantidade de resíduos que vão para aterros e lixões
- >> Diminui a poluição do solo, da água e do ar
- >> Evita a disseminação de doenças

- >> Contribui para a reciclagem de materiais
- >> Ajuda a conservar os recursos naturais do planeta
- >> Evita o desperdício de recursos naturais

Benefícios econômicos

Gera empregos

Reduz custos de produção

Melhora a economia nacional

Benefícios sociais

Contribui para o desenvolvimento sustentável

Divulga a mensagem da consciência ambiental

Para que a coleta seletiva seja eficaz, é importante separar os resíduos por tipo de material.

A separação pode ser feita na fonte geradora, ou seja, por indivíduos, estabelecimentos comerciais e empresas.

A reciclagem de materiais permite **reduzir a extração de matérias-primas, como árvores e minerais**, preservando os ecossistemas.

14) PREVENÇÃO CONTRA INCÊNDIOS



Iremos falar sobre a identificação de riscos, como agir em caso de incêndio e como seguir as rotas de fuga, tipos de extintor de incêndio, os procedimentos de segurança como evacuação por escadas (nunca elevadores, no caso do pessoal que trabalha em terra), ou navios que tenham elevador.

CUIDADOS BÁSICOS

- >> Não fume em locais inadequados
- >> Mantenha os materiais combustíveis longe de fornalhas e fontes de ignição
- >> Evite sobrecarga de cabos elétricos

2) Em caso de princípio de incêndio:

Avalie a situação: Se o fogo for pequeno, você pode combatê-lo; se for grande, evacue imediatamente.

Combate inicial:

Utilize o extintor adequado para a classe de incêndio (A, B, C, D).

Aplique a técnica PASS (Puxe o pino, Aponte para a base do fogo, Aperte o gatilho, Varra de um lado para o outro).

Mantenha uma rota de fuga livre.

3) Em caso de evacuação:

Mantenha a calma: Não tente salvar objetos pessoais.

Utilize escadas, (nunca utilize elevadores, no caso do pessoal que trabalha em terra), ou navios que tenham elevador.

Siga a rota de fuga: Procure as sinalizações e dirija-se ao ponto de encontro designado.

Proteja-se: Se houver fumaça, rasteje junto ao chão, pois o ar é mais exercicios próximo ao piso.

Feche as portas: Feche as portas atrás de você para ajudar a conter o fogo.

Não abra portas quentes: Se uma porta estiver quente, não a abra, porque o fogo pode estar do outro lado.

15) COMBATE AO ASSÉDIO



Vamos conceituar assédio sexual no ambiente de trabalho?

O assédio sexual é uma prática inaceitável que viola a liberdade sexual e a dignidade das pessoas! Seja por meio de gestos, palavras ou outras formas físicas, o assédio é caracterizado como uma conduta sexual indesejada, que causa constrangimento e afeta a vida pessoal e profissional das vítimas.

É importante lembrar que o assédio pode ocorrer em qualquer lugar, inclusive durante uma entrevista de emprego, e pode ser praticado por superiores hierárquicos, colegas de trabalho ou clientes, tornando o ambiente de trabalho hostil e constrangedor. Piadas, convites insistentes e contato físico desnecessário são algumas das formas de assédio que podem ser praticadas.

Apesar de mais comum contra mulheres, homens também podem ser vítimas de assédio sexual. Além do objetivo de obter favores sexuais, o assédio também busca desqualificar profissionalmente a vítima, transformando-a em objeto de desejo.

Existem dois tipos de assédio sexual: por chantagem e por intimidação. O primeiro ocorre quando há exigência de uma conduta sexual em troca de benefícios ou para evitar prejuízos na relação de trabalho. Já o segundo envolve provocações sexuais inoportunas no ambiente de trabalho, com o objetivo de prejudicar a atuação do trabalhador ou criar uma situação de humilhação.

As empresas devem ter políticas claras de prevenção e combate ao assédio sexual, incluindo ações de conscientização, treinamento e canais de denúncia para que as vítimas se sintam seguras e protegidas ao fazer uma denúncia.

Você já se perguntou qual é a diferença entre assédio moral e assédio sexual?

Basicamente, o assédio moral é qualquer conduta abusiva e repetitiva que tem como objetivo humilhar, constranger ou prejudicar psicologicamente um trabalhador, afetando negativamente o ambiente de trabalho.

Por outro lado, o assédio sexual é uma forma de assédio que envolve conotações sexuais, como a insistência persistente, perseguição ou abordagem velada com intenções sexuais.

É importante destacar que tanto o assédio moral quanto o assédio sexual são considerados formas de violência e devem ser denunciados e combatidos. Se você está passando por uma situação assim ou conhece alguém que está, não hesite em procurar ajuda.

Canais de denúncia seguros e confidenciais

Além disso, é importante que as empresas criem canais de denúncia seguros e confidenciais para que os funcionários possam reportar casos de assédio sem medo de retaliação ou punição. É fundamental que esses canais sejam garantidos para proteger a vítima e evitar que o agressor continue agindo.

Políticas claras de punição para os agressores

Para que as medidas de prevenção e combate ao assédio sejam efetivas, as empresas precisam estabelecer políticas claras de punição para os agressores. Isso deve incluir medidas disciplinares que podem chegar até a demissão por justa causa, dependendo da gravidade do caso.

Envolvimento da CIPA

As empresas que possuem CIPA agora precisam tomar duas ações. Primeiro, incluir uma nova atribuição para a CIPA: “incluir temas referentes à prevenção e ao combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no trabalho nas suas atividades e práticas”.

E, no treinamento dos cipeiros, deve passar a constar o seguinte conteúdo: “prevenção e combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no trabalho. (Portaria MTP no 4.219, de 20 de dezembro de 2022 – redação com vigência iniciando em 20 de março de 2023).

Ambiente de trabalho mais seguro e saudável

Adotar essas medidas é essencial para garantir um ambiente de trabalho mais seguro, saudável e respeitoso para todos os funcionários. Além disso, as empresas que se preocupam com a prevenção e o combate ao assédio demonstram um comprometimento ético e social, o que pode trazer benefícios para sua imagem e reputação no mercado.

Lembre-se: denunciar é um ato de coragem e solidariedade. Não deixe o assédio sexual passar impune. Juntos podemos criar um ambiente de trabalho mais justo e igualitário.

Vamos compartilhar essas dicas e evitar que esse mal se propague.

16) CUIDANDO DA AUDIÇÃO



A exposição ao risco é composta de 3 fatores: **intensidade, duração e frequência.**

➤ A prevenção é a melhor escolha:

Na vida, existem coisas que não podemos perder, e a audição com certeza é uma delas. Sabendo disso, devemos ficar atento e se proteger são as melhores atitudes a ser tomada.

➤ Atenção cuidadosa durante o trabalho:

No dia a dia, existem várias situações em que podemos estar expostos ao barulho excessivo, e no trabalho, em diversos momentos o perigo é ainda maior por causa do funcionamento de máquinas e equipamentos que geram barulhos contínuos por horas seguidas.

➤ Atenção nas horas livres:

Estando fora do trabalho, o perigo do barulho em excesso também existe, como por exemplo em aeroportos, shows, boates, trânsito intenso, volume alto do MP3, campo de futebol, restaurantes, etc. Neste DDS a equipe de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho reuniu importantes informações para proteger a nossa valiosa audição.

Vamos agora conhecer alguns conceitos:

O que é o som?

É a vibração do ar. Essa vibração vem de uma fonte sonora que força o ar a vibrar. Pode ser, por exemplo, a laringe responsável pela fala junto com as cordas vocais ou mesmo um alto-falante.

Como o som acontece?

Como o alto-falante a membrana vibra e força as moléculas do ar a entrarem também em vibração. No caso da voz, é a passagem do ar pelas cordas vocais que inicia sua vibração e transmite para o ar. A vibração do ar pode ser maior ou menor, mais ou menos intensa. É isso que determina a frequência e a intensidade do som.

O que é o ruído?

O ruído é a mistura de sons. Suas frequências não seguem uma ordem precisa e são diferentes entre si. O ruído é o som que causa uma sensação desagradável e irritante.

Observação importante: Quando o ruído se transforma em risco?

Se estamos em um ambiente e não conseguimos ouvir perfeitamente as pessoas no mesmo recinto, isso é a indicação de que o local é bastante ruidoso.

Você sabia? 80 decibéis é o limite seguro para audição

Abaixo uma relação de fonte sonora e intensidade sonora (decibéis):

Show de rock – 110 decibéis

Serra elétrica – 100 a 105 decibéis

Tráfego pesado de veículos – 80 decibéis

Sala silenciosa – 50 decibéis

O ruído e suas variações:

Não esqueça! Quanto maior for o nível sonoro, menor tem que ser o tempo de exposição.

Tipos de ruído:

Contínuo – sem parar

Intermitente – ocorre de vez em quando

Impacto – ocorre de repente

Como os ruídos podem afetar a nossa vida?

Além da redução auditiva, o ruído, sem proteção, pode causar vários danos a nossa saúde e ao nosso organismo e afetar significativamente a nossa qualidade de vida.

Os ruídos podem causar: alterações sexuais, aumento da pressão arterial, estreitamento dos vasos sanguíneos, zumbido no ouvido, contrações musculares, sustos.

Para nossa proteção existem protetores auditivos

Até aqui explicamos sobre os ruídos e seus fatores de risco. Agora, vejamos as maneiras de proteção para garantir nossa saúde e qualidade de vida.

Observação: A quem devemos procurar para verificar se a saúde auditiva está regular?

O médico mais indicado para uma consulta é o Otorrinolaringologista, pois ele é especializado em ouvido, nariz e garganta.

Como identifico um bom protetor auditivo?

Vedação: Os protetores devem vedar bem os ouvidos.

Confortável: Como usaremos os protetores por horas seguidas, é importante que eles sejam confortáveis.

Eficiência: Os protetores devem ser adequados ao nível de ruído que estaremos expostos.

Compatível: Os protetores devem ser compatíveis com os outros equipamentos de proteção individual (EPIs) que utilizamos.

IMPORTANTE:

Devemos utilizar sempre protetor auricular em locais com alto nível de ruído, pois a perda da audição ocorre de forma sutil. Assim, quando percebemos algo, a perda já é bem acentuada e irreversível.

Cuide bem do seu protetor auditivo:

Protetor de silicone: Deve ser lavado diariamente com água e sabão. Também deve ser substituído com frequência, uma vez que é descartável.

Protetor de espuma reutilizável: Deve ser lavado diariamente com água e sabão. Também deve ser substituído com frequência, uma vez que é descartável.

Protetor tipo concha: Deve ser limpo com pano úmido.

17) ATOS E CONDIÇÕES INSEGURAS



Um ato inseguro é uma ação humana imprudente ou negligente, como não usar o EPI ou trabalhar sob efeito de álcool, enquanto uma condição insegura é uma característica perigosa do ambiente de trabalho, como falta de proteção em máquinas ou piso danificado.

Esse tópico é utilizado para conscientizar os funcionários sobre a prevenção de ambos os tipos de perigo, reforçando que a segurança depende do comportamento individual e da manutenção do ambiente.

Ato Inseguro

Definição: Comportamento humano que aumenta o risco de acidentes.

Exemplos:

Não utilizar Equipamentos de Proteção Individual (EPIs).

Operar máquinas sem treinamento ou habilitação.

Realizar atividades de forma apressada ou sem seguir os procedimentos.

Improvisar ferramentas ou realizar tarefas perigosas.

Desatenção ou imprudência.

Não seguir o que está disposto em sua Ordem de Serviço;

Se negar a utilizar EPI's;

Utilizar os EPI's de maneira incorreta e não cuidar deles;

Utilizar máquinas e ferramentas inadequadamente;

Desatenção em trabalhos perigosos;

Acessar áreas sem uma Permissão de Trabalho;

Exercer atividades sem a devida capacitação;

Improvisar ou fazer uso de ferramenta inadequada à tarefa exigida;

Consumir drogas, bebidas alcoólicas ou acessar redes sociais com muita frequência durante a jornada de trabalho.

Condição Insegura

Definição: Característica perigosa do ambiente de trabalho que representa um risco físico ou à saúde.

Exemplos:

Falta de proteções em máquinas e equipamentos.

Instalações elétricas defeituosas ou elétricas.

Pisos danificados, escorregadios ou com irregularidades.

Má iluminação, ruído sonoro ou falta de limpeza e organização.

Edificações precárias.

Ambiente de trabalho desorganizado;

Excesso de ruído;

Má iluminação;

Falta de EPC's;

Edificações precárias;

Máquinas e equipamentos defeituosos;

Agentes de risco (ruído, vibrações, calor, radiação, poeiras, etc.) presentes no ambiente de trabalho.

18) LUBRIFICAÇÃO DE MÁQUINAS



Esse tópico foca nos procedimentos corretos, nos riscos e nas medidas de segurança.

É muito importante lubrificar corretamente para reduzir o atrito e evitar falhas, os perigos de máquinas energizadas e o manuseio inadequado de produtos químicos, e as boas práticas, como a necessidade de seguir os manuais e usar equipamentos de proteção individual (EPIs).

Importância da lubrificação:

Reduz o atrito e o desgaste de peças.

Aumenta a vida útil das máquinas e equipamentos.

Previne falhas mecânicas, quedas de cargas e outros acidentes graves.

Auxilia na proteção contra corrosão.

Riscos e perigos:

Lesões graves (cortes, esmagamentos) ao se aproximar de peças móveis.

Riscos elétricos ao lubrificar máquinas energizadas.

Exposição a produtos químicos perigosos.

Incêndios e explosões devido a lubrificantes inflamáveis.

Boas práticas e procedimentos:

Sempre desenergizar a máquina antes de iniciar a lubrificação.

Seguir as orientações do manual de operação e os procedimentos da Análise de Segurança do Trabalho (AST).

Usar EPIs adequados, como sapatos de segurança.

Armazenar lubrificantes corretamente e nunca deixar recipientes abertos.

Evitar brincadeiras ou outras atividades não relacionadas à lubrificação na área.

Não armazenar substâncias inflamáveis na sala de lubrificação.

Garantir que apenas pessoal treinado realize as tarefas de lubrificação.

