

3º Dia / 3ª Aula



Módulo 06 - Preparação e Atendimento à Emergências (1.5.6)

Introdução à Preparação e Atendimento à Emergências;
Relação do PGR com a PAE;
PAE na Prática;



Módulo 7 - Informação digital e digitalização de documentos (1.6)

O que é ICP-Brasil
Como funciona a ICP-Brasil
O que exatamente é um certificado digital
Como obter seu certificado digital pela ICP-Brasil



Módulo 8 - Capacitação e treinamento em Segurança e Saúde no Trabalho (1.7)

O que incluir na capacitação
Aproveitamento de conteúdos de treinamento

1.5.6. Preparação para emergências

1.5.6.1 **A organização deve estabelecer, implementar e manter procedimentos de respostas aos cenários de emergências**, de acordo com os riscos, as características e as circunstâncias das atividades.

1.5.6.2 Os procedimentos de respostas aos cenários de emergências devem prever:

a) os meios e recursos necessários para os **primeiros socorros, encaminhamento de acidentados e abandono**;

b) as medidas necessárias para os **cenários de emergências de grande magnitude**, quando aplicável.

NR 01 estabelece que o processo de controle de riscos envolve

1.5.5.2. Planos de ação

1.5.5.3 Implementação e acompanhamento das medidas de prevenção

1.5.5.4 Acompanhamento da saúde ocupacional dos trabalhadores

1.5.5.5. Análise de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho

1.5.6. Preparação para emergências



*EMERGÊNCIA!
QUAL É A
NOSSA VISÃO?*



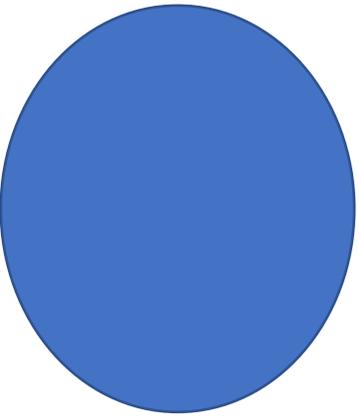
EMERGÊNCIA!

Toda situação anormal, inesperada, não programada, que ocorreu (ou está em vias de ocorrer), que exige (ou tem potencial de exigir) uma ação corretiva imediata para evitar o agravamento de suas conseqüências nos aspectos de segurança, saúde e meio ambiente.



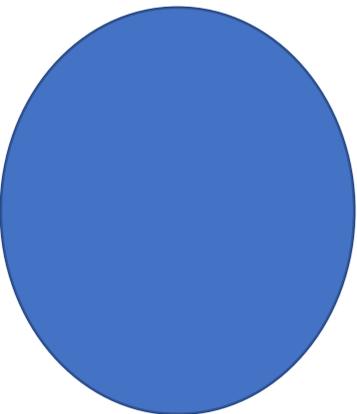
PAE

PLANO DE ATENDIMENTO A EMERGÊNCIA



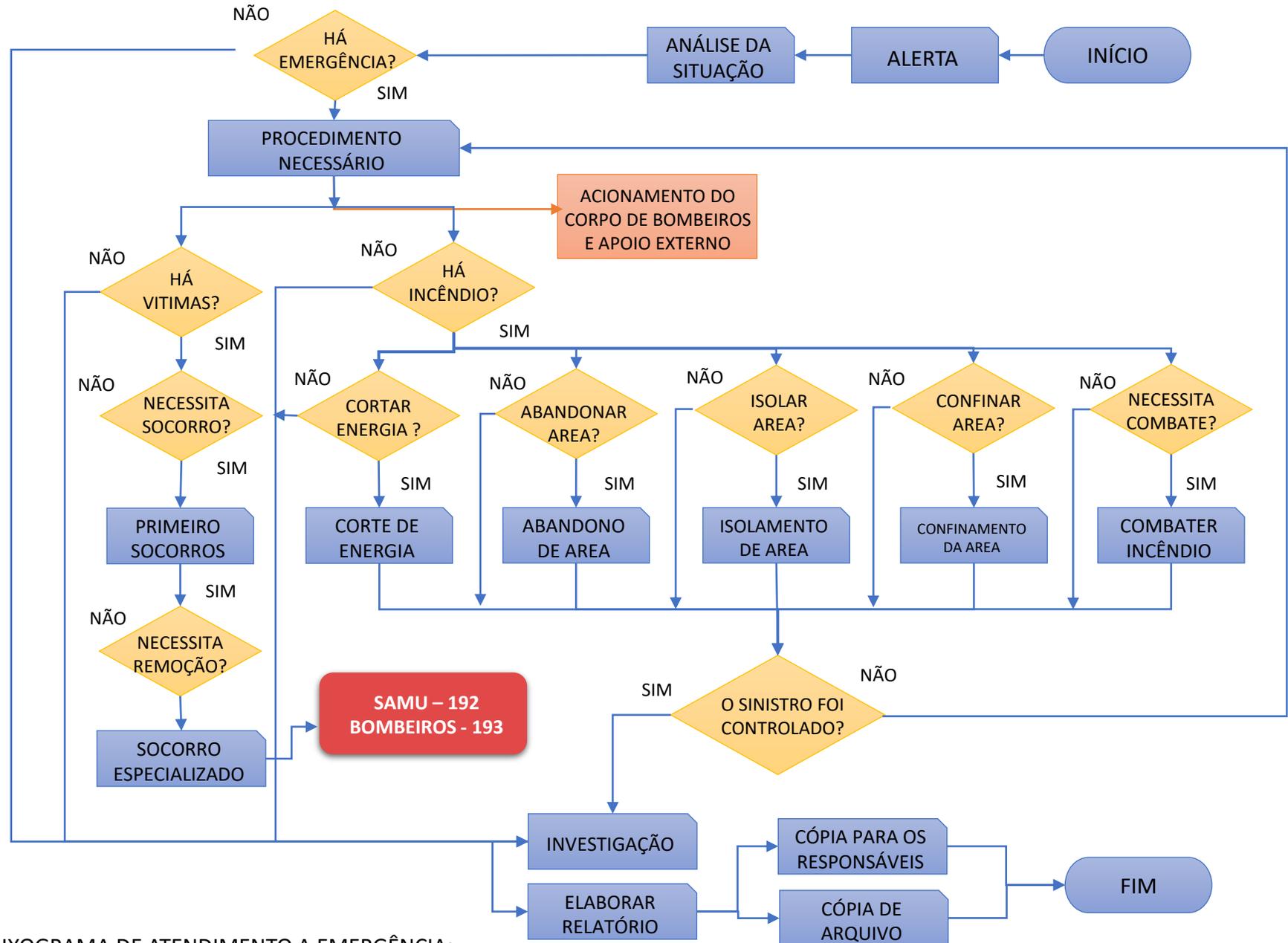
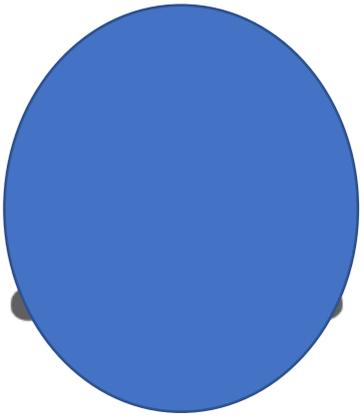
OBJETIVO

Implementar ações na ocorrência de Incêndio, Explosão, Desabamento, Queda de Altura, Choque Elétrico, Derramamento ou Vazamento de produtos químicos que possam causar impactos e/ou danos ao Meio Ambiente ou provocar acidentes cujas consequências possam resultar em lesões ou perdas materiais.



CREA-SP

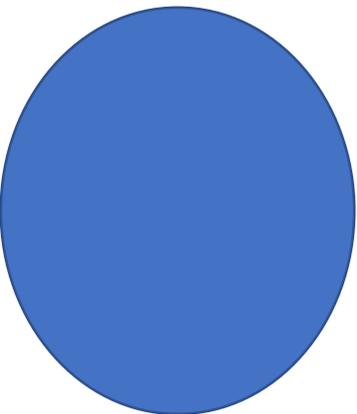




FLUXOGRAMA DE ATENDIMENTO A EMERGÊNCIA:

ABRANGÊNCIA:

Aplica-se aos
funcionários da



PROCEDIMENTO

A empresa

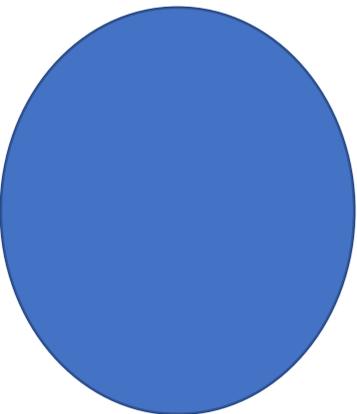
, em seus serviços de Fabricação de

, fará o

atendimento às emergências de pequeno porte. Nas emergências de médio e grande porte, solicitará apoio das equipes especializadas em atendimento a emergências do Corpo de Bombeiros, Equipes de Concessionárias de Energia Elétrica e Água/Esgoto, e das equipes do órgão ambiental regional competente quando necessário.

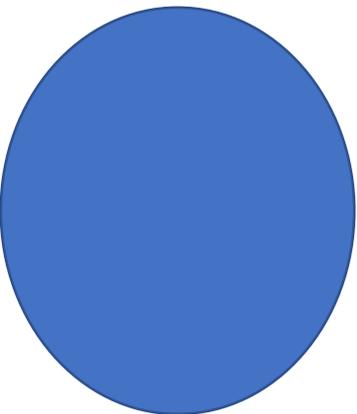
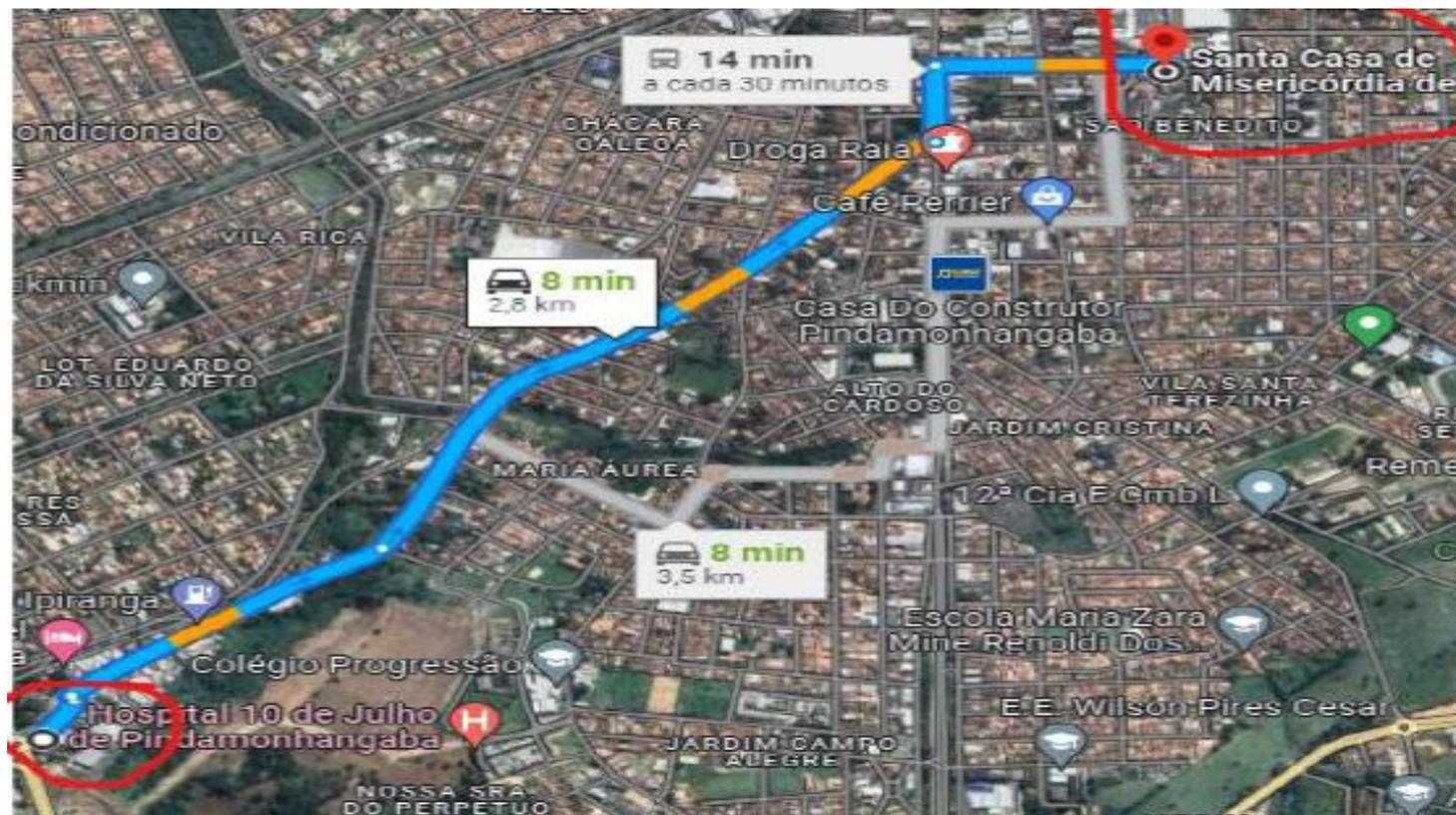
As medidas a serem adotadas nas emergências segue o Programa de Atendimento a Emergências, o qual contempla:

- ✓ Acidentes, Emergências Médicas, Incidentes;
- ✓ Incêndios e Explosões;
- ✓ Impactos ambientais;
- ✓ Desastres naturais;
- ✓ Doença relacionada ao trabalho;
- ✓ Vazamento de gases e trabalho em área gaseada;
- ✓ Acidente com queda de nível e choque elétrico;
- ✓ Ações provocadas por terceiros: Assalto, Roubo, Vandalismo, Terrorismo, Atos provocados por pessoas desprovidas de razão, etc.



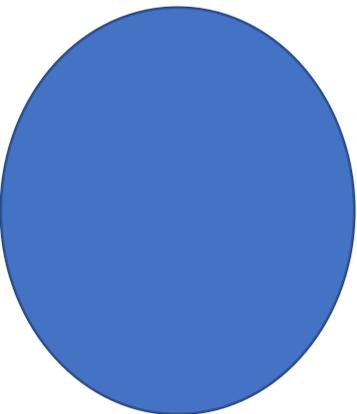
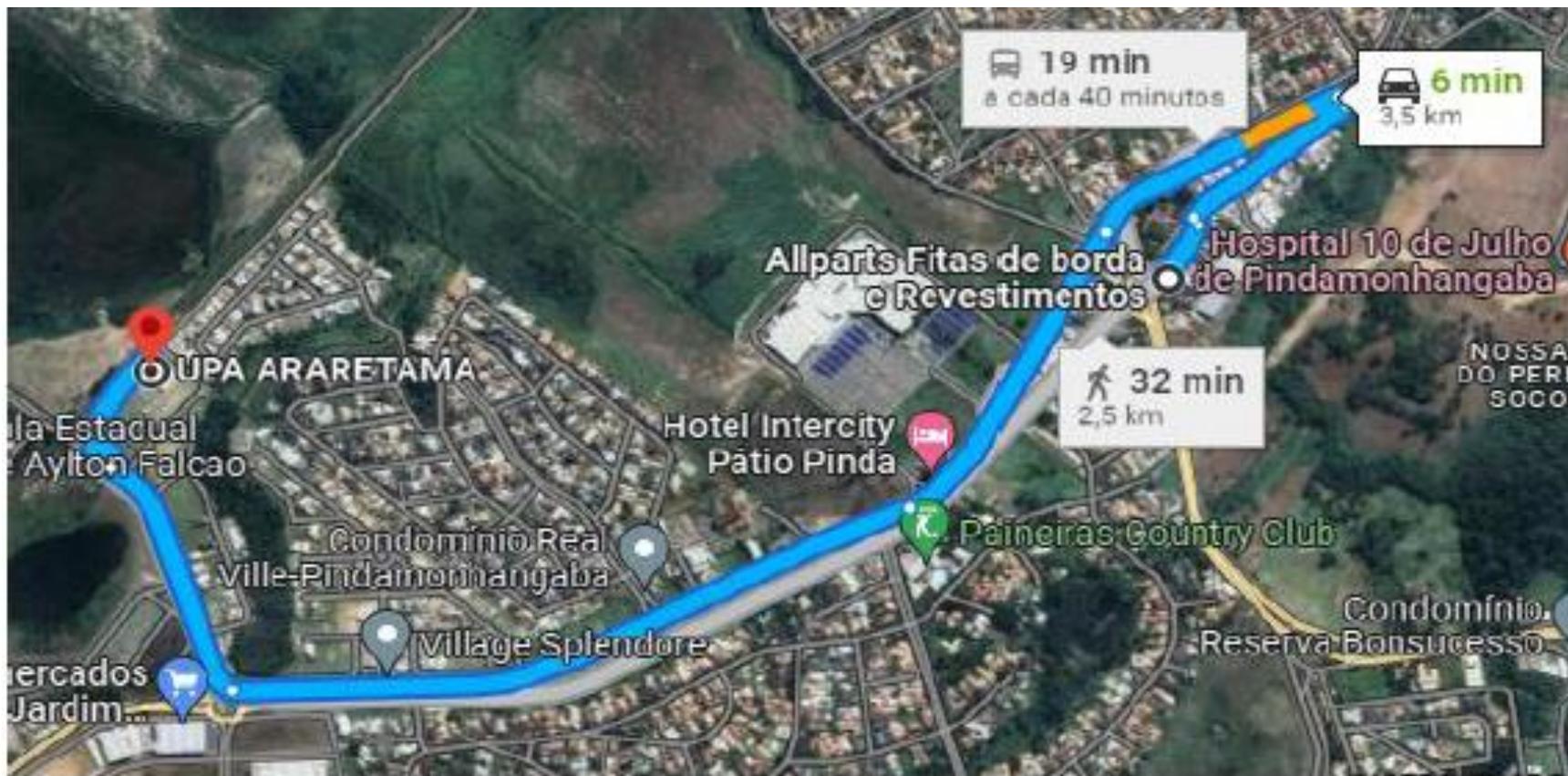
ENDEREÇOS E TELEFONES DOS HOSPITAIS DA REGIÃO

- SANTA CASA DE MISERICÓRDIA DE PINDAMONHANGABA
Rua Major José dos Santos Moreira, 466 - Centro
São Paulo / CEP: 12410-050
Contato: (12) 3643-2644

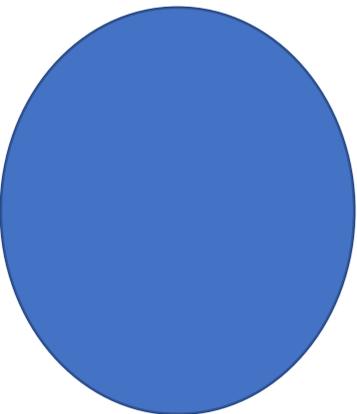
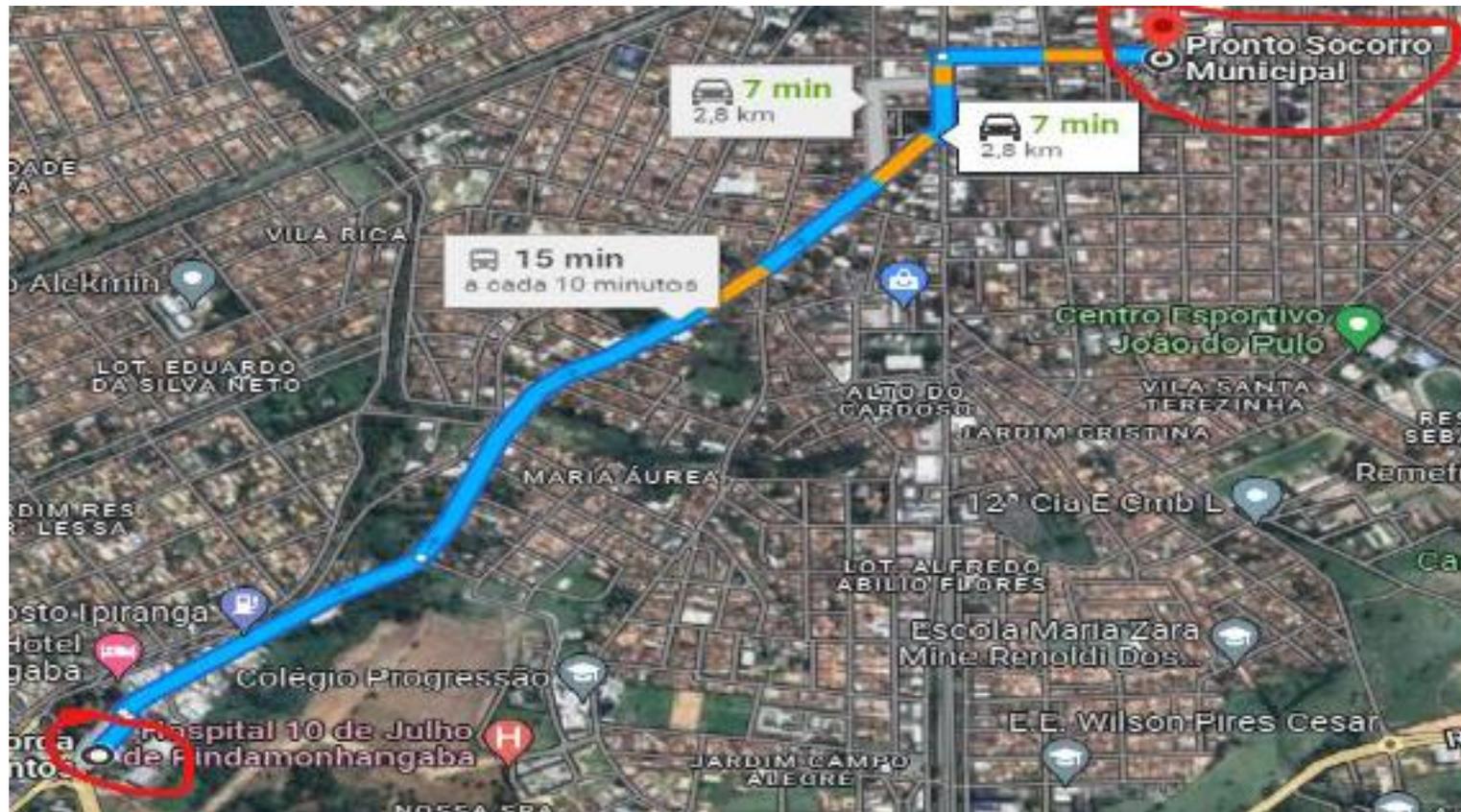


• UPA

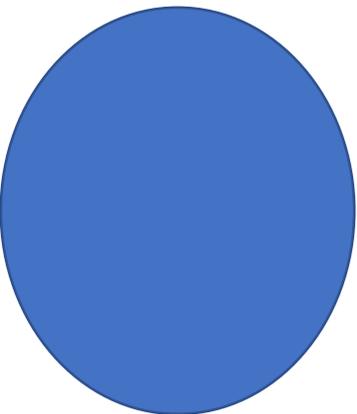
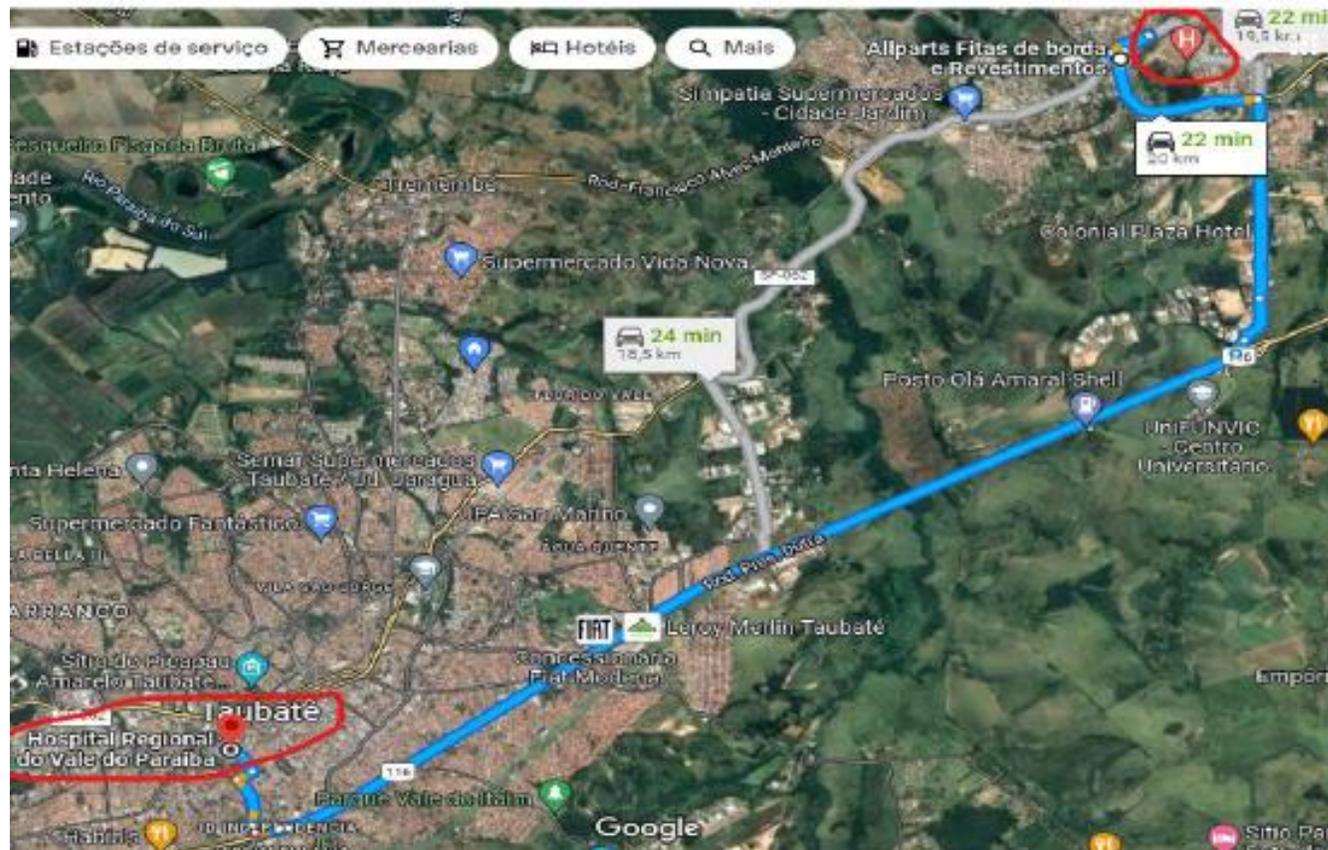
Contato: (12) 3550-8935



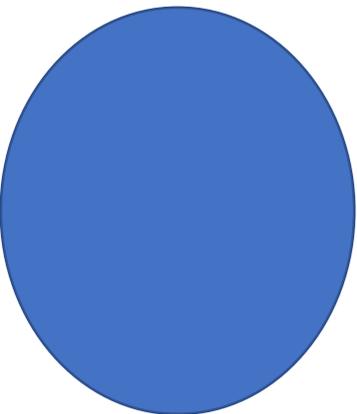
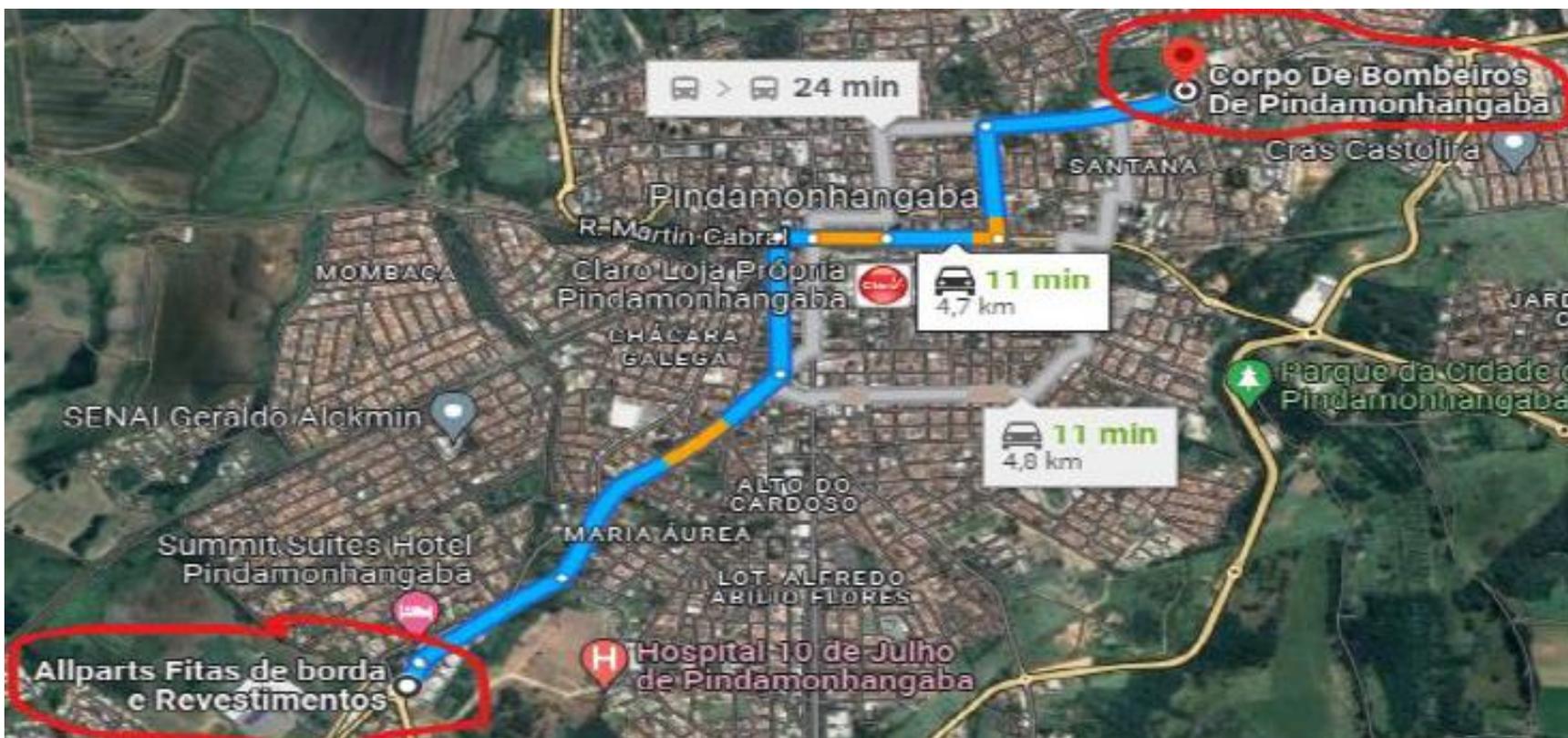
PRONTO SOCORRO MUNICIPAL DE