Tome as medidas especiais para manter a máquina desligada quando você estiver trabalhando nela. Coloque uma etiqueta de advertência na chave ou comando. Se necessário mantenha um empregado próximo a chave a fim de manter outras pessoas afastadas. Remova um fusível que desligue completamente o circuito ou alerte aqueles que estejam próximos ou que possam se aproximar do que você está para fazer;

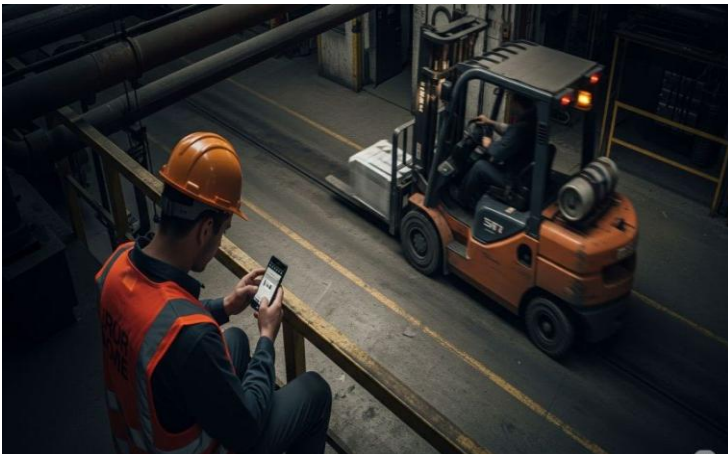
Nunca deixe chaves ou outras ferramentas sobre uma máquina, em que uma partida súbita possa arremessá-las;

Se seu trabalho exigir que você permaneça dentro ou perto de um corredor ou passagem por onde caminhões entram, coloque uma placa de advertência ou barricada, ou coloque alguém para alertar os motoristas sobre sua presença naquele local;

Nunca ligue qualquer máquina ou circuito elétrico, a menos que você esteja absolutamente certo de que nenhum outro empregado está trabalhando nela. Nunca opere qualquer máquina a menos que você esteja autorizado para operá-la;

Nunca lubrifique, ajuste ou repare uma máquina, a menos que você esteja autorizado a fazer este trabalho em particular. Muitos destes trabalhos devem ser feitos por pessoal de manutenção especialmente treinado para a tarefa.

19) O CELULAR NO AMBIENTE DO TRABALHO



O que pode e o que deve ser feito:

Modo silencioso e local seguro: Mantenha o celular sempre no modo silencioso e guardado em um local seguro.

Uso em emergências: Use para chamadas pessoais de emergência de forma breve e em um local seguro e protegido.

Aplicativos de trabalho: Utilize aplicativos de trabalho autorizados pela empresa.

Relatar riscos: Fotografe uma condição de risco para reportar ao tempo de segurança.

Para equipamentos com segurança: Pare a operação de equipamentos de forma segura, se necessário, para atender o telefone.

Em veículos: Pare o veículo ou bicicleta em local seguro antes de usar o celular.

O que não pode:

Áreas de risco: Não deixe o celular sobre equipamentos, painéis ou em locais de risco, como zonas de carga e laboratórios.

Chamadas longas: Evite fazer chamadas pessoais prolongadas em áreas de produção ou escritórios.

Distrações: Não assista a vídeos, ouça música sem fone de ouvido ou jogue durante o expediente.

Gravar sem autorização: Não filme ou fotografe colegas, documentos e processos sem solicitação prévia.

Importância do uso consciente:

Segurança: O uso envolvido pode causar distrações e acidentes graves, tanto para você quanto para seus colegas.

Produtividade: O uso excessivo do celular pode diminuir o desempenho e a produtividade no trabalho.

Políticas da empresa: O respeito às regras é fundamental e demonstra cuidado com a segurança de todos.

Até a demissão: O uso inadequado do celular pode ser considerado desejado, um motivo para demissão por justa causa, caso seja proibido.

Os 3 grandes grupos de risco

Podemos dividir os perigos em três áreas principais: acidentes, saúde e segurança da informação.

Risco de número 1: distração e acidentes de trabalho

Este é o risco mais óbvio e imediato.

A mente humana não consegue focar 100% em duas tarefas ao mesmo tempo.

Uma simples olhada na tela do celular no trabalho é o suficiente para desviar sua atenção da tarefa principal, o que pode ter consequências sérias dependendo de onde você trabalha:

Na área de operação: manusear prensas, serras, empilhadeiras ou qualquer máquina exige foco total. Um segundo de distração para ler uma mensagem pode ser a diferença entre um dia normal de trabalho e um acidente com lesões permanentes. Lembre-se: a máquina não espera você terminar de responder.

No trânsito (interno e externo): seja dirigindo um veículo da empresa ou caminhando pelo pátio, usar o celular é um convite ao perigo. As estatísticas não mentem: o uso de celular ao volante é uma das maiores causas de acidentes de trânsito. O mesmo vale para o pedestre distraído, que pode não ver uma empilhadeira se aproximando.

Em atividades de risco: em trabalhos em altura, espaços confinados ou manuseando produtos químicos, a atenção plena é inegociável. Um desequilíbrio por distração em um andaime ou a falha em seguir um procedimento por estar no celular podem ser fatais.

Risco de número 2: impactos na sua saúde física e mental

O perigo não está apenas nos acidentes.

O uso excessivo e inadequado do celular no trabalho afeta diretamente seu bem-estar:

Ergonomia (o “pescoço de texto”): a postura curvada para olhar a tela do celular por longos períodos causa dores no pescoço, ombros, costas e até nos polegares e punhos. Essa lesão por esforço repetitivo é real e pode se tornar crônica.

Saúde mental e fadiga: a necessidade de estar sempre online e respondendo a notificações gera estresse e ansiedade. Essa pressão dificulta a desconexão do trabalho, mesmo após o fim do expediente, podendo levar à Síndrome de Burnout. O “direito à desconexão” é fundamental para seu descanso e saúde mental.

Risco de número 3: segurança da informação

O seu celular no trabalho pode ser uma porta de entrada para riscos que afetam toda a empresa:

Vazamento de informações: fotografar ou filmar a tela de um computador, um documento confidencial, um protótipo ou um processo interno pode parecer inofensivo, mas constitui um grave risco de segurança. O vazamento de informações estratégicas pode gerar grandes prejuízos e violar a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD).

Riscos digitais (cyber security): ao conectar o celular na rede da empresa, evite baixar aplicativos de fontes não confiáveis ou clicar em links suspeitos. Um vírus no seu aparelho pode infectar toda a rede corporativa. Da mesma forma, usar redes Wi-Fi públicas e abertas com o celular de trabalho é um risco à segurança dos dados.

Conclusão

A tecnologia é uma ferramenta. Quem decide se ela será usada para construir ou para destruir somos nós.

20) QUASE ACIDENTES SÃO SINAIS DE ALERTA



Quase acidentes são sinais de alerta cruciais, pois indicam riscos no ambiente de trabalho que podem levar a acidentes mais graves se não forem corrigidos. Ao relatar e investigar esses incidentes, mesmo que não tenham causado ferimentos, as empresas podem identificar e eliminar as causas subjacentes, prevenindo futuras ocorrências e tornando o ambiente mais seguro para todos.

O que é um quase acidente?

Um quase acidente (ou incidente) é um evento que poderia ter resultado em um acidente, mas, por sorte ou intervenção, não causou danos ou lesões.

É aquele momento em que algo cai, mas não atinge ninguém, ou um equipamento falha, mas o operador se desvia a tempo.

A diferença entre um quase acidente e um acidente real é muitas vezes uma questão de "sorte", segundos ou centímetros.

Por que eles são sinais de alerta?

Indicam falhas no sistema: Um quase acidente mostra que há uma condição ou prática de risco no local de trabalho.

É uma oportunidade de prevenção: Ignorar um quase acidente é como ignorar um aviso. Ele serve como uma "chance" para corrigir o problema antes que cause uma tragédia.

Reduzem o "iceberg" de riscos: Para cada acidente grave que acontece, existem dezenas de quase acidentes que passam despercebidos. Reportá-los ajuda a "ver" a base perigosa da qual os acidentes podem emergir.

Como agir?

Relate: Incentive todos a reportar quase acidentes sem medo de punição. Uma cultura de segurança valoriza a comunicação aberta.

Investigue: Trate um quase acidente como se fosse um acidente de trabalho. Isso envolve identificar o agente causador, investigar a sequência de fatos e analisar o que aconteceu.

Corrija: Implemente as ações necessárias para corrigir a falha identificada, como melhorar a forma como um objeto é guardado, consertar um equipamento ou reforçar uma norma.

Comunique: Use o que foi aprendido em DDS e outros treinamentos para evitar que o mesmo incidente se repita.

Como Transformar o Susto em Prevenção

A grande sacada dos profissionais de segurança experientes é tratar cada quase acidente como se fosse um acidente real. Soa exagerado? Não é. Na verdade, é a atitude mais inteligente que você pode ter.

Imagine o seguinte cenário: você está trabalhando e vê um cabo elétrico meio solto. Ninguém tomou choque ainda, mas você sabe que é questão de tempo. O que você faz?

1. ****Ignora porque “não aconteceu nada”?**
2. ****Reporta imediatamente como um quase acidente?**
3. ****Espera alguém se machucar para tomar providências?**

Se você escolheu a opção 2, parabéns! Você entendeu o espírito da coisa. Para mais informações sobre prevenção de acidentes, é importante sempre estar atualizado com as melhores práticas.

Corrigindo pequenos erros, é possível evitar grandes acidentes...

21) CUIDADOS NO TRABALHO DE ESPAÇO CONFINADO



Espaços Confinados: não deixe sua vida ir para o buraco!!



Podemos dar como exemplos de espaços confinados encontrados nesses locais:

- Veículos tanque (caminhões, vagões e embarcações);
- Dutos e galerias;
- Caixas d'água;
- Silos;
- Reatores;
- Torres;
- Poços;
- Caixas de inspeção.

De acordo com a Norma Regulamentadora que trata especificamente de espaços confinados, temos a seguinte definição:

NR – 33: “Espaço Confinado é qualquer área ou ambiente não projetado para ocupação humana contínua, que possua meios limitados de entrada e saída, cuja ventilação existente é insuficiente para remover contaminantes ou onde possa existir a deficiência ou enriquecimento de oxigênio”.

Ou seja, um espaço confinado pode ser traduzido como um volume fechado por paredes e obstruções que apresenta restrições para: o acesso, a movimentação, o resgate de pessoas e a ventilação natural.

A entrada nesses espaços exige uma autorização ou liberação especial. Isto é, somente pessoas treinadas e autorizadas podem entrar nesses locais.

A responsabilidade do treinamento é do empregador, sendo que este deve ser repetido sempre que houver qualquer alteração nas condições ou procedimentos que não foram explicitados no treinamento anterior.

Os acidentes em espaços confinados não são tão frequentes, mas quando acontecem geralmente são fatais. Por isso são classificados como uma das maiores causas de acidentes graves com empregados.

Para entender melhor a importância da segurança dos trabalhos em espaços confinados, vale ressaltar a diferença entre risco e perigo.

• **Perigo:** É a propriedade ou capacidade dos materiais, equipamentos, métodos ou práticas de causarem danos.

• **Risco:** É a propriedade potencial de causar danos nas condições de uso e/ou exposição, bem como a possível amplitude do dano.

Por exemplo: Ao resolver atravessar uma rua, a pessoa está diante de um perigo.

Porém, se esta resolve atravessar na faixa de pedestres quando o sinal estiver fechado, está diante de um risco. O risco pode ser medido, dessa forma, o risco que a pessoa corre está relacionado ao fato de decidir se atravessa ou não na faixa de pedestres. Pois o perigo existe, e este não há como medir.

Contra o risco podemos oferecer recursos de segurança, para que a pessoa possa se proteger.

Dessa forma, compreendemos que é possível conviver com atividades de risco sem “correr o risco” de sofrer algum dano. E o trabalho realizado em espaços confinados enquadra-se nessa definição.

Já sabendo a diferença entre risco e perigo, podemos então descobrir quais são os riscos mais comuns em espaços confinados:

- Falta ou excesso de oxigênio;
- Incêndio ou explosão, pela presença de vapores e gases inflamáveis;
- Intoxicações por substâncias químicas;
- Infecções por agentes biológicos;
- Afogamentos;
- Soterramentos;
- Quedas;
- Choques elétricos;
- Vibração;
- Ruídos;
- Temperatura (alta ou baixa);

- Engolfamento (captura de uma pessoa por líquidos ou sólidos finamente divididos, que possam ser aspirados, causando a morte por enchimento ou obstrução do sistema respiratório; ou que possa exercer força suficiente no corpo para causar morte por estrangulamento, constrição ou esmagamento.).
- Encarceramento.

Em espaços confinados, quando nos referirmos à atmosfera do ambiente, classificaremos como IPVS, ou seja, Ambientes Imediatamente Perigosos à Vida ou à Saúde. Por quê? Pois nesses locais geralmente a concentração do agente contaminante é maior que a concentração IPVS.

O que isso quer dizer? Que os contaminantes estão em maior quantidade que o “ar puro”, gerando um risco para o trabalhador.

O ar atmosférico é composto de aproximadamente 21% de oxigênio. Quando tratamos de IPVS, estamos dizendo que as concentrações de oxigênio ou estão:

- Acima de 21%: Risco de incêndio ou hiperoxia (intoxicação por oxigênio);
- 19,5%: Limite de segurança;
- 16%: Fadiga e confusão mental;
- 12%: Pulso acelerado e respiração profunda;
- 6%: Coma seguido de morte em minutos.

As concentrações de oxigênio são mensuradas com a utilização de um equipamento especial. O responsável pela realização do teste é o Supervisor de Entrada, a pessoa capacitada para operar a permissão de entrada com responsabilidade para preencher e assinar a Permissão de Entrada e Trabalho (PET).

Dessa forma, para que o trabalhador entre em um espaço confinado deve receber uma Permissão de Entrada e Trabalho (PET) – emitida pela empresa, que consiste num documento escrito contendo o conjunto de medidas de controle visando à entrada e desenvolvimento de trabalho seguro, além de medidas de emergência e resgate.

Após receber a P.E.T., o trabalhador está capacitado para entrar no espaço confinado, ciente dos seus direitos e deveres e com conhecimento dos riscos e das medidas de controle existentes.

Para que os acidentes sejam evitados certifique-se que a sua empresa segue a:

- NBR – 14.787 – “Espaços Confinados, Prevenção de Acidentes, Procedimentos e Medidas de Proteção”.

E atende a:

- NR – 33 – “Segurança e Saúde nos Trabalhos em Espaços Confinados”

Os trabalhos realizados contam com a presença de um Vigia, que é o trabalhador que fica do lado de fora do espaço confinado e é responsável pelo acompanhamento, comunicação e ordem de abandono para os trabalhadores.

Portanto, a empresa deve providenciar:

- Treinamento;
- Inspeção prévia no local;
- Exames médicos;
- Folha de Permissão de Entrada (PET);
- Sinalização e isolamento da área;
- Supervisor de entrada e Vigia;
- Equipamentos medidores de oxigênio, gases e vapores tóxicos e inflamáveis;
- Equipamentos de ventilação;
- EPI;
- Equipamentos de comunicação e iluminação;
- Equipamentos de resgate.

É direito do trabalhador:

- Entrar em espaço confinado somente após o Supervisor de Entrada realizar todos os testes e adotar as medidas de controle necessárias;
- Não entrar em espaço confinado caso as condições não sejam seguras;
- Conhecer o trabalho e os riscos;
- Conhecer os EPI's e procedimentos de segurança;
- Conhecer os equipamentos de resgate e primeiros socorros.

É dever do trabalhador:

- Fazer exames médicos;
- Comunicar riscos;
- Participar dos treinamentos e seguir as instruções de segurança;
- Usar o EPI.

É estritamente proibido, em locais confinados:

- Cigarros;
- Telefone celular;
- Velas, fósforos, isqueiros;

- Objetos que produzam calor, chamas ou faíscas, salvo quando autorizados pelo Supervisor de Entrada.

SUPERVISOR DE ENTRADA

Esse é responsável pela emissão, implementação, encerramento e cancelamento da PET.

Trata-se do formulário que apresenta os procedimentos a serem feitos antes da entrada do trabalhador.

QUEM COMPÕE A EQUIPE DE TRABALHO EM ESPAÇO CONFINADO?

A equipe de trabalho em um espaço confinado é composta pelo:

- >> responsável técnico
- >> supervisor de entrada
- >> vigia
- >> trabalhadores autorizados

De acordo com a NR 33, trabalhadores autorizados, vigias e supervisores de entrada devem receber treinamento periódico a cada 12 meses.

(ou seja, a cada 12 meses, os funcionários tem que renovar esse curso)

QUAIS EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA PODEM SER UTILIZADOS?

Além de cada trabalhador cuidar da sua própria proteção, também existem equipamentos de proteção coletiva.

Veja quais são alguns deles:

- 1) detector de gases;
- 2) equipamento de resgate (tripé, maca envelope)
- 3) insuflador / exaustor;
- 4) rádio;
- 5) extintor de incêndio;
- 6) sistema de iluminação;

COMO REDUZIR OS RISCOS DE ACIDENTES NESSES LOCAIS?

Para minimizar os riscos de acidentes, é essencial que empregadores e empregados atendam às diretrizes presentes tanto na NBR 16577 quanto na NR 33.

Entre os principais cuidados, destacam-se:

- descontaminação dos locais de trabalho;
- instalação de equipamentos de ventilação;
- sinalização adequada;
- isolamento da área;
- uso de equipamentos de proteção individual (EPIs);
- manutenção de limpeza.

É PERMITIDO TRABALHAR SOZINHO EM UM ESPAÇO CONFINADO??

NUNCA é permitido fazer isso!!

Afinal, por conta dos riscos inerentes a essa atividade, é necessário que várias pessoas estejam envolvidas no serviço. Se um cair no chão, o outro resgata!!

Portanto, sempre no mínimo 2 pessoas... ou então, mais!!

O que é um espaço confinado?

Um espaço confinado é um ambiente com essas 4 características:

- 1) Possui meios limitados de entrada e saída
- 2) Não é projetado para ocupação contínua do ser humano
- 3) Tem ventilação insuficiente para remover contaminantes
- 4) Pode haver deficiência ou enriquecimento de oxigênio

22) NÃO BUSQUE UM CULPADO, BUSQUE O RISCO



Não busque um culpado. Busque o risco!

O foco do trabalho de investigação das causas de um acidente não deve ser encontrar um culpado, mas sim, encontrar os riscos.

A maior valia de um trabalho de investigação está em encontrar os fatos geradores do acidente.

O foco do trabalho de investigação das causas de um acidente não deve ser encontrar um culpado, mas sim, encontrar os riscos. A maior valia de um trabalho de investigação está em encontrar os fatos geradores do acidente.

Você, como colaborador da sua empresa, deve ter em mente que é muito importante colaborar com a equipe de segurança, para ajudar a analisar as causas de um acidente.

Uma investigação conduzida adequadamente pode ser muito útil para evitar que novos acidentes ocorram. Nas empresas é difícil não ser tendencioso. Somos seres humanos e muitas vezes gostamos mais do gerente A, ou da área B.

Mas, não devemos deixar que nossas preferências interfiram na correta condução da investigação.

Mesmo que um acidente seja considerado “bobo”, suas causas devem ser analisadas em detalhes. Na análise das causas procure verificar se:

- os equipamentos utilizados estão em perfeita ordem;
- todos os funcionários estão devidamente treinados;
- os equipamentos de segurança são adequados para a operação do equipamento; entre outras.

Faça quantas perguntas achar necessário até que tenha a clareza de que a investigação do acidente se esgotou, ou seja, está completa.

Todo acidente precisa ser analisado a fundo, para encontrarmos as suas causas. Mesmo eventuais acidentes que possam ter acontecido por falta de atenção do funcionário, devem ser investigados e analisados.

Se descobrirmos a causa do acidente, podemos fazer alguma coisa para eliminá-la e impedir que outro acidente como aquele aconteça. Mas se apenas dermos de ombros, se apenas dissermos:

- “Foi uma coisa desagradável, que podemos fazer? Estas coisas acontecem. Foi um azar”, então podemos estar certos de que outros acidentes como aquele, acontecerão.

A maioria dos acidentes apresenta mais de uma causa. Por exemplo, um homem perde o equilíbrio e cai de uma escada. Se na investigação a conclusão teve como causas: “o funcionário não teve cuidado” ou “a proteção não estava no lugar”, estamos parando a investigação sem termos esgotados todas as possibilidades.

Pegemos o caso novamente. O homem que perdeu o equilíbrio e caiu da escada.

Pergunte-se:

- A escada estava com defeito?
- E se estava porque ela estava sendo usada?
- O homem sabia que a escada estava em boas condições de uso e relatou isto?
- Se não sabia, ele foi instruído corretamente sobre como e o que inspecionar numa escada, ou a escada estava em boas condições, mas foi usada de maneira inadequada?
- Ela foi colocada num corredor onde uma pessoa poderia esbarrar?
- Se foi, porque não havia uma pessoa no pé da escada para manter as outras pessoas afastadas?
- Ela deveria ter sido presa no topo? Ela tinha o tamanho correto para o local?
- Ela foi posicionada com o ângulo certo em relação à parede, ou foi o próprio trabalhador que fez algo inseguro?

- Ele estava subindo com algum objeto pesado que poderia ter sido içado por uma corda?
- Se estava foi dito a ele para usar uma corda?
- Ele segurava objetos com as mãos soltas?
- Ele tentou virar-se para descer a escada de costas para ela?
- Ele tentou segurar algo que foi jogado para ele e perdeu o equilíbrio?

Estas são, acredite ou não, apenas algumas perguntas que podem ser feitas sobre um acidente muito simples. Se investigarmos a fundo em busca da causa ou causas fundamentais, então estamos contribuindo para que possa evitar outros acidentes dessa natureza.

Conclusão

Acima de tudo a Segurança quer saber se foi totalmente uma questão de falta de cuidado, ou se existiram outras condições que contribuíram para provocar o acidente.

A investigação de acidente que seja real, sólida, consistente, profunda e que atinja todas as circunstâncias que envolvem o acidente é um dos melhores instrumentos que precisamos dominar para trabalhar com segurança.

Todos saem lucrando com a investigação neste departamento e lucram com as investigações feitas em outras áreas da Empresa. A mesma coisa acontece com as inspeções de segurança e os acompanhamentos das recomendações de segurança elas são realizadas para e preparadas para identificar ou eliminar as condições de risco.

Todos os maus hábitos, todas as peças defeituosas dos equipamentos, todas as inconformidades deverão ser relatadas ao Gerente, antes que alguém se acidente.

Lembre-se: não estamos atrás da cabeça de ninguém. Não estamos querendo colocar ninguém na berlinda. Apenas queremos impedir que algum de nós se machuque por um acidente.

23) CUIDADOS NO TRABALHO A QUENTE



É importante enfatizar o uso de EPIs corretos, como óculos e luvas resistentes ao calor, a inspeção da área de trabalho para remoção de materiais inflamáveis e o uso de permissão para o trabalho.

Também é crucial garantir ventilação adequada, manter extintores de incêndio manuais, supervisionar os trabalhadores para sinais de estresse térmico e verificar o estado dos equipamentos e mangueiras.

Medidas de prevenção e segurança

Permissão de trabalho: Ninguém deve iniciar uma atividade quente sem uma permissão formal de trabalho.

Inspeção da área: Antes de iniciar, verifique completamente a área de trabalho em busca de materiais inflamáveis e removíveis, cubra-os ou apague-os com retardador de chamas.

Equipamentos de Proteção Individual (EPIs): Utilize EPIs adequados como luvas resistentes ao calor, óculos de proteção, capacete e vestimentas de proteção.

Ventilação: Trabalhe em áreas bem ventiladas para minimizar a inalação de vapores tóxicos.

Extintores de incêndio: Manter extintores de incêndio e outros equipamentos de combate a incêndio e em bom estado de conservação.

Equipamentos e mangueiras: Inspeccione regularmente os equipamentos e mangueiras.

Verifique se há vazamentos e feche as válvulas dos cilindros quando não estiverem em uso.

Excesso de calor (estresse térmico): Mantenha-se hidratado, faça pausas em locais frescos e arejados e procure ajuda médica para sentir tontura, náusea ou confusão.

Treinamento: Participe dos treinamentos sobre os riscos específicos do trabalho a quente e siga as orientações de segurança.

a) Risco de Incêndio e Explosões

O risco mais iminente ao realizar trabalhos a quente é a possibilidade de incêndio ou explosão. Quando altas temperaturas, chamas ou centelhas entram em contato com materiais inflamáveis, como óleo, graxa, gases ou resíduos de combustível, há um potencial significativo para a ignição.

Esses incêndios podem se propagar rapidamente em um ambiente onde múltiplos materiais inflamáveis estão presentes, representando uma ameaça grave à segurança.

b) Queimaduras e Lesões Corporais

O contato direto com fontes de calor pode resultar em queimaduras graves para os trabalhadores. O metal fundido, faíscas ou mesmo o calor irradiado de equipamentos podem causar queimaduras de primeiro, segundo ou terceiro grau, dependendo da intensidade e da duração do contato.

Lesões corporais também podem ocorrer quando objetos quentes caem ou quando os trabalhadores não estão devidamente protegidos por equipamentos de segurança.

c) Inalação de Fumos Tóxicos

Durante processos de soldagem e goivagem, fumos tóxicos e gases podem ser liberados. A inalação desses poluentes do ar pode ter sérios impactos na saúde dos trabalhadores, levando a problemas respiratórios, irritação das vias aéreas e até mesmo doenças crônicas, como a doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC).

É crucial implementar medidas eficazes de controle de fumos e garantir que os trabalhadores estejam devidamente protegidos com máscaras respiratórias apropriadas.

d) Ambientes Confinados e Acúmulo de Gases

Em ambientes confinados, como tanques de navios ou compartimentos estreitos, o acúmulo de gases inflamáveis pode ser uma ameaça real. Quando o trabalho a quente é realizado nesses locais, há o risco de que o calor gere uma faísca capaz de inflamar esses gases, resultando em explosões ou incêndios catastróficos. Medidas rigorosas de monitoramento e ventilação devem ser adotadas nessas circunstâncias.

Para mitigar esses riscos, é necessário adotar uma série de medidas de prevenção e controle, conforme veremos mais a diante. Isso inclui a utilização de equipamentos de proteção individual (EPIs) adequados, a implementação de sistemas de ventilação eficazes, a realização de análises preliminares de riscos (APRs) detalhadas e o cumprimento rigoroso das normas e regulamentos aplicáveis.

Preparação e Inspeção Prévia

Antes de iniciar qualquer atividade relacionada ao trabalho a quente, é imperativo realizar uma preparação meticulosa e uma inspeção prévia. Essas etapas são essenciais para garantir a segurança dos trabalhadores e a integridade das operações.

Abaixo, descreveremos em detalhes as medidas necessárias para esta fase crucial de trabalho a quente:

a) Preparação do Local de Trabalho

Uma das primeiras responsabilidades é assegurar que o local de trabalho e as áreas adjacentes estejam em condições ideais para a execução do trabalho a quente. Isso implica:

- **Limpeza e Desobstrução:** Remover qualquer sujeira, detritos ou materiais soltos que possam representar um risco durante as atividades. Isso inclui a eliminação de graxas, óleos, poeira e outros agentes combustíveis ou inflamáveis.
- **Secagem:** Verificar se o local está seco para evitar a formação de poças de líquidos inflamáveis. Um ambiente seco é fundamental para prevenir a propagação de incêndios.
- **Isolamento de Contaminantes Tóxicos:** Certificar-se de que não haja presença de substâncias tóxicas ou contaminantes que possam ser liberados durante o trabalho a quente. A inalação de fumos tóxicos é uma séria preocupação.

b) Liberação do Local

A área de trabalho a quente somente deve ser liberada após uma cuidadosa avaliação para garantir que não haja atividades incompatíveis com o trabalho a quente em andamento. Isso envolve:

- Coordenação de Atividades: Coordenar com outros setores ou equipes que possam estar operando na mesma área para evitar conflitos e garantir que todas as precauções de segurança sejam tomadas.
- Sinalização Adequada: Utilizar sinalizações e bloqueios para alertar outros trabalhadores sobre a realização de atividades de trabalho a quente, garantindo que ninguém entre na área sem autorização.

c) Trabalhadores Capacitados

O trabalho a quente só deve ser executado por trabalhadores devidamente capacitados e treinados. Isso inclui:

- Treinamento Específico: Certificar-se de que os trabalhadores envolvidos no trabalho a quente tenham passado por treinamento adequado para compreender os riscos, saber como utilizar equipamentos de proteção individual (EPIs) e conhecer os procedimentos de segurança.
- Supervisão Qualificada: Ter supervisores ou encarregados experientes e capacitados para monitorar e orientar as atividades de trabalho a quente, assegurando o cumprimento das medidas de segurança.

A inspeção prévia é uma etapa crítica que não deve ser negligenciada. Ela é a base sobre a qual a segurança do trabalho a quente é construída. O não cumprimento dessas medidas pode resultar em riscos graves para os trabalhadores e para o ambiente de trabalho.

No próximo tópico, exploraremos as medidas de proteção contra incêndio, destacando a importância de estar preparado para lidar com situações de emergência que envolvam calor e chamas.

Proteção contra Incêndio

A segurança no trabalho a quente requer a implementação de medidas sólidas de proteção contra incêndio. Os empregadores desempenham um papel fundamental na garantia dessas medidas para proteger tanto os trabalhadores quanto o ambiente de trabalho.

Abaixo, detalharemos as ações essenciais que devem ser tomadas para mitigar os riscos de incêndio:

a) Eliminação e Controle de Riscos de Incêndio

É responsabilidade dos empregadores identificar e eliminar ou controlar quaisquer riscos de incêndio nas áreas onde ocorrem trabalhos a quente. Isso envolve:

Identificação de Riscos: Realizar avaliações de risco para identificar fontes potenciais de incêndio, como materiais inflamáveis, líquidos combustíveis, resíduos de óleo e outros agentes combustíveis.

Controle de Riscos: Implementar medidas para controlar os riscos, incluindo a remoção de materiais inflamáveis do local de trabalho sempre que possível e o armazenamento seguro de líquidos inflamáveis em áreas designadas.

b) Instalação de Proteção Física Adequada

Para prevenir o contato com materiais combustíveis ou inflamáveis, bem como para evitar interferência em atividades paralelas ou na circulação de pessoas, é necessário instalar proteção física adequada. Isso inclui:

Barreiras de Proteção: Instalar barreiras físicas, como cortinas, escudos ou paredes resistentes ao fogo, para isolar a área de trabalho a quente de outras áreas sensíveis.