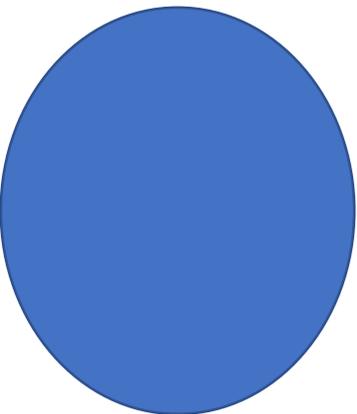
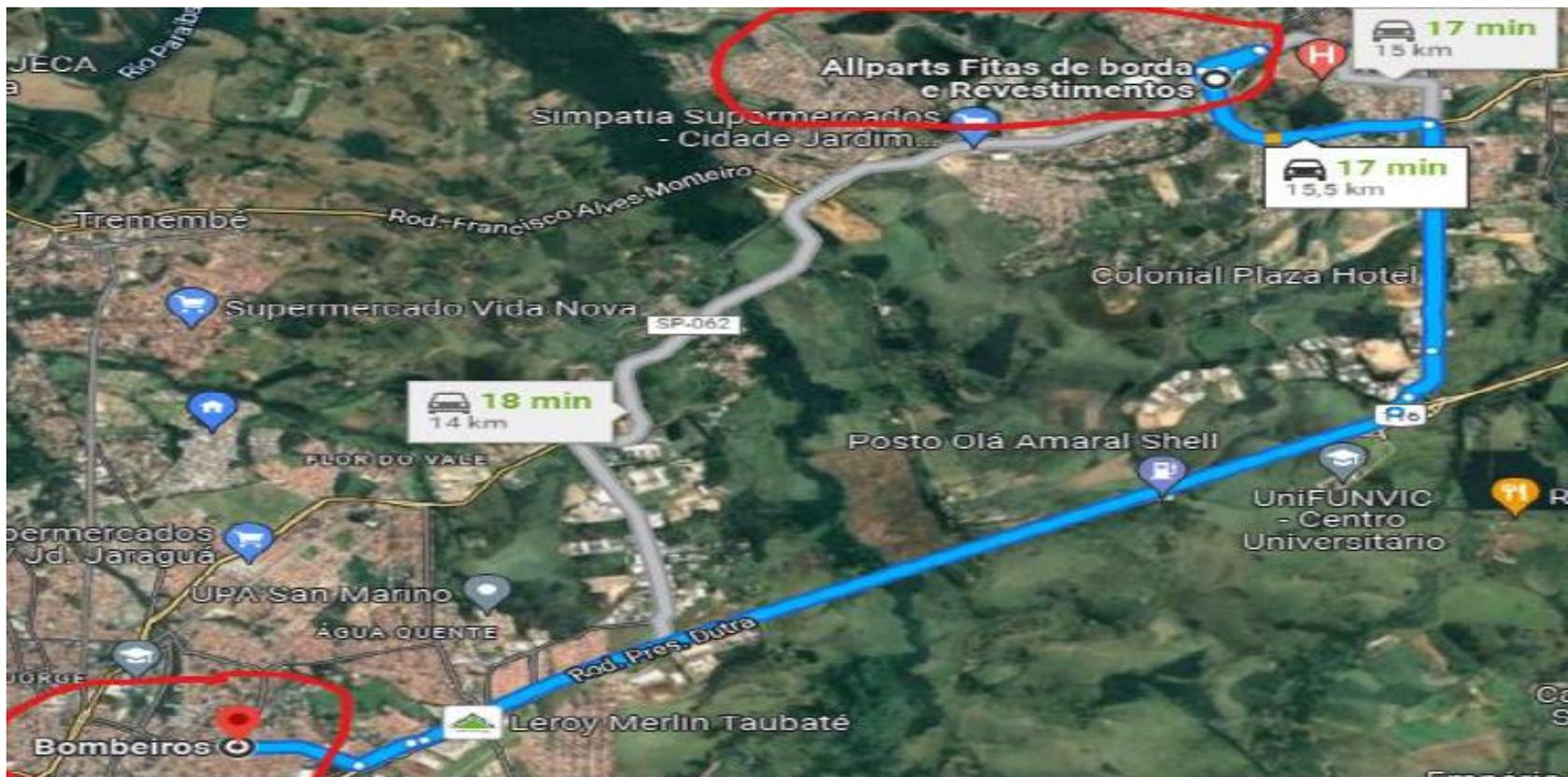
HOSPITAL REGIONAL DO VALE DO PARAÍBA



UNIDADES DO CORPO DE BOMBEIROS DA PMESP MAIS PRÓXIMAS

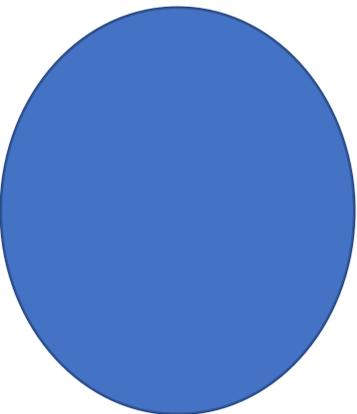


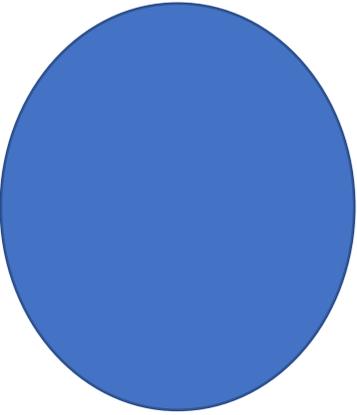
- Taubaté, São Paulo
Rua Santa Luíza de Marillac, 1081 – Vila São José
Contato: (12) 3621-6052
Distância: 15,5 Km (Tempo estimado de chegada: 30 minutos)



Supervisão:

- o Prover os recursos necessários para o cumprimento e monitoramento do processo de Classificação, Comunicação, Investigação de Acidente do Trabalho e Incidentes nas operações sob sua responsabilidade;
- o Assegurar a conformidade dos documentos elaborados de acordo com os requisitos estabelecidos pelo cliente e internos;
- o Assegurar a implantação das recomendações de segurança especificadas no relatório, bem como no plano de ação;
- o Comunicação, em tempo hábil, das emergências para o RH e SESMT; (quando houver);
- o Indicar os colaboradores para compor a Brigada de Incêndio;
- o Ações de controle, contenção e de mitigação imediatas de vazamentos e derramamentos de combustíveis, lubrificantes e produtos químicos perigosos;
- o Comunicação imediata ao RH e SESMT (quando houver) em casos derramamentos e vazamentos de combustíveis, lubrificantes e de produtos químicos perigosos;
- o Participação da investigação das causas do acidente, incidente, impacto ambiental negativo e da divulgação das medidas necessárias para evitar a sua repetição.

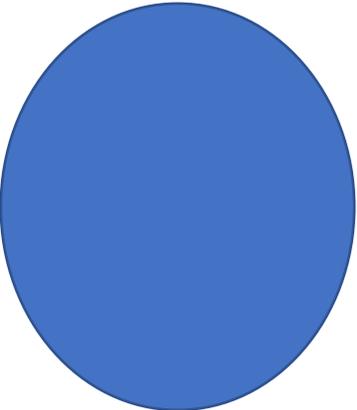




Empregados:

- o Informar imediatamente ao seu superior todas as ocorrências independentemente da gravidade;
- o Havendo suspeita de lesões ou lesões visíveis, estes empregados devem ser encaminhados para atendimento de saúde por profissional habilitado (equipe médica ou enfermagem);
- o Conhecer entender e aplicar os requisitos deste procedimento que sejam aplicáveis aos seus trabalhos;
- o Abandonar a área seguindo as rotas de fuga até o ponto de encontro, após o respectivo alarme;
- o Iniciar imediatamente as medidas de contenção e recolhimento de derramamentos e vazamentos de combustíveis, lubrificantes e produtos químicos perigosos, informando ao seu supervisor, ao RH e ao SESMT (quando houver).





Brigada de Incêndio:

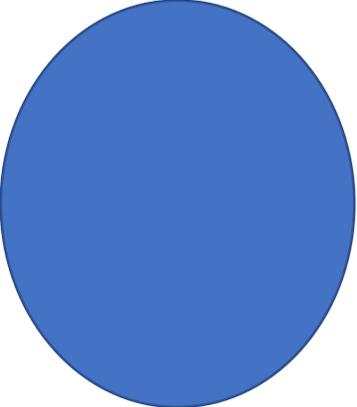
- Atendimento às emergências de pequeno porte relacionadas com princípios de incêndio e resgate de acidentado.

Todos os acidentes graves que levem o empregado ao óbito ou causem lesões graves e incapacitantes devem ser comunicados ao setor jurídico da empresa, para acompanhamento.

Caso ocorra acidente do trabalho com vítima mortal, a área deverá ser preservada para a realização de perícia pela Polícia Técnica, Delegacia Regional do Trabalho - DRT etc.

A perícia técnica deverá ser acompanhada por advogado criminalista constituído pela empresa, assim como o relatório a ser redigido e entregue às autoridades competentes deve ser elaborado com assistência jurídica.





Nos acidentes típicos ocorridos na empresa

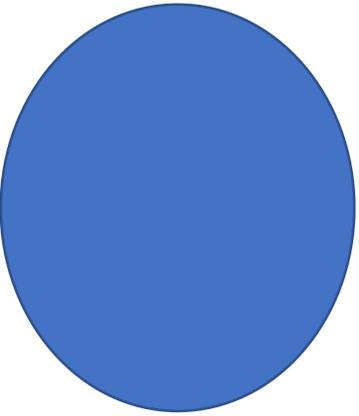
Componentes Ltda, o SESMT (quando

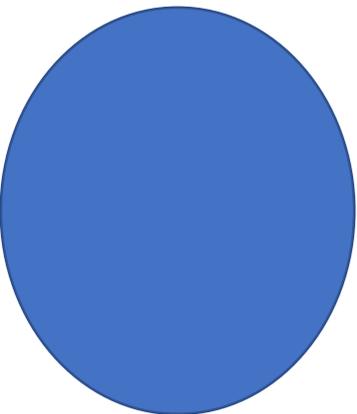
- houver), deverá observar os seguintes itens:
- o Classificação de Incidente (Potencial);
 - o Classificação de Acidentes do Trabalho (Real);
 - o Tipologia de Incidente de Risco Alto;
 - o Comunicação Inicial de Acidentes e Incidentes;
 - o Investigação e Análise de Acidentes e Incidentes;
 - o Constituição da Comissão de Investigação de Acidentes;
 - o Prazos para realização da Investigação e Análise de Acidentes e Incidentes;
 - o Levantamento e Coleta de Dados;
 - o Metodologia de Investigação e Análise de Acidentes e Incidentes;
 - o Relatório Final de Divulgação do Acidente e Incidente;
 - o Relatório Final de Investigação.

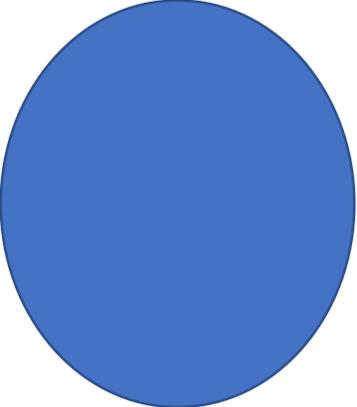




CENÁRIOS DE EMERGÊNCIA







Em caso da ocorrência de princípios de incêndio, de situações de emergência de pequeno porte, a empresa Componentes Ltda, utilizará os seus próprios recursos materiais e humanos - Brigada de Incêndio - para o primeiro combate a incêndio, conforme os treinamentos específicos. A Brigada de Incêndio utilizará, prioritariamente, os recursos materiais e/ou equipamentos disponíveis no seu próprio setor.

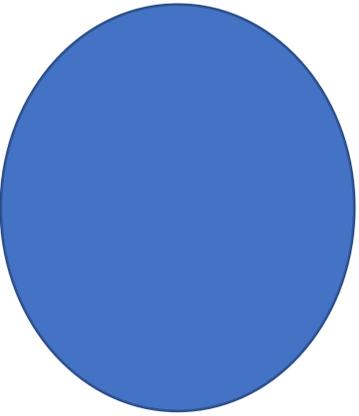
Os recursos de combate a incêndio da empresa Componentes Ltda, disponíveis na fábrica, somente deverão ser utilizados em emergências, devendo de imediato ser comunicado ao RH e SESMT (quando houver), ramal “8624”. Todo o trabalho em execução onde seja identificada uma situação de emergência deve ser paralisado de imediato e só poderá ser reiniciado depois de cessadas as irregularidades.

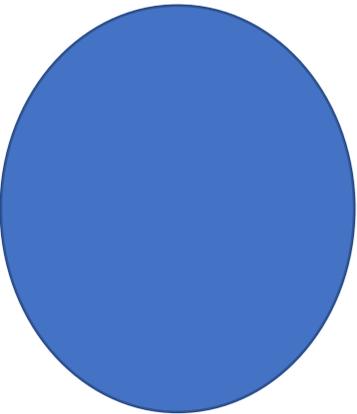




Hidrante.