Proteção Individual: Fornecer equipamentos de proteção individual (EPIs), como vestimenta ignífuga, escudos de solda, viseiras e capacetes, para os trabalhadores, a fim de protegê-los contra respingos, calor, fagulhas ou borras.

c) Sistema de Combate a Incêndio

Manter um sistema de combate a incêndio desimpedido e próximo à área de trabalho é uma medida crítica de segurança. Esse sistema deve ser especificado de acordo com o tipo e a quantidade de inflamáveis e/ou combustíveis presentes. Isso envolve:

Extintores de Incêndio: Dispor de extintores de incêndio adequados, com treinamento para o seu uso, e mantê-los acessíveis e em boas condições de funcionamento.

Sistemas de Supressão de Incêndio: Em áreas com riscos elevados, como tanques de armazenamento de líquidos inflamáveis, instalar sistemas automáticos de supressão de incêndio, como sprinklers.

d) Inspeção Pós-Trabalho

Após a conclusão dos trabalhos a quente, é fundamental realizar inspeções minuciosas no local e nas áreas adjacentes. O objetivo é evitar princípios de incêndio, detectar quaisquer faíscas remanescentes ou materiais quentes que possam causar um incêndio após a conclusão do trabalho.

Manter registros dessas inspeções é uma prática recomendada para documentar a conformidade com as medidas de segurança e garantir a proteção contínua.

A proteção contra incêndio é uma pedra angular da segurança no trabalho a quente. A sua implementação adequada, juntamente com o cumprimento das normas e regulamentos aplicáveis, é fundamental para mitigar os riscos associados a atividades que envolvem calor e chamas.

No próximo tópico, abordaremos o controle de fumos e contaminantes, destacando a importância da qualidade do ar no ambiente de trabalho.

Controle de Fumos e Contaminantes

O controle eficaz de fumos e contaminantes gerados durante trabalhos a quente é uma preocupação fundamental para garantir a segurança dos trabalhadores e a qualidade do ambiente de trabalho. Abaixo, descrevemos em detalhes as medidas essenciais a serem implementadas para controlar fumos e contaminantes de maneira eficaz:

a) Preparação Adequada do Ambiente

Antes de iniciar qualquer operação de trabalho a quente, é imperativo realizar uma preparação adequada do ambiente. Isso envolve:

Limpeza e Remoção de Produtos de Limpeza: Garantir que a superfície onde o trabalho será realizado esteja limpa e livre de qualquer resíduo ou produto de limpeza utilizado anteriormente. A presença de contaminantes pode aumentar os riscos.

b) Renovação de Ar para Eliminar Contaminantes

A renovação de ar é um elemento crítico para eliminar gases, vapores e fumos empregados e/ou gerados durante os trabalhos a quente. Isso implica:

Sistemas de Ventilação Eficientes: Implementar sistemas de ventilação adequados que garantam a circulação de ar fresco e a remoção eficaz de contaminantes do ambiente de trabalho.

Monitoramento Contínuo: Realizar monitoramento contínuo da qualidade do ar, especialmente em áreas confinadas, para garantir que os níveis de gases ou fumos estejam dentro dos limites seguros.

c) Mudanças nas Condições Ambientais

Sempre que ocorrerem mudanças nas condições ambientais estabelecidas, as atividades devem ser interrompidas temporariamente. É necessário avaliar as novas condições e tomar medidas necessárias para garantir a adequada renovação de ar e a eliminação de contaminantes. Isso pode incluir ajustes nos sistemas de ventilação ou no cronograma de trabalho.

d) Proteção Respiratória

Em situações em que a composição do revestimento da peça ou dos gases liberados no processo de solda/aquecimento não for conhecida, é imprescindível utilizar equipamento autônomo de proteção respiratória ou proteção respiratória de adução por linha de ar comprimido. Isso deve ser feito de acordo com o previsto no Programa de Proteção Respiratória (PPR) da empresa, garantindo a segurança dos trabalhadores contra a inalação de fumos ou gases perigosos.

O controle eficaz de fumos e contaminantes não apenas protege a saúde dos trabalhadores, mas também contribui para a preservação do ambiente de trabalho e a integridade das operações. A implementação rigorosa dessas medidas é fundamental para mitigar os riscos relacionados a trabalhos a quente.

No próximo tópico, abordaremos a utilização segura de gases, destacando os procedimentos e precauções necessárias para minimizar os riscos associados a essas operações.

Abaixo, detalharemos as diretrizes essenciais para a utilização segura de gases em trabalhos a quente:

a) Seleção de Gases Adequados

Quando se trata de trabalhos a quente que envolvem gases, é crucial utilizar apenas gases apropriados para a aplicação específica, de acordo com as informações fornecidas pelo fabricante. Os trabalhadores envolvidos nessas atividades devem seguir rigorosamente as determinações indicadas na Ficha de Informação de Segurança de Produtos Químicos (FISPQ), ou atualmente, a Ficha com Dados de Segurança (FDS) correspondente ao gás em uso.

b) Reguladores de Pressão Calibrados e Sem Adaptadores

Os reguladores de pressão são componentes críticos no uso seguro de gases. Eles devem estar calibrados e em conformidade com o gás empregado. É estritamente proibida a instalação de adaptadores entre o cilindro e o regulador de pressão, pois isso pode comprometer a segurança.

c) Dispositivos contra Retrocesso de Chama

Em trabalhos que envolvem o uso de equipamento de oxiacetileno, é necessário utilizar dispositivos contra retrocesso de chama nas alimentações da mangueira e do maçarico. Esses dispositivos são essenciais para prevenir a retroalimentação de chama no circuito de gás.

d) Inspeção e Manutenção do Circuito de Gás

O circuito de gás deve ser inspecionado antes do início do trabalho para garantir a ausência de vazamentos e seu perfeito estado de funcionamento. Além disso, a manutenção deve ser realizada de acordo com a periodicidade estabelecida no procedimento da empresa e as especificações técnicas do fabricante/fornecedor.

e) Emendas de Mangueiras Apropriadas

A emenda de mangueiras só é permitida por meio do uso de conectores em conformidade com as especificações técnicas do fornecedor/fabricante. Qualquer modificação nas mangueiras deve ser realizada de maneira segura e de acordo com as normas.

f) Armazenamento Seguro de Cilindros de Gás

Os cilindros de gás devem ser mantidos em posição vertical, devidamente fixados e distantes de chamas, fontes de centelhamento, calor ou produtos inflamáveis. Eles não devem fazer parte de circuitos elétricos, nem mesmo acidentalmente. Durante o transporte, os cilindros devem ser mantidos na posição vertical, com capacetes rosqueados, utilizando equipamentos apropriados e evitando colisões.

g) Cilindros Inoperantes e Vazios

Cilindros de gases inoperantes e/ou vazios devem ser mantidos com as válvulas fechadas e protegidos com o protetor de válvulas (capacete rosqueado). É estritamente proibida a instalação de cilindros de gases em ambientes confinados. Além disso, equipamentos inoperantes e mangueiras de gases devem ser mantidos fora de espaços confinados.

h) Fechamento de Válvulas

Sempre que o serviço for interrompido, as válvulas dos cilindros, dos maçaricos e dos distribuidores de gases devem ser fechadas. Isso é fundamental para prevenir vazamentos e garantir a segurança da área de trabalho.

O uso adequado de gases é uma parte crítica em qualquer indústria, mas requer um compromisso com a segurança. Ao seguir estritamente essas diretrizes, podemos minimizar os riscos associados à utilização de gases no trabalho a quente.

- **Antes de soldar**, verificar se há algum item por perto **que tem risco de pegar fogo e remover daquele local**

Manter registros das inspeções

>> verificar que **não há** produtos inflamáveis por perto do local que irá ter trabalho a quente, pra evitar qualquer tipo de incêndio.

>> Antes de iniciar, isolar o local de trabalho, utilizando fita de isolamento

>> O soldador precisa utilizar avental de solda, máscara de solda e luvas de raspa.

>> Um funcionário (FIRE WATCHER) precisa estar presente de prontidão com um extintor o tempo todo, até o final da tarefa.

Observação: **Um período mínimo de 30 minutos contínuos de vigilância** após a **conclusão do trabalho a quente é recomendado**, pra confirmar que não houve nenhum incêndio após o final do trabalho realizado!!

24) A IMPORTÂNCIA DO DESCANSO



O descanso é fundamental para a produtividade, a qualidade do trabalho e a segurança, para melhorar o desempenho mental e físico, reduzir o risco de erros e acidentes, e fortalecer o sistema imunológico.

A falta de descanso pode levar ao estresse, à ansiedade e à dificuldade de concentração, por isso, é importante estabelecer rotinas de sono de 7 a 8 horas por noite e fazer pausas regulares durante o dia para relaxar.

Corpo cansado = condição insegura

Benefícios do descanso:

Aumento da produtividade e qualidade: O descanso adequado permite que o corpo e a mente se recuperem, resultando em maior foco, criatividade e eficiência.

Redução de erros e acidentes: Uma mente descansada tem mais atenção, o que é crucial para evitar falhas e acidentes no ambiente de trabalho.

Melhora da saúde física e mental: O sono repara tecidos, fortalece músculos, consolida memórias e regula hormônios como o cortisol (do estresse).

Fortalecimento do sistema imunológico: Dormir bem ajuda o corpo a combater infecções e doenças com mais eficácia.

Equilíbrio emocional: O descanso contribui para a redução da ansiedade, melhora e melhora do humor.

Como garantir um bom descanso:

Tenha uma rotina de sono: Vá para a cama e acorde em horários semelhantes a todos os dias.

Crie um ambiente propício: Durma em um quarto escuro, silencioso e confortável.

Evite estimulantes: Reduza o consumo de cafeína e evite o uso de eletrônicos antes de dormir.

Faça pausas: Desconecte-se por alguns minutos durante o dia para relaxar e se recuperar.

Adote hábitos saudáveis: pratique atividades físicas regularmente, mantenha uma alimentação equilibrada e evite refeições pesadas antes de dormir.

Dicas para ter mais chances de descanso

Vão aqui algumas dicas que podem lhe render bons resultados: faça exercícios; tome um banho morno antes de se deitar; evite cafeína, principalmente mais para o final do dia; tenha um horário certo para se deitar e se levantar; não sobrecarregue o estômago próximo da hora de dormir; não vá para a cama pensando nos seus problemas.

Estas sugestões podem ajudar a criar um ambiente propício para o sono, e são todas baseadas na autoridade e na experiência de especialistas no campo do sono e do bem-estar.

O princípio da simpatia está em jogo aqui, estamos mais inclinados a seguir conselhos que nos parecem práticos e benéficos.

Fora esses indutores naturais, há pessoas que recorrem aos medicamentos para dormir, porém esses medicamentos não devem ser ministrados sem acompanhamento médico.

Isto é de vital importância, pois a automedicação pode levar a sérios riscos à saúde.

Aqui, o princípio da escassez se aplica novamente: a saúde é um recurso finito e precioso, e devemos fazer tudo o que pudermos para protegê-la.

A teoria dos quatro corpos

Quando falamos em momentos de descanso, a primeira ideia que nos vem à mente é ter uma boa noite de sono – fundamental para a recomposição das células, para o crescimento muscular saudável e para a diminuição do estresse.

Entretanto, pesquisas no campo da psicologia apontam para a existência de quatro corpos, cada um com suas especificidades:

1) Corpo físico: a estrutura básica do ser humano; é o maior beneficiado pelas boas noites de sono, por uma alimentação saudável e pela prática de exercícios físicos.

2) Corpo mental: responsável pelo raciocínio, pensamentos e resolução de problemas, este corpo costuma ser ignorado nos momentos de repouso; para um bom descanso, vale apostar na leitura de livros, ouvir podcasts e aprender algo novo.

3) Corpo emocional: esta parte está ligada aos seus sentimentos e relacionamentos com os outros; conversar com os amigos, ouvir suas músicas favoritas e fazer terapia são boas ações para manter este corpo descansado.

4) Corpo espiritual: vai além da religião, sendo composto pela sua essência e todas as suas crenças; aqui vale ter um momento de meditação, yoga ou escrita livre.

O segredo para o descanso de qualidade é buscar o equilíbrio entre os quatro corpos. Ou seja, se durante o seu dia você trabalha mais o seu corpo mental (no trabalho ou nos estudos, por exemplo), busque tirar alguns minutos do seu dia para realizar atividades ligadas aos outros corpos.

Ao notar sintomas de cansaço extremo, como a falta de concentração, irritabilidade constante e falta de apetite, procure um especialista para acompanhamento e tratamento.

Lembre-se: a palavra-chave para manter a sua saúde em alta é a prevenção!

25) PROTEÇÃO DOS OLHOS



Nesse tópico, enfatizamos o uso correto de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), como óculos de segurança, para proteger contra riscos no ambiente de trabalho, como partículas, respingos e radiação.

Também aborda práticas preventivas, como cuidar da saúde ocular, manter a ergonomia em postos de trabalho com telas e saber como agir em caso de emergência, além de destacar a importância da certificação e da manutenção dos EPIs.

Prevenção e conscientização

Riscos específicos: Reconhecer que o local de trabalho tem riscos que podem causar lesões, como em ambientes de construção, laboratórios e escritórios.

Importância da visão: Reforçar que a visão é um dos nossos sentidos mais importantes e que a perda de visão pode ser um grande prejuízo pessoal e profissional.

Ergonomia em frente ao computador: Recomendar pausas a cada duas horas, piscar voluntariamente e olhar para longe, além de evitar que a luz da janela incida diretamente na tela.

Uso de EPIs

Óculos de segurança:

Use sempre óculos de segurança adequados para a atividade, mesmo quem usa óculos de grau (que podem ser adaptados).

Verifique se os óculos estão ajustados bem ao rosto e não possuem aberturas, e se as hastes e elásticos estão em boas condições.

Garantir que os óculos tenham certificação da ABNT e Certificado de Aprovação (CA).

Outros EPIs: Usar proteção ocular mesmo com outros equipamentos, como máscaras de solda ou capacetes, pois não pode proteger contra todos os riscos.

Manutenção e armazenamento

Limpeza: Limpar as lentes apenas com um tecido ou papel macio e limpo. Não utilize produtos que possam danificar a lente.

Armazenamento: Guardar os óculos corretamente para protegê-los. As lentes devem ficar para cima e devem ser transportadas de forma segura, longe de fontes de calor e produtos químicos.

Substituição: Troque os óculos de segurança imediatamente se estiverem danificados.
Cuidados com os olhos fora do trabalho

Exames médicos: Fazer exames oftalmológicos periódicos, mesmo que não haja problemas visíveis.

Lentes de contato: Evite o uso de lentes de contato em ambientes com poeira, a menos que a proteção ocular adequada seja utilizada.

Luz solar: Usar óculos de sol em locais com muita clareza para proteger os olhos da luz ultravioleta.

Recomendações sobre o uso e conservação dos óculos:

Os óculos devem ajustar-se perfeitamente ao rosto, sem deixar aberturas;

A haste ou elástico deve manter os óculos firmes no rosto, porém sem incomodar ou machucar;

Use-o constantemente durante todo o tempo que permanecer no trabalho para o qual for designado;

Ao colocar ou retirar, não segure os óculos apenas por uma haste, mas pelas duas ao mesmo tempo;

Limpe as lentes somente com tecido ou papel limpo e macio;

Não deixe que as lentes tenham contato com qualquer superfície, coloque os óculos com as lentes sempre para cima;

Não os guarde ou o carregue nos bolsos traseiros das calças;

Não os transporte junto de ferramentas manuais;

Não os abandone junto a fontes de calor;

Não os deixe em local onde possam receber respingos de óleo, graxa, ácidos, corrosivos, solventes ou qualquer substância que possam danificá-lo;

Não use os óculos com defeitos (falta de proteção lateral, elástico ou haste danificada ou lentes riscadas);

Em locais sujeitos a embaçamento das lentes, use o líquido anti-embaçante.

Promovendo a Proteção dos Olhos

Este DDS sobre proteção dos olhos também pode ser útil para seus colegas de trabalho. Compartilhe as informações e incentive-os a adotar práticas seguras de proteção dos olhos. A conscientização é a chave para prevenir acidentes e garantir um ambiente de trabalho seguro e saudável para todos.

Com tanta conversa a respeito de segurança, algumas vezes nos esquecemos do óbvio. A segurança é uma questão pessoal. As máquinas com que trabalhamos podem ter suas proteções, mas se não as usamos, elas não cumprirão seus papéis.

A evolução da proteção dos olhos

Os dispositivos para proteção dos olhos têm sido empregados na indústria há mais de um século! Desde 1910. Talvez algum de vocês conheça alguém que tenha recebido um ferimento no olho ou que tenha ficado cego por não estar usando óculos de segurança na hora certa.

Algumas partículas podem atingir seus olhos de forma muito violenta, podendo ocorrer a perda da visão. Vários tipos de óculos de segurança estão disponíveis para proteger seus olhos contra partículas, aerodispersóides, vapores e líquidos corrosivos.

Dependendo da tarefa, você pode usar óculos ou protetores faciais ou máscaras faciais. A soldagem requer a proteção dos olhos na forma de um capacete para impedir que raios infravermelhos e ultravioletas atinjam seus olhos. Os soldadores devem usar óculos que protejam contra o arremesso de partículas.

Algumas vezes você arranja uma desculpa para não usar óculos de segurança: “eles atrapalham minha visão”, “eles são desconfortáveis”, “eles me fazem ficar ridículo”, “eles embaçam”. Essas são as desculpas mais frequentes.

Sempre que a proteção dos olhos o aborrecer, lembre-se apenas de que você não poderá enxergar através de um olho de vidro, ou sempre terá que usar um instrumento para cobrir aquela vista perdida.

A pior desculpa de todas é aquela que diz que o trabalho é rápido, leva apenas 1 minuto. O acidente leva muito menos. E o transtorno será o resto da vida.

Uma das frases mais usadas é: “Eu me esqueci”... É usada frequentemente como desculpa para não usar os óculos. Porém, basta que você se esqueça uma única vez de colocar os óculos para que este esquecimento, esse lapso de memória, seja o mais caro em toda a sua vida.

Conclusão

Vimos o quão valiosa é a nossa visão e o papel fundamental que os óculos de segurança desempenham na prevenção de acidentes e lesões nos olhos. Agora é o momento de agir!

Não deixe que desculpas ou a crença de que “isso nunca acontecerá comigo” o impeçam de proteger um dos seus bens mais preciosos: a sua capacidade de enxergar.

Lembre-se de que um simples momento de descuido pode ter consequências irreversíveis para a sua vida e a de seus colegas de trabalho.

26) TRABALHO EM EQUIPE



Os 4 pilares do trabalho em equipe são: confiança, comunicação, comprometimento e responsabilidade compartilhada.

Esses pilares são fundamentais para garantir que os membros de uma equipe colaborem de forma eficaz, troquem informações de maneira clara, se engajem em objetivos coletivos e dividam os sucessos e fracassos como um grupo.

Confiança: É a base da colaboração, pois sem ela a falha na comunicação e o desempenho estão comprometidos.

Comunicação: Uma troca clara e objetiva de informações é essencial. Reuniões estruturadas, canais acessíveis e feedbacks constantes evitam ruídos e alinham as expectativas.

Compromisso: Cada indivíduo precisa estar engajado com os objetivos coletivos para que a equipe seja bem-sucedida.

Responsabilidade compartilhada: O sucesso e o fracasso são vistos como um resultado do grupo como um todo, e não de indivíduos isolados. As tarefas são divididas e as soluções são buscadas de forma conjunta.

Benefícios do trabalho em equipe

Maior eficiência e produtividade: A união de habilidades e esforços pode acelerar a realização das tarefas.

Inovação: A troca de ideias e o relacionamento entre pessoas com diferentes visões de mundo estimulam a criatividade.

Desenvolvimento contínuo: Os membros da equipe aprendem uns com os outros, aprimorando suas habilidades individuais e coletivas.

Fortalecimento das relações interpessoais: Promova um ambiente de confiança e pertencimento.

É muito importante ouvir a opinião de cada pessoa da equipe, **ser humilde**, e sempre re-avaliar as opiniões ao ouvir sugestões dos colegas de trabalho!! Até porque, estamos sempre aprendendo!!

Humildade sempre em primeiro lugar!!

Trabalho em equipe é uma reunião breve para discutir como a tecnologia melhorou a segurança, a comunicação e a produtividade, incentivando a união e o alcance de metas em comum.

É uma ferramenta para promover a importância da cooperação, pois um bom trabalho em equipe melhora a divisão de tarefas e cria um ambiente mais harmonioso e engajado.

O que abordar em um DDS sobre trabalho em equipe

Conscientização sobre segurança: Discutir como a colaboração e a comunicação clara entre os membros da equipe são cruciais para evitar acidentes.

Comunicação: Destacar a importância de compartilhar informações de forma aberta, clara e respeitosa para garantir que todos estejam alinhados.

Objetivo comum: Reforçar que todos os membros da equipe estão trabalhando em prol de um objetivo comum e que a colaboração é fundamental para alcançá-lo.

Confiança mútua: Promover um ambiente onde os colegas se sintam seguros para contar uns com os outros, sabendo que podem se apoiar.

Impacto da falta de trabalho em equipe: Apresentar situações hipotéticas ou reais onde a falta de colaboração resultou em problemas ou acidentes, mostrando as consequências para a equipe e a empresa.

Exemplos práticos: Utilizar analogias (como a corrente de uma bicicleta ou da equipe de Fórmula 1) para ilustrar como cada indivíduo é importante para o sucesso do grupo.

O trabalho, diferentemente do que acontecia há alguns anos atrás, desenvolve-se melhor quando envolve uma equipe colaborativa e organizada, trabalhando em conjunto, envolvendo empatia, sinergia, respeito, comunicação assertiva e tantas outras habilidades.

Algumas pessoas têm maior facilidade no trabalho em equipe do que outras, porém relacionar-se com os colegas de trabalho exige um tipo de inteligência que pode ser desenvolvida por qualquer pessoa.

“O talento vence jogos, mas só o trabalho em equipe ganha campeonatos”, disse Michael Jordan, considerado por muitos como o melhor jogador de basquete de todos os tempos e por muitos como um dos mais importantes desportistas masculinos da história.

E, é exatamente esse pensamento que deve circundar o ambiente de trabalho: pessoas unidas em busca de atingir um alvo em comum.

Trabalho em equipe é o esforço coletivo para se atingir um alvo em comum.

Há um provérbio que diz: “Se quiser ir rápido, vá sozinho. Se quiser ir longe, vá em grupo. “ Já Henry Ford disse: “unir-se é um bom começo, manter a união é um progresso, e trabalhar em conjunto é a vitória”.

Você já reparou que esportes incríveis que assistimos todos os dias na tv, admiramos, torcemos, vibramos, são possíveis graças a um trabalho em equipe? Se um perde, todos perdem, e a vitória não é individual, é conjunta.

É o caso do futebol, do vôlei, da Fórmula 1 (pense em quantos segundos se efetua a troca de pneus, num sincronismo impressionante), e em tantos outros esportes que poderíamos citar aqui.

Essa é uma ilustração de que o trabalho em equipe é fundamental nas organizações, no desenvolvimento de um bom trabalho, imprescindível para o alcance das metas e objetivos.

A importância do trabalho em equipe

Por que as empresas valorizam tanto o trabalho em equipe? Porque é por meio dele que é possível agregar pessoas diferentes, com diversos pontos de vista, com habilidades e competências que se complementam.

É o instrumento que torna possível a consolidação de uma relação amigável e saudável no ambiente de trabalho, melhorando o clima organizacional e a atuação da empresa.

O trabalho em equipe melhora o desempenho, a produtividade, torna a empresa mais competitiva, beneficia a comunicação interna da empresa, estimula a colaboração e integração de profissionais de diferentes áreas, além de contribuir para o desenvolvimento de habilidades interpessoais, a exemplo de: sentimento de empatia, assertividade na comunicação, educação, cordialidade e inteligência emocional.

O que prejudica o trabalho em equipe?

Alguns fatores podem atrapalhar a realização do trabalho em equipe, por isso devemos estar atentos e evitá-los:

Ausência de comunicação ou comunicação mal feita: cria uma desconexão entre os integrantes;

Individualismo: o pensamento de que ‘posso fazer tudo sozinho’;

Subestimar o trabalho dos colegas;

Falta de comprometimento.

Por outro lado, há práticas que melhoram o desempenho no trabalho em equipe, a exemplo de: ser um bom ouvinte, ter comprometimento com o trabalho, ter empatia, comunicar-se de maneira assertiva, respeitar as ideias e o trabalho dos outros.

Qual a importância do trabalho em equipe para a segurança do trabalho?

Como dissemos acima, o trabalho em equipe é fundamental para um ambiente de trabalho saudável, pois proporciona harmonia e sentimento de coletividade, além de estimular a colaboração entre os profissionais.

Esses aspectos estão diretamente relacionados à prevenção de doenças ocupacionais, tais como estresse, que decorre de conflitos e sobrecarga no trabalho.

As relações sociais saudáveis proporcionam bem-estar em nível emocional e neurológico.

Além disso, os colaboradores trabalhando em conjunto, de maneira organizada e integrada, facilita a observação e a detecção de fatores de risco.

Com isso, é possível passar instruções para o colega, conduzi-lo na tarefa, prevenindo acidentes e doenças ocupacionais.

Assim, dialogamos sobre a importância do trabalho em equipe, e como deve ser buscado e incentivado nas empresas. Como disse Martin Luther King: “Podemos ter todos vindo em navios diferentes, mas agora estamos no mesmo barco”.

27) PREVENINDO DOENÇAS RESPIRATÓRIAS



Prevenção de doenças respiratórias deve focar em práticas de higiene (lavar as mãos, cobrir a boca ao tossir/espirrar) e medidas de segurança no trabalho, como o uso correto de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) e a importância da ventilação e limpeza do ambiente.

Prevenção no dia a dia e no trabalho

Higiene pessoal:

Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou usar álcool em gel.

Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos sujas.

Cobrir a boca e o nariz com o braço ou lenço flexível ao tossir ou espirrar.

Ambiente de trabalho:

Mantenha o ambiente de trabalho limpo e organizado.

Garantir que os espaços de trabalho sejam bem ventilados, abrindo janelas sempre que possível.

Higienizar objetos de uso pessoal e de trabalho regularmente.

Proteção individual (EPIs):

Orientar os trabalhadores sobre o uso correto de respiradores, máscaras e filtros.

Explicar a função dos EPIs como uma barreira para proteger contra agentes contratados no ar.

Reforçar a importância do monitoramento e da inspeção regular dos EPIs.

Outras medidas importantes

Vacinação: Tomar as vacinas recomendadas contra doenças respiratórias, como a da gripe.

Hidratação e alimentação: Beber bastante líquido e ter uma alimentação balanceada ajuda a manter as mucosas hidratadas e fortalecer o sistema imunológico.

Estilo de vida: Evite o contato com a fumaça do cigarro e, se possível, reduza a exposição à poeira e outras irritantes.

Com a crescente conscientização sobre saúde e segurança ocupacional, é fundamental que os trabalhadores saibam como se proteger de contaminantes que podem afetar sua saúde pulmonar.

Neste artigo, você encontrará informações detalhadas sobre a importância dos pulmões e como eles funcionam como um filtro para proteger seu corpo de substâncias perigosas presentes no ar. Além disso, exploraremos os diferentes tipos de equipamentos de proteção respiratória disponíveis no mercado e como escolher o equipamento adequado para cada situação.

Por que usar equipamentos de proteção respiratória?

A proteção dos pulmões é um tema crucial quando se trata de saúde e segurança no ambiente de trabalho. Os pulmões são responsáveis por filtrar o ar que respiramos e impedir que substâncias perigosas penetrem em nosso corpo.

O revestimento de cada célula pulmonar funciona como um filtro altamente eficiente, permitindo a passagem de oxigênio para o sangue e a eliminação de dióxido de carbono através da respiração.

No entanto, muitas substâncias nocivas presentes no ar que respiramos podem ser absorvidas pelos pulmões. Vapores e gases venenosos, poeira e outros contaminantes presentes no ambiente de trabalho podem causar danos significativos à saúde pulmonar dos trabalhadores.

É por isso que a utilização de equipamentos de proteção respiratória é essencial em muitas circunstâncias.

A seguir, exploraremos a importância do uso de equipamentos de proteção respiratória no ambiente de trabalho, os diferentes tipos de equipamentos disponíveis e como escolher o equipamento adequado para cada situação.

A importância do uso de equipamentos de proteção respiratória

A utilização de equipamentos de proteção respiratória é essencial em muitas profissões, como na indústria química, na construção civil, na agricultura, na mineração e em muitas outras.

Esses equipamentos protegem os trabalhadores de inalação de contaminantes que podem causar danos à saúde, como irritações, alergias, doenças respiratórias e até mesmo câncer de pulmão.

Algumas operações e processos que produzem substâncias nocivas são controlados por exaustores, o que ajuda a manter o ar do ambiente de trabalho limpo.

No entanto, em muitos casos, é necessário usar máscaras ou respiradores para evitar a inalação de contaminantes que não foram completamente eliminados do ambiente.

É importante lembrar que mesmo em lugares considerados limpos, ainda pode haver poeira no ar, o que pode ser prejudicial à saúde pulmonar.