Localizado na parede lateral da entrada do setor de P.I





Extintores de Incêndio – Reservas

Localizados no setor de P.I, abaixo da escada que dá acesso a área administrativa da empresa.



TABELA DE CLASSIFICAÇÃO DA OCORRENCIA

CLASSE I:

Situações de baixíssimo risco de morte.

Exemplos: ferimentos superficiais, contusões leves, sintomas gerais tais como cólicas leves, cefaleias leves, etc...

É imprescindível que não exista alteração hemodinâmica ou suspeita de lesão de coluna.

CLASSE II:

É a situação onde há necessidade de atendimento imediato, porém, com baixo risco de morte.

Exemplos: cefaleia intensa, crises de hipertensão arterial, vômitos incoercíveis, convulsão, ferimento cortante de pequena extensão, fratura de um osso longo (exceto fêmur), queimadura pequena extensão exceto face e pescoço, contusão com edema, etc....

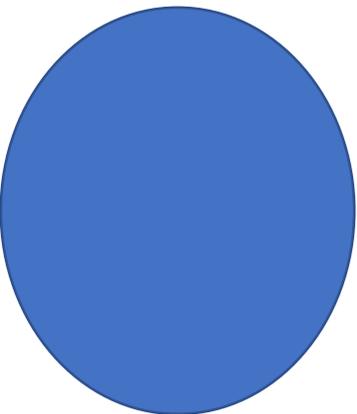


TABELA DE CLASSIFICAÇÃO DA OCORRÊNCIA

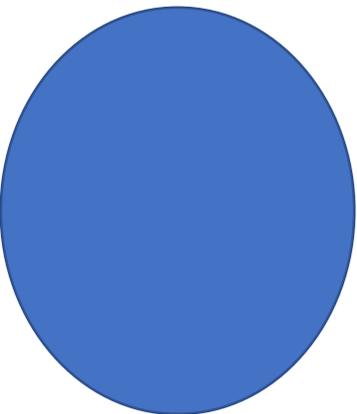
CLASSE III:

É a situação em que há considerável risco de morte e/ou de lesões irreparáveis.

Exemplos: ferimento cortante de grande extensão, hemorragia, fratura de mais de um osso longo ou somente fêmur ou pelve, dor torácica, amputação, traumatismo craniano, perda de consciência, queimadura grande extensão e/ou em face ou pescoço, trabalhos de parto, crises psicóticas agudas e ocorrência com múltiplas vítimas.

TIPOS DE TRANSPORTE E ACOMPANHANTE

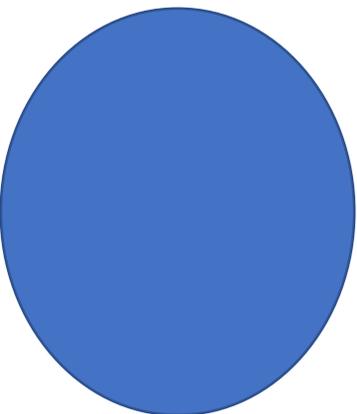
O tipo de transporte necessário e a decisão sobre a necessidade de um acompanhante é de responsabilidade do médico e na ausência deste, dos profissionais enfermagem (quando houver) e brigadistas, respectivamente.

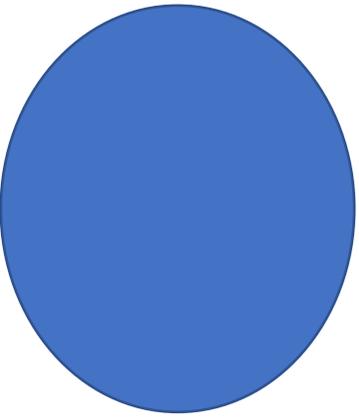


Evento	Carro comum	Ambulância de suporte básico	Ambulância de suporte avançado
Classe I	X		
Classe II		X	
Classe III			X

OBSERVAÇÕES:

- Em caso de acionamento de serviços públicos, caberá ao órgão acionado decidir sobre o tipo de veículo e o hospital de destino da vítima;
- O brigadista deverá avisar à portaria sobre a chegada da ambulância;
- Em casos de desastres, catástrofes, incêndios, riscos ambientais, radiações ionizantes, derramamento de produtos químicos, vítimas presas às ferragens ou escombros, terrorismo, deverão ser conduzidos pelas equipes externas;
- O acionamento de recursos externos deverá ser determinado conforme condições locais, podendo optar-se por mais de um acionamento de serviços com objetivo de reduzir o tempo resposta;
- O acompanhante permanecerá no hospital até o tratamento médico inicial;
- Após atendimento hospitalar, se o colaborador for liberado para repouso, deverá entrar em contato com RH da empresa. Se alta médica, contatar seu Supervisor ou Líder.

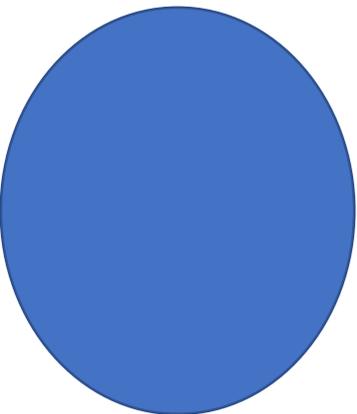




Placa de Identificação: Ponto de Encontro

Ponto de encontro – Portaria

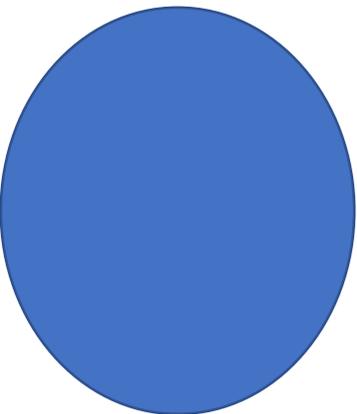
PRINCÍPIO DE INCÊNDIO/EXPLOÇÃO SEGUIDA DE INCÊNDIO



PRINCÍPIO DE INCÊNDIO/EXPLOSÃO SEGUIDA DE INCÊNDIO

Em caso da ocorrência de princípios de incêndio ou situações de emergência nas áreas da empresa Componentes Ltda, os empregados comunicarão imediatamente o Supervisor, líder, RH e SESMT (quando houver), por contato telefônico através do ramal “8626 ou 8624” ou com o acionamento do alarme de emergência.

Em caso da ocorrência de princípios de incêndio, de situações de emergência de pequeno porte nas áreas da empresa Componentes Ltda, esta utilizará dos próprios recursos materiais e humanos - Brigada de Incêndio - para o primeiro combate, conforme treinamento específico.

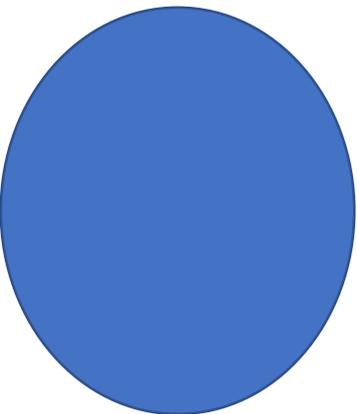


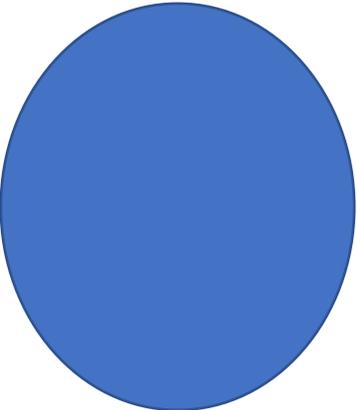
PRINCÍPIO DE INCÊNDIO/EXPLOSÃO SEGUIDA DE INCÊNDIO

A Brigada de Incêndio atuará em conjunto com o SESMT (quando houver) e na falta deste, sob o comando do responsável pela equipe presente no local.

Ela utilizará, prioritariamente, os recursos materiais e/ou equipamentos disponíveis nos locais/frentes de serviço.

Todos os trabalhos em execução ou por executar na área onde esteja caracterizada a situação de emergência devem ser paralisados de imediato e reiniciados somente após cessada a emergência, verificação dos riscos e liberação da área.

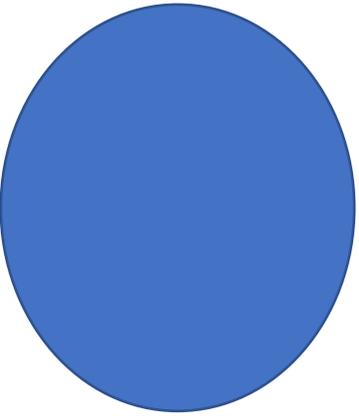




Alarme e Bomba de incêndio



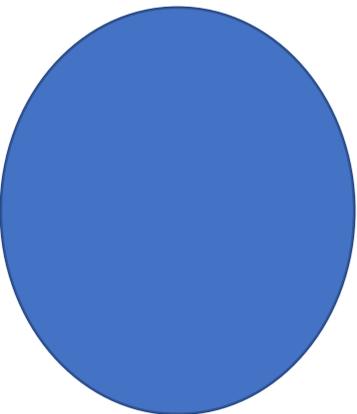
CENÁRIOS DE VAZAMENTOS/DERRAMES



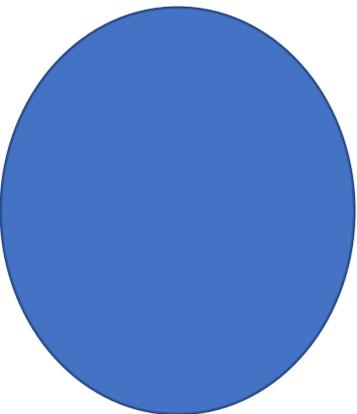
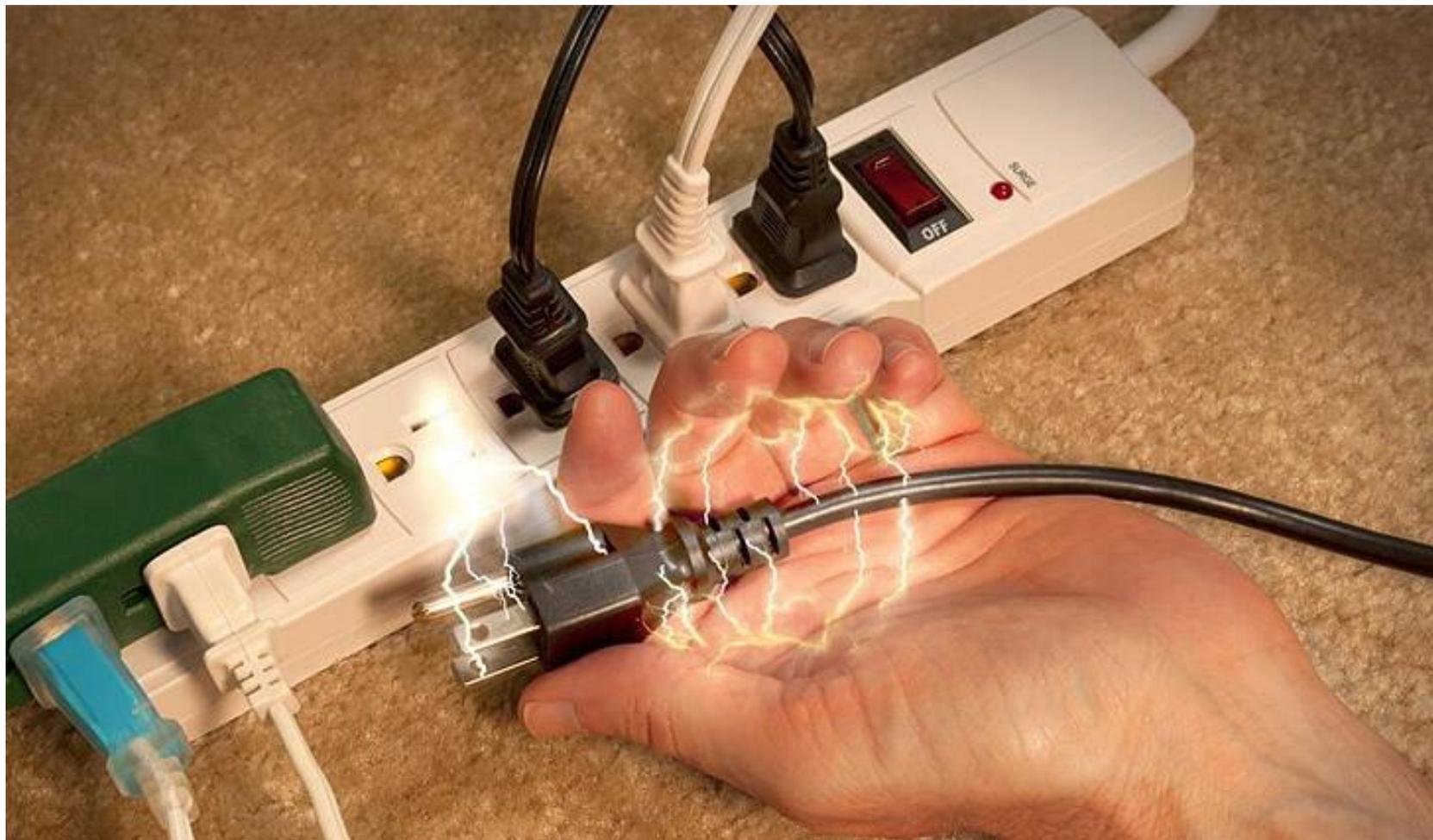
CENÁRIOS DE VAZAMENTOS/DERRAMES

Em situações de vazamentos/derrame de líquidos, de pequeno porte, deverá ser comunicado ao Supervisor, Líder e ao Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver) e ser providenciada a contenção do vazamento. Realizada a mitigação e/ou contenção imediata do líquido, com a utilização de areia ou serragem, o produto deverá ser colocado em recipiente(s) adequado(s) para tal fim, identificado(s) e transportado(s) para seu destino correto a Central de Resíduos conforme estabelece o Programa de Gestão de Resíduos.

Para o caso de vazamento de gases contidos em cilindros (GLP, acetileno, oxigênio) que não possam ser controlados com fechamento da válvula, o cilindro com vazamento deverá ser segregado em local isolado até a remoção do mesmo pelo fornecedor.



CENÁRIOS DE CHOQUE ELÉTRICO

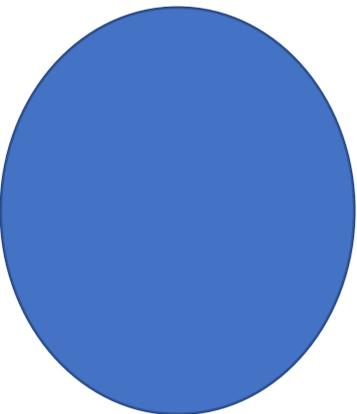


CENÁRIOS DE CHOQUE ELÉTRICO

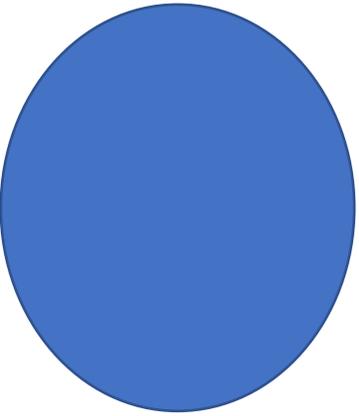
O choque elétrico, geralmente causado por altas descargas, é sempre grave, podendo causar distúrbios na circulação sanguínea e, em casos extremos, levar à parada cardiorrespiratória.

Na pele, podem aparecer duas pequenas áreas de queimaduras (geralmente de 3º grau) a de entrada e de saída da corrente elétrica.

A primeira providência a ser tomada é desligar o aparelho da tomada ou a chave geral. Se tiver que usar as mãos para remover uma pessoa, envolva-as em jornal ou um saco de papel. Empurre a vítima para longe da fonte de eletricidade com um objeto seco, não condutor de corrente, como um cabo de vassoura, tábua, corda seca, cadeira de madeira ou bastão de borracha.



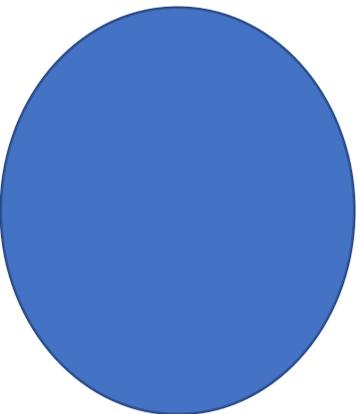
CENÁRIOS DE QUEDA DE ALTURA



CENÁRIOS DE QUEDA DE ALTURA

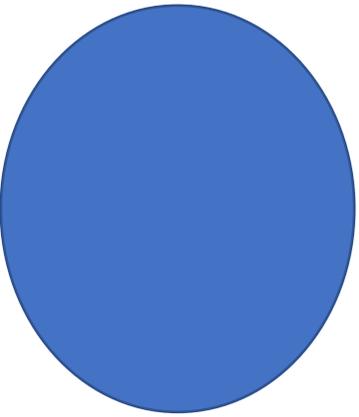
Existe uma grande variabilidade de fatores causadores de quedas de locais elevados, tais como a falta de boas condições físicas do local e do equipamento, e psíquicas do trabalhador. Também existe uma grande variedade de condições clínicas que poderiam afetar o estado de saúde do trabalhador e contribuir para a queda de planos elevados, bem como criar situações de risco em caso de chuva e incidência de raios, originando sérios acidentes.

Os funcionários da empresa Componentes Ltda, treinados ou não em NR-35 são proibidos de realizar qualquer tipo de resgate nos casos em que o empregado fique suspenso pelo cinto de segurança após sofrerem a queda. Em todas as ocorrências de queda de altura deve-se comunicar o supervisor, líder, RH e o técnico em segurança do trabalho (quando houver) e ligar para o ramal “8624 ou 8626” RH da empresa, e indicar o Ponto de Urgência mais próximo do local.





Armazenamento de produtos químicos



ARMAZENAMENTO DE PRODUTOS QUÍMICOS

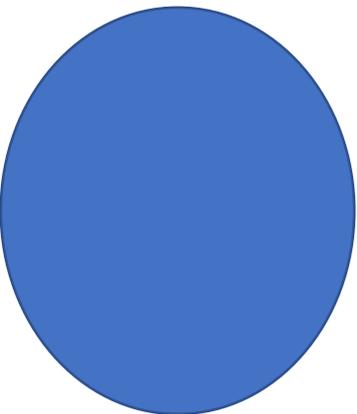
Os lugares de armazenagem devem ter espaço amplo, ventilado, com exaustão e duas saídas.

Devem dispor de prateleiras largas e seguras, fixadas nas paredes ou no chão. Podem ter também suportes estabilizadores presos ao teto (dessa forma, evita-se o efeito dominó no caso de tombamento de um móvel, por exemplo).

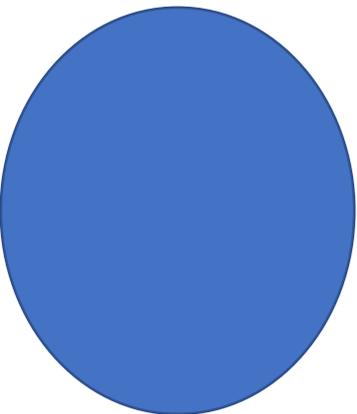
Todas as instalações de energia elétrica devem ser à prova de explosão, com antichamas e antifaíscas.

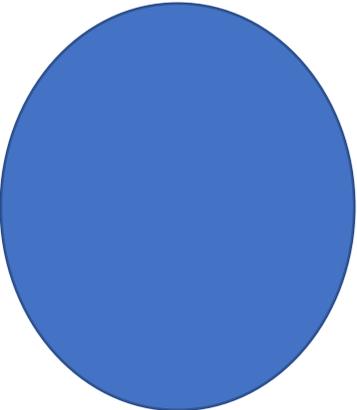
A manutenção preventiva das instalações deve ser prioridade.

A iluminação pode ser do tipo mais comum, desde que fique a mais de 2 metros a partir do chão e mantenha distância mínima de 1 metro dos itens ou recipientes com produtos químicos.



COMUNICAÇÃO





Comunicações em Emergências Internas

Para os casos de emergências internas a empresa utilizará:

- o Ramal Interno RH - “8624 e 8626”;
- o Rádios Transmissores-Receptores;
- o Telefones.

A comunicação será sucinta, informando o local do acidente, o tipo de acidente e o nome do informante.

Responsável: Qualquer colaborador que tome conhecimento da ocorrência.

Comunicações em Emergências Externas

Para os casos de emergências externas a empresa utiliza-se de:

- o Telefones.

Responsável: Qualquer colaborador que tenha recebido autorização do RH.



Sistema de Códigos de Alarmes

a) Deflagração de Emergência:

Série contínua de silvos breves, durante o período de 30 (trinta) segundos.

b) Abandono de Área Afetada:

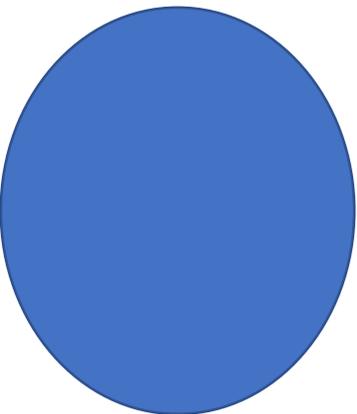
Série contínua de silvos breves, durante 2 minutos.

c) Término de Emergência:

Um silvo longo (com uso de buzina) durante 30 segundos.

d) Simulação:

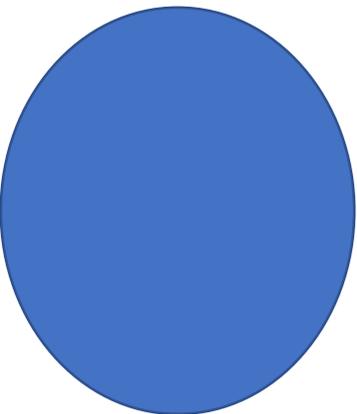
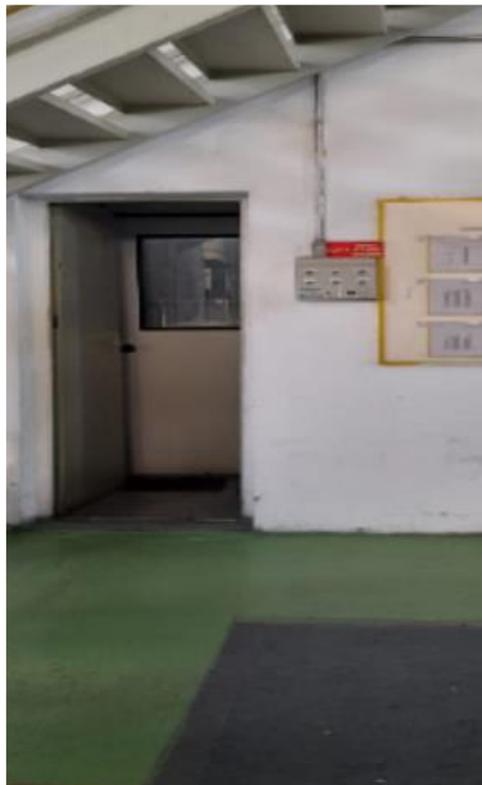
Um silvo longo com duração de 15 segundos (com o uso de uma buzina).



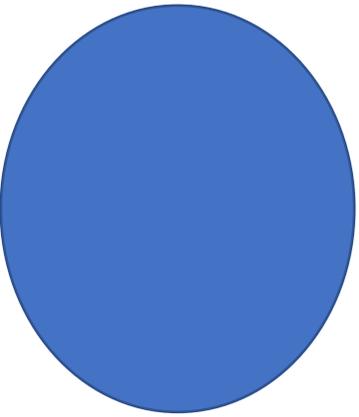
Procedimento em caso de Alarme

Localização do Alarme:

A Central de Alarme de incêndio, está instalada na parede ao lado da entrada da sala do PCP, dentro do galpão do PI – Produto Intermediário, na Componentes Ltda, como demonstrada a seguir:



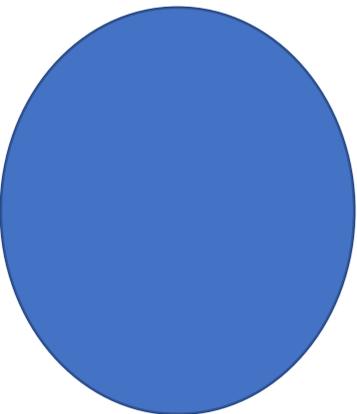
ABANDONO DE ÁREA



ABANDONO DE ÁREA

a) Ao tomar conhecimento da ocorrência de situação de emergência, o Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver) ou algum membro da Brigada de Incêndio da empresa Componentes Ltda, comunicará o fato aos seguintes setores da empresa: Gerente de RH Administrativo, Gerente da Fábrica de Produção e Gerência da empresa Componentes Ltda, informando a todos da necessidade dos colaboradores de abandonarem a área afetada.

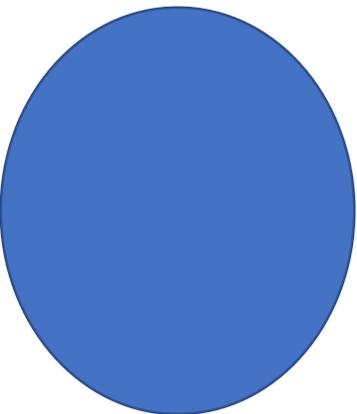
b) Em seguida, a emergência deve ser comunicada ao time de Produção e ao Supervisor de produção e Líderes que os colaboradores da área afetada terão que abandonar a área por motivo de emergência, deverão utilizar as rotas de fuga e concentrar-se em pontos determinados para aguardar outras orientações.

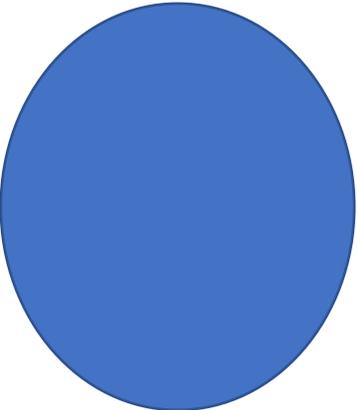


A tabela abaixo apresenta a relação de extintores de incêndio relacionando-os com as classes de fogo para as quais são mais eficientes.

CLASSE DE FOGO		TIPO DE EXTINTOR		
CLASSE	TIPO DE COMBUSTÍVEL	ÁGUA	CO2	PÓ QUÍMICO
A	Sólidos em geral (madeira, tecido, papel, plástico, etc...)	ÓTIMO	NÃO	FRACO
B	Líquidos inflamáveis (gasolina, álcool, diesel, acetona, etc...) Gases Combustíveis (metano, butadieno, eteno, GLP, etc...)	NÃO	FRACO	ÓTIMO
C	Fogo em equipamento elétrico energizado - EEE	NUNCA	ÓTIMO	BOM
D	Metais Pirofóricos	NUNCA	NUNCA	NUNCA

ÓTIMO: Agente extintor mais adequado.	BOM: Agente extintor atende com deficiência.	FRACO: Agente extintor atende com bastante deficiência.	NÃO: Agente extintor não atende.	NUNCA: Não utilizar o agente extintor
---------------------------------------	--	---	----------------------------------	---------------------------------------





ÁGUA



Espuma Mecânica



Pó Químico



Gás Carbônico

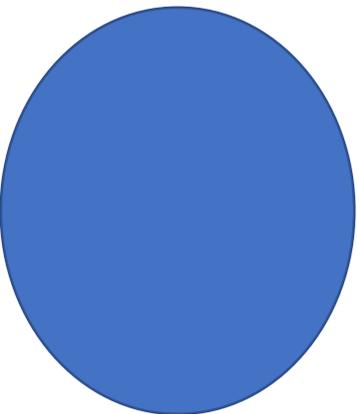


c) Ações em Caso de Incêndio e Explosão

Na ocorrência de incêndios ou explosões, imediatamente, o RH, o Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver) e o Supervisor da Unidade serão informados.

Além desses setores, a comunicação será feita ao Líder da Brigada de Atendimento a Emergência que tomará as seguintes providências:

- o Avaliará a gravidade da situação;
- o Definirá, em função desta gravidade, o meio mais apropriado para o combate ao incêndio, solicitando ao RH e o SESMT (quando houver) a chamada do Corpo de Bombeiros, caso necessário;
- o Iniciará o combate ao princípio de incêndio;
- o Verificará a existência de vítimas;
- o Definirá o socorro apropriado;
- o Iniciará a prestação de Primeiros Socorros;
- o De acordo com a gravidade, encaminhará os colaboradores a um local seguro, através da rota de fuga estabelecida para o local (ponto de encontro);
- o Comunicará a Concessionária envolvida, quando for o caso;
- o Investigará e registrará a ocorrência .