Os diferentes tipos de equipamentos de proteção respiratória

Existem diferentes tipos de equipamentos de proteção respiratória disponíveis no mercado. A escolha do equipamento adequado depende da natureza do trabalho e do tipo de contaminante presente no ambiente. Os equipamentos mais comuns são:

Máscaras de proteção respiratória: as máscaras são equipamentos de proteção respiratória simples que cobrem a boca e o nariz.

Elas são projetadas para filtrar partículas de poeira e outros contaminantes presentes no ar.

As máscaras são adequadas para trabalhos que envolvem poeira e outras partículas não tóxicas.

Respiradores de partículas: os respiradores de partículas são equipamentos mais avançados que filtram partículas finas, como as encontradas em processos de lixamento e polimento.

Eles são projetados para proteger contra poeira, névoa e fumos.

Respiradores de gases e vapores: esses equipamentos de proteção respiratória são projetados para proteger contra vapores e gases tóxicos.

Eles são adequados para trabalhos que envolvem produtos que liberam gases ou vapores nocivos, como pintura, solventes, pesticidas e outras substâncias químicas.

Respiradores de ar comprimido: os respiradores de ar comprimido são equipamentos mais avançados que fornecem ar limpo e filtrado aos trabalhadores.

Eles são adequados para trabalhos que envolvem espaços confinados, onde o ar pode estar contaminado com gases tóxicos ou com falta de oxigênio.

Como escolher o equipamento de proteção respiratória adequado

A escolha do equipamento de proteção respiratória adequado é essencial para garantir a segurança dos trabalhadores. Alguns fatores que devem ser considerados ao escolher o equipamento incluem:

O tipo de contaminante presente no ambiente de trabalho: é importante escolher um equipamento que seja capaz de filtrar o tipo de contaminante presente no ambiente.

Por exemplo, respiradores de partículas são adequados para poeira e fumaça, enquanto respiradores de gases e vapores são mais adequados para trabalhos que envolvem produtos químicos.

O nível de proteção necessário: é importante escolher um equipamento que ofereça o nível adequado de proteção. Isso pode depender do tipo de trabalho e do risco envolvido.

O conforto e a facilidade de uso: é importante escolher um equipamento que seja confortável e fácil de usar.

Isso aumentará a probabilidade de os trabalhadores usarem o equipamento corretamente e regularmente. Além disso, é importante lembrar que o equipamento de proteção respiratória deve ser ajustado corretamente e ser mantido em bom estado.

Os trabalhadores devem ser treinados na utilização correta do equipamento e serem incentivados a reportar quaisquer problemas que possam surgir.

Importância da manutenção e armazenamento adequado dos equipamentos de proteção respiratória

A utilização de equipamentos de proteção respiratória é essencial para garantir a segurança dos trabalhadores no ambiente de trabalho.

No entanto, é importante lembrar que esses equipamentos precisam ser mantidos em bom estado e armazenados adequadamente para garantir sua eficácia e prolongar sua vida útil.

A manutenção adequada dos equipamentos de proteção respiratória envolve a limpeza regular dos filtros e outras peças, além de inspeções periódicas para garantir que o equipamento esteja em boas condições.

A falta de manutenção pode comprometer a eficácia do equipamento e colocar a saúde dos trabalhadores em risco.

Além disso, o armazenamento adequado dos equipamentos de proteção respiratória também é importante para prolongar sua vida útil e evitar danos. Os equipamentos devem ser armazenados em locais limpos e secos, longe de fontes de calor e umidade, e em recipientes ou sacolas próprias para esse fim.

Em resumo, a manutenção e o armazenamento adequado dos equipamentos de proteção respiratória são fundamentais para garantir sua eficácia e prolongar sua vida útil.

Certifique-se de seguir as orientações do fabricante e treinar os trabalhadores para a utilização e manutenção adequada dos equipamentos.

Conclusão

A proteção dos pulmões é fundamental para a saúde e segurança dos trabalhadores. A utilização de equipamentos de proteção respiratória é essencial em muitas profissões para evitar a inalação de contaminantes que podem causar danos à saúde pulmonar, como irritações, alergias, doenças respiratórias e até mesmo câncer de pulmão.

Existem diferentes tipos de equipamentos de proteção respiratória disponíveis no mercado, e a escolha do equipamento adequado depende da natureza do trabalho e do tipo de contaminante presente no ambiente.

É importante escolher um equipamento que ofereça o nível adequado de proteção e seja confortável e fácil de usar. Além disso, é importante ajustar corretamente o equipamento e mantê-lo em bom estado, além de treinar os trabalhadores na utilização correta do equipamento.

Portanto, sempre que houver riscos para a saúde pulmonar no ambiente de trabalho, é fundamental utilizar equipamentos de proteção respiratória para proteger a saúde e garantir a segurança dos trabalhadores.

28) EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA



Equipamentos de Proteção Coletiva (EPC) deve discutir como esses dispositivos que protegem um grupo de trabalhadores, reduzindo riscos na fonte.

O tema pode incluir exemplos como guarda-corpos para evitar quedas, sistemas de ventilação para purificar o ar e sinalização para isolar áreas perigosas, enfatizando que os EPCs são a primeira linha de defesa antes dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)

Exemplos de descrições para um DDS sobre EPC

O que é EPC?

Definir EPC e sua função primordial: proteger todos os trabalhadores, diretamente na fonte do risco.

Explique que os EPCs são a primeira e mais importante linha de segurança, evitando a exposição a perigos.

Exemplos práticos de EPC:

Segurança em altura: Guarda-corpos, redes de proteção e corrimãos em escadas e rampas.

Segurança elétrica: Sinalização, barreiras, quadros de distribuição com portas e travas, e placas de advertência.

Segurança contra ruído: Enclausuramento de máquinas ruidosas.

Segurança geral: Sistemas de ventilação, proteção de partes móveis de máquinas e sinalização de segurança.

Relação entre EPC e EPI:

Explique que o uso do EPI se torna obrigatório quando o EPC não consegue eliminar completamente o risco ou quando a proteção é apenas parcial.

Reforçar que o EPC é uma medida preventiva que não depende da ação individual do trabalhador, enquanto o EPI é de uso individual.

A importância do uso correto dos EPCs:

Orientar sobre a necessidade de não acessar áreas sinalizadas e de não interferir nos dispositivos de proteção coletiva, como barreiras ou redes de proteção.

Instrua uma equipe a relatar imediatamente qualquer dano a um EPC para que possa ser reparado.

O EPC é de uso exclusivo no ambiente de trabalho, ou seja, sua finalidade é proteger a coletividade, sendo assim, sua instalação deve ser no ambiente de trabalho, nunca num indivíduo.

Esses equipamentos coletivos, são muito eficazes e devem ser adotados como primeira alternativa, caso não sejam suficientes, aí parte para a adoção dos EPI's, amenizando sobrecarregar os funcionários com diversos dispositivos.

Os EPC's são encontrados em diversos estabelecimentos de vários segmentos, seus valores são acessíveis, portanto sua aquisição é de extrema importância e eficácia.

Alguns exemplos de Equipamentos de Proteção Coletiva:

Placas de sinalização;

Fitas adesivas e fluorescentes;

Grades de proteção;

Cones de sinalização;

Coberturas isolantes;

Ar condicionado;

Exaustores;

Aquecedores;

Proteção de partes móveis de máquinas;

Corrimão para escada;

Cabine de pintura;

Sirene contra sinistros;

Guarda corpo;

Piso antiderrapante;

Entre outros...

Ao ver um equipamento de proteção coletiva, é de imprescindível necessidade que respeite a mensagem transmitida, a segurança é garantida quando todos respeitam a prevenção e participam de seu conteúdo.

Assim como os EPI's, os EPC's também necessitam de cuidados para se garantir a preservação, segurança e durabilidade do equipamento.

Alguns cuidados são imprescindíveis:

Adquirir e adotar o EPC adequado para a atividade ou ambiente;

Usar somente para a finalidade destinada;

Conscientizar e capacitar o funcionário para sua utilização adequada;

Tornar o seu uso de cunho obrigatório, conforme especificações;

Adotar diretrizes para sua guarda e conservação;
Comunicar mudanças que torne o EPC inadequado para o uso;
Alterar quando o mesmo estiver danificado ou for extraviado.

O EPC é muito importante para a segurança de todos, tanto os funcionários como pedestres, transeuntes e visitantes, da próxima vez quando encontrar um EPC respeite a sinalização e procure saber para que serve.

Tipos de EPC's

A lista de riscos que existem em um ambiente de trabalho é longa e cada ambiente de trabalho ou diferentes atividades industriais tem suas exigências quanto ao tipo de EPC's que é necessário ou indicado para reduzir os impactos nos trabalhadores. A seguir, destacamos os Tipos de EPC's comumente instalados em diferentes indústrias ou ambientes de trabalho:

Kit de primeiros socorros: Tendo que possuir todos os itens básicos necessários em caso de acidente;

Kit para limpeza em caso de derramamento biológico, químico ou radiativo;

Chuveiros de emergência, lava-olhos, etc.;

Exaustores, sistemas de ventilação e de controle de temperatura: Devem ser utilizados em locais que o trabalhador é exposto à temperaturas elevadas em ambientes fechados;

Redes de proteção, guarda corpo e corrimão: Usados geralmente em construções, evitam quedas, dos trabalhadores e de objetos que possam atingir os mesmos;

Detectores de fumaça e Sprinklers: Usados em qualquer local comercial, industrial, esportivo, etc., para as situações de prevenção em caso de incêndio;

Isolação acústica: Deve ser usada em caso de exposição dos trabalhadores á ruídos constantes que podem ser danosos à audição;

Sinalização (Cones, placas, etc.): Usadas para sinalizar qualquer possível risco no ambiente, como um buraco, um piso escorregadio, etc.

29) DICAS SOBRE O USO CORRETO DO CORRIMÃO



O uso correto do corrimão é a mão que está na parte de trás, estar sempre por baixo.

Se uma perna tropeçar na outra, a mão que está por baixo do corrimão, ela irá bloquear a queda!!

Outro item importante é que o ideal é andar sempre pelo lado direito da escada.

E um lembrete que devemos frisar é que luvas com graxa, devemos evitar de tocar no corrimão, porque deixa o corrimão escorregadio e isso representa um grande risco de queda para os outros funcionários.

30) A IMPORTÂNCIA DE INSPECIONAR OS EQUIPAMENTOS ANTES DO TRABALHO



Tire **10 minutos pra inspecionar** seus equipamentos e seu EPI antes de iniciar seu trabalho!!

Esses **10 minutos podem salvar sua vida!!**

Inspecionar equipamentos antes do trabalho é crucial para garantir a segurança dos colaboradores, prevenir acidentes e falhas, além de prolongar a vida útil dos equipamentos e reduzir custos.

Essa prática permite identificar problemas como desgaste, folgas ou danos antes que causem um acidente grave, garantindo que o equipamento esteja em boas condições de uso e que as normas de segurança sejam seguidas.

POR QUE INSPECIONAR OS EQUIPAMENTOS

Segurança: Garante que os equipamentos, como EPIs (Equipamentos de Proteção Individual) e ferramentas, estejam seguros e funcionais, prevenindo acidentes graves.

Prevenção de acidentes: Reduz o risco de falhas inesperadas, como a quebra de um martelo ou a falha de um cinto de segurança, que podem causar ferimentos.

Continuidade operacional: Evita interrupções inesperadas no trabalho causadas por equipamentos quebrados, o que melhora a eficiência e a produtividade.

Economia: Diminui custos relacionados a reparos emergenciais e substituição de peças, além de evitar prejuízos financeiros causados por acidentes.

Manutenção: Permite a identificação de problemas que precisam de manutenção preventiva, prolongando a vida útil do equipamento.

Conformidade: Garante que a empresa cumpra com as normas e regulamentações de segurança, como a NR-12.

COMO INSPECIONAR??

Acidentes não acontecem por acaso, mas sim, por descaso!!

Verificação visual e tátil: Use a visão e o tato para procurar por rachaduras, deformações, peças soltas ou outros sinais de desgaste em ferramentas como martelos e marretas.

Checklist: Utilize uma planilha ou checklist com todos os itens de segurança e operação para garantir que nada seja esquecido.

Auditoria de segurança: Para trabalho em altura, inspecione diariamente equipamentos como cintos de segurança e cordas para verificar desgaste e danos.

Comunicação de problemas: Ao identificar um problema, comunique o responsável para que as providências sejam tomadas rapidamente.

A importância da inspeção de ferramentas

A inspeção consiste na observação cuidadosa de suas ferramentas e equipamentos de trabalho, com o fim de descobrir, identificar riscos que poderão transformar-se em causas de acidentes do trabalho e também com o objetivo prático de tomar ou propor medidas que impeçam a ação desses riscos.

A inspeção se antecipa aos possíveis acidentes, mas quando repetidas, alcançam outros resultados: favorecem formação e o fortalecimento do espírito prevencionista que os colaboradores precisam ter.

O que é inspeção de ferramentas?

A inspeção de ferramentas é uma parte programada de cada tarefa. É tão indispensável para o trabalho a ser feito quanto a sua habilidade e qualificação para executá-lo. Verificar se as ferramentas e equipamentos estão em ordem é o primeiro passo não apenas para uma operação segura, mas também para uma operação eficiente.

A responsabilidade de cada um

A responsabilidade por isto cabe a cada indivíduo.

A manutenção de ferramentas e equipamentos pode até não ser de sua responsabilidade pessoal, mas a responsabilidade por inspecioná-la é sua. A inspeção é apenas o primeiro passo para evitar os acidentes e ferimentos causados por equipamento ou ferramenta defeituosa.

Que tal começar por inspecionar as suas ferramentas manuais?

Elas são os equipamentos mais simples e servem como extensão da mão do homem para lhe facilitar as tarefas, diminuindo a força empregada por ele, aumentando o rendimento dos serviços e protegendo-o dos riscos de acidentes.

Muitos são os acidentes causados por **ferramentas defeituosas, inadequadas** para o serviço, utilizadas de maneira errada e na maioria das vezes são improvisadas.

Perca 1 minuto na vida, mas não perca sua vida em um minuto!!

Não pegue atalhos, **pegue** as normas de segurança!!

31) FALHA NA COMUNICAÇÃO



Esse tópico foca em como a má comunicação pode levar a acidentes e como preveni-la, abordando causas e soluções.

Pontos importantes incluem a importância da escuta ativa, o uso de canais de comunicação eficazes, a necessidade de processos claros e o papel da cultura de transparência e feedback para garantir que as mensagens sejam recebidas corretamente.

Conscientização sobre riscos: Lembre-se aos colaboradores que falhas na comunicação podem levar ao desconhecimento de riscos, ao não cumprimento de normas e a acidentes graves, como aponta o Sienge.

Exemplos práticos: Use exemplos reais de falhas de comunicação, como a confusão de nomes (por exemplo: chamar "Carlos" sem especificar o setor) ou instruções ambíguas (por exemplo: pedir "o trem do lado daquele troço"), para ilustrar a importância de ser específico.