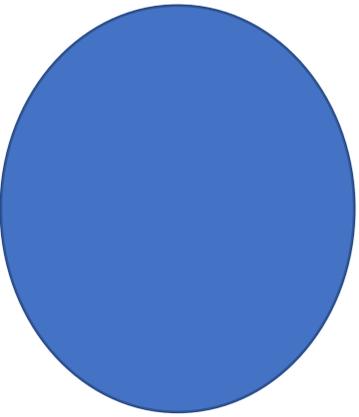
d) Ações em Caso de Vítima Fatal:

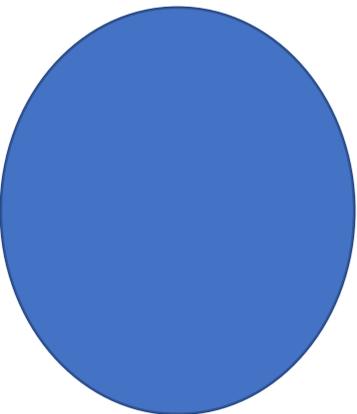
O Diretor da planta, Sr. Evandro Eustáquio, o RH e o SESMT (quando houver) serão comunicados;

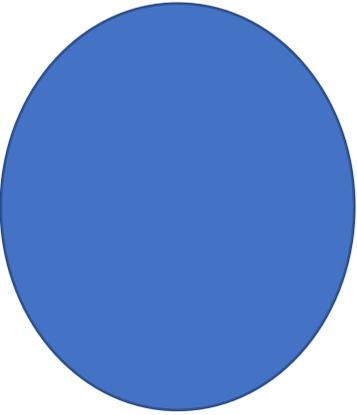
O responsável da Componentes Ltda, assessorado por advogado, comunicará a ocorrência à autoridade policial competente;

O local do acidente deverá ser isolado, mantendo suas características até a liberação pela autoridade policial competente e pelo Ministério do Trabalho e Emprego;

A comunicação às pessoas e órgãos necessários será efetuada com base nas informações constantes da relação de Telefones Úteis da empresa Componentes Ltda.







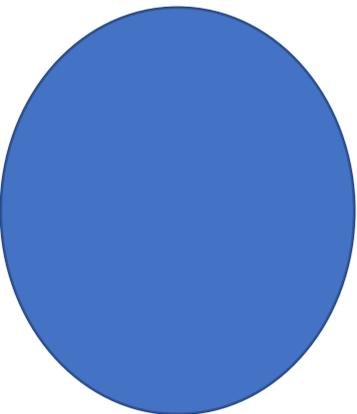
A Brigada de Atendimento à Emergência será composta por 16% de todo nosso efetivo no interior da empresa Componentes Ltda, das diversas áreas. Todos os membros da Brigada devem necessariamente passar por um treinamento de combate a incêndios e situações de emergência de pequeno porte.



A Brigada de Atendimento a Emergências será composta por colaboradores do efetivo permanente da empresa e será formada por uma equipe heterogênea, abrangendo pelo menos um colaborador representante de cada tipo de atividade funcional da Unidade onde exista o risco de emergências.



O Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver), dará suporte a Brigada de Atendimento a Emergências quanto suas características técnicas e organizacionais;



Integrantes da Brigada de Atendimento a Emergência:

Alex	Allyson	Andre	Guilherme	Josileine	Leandro	Levi	Lucas
Maicon	Marcus	Maia Alice	Paola	Rafael	Silvoney	Thiago	

Atribuições dos Integrantes da Brigada de Atendimento a Emergência:

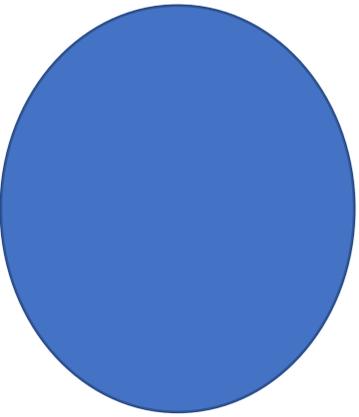
- a) BRIGADISTA: membros da brigada que executam as atribuições;
- b) LÍDER DA BRIGADA: É de sua responsabilidade orientar, no local de ocorrência do sinistro, a Brigada de Atendimento a Emergência para que elas possam: controlar a emergência, combater e extinguir o incêndio, etc. Ele também tem por obrigação comunicar imediatamente ao Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver) a ocorrência do evento indesejado.
- c) CHEFE DA EDIFICAÇÃO OU DO TURNO: brigadista responsável pela coordenação e execução das ações de emergência de uma determinada edificação da planta. É escolhido dentre os brigadistas aprovados no processo seletivo;



TREINAMENTOS

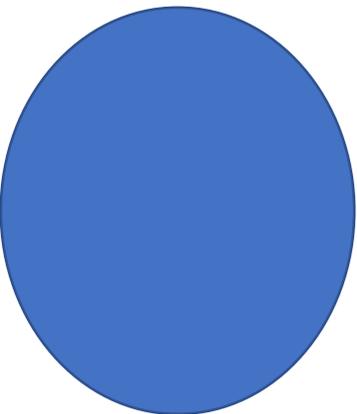
Cada Brigadista receberá treinamento específico, tendo como conteúdo mínimo o exigido pela Instrução Técnica – IT-17 do Corpo de Bombeiros do estado de São Paulo. Tal treinamento deve ser registrado através de atas de presença, e validados através de provas com questões relativas a Brigada e combate a incêndio, ao final de todo o treinamento o RH e o SESMT (quando houver) deve fazer um atestado da Brigada de incêndio, que deve ser assinado por todos os responsáveis pelo treinamento, em anexo a este atestado deve haver os registros dos profissionais.

A Brigada de Incêndio deve ter conhecimento sobre este procedimento, que deve ser revisado durante as reuniões ou quando necessário. Todas as vezes que houver mudanças neste plano serão feitos treinamentos de reciclagem.



Programa de Treinamento Mínimo para a Brigada de Atendimento a Emergências

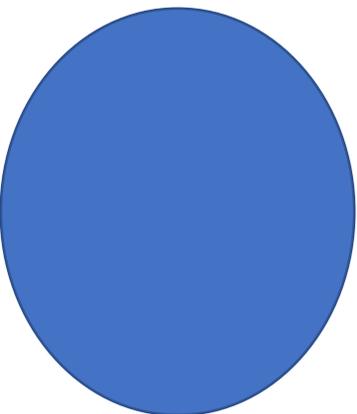
- o Primeiros Socorros para atendimento às vítimas;
- o Deslocamento e transporte de vítimas em macas;
- o Conhecimento das Classes de Fogo;
- o Conhecimento do Triângulo do Fogo;
- o Tipos de extintores de incêndio;
- o Identificação dos tipos de extintores específicos para Combate ao Fogo;
- o Técnicas de Combate a Incêndio;
- o Contenção de Derramamentos / vazamentos de Produtos Químicos;
- o Rotas de Fuga, Pontos de Encontro e Pontos de Embarque, quando houver.



EXERCÍCIOS SIMULADOS DE ABANDONO DE ÁREA

O programa de treinamento para os exercícios simulados para abandono de área em situação de emergência deverá atender aos seguintes itens:

- o Verificar a eficácia dos procedimentos estabelecidos para estes tipos de eventos;
- o Observar a necessidade para implementar ações para melhoria;
- o Verificar a necessidade de promover treinamentos ou reciclagens para determinados grupos de colaboradores;
- o Observar o fluxo de comunicação e o tempo gasto para atendimento desde o momento da ocorrência até a chegada da equipe de emergência ao local do sinistro;
- o Observar o nível de conscientização da importância do exercício de simulação em todos os níveis hierárquicos da empresa;
- o Observar o cumprimento ou não do calendário estabelecido regularmente para os exercícios de simulação de evacuação de área;



○ Planejamento dos simulados para o ano de 2022, está descrito no cronograma abaixo:

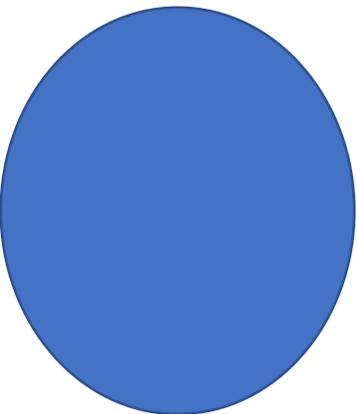
Nº	Tipo do Simulado	Local	Data Prevista
1	Abandono de Área – Incêndio		Dezembro de 2022
2	Incêndio, resgate de vítima e abandono		Junho de 2023

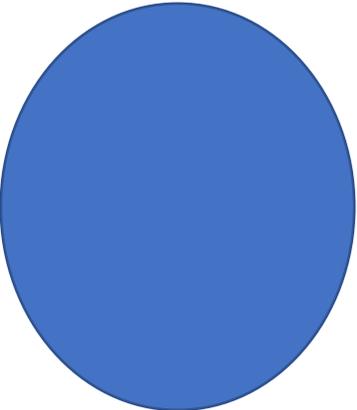
Registro das Situações de Emergências e dos Simulados de Ocorrência de Emergência

As situações de emergências são registradas junto ao RH e ao SESMT (quando houver), para investigação da causa e proposta de ação corretiva.

Após os atendimentos das ocorrências de emergências, estas serão analisadas pelo responsável pela frente de serviço onde ocorreu o evento indesejável e o Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver).

Quando for necessário será emitido um relatório de Não Conformidade, no qual será estabelecido prazo para tratamento dela.



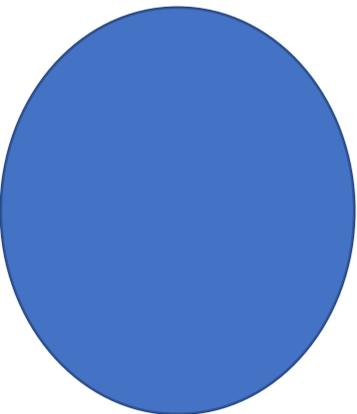


Simulações, com o objetivo de verificar:

- o Desempenho do pessoal;
- o Tempo de resposta;
- o Eficácia do Programa de Atendimento a Emergências.

Quando o resultado da simulação não for satisfatório, são identificadas as causas e tomadas as ações corretivas necessárias.





RECOMENDAÇÕES GERAIS

Nos locais de trabalho onde não é possível acionar o Corpo de Bombeiros, o RH, o Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver) e o Coordenador da Brigada mantêm registro e contato com a Defesa Civil do Município mais próxima da empresa, ou local do acidente, quando a situação assim exigir.

Quando a empresa não possuir instalações médicas adequadas para atendimento às vítimas, o RH, o Técnico de Segurança do Trabalho (quando houver) e o coordenador da Brigada, deverão ter o telefone e endereço de Hospitais e Pronto Socorros próximos a ela.

Em casos de acidentes com vítimas que requeiram atendimento clínico especial, será mantido registro de Hospitais em instituições especializadas da região, os mais próximos possíveis da empresa.



1.6 Da prestação de informação digital e digitalização de documentos

1.6.1 As organizações devem prestar informações de segurança e saúde no trabalho em formato digital, conforme modelo aprovado pela STRAB, ouvida a SIT.

1.6.1.1 Os modelos aprovados pela STRAB devem considerar os princípios de simplificação e desburocratização.

1.6.2 Os documentos previstos nas NR podem ser emitidos e armazenados em meio digital com certificado digital emitido no âmbito da Infraestrutura de Chaves Públicas Brasileira (ICP-Brasil), normatizada por lei específica.



Na certificação digital os documentos assinados digitalmente passam a ter total validade jurídica, tanto quanto se tivessem sido assinados no papel.

Um certificado digital é um documento virtual de identidade de uma pessoa física ou jurídica, que possibilita que transações sejam validadas através da assinatura digital, e associando um par de chaves criptográficas a uma determinada entidade, pessoa, processo ou servidor.

A ICP-Brasil (Infraestrutura de Chaves Públicas Brasileiras) é um serviço disponibilizado gratuitamente pelo ITI **(Instituto Nacional de Tecnologia da Informação)** e criado em 2001 por meio da Medida Provisória 2.200-2 **para viabilizar a emissão de certificados digitais.**

A Infraestrutura de Chaves Públicas Brasileiras é composta pelos seguintes níveis:

Comitê Gestor (CG);

Autoridade Certificadora Raiz (AC-Raiz);

Autoridades Certificadoras de 1º e 2º nível (ACs);

Autoridades de Registros (ARs);

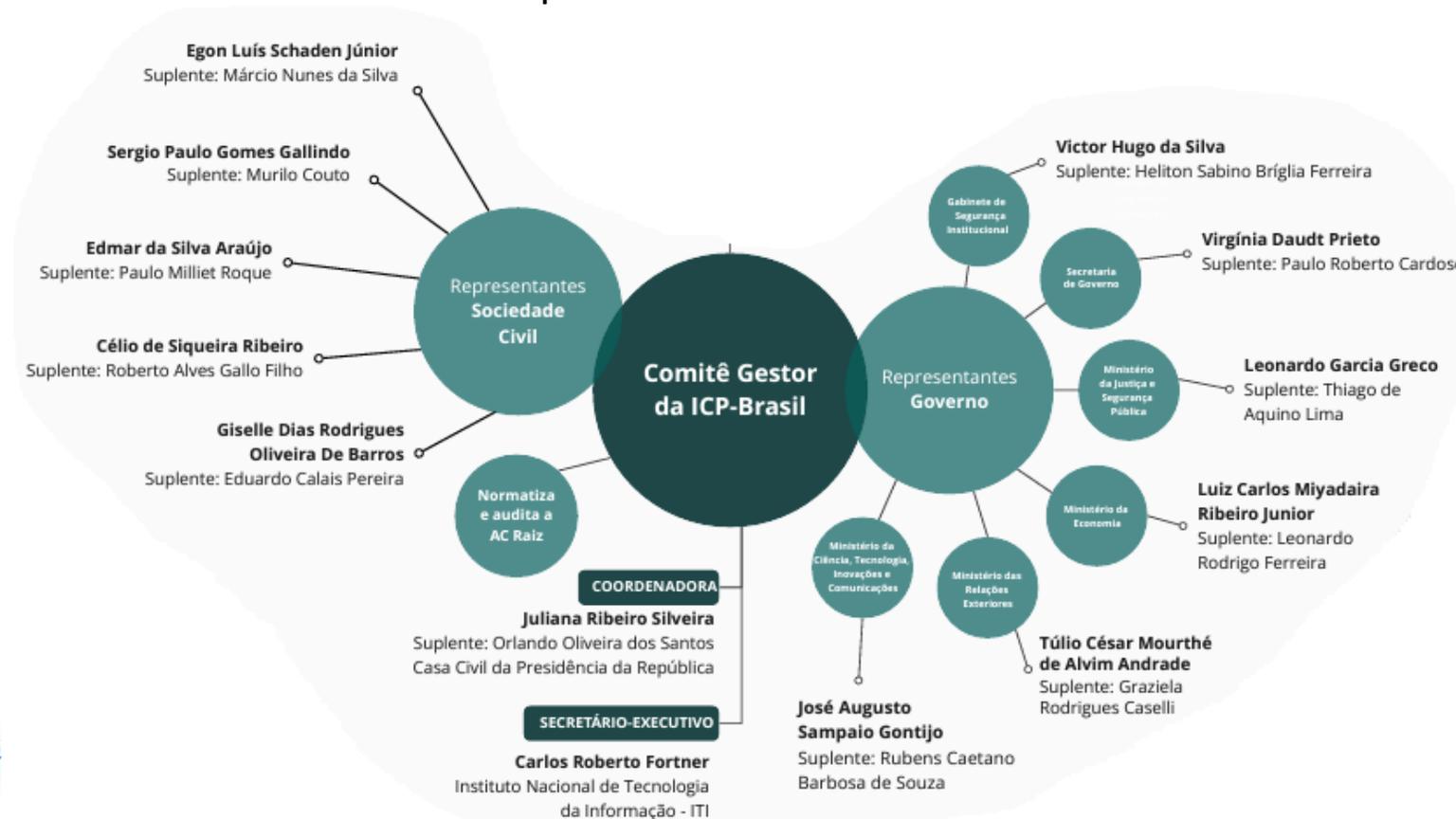
Usuário final.