Escuta ativa: Explique a diferença entre “ouvir” e “escutar atentamente”. Incentive os colaboradores a repetirem o que entenderam para confirmar se a mensagem foi recebida corretamente.

Sugerimos exercícios práticos para isso.

Feedback e diálogo: Reforce que a comunicação é uma via de mão dupla. Líderes devem dar espaço para os colaboradores darem feedback e fazerem perguntas. O trabalho em equipe e o senso de equipe também são cruciais.

Se você estiver com dúvida em alguma etapa do serviço, não faça!! Primeiro, peça instruções ao seu supervisor!!

Se seu chefe é gringo e a mensagem que ele passou não ficou clara, peça ajuda pra algum amigo seu que fala Inglês Fluente e esclareça a mensagem passada, antes de iniciar seu serviço!!

O PAPEL DA COMUNICAÇÃO NA SEGURANÇA DO TRABALHO

A comunicação no ambiente de trabalho vai além de transmitir uma simples informação, é um processo que deve ser completo, envolvendo a troca de ideias, fazendo com que o trabalho de equipe seja afluído, conscientizando os colaboradores e promovendo uma boa cultura de segurança.

Software para Segurança do Trabalho: SOC é líder em soluções

Veja alguns dos pontos que envolvem a comunicação:

Conscientização: ao comunicar os riscos de forma clara, você aumenta a conscientização os colaboradores sobre os perigos presentes no local de trabalho, fazendo-os que fiquem mais atentos.

Engajamento dos colaboradores: quando a comunicação sobre segurança faz parte da rotina, o engajamento dos colaboradores aumenta, fazendo com que todos façam parte da solução.

Melhora do clima organizacional: quando há uma comunicação aberta e transparente sobre segurança, isso contribui para um clima organizacional mais positivo, fazendo com que os colaboradores tenham mais confiança.

Cumprimento da legislação: quando todos os colaboradores entendem sobre seu papel com a segurança, cumprir a legislação fica muito mais fácil, evitando multas para a empresa.

Melhora da imagem da empresa: uma empresa que demonstra essa preocupação com a segurança de seu time transmite uma imagem positiva para os clientes e toda a sociedade.

E como consequência, com a comunicação, há prevenção de acidentes. Uma vez que, os colaboradores entendem todos os procedimentos de segurança, utilizam os equipamentos, ajudam o colega de trabalho e passam a identificar riscos, o número de acidentes tende a cair.

COMO MELHORAR A COMUNICAÇÃO PARA SEGURANÇA DO TRABALHO?

Há interrupções na comunicação da empresa quando se trata de segurança do trabalho? É importante trabalhar isso, e existem diferentes pontos que podem ser melhorados.

Entre esses pontos, podemos falar sobre canais de comunicação diversos. Os colaboradores podem ser atingidos de diferentes formas, como por meio de reuniões, treinamentos, e-mails e até mesmo cartazes na empresa.

Além disso, ao fazer esse tipo de comunicação precisa ser clara e objetiva, para que atinja todos os públicos. Ainda, os líderes devem oferecer feedbacks constantes, para que os processos sejam transparentes e mostrando que as opiniões são valorizadas, os líderes têm esse dever de serem exemplos na cultura de segurança, devem mostrar o que deve ser feito.

Portanto, se ocorreu algum acidente, a investigação também faz parte do processo de comunicação. Após investigar e ter um resultado sobre o ocorrido, é importante alertar toda a equipe.

COMUNICANDO OS RISCOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

O Gerenciamento de Riscos Ocupacionais e o Programa de Gerenciamento de Riscos são obrigações constantes da NR-01, a fim de garantir a segurança e saúde de toda a equipe.

No GRO, são feitas ações como avaliação de riscos, adoção de medidas de proteção coletiva e individual e treinamentos para conscientização.

Já no PGR, é feito um documento para avaliar os riscos do manuseio de substâncias perigosas como produtos químicos, gases e explosivos.

O que é comunicação?

Comunicação consiste basicamente em um processo de troca de informações, podendo ser elas verbal (falada ou escrita) ou não-verbal (símbolos).

No dia-a-dia não percebemos, mas ocorrem diversos fenômenos durante o processo de comunicação. Entenda abaixo os componentes da comunicação:

Emissor: quem envia a informação;

Receptor: quem recebe a informação;

Mensagem: a própria informação;

Canal: o modo pelo qual a mensagem foi enviada (fala, escrita);

Ruído: falha na comunicação (mal compreensão da informação, mensagem mal elaborada, mensagem repassada várias vezes sem clareza, etc.).

Estes componentes são fundamentais para compreender a importância da comunicação.

A importância da comunicação na gestão

Os gestores de uma organização devem conhecer como operar a comunicação no ambiente de trabalho, pois a importância da comunicação envolve a melhora nos resultados, melhora nos relacionamentos, na liderança e inclusive, como medida preventiva contra doenças ocupacionais e acidentes do trabalho.

Dessa forma, é interessante que os gestores procurem ouvir seus funcionários e clientes, bem como se pronunciarem diante dos mesmos, no entanto comunicar-se não é apenas trocar informações, é preciso saber como fazê-lo, mantendo a comunicação limpa, clara, direta, sem duplos sentidos e sem ruídos. São os ruídos que causam mal-entendidos, que podem ocasionar em diversos prejuízos, por exemplo, os acidentes de trabalho.

Importância da comunicação na segurança do trabalho

A importância da comunicação no ambiente de trabalho é o principal instrumento de desempenho de todas as tarefas laborais e de atendimento, sem ela a organização simplesmente não existe.

Por isso, é preciso que os gestores planejem a comunicação quando o assunto for segurança do trabalho, é inaceitável que haja ruído, isto é é imprescindível que todos os trabalhadores consigam entender claramente todas as informações que concernem à segurança.

Para que haja compreensão de todos, o planejamento deve considerar o grau de escolaridade do trabalhador, os fatores socioeconômicos, bem como deficiência auditiva, neste caso é importante adequar a informação ao canal compreensível para tal pessoa.

A prevenção contra acidentes de trabalho envolve as instruções por parte do SESMT e gestores, compreensão dos avisos de perigo e risco em linguagem não-verbal (placas) e diálogos de alertas entre colegas.

Importância da comunicação na saúde do trabalhador

Assim como para evitar acidentes de trabalho, a comunicação também é capaz de contribuir com a preservação da saúde do trabalhador. A importância da comunicação adequada, sem ruídos, é que ela proporciona inúmeros benefícios no dia-a-dia do trabalho, evitando vários problemas que poderiam desencadear doenças ocupacionais.

Melhorar no relacionamento: uma boa comunicação contribui com a resolução de conflitos, melhorando a forma de se relacionar com colegas e com a chefia, o que auxilia ainda no aumento de satisfação no trabalho e na redução de estresse.

Boa compreensão: quando a comunicação é adequada, há menos mal-entendidos e isto evita erros e reprimendas, o que ocasiona em melhora da motivação e na redução de conflitos.

Informação: ser informado sobre os riscos de movimentos inadequados, do mau uso dos EPI's, da má manipulação de objetos, da má postura, contribui com o aumento da atenção e do cuidado durante o desenvolvimento da tarefa;

Liderança: o líder que compreende a importância da comunicação, sabe a importância que existe no reconhecimento do trabalho realizado, da recompensa, sabe como corrigir os erros sem ofender o ser humano, sabe como motivar seus funcionários. Tudo isso contribui com maior bem-estar do colaborador.

32) PONTOS DE PRENSAMENTO



É muito importante tomar cuidado com pontos de prensamento de portas dentro do navio, principalmente ainda mais, quando o balanço está alto!!

Nunca coloque sua mão entre partes móveis de uma máquina!!

É muito importante conscientização dos trabalhadores sobre o risco de esmagamento de membros e em práticas seguras, como: verificar o ambiente de trabalho antes de manusear objetos, usar EPIs adequados (luvas), evitar alianças e joias, garantir o uso de proteções em máquinas e equipamentos, e nunca apressar o trabalho, especialmente ao movimentar materiais.

A conscientização sobre a importância de pedir ajuda quando necessário também é fundamental.

Entenda o risco: Explique que pontos de prensamento (ou esmagamento) ocorrem quando uma parte do corpo é presa entre objetos, sendo comum em máquinas como prensas, tornos, guilhotinas, e também no transporte de cargas.

Prevenção no ambiente:

Ao movimentar objetos pesados, agache-se perto deles, mantendo a coluna reta. Use como pernas para levantar, e não como costas.

Verifique se o caminho está livre e se há espaço suficiente para passar com objetos.

Ao manusear objetos, certifique-se de que suas mãos não contenham sujeira de graxa ou óleo, o que pode causar acidentes.

Equipamentos de Proteção Individual (EPIs):

Sempre use luvas adequadas para cada tarefa, especialmente ao manusear objetos cortantes, pregos ou vidros quebrados.

Lembre-se que o EPI é a última barreira de proteção; a primeira é eliminar o risco na fonte.

O que evitar:

Nunca use joias como alianças, anéis ou pulseiras durante o trabalho, pois podem ser fixadas em máquinas. Evite a pressa, pois ela aumenta o risco de acidentes.

Comunicação e participação:

Incentive a equipe a compartilhar experiências e relatar qualquer incidente ou condição insegura. Faça com que todos participem, fazendo perguntas e esclarecendo dúvidas para garantir que todos entenderam a mensagem.

Pontos de pinçamento são locais em uma embarcação onde uma parte do corpo ou a roupa de uma pessoa pode ficar presa entre um objeto em movimento e um objeto estacionário, ou entre dois objetos em movimento.

Esses riscos são encontrados em muitos lugares em uma embarcação, incluindo máquinas em movimento, como guinchos, e entre a carga e estruturas fixas, podendo causar ferimentos graves, como fraturas ou amputações.

Para evitar esses ferimentos, é crucial identificar todos os pontos de esmagamento, planejar o trabalho cuidadosamente, usar proteções adequadas, vestir os EPIs apropriados e nunca ignorar os procedimentos de segurança.

Pontos de estrangulamento comuns em um vaso

Maquinaria: Em qualquer lugar onde uma mão ou parte do corpo possa ficar presa entre uma parte móvel e uma parte fixa, como o tambor de um guincho e sua base, ou entre engrenagens.

Manuseio de carga: O espaço entre a carga e uma estrutura fixa, como a parede do porão, entre uma carga suspensa e outros objetos, ou entre um contêiner e as amarras marítimas de uma embarcação.

Içamento e amarração: Áreas onde as cargas são movimentadas, especialmente se sofrerem deslocamentos inesperados. Isso inclui posições entre a carga e outros equipamentos ou estruturas fixas.

Equipamentos e ferramentas: As folgas em ferramentas como alicates, ou entre a tampa e um recipiente.

Como prevenir lesões

Identificar os perigos: Antes de começar o trabalho, examine a área e identifique todos os possíveis pontos de estrangulamento. Pergunte-se: "Se isso se mover, eu posso ficar no caminho?".

Planeje seu trabalho: Planeje sempre sua tarefa e fique atento a elementos móveis ou possíveis perigos. Não tente atalhos nem ignore os procedimentos estabelecidos.

Utilize guardas e barreiras: Certifique-se de que todas as máquinas possuam proteções adequadas. Caso contrário, providencie a instalação ou afixe sinalização de advertência de perigo e instrua o pessoal.

Utilize os EPIs adequados: Use sempre os equipamentos de proteção individual adequados, como luvas e calçados de segurança. Isso pode fornecer alguma proteção e tornar suas extremidades mais visíveis.

Fique atento: Nunca use roupas largas, joias ou deixe o cabelo solto perto de máquinas em movimento, pois esses itens podem ficar presos com facilidade.

Mantenha uma distância segura: Evite alcançar equipamentos em movimento ou ficar em posições onde possa ficar preso em caso de acidente. Mantenha uma distância segura de cargas suspensas.

33) EQUIPAMENTOS DO TIPO EX



Equipamentos do tipo EX são dispositivos projetados para funcionar com segurança em áreas específicas, onde existem atmosferas químicas explosivas (gases, vapores, poeiras ou névoas combustíveis).

Eles são desenvolvidos com características específicas para evitar a combustão de substâncias químicas, como invólucros resistentes, utilização hermética e materiais de alta resistência. Exemplos comuns incluem luminárias, botoeiras, prensas-cabos e caixas de passagem.

Características principais

Segurança: Evite falhas ou superaquecimento que causem explosões em atmosferas inflamáveis.

Invólucros resistente: Confinam uma possível explosão interna, evitando sua propagação para o exterior.

Vedação: Uma estrutura impede a entrada de gases, vapores e poeiras que podem gerar risco de explosão.

Materiais de alta resistência: Fabricados com materiais que suportam condições adversas, como corrosão e altas temperaturas.

Certificação: Passamos por rigorosos processos de certificação para garantir a conformidade com as normas de segurança internacionais.

Exemplos de equipamentos EX

Luminárias: fornecem iluminação segura em áreas de risco.

Botoeiras e sinalização: Botões, sinalizadores e semáforos para comandos e alarmes.

Prensas-cabos: Conexões seguras para cabos elétricos.

Caixas de passagem: Caixas para passagem e conexão de cabos e equipamentos.

Sensores: Sensores indutivos, por exemplo.

Chaves de segurança e fim de curso: Componentes de segurança elétrica.

Relés de segurança: Para controle e segurança de circuitos.

Equipamentos de telecomunicações e automação: Também podem ser específicos com proteção EX.

Produtos Ex: O que são e suas aplicações

Em ambientes industriais, especialmente aqueles classificados como áreas com risco de explosão, a segurança é uma prioridade absoluta.

Para garantir a proteção nesses locais, é fundamental o uso de Produtos Ex – equipamentos e componentes especificamente projetados para operar com segurança em atmosferas explosivas. Neste artigo, exploraremos o que são Produtos Ex e suas principais características.

O que são Produtos Ex?

Produtos Ex são equipamentos e componentes projetados especificamente para funcionar em atmosferas potencialmente explosivas, onde a presença de substâncias inflamáveis, como gases, vapores, poeiras ou fibras combustíveis, cria um ambiente propício a explosões.

Esses produtos são concebidos para evitar qualquer fonte de ignição – como faíscas elétricas, calor excessivo ou descargas eletrostáticas – que poderiam desencadear uma explosão ou incêndio.

A classificação dos ambientes explosivos é fundamental para definir o tipo de proteção necessária e os equipamentos adequados para cada situação.

Essa classificação é baseada no nível de risco e na probabilidade de presença de atmosferas explosivas, sendo categorizada em três zonas principais:

Zona 0: Esta é a área com o nível de risco mais elevado, onde uma atmosfera explosiva está presente continuamente ou por longos períodos.

Em geral, essas áreas são aquelas em que há uma presença constante de gases ou vapores inflamáveis, como em tanques de armazenamento de produtos químicos ou em espaços confinados de instalações industriais. Devido à alta probabilidade de ocorrência de atmosferas explosivas, os equipamentos usados na Zona 0 devem ter o mais alto grau de proteção.

Zona 1: Nesta zona, o risco de presença de atmosferas explosivas é frequente, mas não constante.

Uma atmosfera explosiva pode estar presente durante a operação normal, por exemplo, devido a vazamentos ocasionais ou processos industriais que liberam substâncias inflamáveis intermitentemente. Os equipamentos utilizados na Zona 1 devem ser projetados para suportar essa frequência de risco e garantir segurança adequada em caso de falhas eventuais.

Zona 2: Esta é a área onde o risco de formação de uma atmosfera explosiva é baixo e ocorre apenas excepcionalmente ou por curtos períodos. Um exemplo típico de Zona 2 é uma área ao redor de válvulas e conexões que podem vaziar apenas durante manutenções ou incidentes ocasionais.

Os equipamentos para esta zona são projetados para operar de maneira segura, mesmo que uma atmosfera explosiva seja gerada inesperadamente por curtos períodos.

A correta classificação de zonas é essencial para garantir a segurança em ambientes industriais potencialmente perigosos.

Ela determina o tipo de equipamento que deve ser utilizado e a sua certificação, assegurando que cada componente instalado seja capaz de operar sem riscos, mesmo nas condições mais desafiadoras.

Além disso, a classificação orienta os procedimentos de segurança, incluindo inspeções regulares, treinamento de pessoal, e planos de emergência, adaptados ao nível de risco específico de cada zona.

Essa abordagem diferenciada ajuda a minimizar riscos, protege o pessoal e evita acidentes graves, garantindo que as operações sejam conduzidas conforme as normas internacionais de segurança.

Características dos Produtos Ex

Os produtos Ex são desenvolvidos seguindo normas de segurança rigorosas e passam por testes meticulosos para garantir sua eficácia em condições adversas. Eles possuem características específicas que os tornam adequados para uso em áreas classificadas, tais como:

Selagem hermética: A estrutura dos Produtos Ex é hermeticamente fechada para impedir a entrada de substâncias inflamáveis, como gases ou poeiras, evitando que estas se acumulem em áreas críticas e provoquem explosões.

Materiais de alta resistência: Os Produtos Ex são fabricados com materiais de alta resistência, que suportam ambientes corrosivos, variações extremas de temperatura e outras condições adversas comuns em atmosferas explosivas. Por exemplo, o uso de metais especiais e revestimentos anticorrosivos garante que esses produtos mantenham sua integridade estrutural ao longo do tempo.

Certificação Ex: Todos os Produtos Ex passam por um processo rigoroso de certificação que comprova sua conformidade com normas internacionais de segurança.

As certificações asseguram que o equipamento é adequado para operar com segurança em atmosferas explosivas, proporcionando uma camada adicional de confiança aos operadores e gestores de segurança.

Design e construção avançada

Além das características acima, os Produtos Ex são projetados com inovações tecnológicas avançadas para minimizar os riscos. Eles incluem:

Componentes à prova de faísca: Utilização de interruptores, sensores e conectores especiais que evitam a geração de faíscas ao operar, mesmo em condições extremas.

Isolamento térmico eficiente: Os equipamentos são projetados para dissipar calor de maneira eficaz, evitando o superaquecimento que poderia provocar uma ignição acidental.

Sistemas de contenção: Alguns Produtos Ex incorporam sistemas de contenção que isolam qualquer potencial explosão interna, evitando que se propague para o ambiente externo.

Importância dos Produtos Ex em ambientes classificados

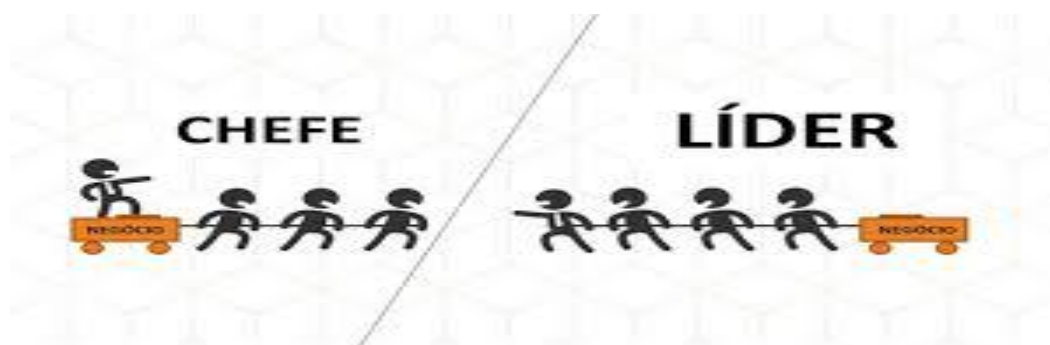
A utilização de Produtos Ex é muito importante para a segurança de operações em ambientes classificados, como refinarias de petróleo, plataformas offshore, instalações de armazenamento de gás, fábricas de produtos químicos, entre outros.

Nessas áreas, a falha de um equipamento comum pode resultar em desastres catastróficos, causando danos materiais, ambientais e, principalmente, colocando vidas em risco.

A aplicação de Produtos Ex em tais ambientes minimiza esses riscos, garantindo que todas as operações sejam conduzidas conforme os mais altos padrões de segurança e eficiência.

A escolha de equipamentos certificados e adequados é fundamental para garantir a continuidade operacional e a proteção de todos os envolvidos.

34) CHEFE X LÍDER





A principal diferença é que o chefe tem um poder mais autoritário e se concentra no controle e nos resultados imediatos, enquanto o líder inspira, desenvolve uma equipe e foca na colaboração e no crescimento de longo prazo.

O chefe manda, o líder lidera pelo exemplo; o primeiro dá ordens, o segundo estabelece um diálogo e escuta sua equipe.

Diferença entre **líder** e **chefe**: veja as principais características e diferenças entre os dois cargos

Significado de chefe

O termo “chefe” foi utilizado para designar um profissional que possui certa autoridade dentro de uma hierarquia.

No modelo tradicional das organizações, o papel do chefe foi essencial para garantir o cumprimento das obrigações dos colaboradores e para manter a estrutura dos processos.

Geralmente, o chefe é uma figura autoritária que possui maior conhecimento técnico e que determina as atribuições dos seus subordinados. Além disso, a principal preocupação do chefe é alcançar as metas e resultados independente de qualquer problema.

Durante as primeiras eras da Revolução Industrial, o chefe desempenhou um papel essencial.

As fábricas precisavam de supervisores ou encarregados para garantir a alta produção na linha de montagem, utilizando esforço físico, pressão e cobrança para alcançar os resultados.

Significado de líder

Já a figura do líder é relacionada com a inspiração, ou seja, uma pessoa que lidera, inspira outros a fazerem as suas vontades independentes da pressão ou de situações alheias.

O líder reconhece as competências de cada pessoa, gerencia essas habilidades e compreende suas necessidades e comportamentos distintos.

Por isso, através de um ambiente mais democrático, o líder apresenta o seu ponto de vista, as suas motivações, e se mostra aberto para que as pessoas trabalhem junto com ele.

A relação de poder que o líder possui sobre as pessoas se trata de influência, e não de autocracia, como no caso do chefe. Para um líder, a capacidade de fazer com que as pessoas executem as suas tarefas se dá através da comunicação e do trabalho em equipe.

Qual a diferença entre líder e chefe?

As principais diferenças entre líder e chefe está na relação de poder: O chefe exerce uma relação de poder autocrático com seus subordinados. O líder exerce uma relação de poder democrático com qualquer pessoa, mesmo que o próprio líder seja o último da hierarquia.

Sendo assim, o chefe:

Lidera pela autocracia;

É obedecido por medo;

Possui a equipe sempre o sabotando.

Já o líder:

Lidera pela democracia;

É obedecido por respeito;

Possui a equipe cooperando por ele.

Quais são as atribuições de um chefe?

Quem exerce um cargo de chefia comandando uma determinada área ou setor da empresa é considerado um chefe.

O foco principal está nos processos, em sempre aprimorá-los e melhorar os resultados. As pessoas servem como recurso operacional e devem seguir as regras estabelecidas pelo chefe, que sempre cobra resultados.

Os relatórios de um chefe sempre focam em números e nunca são sobre indicadores de desenvolvimento.

A principal atribuição de um chefe é cumprir as obrigações de sua função, prestar contas para o presidente da empresa, ser o protagonista da mudança de algum processo, e garantir que tudo será cumprido conforme é solicitado.

E as atribuições de um líder?

Se o líder possui um cargo onde foi designado para coordenar uma equipe, o líder age sempre a favor das pessoas.

O líder compreende que o sucesso dos resultados operacionais reflete os resultados individuais e coletivos.

Além de liderar pelo exemplo e inspirar as pessoas, o líder promove um ambiente organizacional dinâmico e consegue manter o controle das atividades, das emoções e comportamentos dos seus liderados.

As pessoas se sentem mais motivadas, engajadas e comprometidas com a empresa e com as suas próprias atribuições na presença de um líder que seja capaz de auxiliar e estimular o desenvolvimento dos seus conhecimentos, habilidades e atitudes.

Abraham Lincoln disse que “[a maior habilidade de um líder é desenvolver habilidades extraordinárias em pessoas comuns](#)”. Essa é uma das melhores definições sobre a expectativa do mercado atual.

O profissional que está sendo requisitado deve conseguir identificar as principais habilidades dos seus liderados, saber direcionar cada um deles para exercer suas atribuições de maneira mais eficaz, além de sempre focar em desenvolver o colaborador.

Se um determinado colaborador não possui os conhecimentos, habilidades ou atitudes necessárias que é necessário para desempenhar determinada função, o líder vai buscar trabalhar essas competências para que elas sejam desenvolvidas.

Ao contrário do chefe que busca substituir os profissionais que não o agradam, o líder acredita no potencial individual e aposta no crescimento coletivo.

[Os erros não são tratados como “o fim do mundo”, aliás, o líder aceita que as pessoas errem, porém, que o erro seja rápido e que seja reparado rapidamente.](#)

O erro é visto como um aprendizado de um processo maior, e a motivação do erro nunca será de total responsabilidade individual, mas será investigado e tratado coletivamente.

Aliás, se o líder erra, ele comunica a sua equipe, reconhece, e procura reparar esse erro abertamente. Uma postura humilde de um líder inspira que seus liderados façam o mesmo, e quando as pessoas erram, elas mesmas reconhecem, comunicam e reparam seus erros.

[Um bom líder nunca se coloca em uma posição superior aos seus colaboradores, mas se mostra disposto a caminhar lado a lado e melhorar primeiramente o desenvolvimento individual das pessoas.](#)

E se existe um profissional com uma competência superior ao restante da sua equipe, o líder vai trabalhar para que toda a sua equipe seja desenvolvida para chegar ao nível do profissional com as maiores habilidades.

A gestão de competências é um dos pilares para um líder dentro das organizações, não busca nivelar o conhecimento para uma média, mas sim, sempre com o foco na excelência e na superação das expectativas.

O líder é o que tem a capacidade de motivar profissionais e inspirar confiança, respeito, autoridade por causa da sua humildade e respeito a capacidade intelectual individual, e como seres humanos.

Com isso, o líder consegue sempre apresentar melhores resultados de indicadores de desempenho, propõe uma comunicação aberta e possui uma cultura organizacional motivadora.

Promoções

Para o líder, a promoção acontece não apenas em melhora de salário ou cargo, mas ela acontece com frequência através de bonificações e reconhecimentos.

O líder incentiva os colaboradores a melhorarem o seu desempenho e tem uma comunicação aberta sobre suas expectativas de futuro profissional dentro da organização.

Para o chefe, o profissional só alcançará o sucesso profissional se alcançar altos salários, cargos de chefia e se permanecer por muitos anos na empresa. Os subordinados são uma ameaça para o chefe, já que se eles apresentarem maior desempenho e propor inovações, podem ser candidatos a substituí-lo.

Os profissionais por sua vez, sentem-se constrangidos de discutir o seu futuro profissional com o chefe, escondem seus talentos, tem medo de ultrapassar os limites hierárquicos e possuem menor desempenho, criatividade e inovação por estarem em um ambiente em constante pressão.

Autonomia para os colaboradores

Por proporcionar um ambiente democrático, o líder almeja que os profissionais tenham autonomia em suas funções e sempre promovam o debate.

Para o chefe, o profissional tem pouca ou nenhuma autonomia sobre os processos e decisões e prefere deixar o colaborador em uma posição de eterna submissão às suas ordens.

Capacidade técnica

O líder considera a capacidade técnica um ponto importante, mas que faz parte de um conjunto.

Ele não considera que o conhecimento adquirido ontem possa surtir efeito amanhã, e é por isso que ele incentiva o aprendizado constante, e trabalha para que toda equipe atinja o nível máximo de conhecimento técnico.

Para o chefe, a capacidade técnica é o que o levou a conquistar o cargo de chefia, já que a sua experiência em currículo precede qualquer apresentação.

Normalmente, a sua capacidade intelectual não pode ser confrontada pelos colaboradores, e ele se sente constantemente ameaçado pelos seus subordinados.

Execução das tarefas

O líder está sempre próximo, pronto para ajudar, ensinar e melhorar todo e qualquer processo.

Ele sempre está com os olhos e ouvidos abertos para receber novidades, ideias e inovações.

Além disso, a sua comunicação é clara e não deixa dúvidas sobre os objetivos, prazos, metas e quais são os recursos necessários para a execução.

Já o chefe espera que o colaborador encontre uma forma sozinho de concluir determinada tarefa, e acredita que assim está o estimulando a melhorar. No entanto, isso não é bem verdade, já que a sua comunicação é escassa, e ele se apresenta indiferente a como o processo está sendo executado, com tanto que seja concluído.

FRASES DE SEGURANÇA NO TRABALHO

Os últimos a praticarem segurança, serão os primeiros a se acidentar!!

A pressa não encurta o tempo, encurta a vida!!

Amanhã pode ser tarde, segurança agora!!

O inteligente aprende com os próprios erros, o sábio aprende com o erro dos outros!! Portanto, seja sábio!!

Na corrente da segurança, o elo mais importante é você!!

Não confie na sorte, confie na segurança!!

O lema do bem-estar é segurança em primeiro lugar!!

Não espere o acidente acontecer, prevenir é mais seguro pra você!!

Já que a vida não tem preço, nunca é demais investir na segurança!!

A pressa e o acidente andam juntos, não faça companhia a eles!!

Excesso de autoconfiança é inimiga da segurança!!

Na dúvida, não arrisque!! Se informe e sua vida priorize!!

Não existe trabalho tão urgente que não possa ser feito com segurança!!

Acidentes não escolhem hora, a prevenção sim!!

A pressa é inimiga da segurança!!

É melhor chegar atrasado nessa vida do que adiantado na próxima!!

EPI no armário não protege funcionário!!

Funcionário inteligente, previne acidentes!!

Pequenos ajustes podem evitar grandes acidentes!!

A pressa não encurta o tempo, encurta a vida!!

A segurança é uma ponte entre o trabalho e a vida!!

O cuidado hoje é a garantia do amanhã!!

O amanhã depende de você hoje!!