Autoridade Certificadora Raiz

Na qualidade de autoridade máxima da ICP-Brasil, o **ITI** não apenas **cumprir o papel de Autoridade Certificadora Raiz** (ou AC-Raiz), como também é o **responsável por realizar o credenciamento e descredenciamento dos demais participantes da cadeia, além da supervisão e auditoria de seus processos.**

Quando as Políticas de Certificados são aprovadas pelo Comitê Gestor da ICP-Brasil, cabe à Autoridade Certificadora Raiz a execução dessas normas técnicas e operacionais.



Autoridades Certificadoras (AC)

São entidades públicas ou privadas, com a responsabilidade direta de emitir, distribuir, renovar e revogar certificados.

São **responsáveis também pela execução da criptografia assimétrica** – quando um certificado é gerado, o solicitante recebe dois códigos: o certificado público, para ser compartilhado, e o certificado privado, que é mantido em segurança.

A criptografia assimétrica confere se um código corresponde ao outro, garantindo a segurança e a confiabilidade necessárias ao processo de certificação digital.



Autoridade de Registro (AR)

É Diretamente ligada às Autoridades

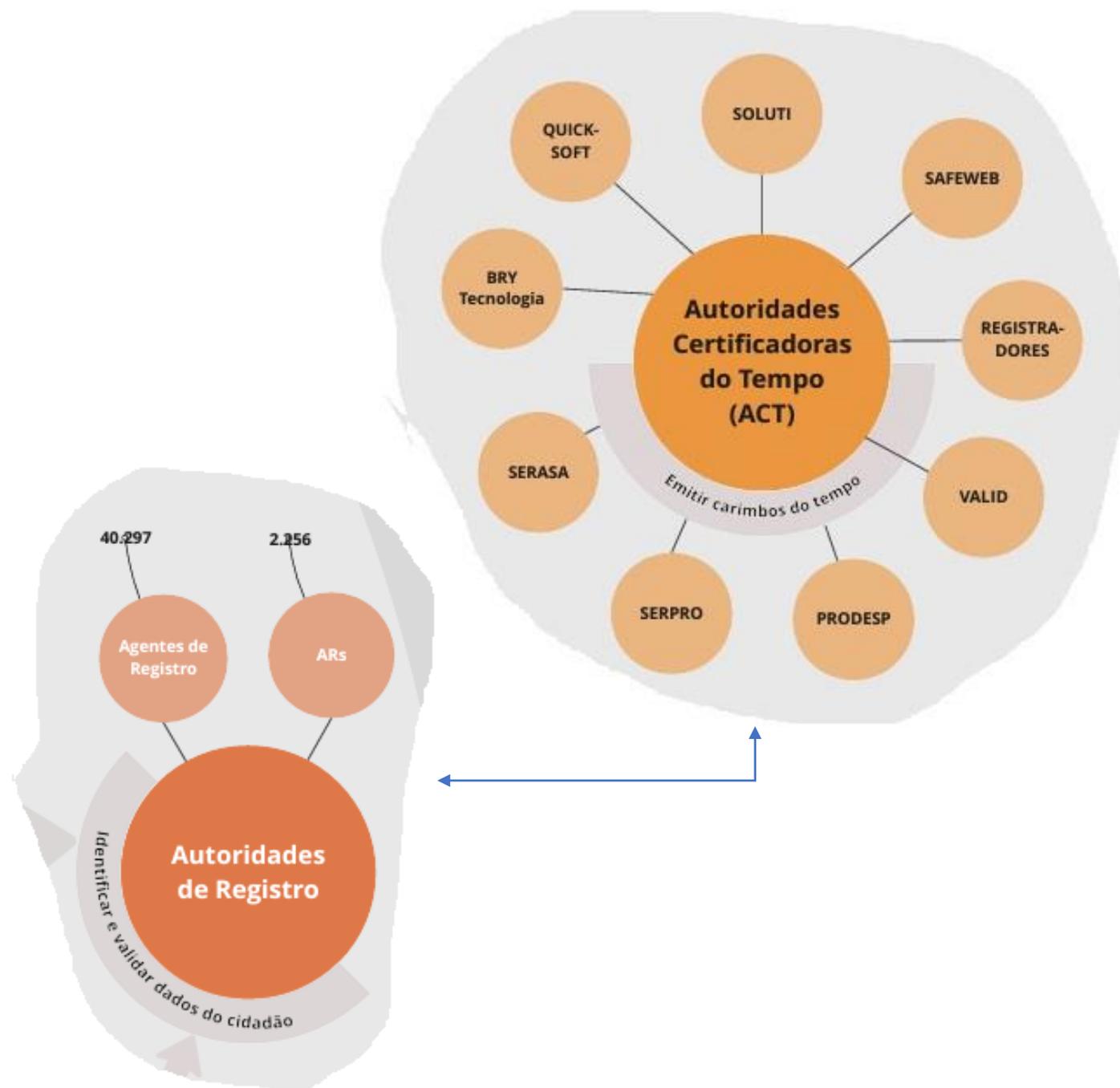
Certificadoras, **tem como principal função a**

criação e a condução da interface de integração

entre os usuários, as Autoridades Certificadoras e

a Autoridade Certificadora do Tempo

(uma AC especialmente responsável pelo aspecto temporal e pela validação legal do procedimento).



Certificado tipo A

É o modelo mais comum, além de ser o mais recomendado para o uso em assinaturas digitais.

Pode ser utilizado por profissionais autônomos, empresas privadas e instituições públicas.

A1 é um certificado “fixo”, pois é instalado em seu computador e fica “guardado” nessa máquina.

A3 é um certificado “móvel” que fica gravado em um dispositivo móvel – cartão (smart card) ou token, e você poderá usá-lo em qualquer computador.

A4 utiliza um módulo de segurança especial que pede um documento de identificação adicional, esse é o mais seguro dentre os tipos de assinatura digital existentes.

Certificado tipo S

É o modelo ideal para documentos e transações que envolvem conteúdo sigiloso. Com este certificado digital, apenas pessoas autorizadas conseguem decodificar o arquivo.

Esse tipo de certificado garante que o conteúdo de um determinado documento seja mantido em total sigilo e absoluta segurança, utilizando-se de tecnologia de criptografia de dados e tornando as informações inacessíveis a hackers e pessoal não autorizado.

Certificado tipo T: Tempo (Time stamping)

Um certificado de tempo, serve basicamente para atestar o dia e o horário em que ocorreu a assinatura de um documento eletrônico.

smart card, token, arquivo e em nuvem

Tipos de Certificado Digital.



1.6.5 O empregador **deve garantir à Inspeção do Trabalho amplo e irrestrito acesso a todos os documentos digitalizados ou nato digitais.**

1.6.5.1 Para os documentos que devem estar à disposição dos trabalhadores ou dos seus representantes, **a organização deverá prover meios de acesso destes às informações, de modo a atender os objetivos da norma específica.**

1.7 Capacitação e treinamento em Segurança e Saúde no Trabalho

1.7.1 O empregador deve promover capacitação e treinamento dos trabalhadores, em conformidade com o disposto nas NR.

1.7.1.1 Ao término dos treinamentos inicial, periódico ou eventual, previstos nas NR, deve ser emitido **certificado contendo o nome e assinatura do trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.**

1.7.1.2 A capacitação deve incluir:

- treinamento inicial;
- treinamento periódico; e
- treinamento eventual.

BALSANTE **CERTIFICADO**
TRABALHO EM ALTURA

Conferimos o presente certificado a(o) Sr(a).
Aguiário da Silva

portador do RG:53.711.224-8, por ter participado do treinamento de "Trabalho em Altura", com carga horária de 8 horas, divididas em teoria e prática, requerida pela Norma Regulamentadora NR-35, subitem 35.3, que trata sobre "Capacitação e Treinamento", da portaria Sit nº 312 de 23 de Março de 2012, realizado no dia 20 de Janeiro de 2023, na sede da empresa CONSTRUTORA BALSANTE.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- Normas e regulamentos aplicáveis ao trabalho em altura;
- Análise de risco e condições impeditivas;
- Riscos potenciais inerentes ao trabalho em altura e medidas de prevenção e controle;
- Sistemas, equipamentos e procedimentos de proteção coletiva;
- Equipamentos de proteção individual para o trabalho em altura - Seleção, inspeção, conservação e limitação de uso;
- Acidentes típicos em trabalhos em altura;
- Condutas em situações de emergência, noções de técnicas de resgate e primeiros socorros.

Participante: Aguiário da Silva

Instrutor e Responsável Técnico:
Carlos Eduardo Monteiro
Engº de Segurança do Trabalho
CREA-SP nº 5062044363

Assinado de forma digital por CARLOS EDUARDO MONTEIRO:19926086870
Dados: 2023.01.23 12:24:26 -03'00'

1.7.1.2.1 **O treinamento inicial deve ocorrer antes de o trabalhador iniciar suas funções** ou de acordo com o prazo especificado em NR.

1.7.1.2.2 O **treinamento periódico deve ocorrer de acordo com periodicidade estabelecida nas NR** ou, quando não estabelecido, em prazo determinado pelo empregador.



1.7.1.2.3 O treinamento eventual deve ocorrer:

- a) quando **houver mudança nos procedimentos, condições ou operações de trabalho**, que impliquem em alteração dos riscos ocupacionais;
- b) **na ocorrência de acidente grave ou fatal**, que indique a necessidade de novo treinamento; ou
- c) **após retorno de afastamento ao trabalho** por período superior a 180 (cento e oitenta) dias.
- d) 1.7.1.2.3.1 A **carga horária, o prazo** para sua realização e **o conteúdo programático** do treinamento eventual deve **atender à situação que o motivou**.



1.7.1.3 A capacitação pode incluir:

- a) estágio prático, prática profissional supervisionada ou orientação em serviço;
- b) exercícios simulados; ou
- c) habilitação para operação de veículos, embarcações, máquinas ou equipamentos.

1.7.2 O tempo despendido em treinamentos previstos nas NR é considerado como de trabalho efetivo.

1.7.3 O certificado deve ser disponibilizado ao trabalhador e uma cópia arquivada na organização.



1.7.4 A capacitação deve ser consignada nos documentos funcionais do empregado.

1.7.5 Os treinamentos previstos em **NR podem ser ministrados em conjunto com outros treinamentos da organização**, observados os conteúdos e a carga horária previstos na respectiva norma regulamentadora.

Aproveitamento de conteúdos de treinamento na mesma organização

1.7.6 É permitido o aproveitamento de conteúdos de treinamentos ministrados na mesma organização desde que:

- a) o **conteúdo e a carga horária** requeridos no novo treinamento **estejam compreendidos no treinamento anterior;**



Exemplo o treinamento de primeiros socorros

b) o conteúdo do **treinamento anterior** tenha sido ministrado no prazo **inferior ao estabelecido em NR ou há menos de 2 (dois) anos**, quando não estabelecida esta periodicidade; e

c) **seja validado pelo responsável técnico do treinamento**.

1.7.6.1 **O aproveitamento de conteúdos deve ser registrado no certificado**, mencionando o conteúdo e a data de realização do treinamento aproveitado.

1.7.6.1.1 **A validade do novo treinamento passa a considerar a data do treinamento mais antigo aproveitado.**



1.7.7 Os treinamentos realizados pelo trabalhador **podem ser avaliados pela organização e convalidados ou complementados.**

1.7.7.1 A convalidação ou complementação deve considerar:

- a) **as atividades desenvolvidas** pelo trabalhador **na organização anterior**, quando for o caso;
- b) **as atividades que desempenhará na organização**;
- c) **o conteúdo e carga horária cumpridos**;
- d) **o conteúdo e carga horária exigidos**; e
- e) que o último treinamento tenha sido realizado em **período inferior ao estabelecido na NR ou há menos de 2 (dois) anos**, nos casos em que não haja prazo estabelecido em NR.

Aproveitamento de treinamentos entre organizações



1.7.8 O aproveitamento de treinamentos anteriores, total ou parcialmente, **não exclui a responsabilidade da organização de emitir a certificação da capacitação do trabalhador**, devendo mencionar no certificado a data da realização dos treinamentos convalidados ou complementados.

1.7.8.1 Para efeito de periodicidade de realização de novo treinamento, **é considerada a data do treinamento mais antigo convalidado ou complementado**.



3º Dia / 3ª Aula



Módulo 9 - Tratamento diferenciado ao MEI, à ME e à EPP (1.8)

Fichas com orientações sobre as medidas de prevenção a serem adotadas pelo MEI.



Módulo 10 - Anexo II - Diretrizes e requisitos mínimos para utilização da modalidade de ensino a distância e semipresencial.

Objetivo

Disposições gerais

Estruturação pedagógica

Requisitos operacionais e administrativo

Requisitos tecnológicos

1.8.1 O Microempreendedor Individual - MEI está dispensado de elaborar o PGR

1.8.1.1 **A dispensa da** obrigação de **elaborar o PGR não alcança a organização contratante do MEI**, que deverá incluí-lo nas suas ações de prevenção e no seu PGR, quando este atuar em suas dependências ou local previamente convencionado em contrato.

1.8.2 Serão expedidas pela Secretaria Especial de Previdência e Trabalho – SEPRT fichas com orientações sobre as medidas de prevenção a serem adotadas pelo MEI.

1.8.3 As **microempresa e empresas de pequeno porte** que não forem obrigadas a constituir SESMT e **optarem pela utilização de ferramenta(s) de avaliação de risco a serem disponibilizada(s) pela SEPRT**, em alternativa às ferramentas e técnicas previstas no subitem 1.5.4.4.2.1, **poderão estruturar o PGR considerando o relatório produzido por esta(s) ferramenta(s) e o plano de ação.**

Enquadramento	Até 2017	A partir 2018
MEI	60 mil	81 mil
ME	360 mil	360 mil
EPP	3,6 milhões	4,8 milhões

1.5.4.4.2.1 A organização deve selecionar as ferramentas e técnicas de avaliação de riscos que sejam adequadas ao risco ou circunstância em avaliação.

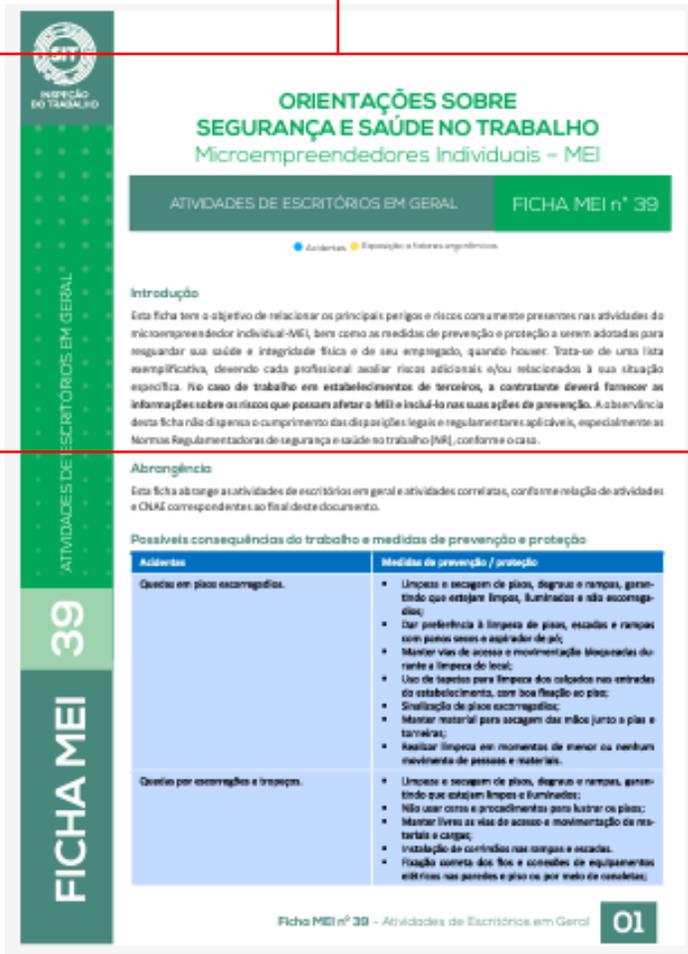
ORIENTAÇÕES SOBRE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

Microempreendedores Individuais – MEI

As FICHAS MEI têm o objetivo de **relacionar os principais perigos e riscos comumente presentes nas atividades do microempreendedor individual (MEI)**, bem como as medidas de prevenção e proteção a serem adotadas para resguardar sua saúde e integridade física e de seu empregado, quando houver.

Trata-se de **lista exemplificativa, devendo cada profissional avaliar riscos adicionais e/ou relacionados à sua situação específica.**

No caso de trabalho em estabelecimentos de terceiros, **a contratante deverá fornecer as informações sobre os riscos que possam afetar o MEI e incluí-lo nas suas ações de prevenção.**



ORIENTAÇÕES SOBRE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

Microempreendedores Individuais – MEI

ATIVIDADES DE ESCRITÓRIOS EM GERAL

FICHA MEI n° 39

● Acidentes ● Exposição a fatores ergonômicos

Introdução

Esta ficha tem o objetivo de relacionar os principais perigos e riscos comumente presentes nas atividades do microempreendedor individual-MEI, bem como as medidas de prevenção e proteção a serem adotadas para resguardar sua saúde e integridade física e de seu empregado, quando houver. Trata-se de uma lista exemplificativa, devendo cada profissional avaliar riscos adicionais e/ou relacionados à sua situação específica. **No caso de trabalho em estabelecimentos de terceiros, a contratante deverá fornecer as informações sobre os riscos que possam afetar o MEI e incluí-lo nas suas ações de prevenção.** A observância desta ficha não dispensa o cumprimento das disposições legais e regulamentares aplicáveis, especialmente as Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho (NR), conforme o caso.



ORIENTAÇÕES SOBRE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO Microempreendedores Individuais - MEI

ATIVIDADES DE ESCRITÓRIOS EM GERAL FICHA MEI n° 39

Atualizada em 2023 | Revisão e futuras atualizações

Introdução

Esta ficha tem o objetivo de relacionar os principais perigos e riscos comumente presentes nas atividades do microempreendedor individual (MEI), bem como as medidas de prevenção e proteção a serem adotadas para resguardar sua saúde e integridade física e de seu empregado, quando houver. Trata-se de uma lista exemplificativa, devendo cada profissional avaliar riscos adicionais e/ou relacionados à sua situação específica. No caso de trabalho em estabelecimentos de terceiros, a contratante deverá fornecer as informações sobre os riscos que possam afetar o MEI e incluí-las nos seus ações de prevenção. A abrangência desta ficha não dispensa o cumprimento das disposições legais e regulamentares aplicáveis, especialmente as Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho (NR), conforme o caso.

Abrangência

Esta ficha abrange as atividades de escritórios em geral e atividades correlatas, conforme relação de atividades e CNAE correspondentes ao final deste documento.

Possíveis consequências do trabalho e medidas de prevenção e proteção

Acidentes	Medidas de prevenção / proteção
Quedas em pisos escorregadios.	<ul style="list-style-type: none"> Limpeza e secagem de pisos, degraus e rampas, garantindo que estejam limpos, iluminados e não escorregadios; Dar preferência à limpeza de pisos, escadas e rampas com panos secos e aspirador de pó; Manter vias de acesso e movimentação bloqueadas durante a limpeza do local; Uso de tapetes para limpeza dos calçados nas entradas do estabelecimento, com boa fixação ao piso; Sinalização de pisos escorregadios; Manter material para secagem das mãos junto a pias e torneiras; Realizar limpeza em momentos de menor ou nenhum movimento de pessoas e materiais.
Quedas por escorregões e tropeços.	<ul style="list-style-type: none"> Limpeza e secagem de pisos, degraus e rampas, garantindo que estejam limpos e iluminados; Não usar ceras e procedimentos para lustrar os pisos; Manter livres as vias de acesso e movimentação de materiais e cargas; Instalação de corrimãos nas rampas e escadas; Fixação correta dos fios e conexões de equipamentos elétricos nas paredes e piso ou por meio de canaletas;

Ficha MEI n° 39 - Atividades de Escritórios em Geral

01

ATIVIDADES DE

39

FICHA MEI

Abrangência

Esta ficha abrange as atividades de escritórios em geral e atividades correlatas, conforme relação de atividades e CNAE correspondentes ao final deste documento.

Possíveis consequências do trabalho e medidas de prevenção e proteção

Acidentes	Medidas de prevenção / proteção
Quedas em pisos escorregadios.	<ul style="list-style-type: none"> Limpeza e secagem de pisos, degraus e rampas, garantindo que estejam limpos, iluminados e não escorregadios; Dar preferência à limpeza de pisos, escadas e rampas com panos secos e aspirador de pó; Manter vias de acesso e movimentação bloqueadas durante a limpeza do local; Uso de tapetes para limpeza dos calçados nas entradas do estabelecimento, com boa fixação ao piso; Sinalização de pisos escorregadios; Manter material para secagem das mãos junto a pias e torneiras; Realizar limpeza em momentos de menor ou nenhum movimento de pessoas e materiais.
Quedas por escorregões e tropeços.	<ul style="list-style-type: none"> Limpeza e secagem de pisos, degraus e rampas, garantindo que estejam limpos e iluminados; Não usar ceras e procedimentos para lustrar os pisos; Manter livres as vias de acesso e movimentação de materiais e cargas; Instalação de corrimãos nas rampas e escadas; Fixação correta dos fios e conexões de equipamentos elétricos nas paredes e piso ou por meio de canaletas;

Ficha MEI n° 39 - Atividades de Escritórios em Geral

01

Acidentes	Medidas de prevenção / proteção
Choque elétrico causado pelo contato com equipamentos elétricos defeituosos, fios não isolados e desencapados, ligações de múltiplas tomadas em adaptadores etc.	<ul style="list-style-type: none"> • Instalação de tomadas próximas aos equipamentos em uso, evitando fios longos expostos e adaptações; • Manutenção de pisos e tapetes sem irregularidades ou saliências; • Interdição e sinalização temporária dos locais escorregadios ou irregulares até que sejam corrigidos; • Manter boas condições gerais de iluminação; • Sinalização de degraus e escadas, usando cores chamativas e bem visíveis.
Incêndios.	<ul style="list-style-type: none"> • Inspeção da segurança dos equipamentos elétricos antes do uso; • Fixação correta dos fios de equipamentos elétricos nas paredes e pisos ou em canaletas; • Instalação de tomadas próximas aos equipamentos em uso, evitando-se fios longos expostos e adaptações; • Promover o reparo de equipamentos elétricos defeituosos ou suspeitos, por técnico qualificado em eletricidade; • Identificação dos interruptores e chaves elétricas em quadros, para evitar acionamento acidental.

Inspeção a fatores ergonômicos

Problemas nas articulações e nos músculos (LRA/DORT), nos ombros, cotovelos, punhos e dedos (tendinites) causados por posturas desconfortáveis e repetição continuada de movimentos das mãos e braços;

Dores na coluna vertebral, nos músculos e nas articulações (LRA/DORT) relacionadas a posturas de trabalho desconfortáveis.

Medidas de prevenção / proteção

- Introdução de pausas curtas periódicas e rotinas de alongamento em trabalhos continuados repetitivos, de precisão, em computadores, ou que exijam atenção constante;
- Usar mobiliário ajustável de dimensões das trabalhadoras, assegurando postura confortável das braços e pernas para o trabalho na posição sentada e em pé;
- Usar postos de trabalho ajustáveis para trabalho em computador (altura da cadeira, altura do monitor, altura do teclado);

Acidentes

Medidas de prevenção / proteção

- Instalação de tomadas próximas aos equipamentos em uso, evitando fios longos expostos e adaptações;
- Manutenção de pisos e tapetes sem irregularidades ou saliências;
- Interdição e sinalização temporária dos locais escorregadios ou irregulares até que sejam corrigidos;
- Manter boas condições gerais de iluminação;
- Sinalização de degraus e escadas, usando cores chamativas e bem visíveis.

Choque elétrico causado pelo contato com equipamentos elétricos defeituosos, fios não isolados e desencapados, ligações de múltiplas tomadas em adaptadores etc.

- Inspeção da segurança dos equipamentos elétricos antes do uso;
- Fixação correta dos fios de equipamentos elétricos nas paredes e pisos ou em canaletas;
- Instalação de tomadas próximas aos equipamentos em uso, evitando-se fios longos expostos e adaptações;
- Promover o reparo de equipamentos elétricos defeituosos ou suspeitos, por técnico qualificado em eletricidade;
- Identificação dos interruptores e chaves elétricas em quadros, para evitar acionamento acidental.

Incêndios.

- Instalação de portas corta-fogo, sem trancas do lado interno;
- Proibição de fumo no trabalho;
- Proibição de uso de fogareiros ou qualquer equipamento improvisado com chamas nos locais de trabalho;
- Manutenção correta de instalações elétricas, sempre por técnico habilitado em eletricidade;
- Proibição de ligações múltiplas de tomadas elétricas em adaptadores improvisados;
- Instalar extintores de incêndio carregados, com manutenção em dia, em locais acessíveis e não bloqueados por outros objetos;
- Treinamento para uso de extintores e comportamento correto em situações de emergência;
- Definição de rotas de fuga para emergências, que devem ser sinalizadas e mantidas sempre desimpedidas;
- Precauções no armazenamento e uso de produtos inflamáveis, incluindo álcool a 70% ou álcool gel.

Acidentes	Medidas de prevenção / proteção
Choque elétrico causado pelo contato com equipamentos elétricos defeituosos, fios não isolados e desenergização, ligação de múltiplas tomadas em adaptadores etc.	<ul style="list-style-type: none"> • Instalação de tomadas próximas aos equipamentos em uso, evitando fios longos expostos e adaptações; • Manutenção de pisos e tapetes sem irregularidades ou saliências; • Identificação e sinalização temporária dos locais escorregosos ou irregulares até que sejam corrigidos; • Manter boas condições gerais de iluminação; • Sinalização de riscos e acidentes, usando cones chamativos e bem visíveis.
Incêndios	<ul style="list-style-type: none"> • Inspeção da segurança dos equipamentos elétricos antes de uso; • Fixação correta dos fios de equipamentos elétricos nas paredes e pisos ou em canalizações; • Instalação de tomadas próximas aos equipamentos em uso, evitando-se fios longos expostos e adaptações; • Promover o reparo de equipamentos elétricos defeituosos ou suspeitos, por técnico qualificado em eletrificação; • Identificação das interrupções e chaves elétricas em quadros, para evitar acionamento acidental; • Instalação de portas corta-fogo, sem traces de lado traseiro; • Proibição de fumo no trabalho; • Proibição de uso de aparelhos ou qualquer equipamento improvisado com chaves nos locais de trabalho; • Manutenção correta de instalações elétricas, sempre por técnico habilitado em eletrificação; • Proibição de ligações milhólicas de tomadas elétricas em adaptações improvisadas; • Instalar extintores de incêndio carregados, com manutenção em dia, em locais acessíveis e não bloqueados por outros objetos; • Treinamento para uso de extintores e comportamento correto em situações de emergência; • Definição de rotas de fuga para emergências, que devem ser sinalizadas e mantidas sempre desimpedidas; • Precaução no armazenamento e uso de produtos inflamáveis, incluindo álcool e 70% ou álcool gel.

Exposição a fatores ergonômicos

Problemas nas articulações e nos músculos (LER/DORT), nos ombros, cotovelos, punhos e dedos (tendinites) causados por posturas desconfortáveis e repetição continuada de movimentos das mãos e braços;

Dores na coluna vertebral, nos músculos e nas articulações (LER/DORT) relacionadas a posturas de trabalho desconfortáveis.

Medidas de prevenção / proteção

- Introdução de pausas curtas periódicas e rodízios de funções em trabalhos continuados repetitivos, de precisão, em computadores, ou que exijam atenção constante;
- Usar mobiliários ajustáveis às dimensões dos trabalhadores, assegurando postura confortável dos braços e pernas para o trabalho na posição sentada e em pé;
- Usar postos de trabalho ajustáveis para trabalho em computador (altura da cadeira, altura do monitor, altura do teclado);

Exposição a fatores ergonômicos	Medidas de prevenção / proteção
Problemas nas articulações e nos músculos (LER/DORT), nos ombros, cotovelos, punhos e dedos (tendinites) causados por posturas desconfortáveis e repetição continuada de movimentos das mãos e braços;	<ul style="list-style-type: none"> • Introdução de pausas curtas periódicas e rodízios de funções em trabalhos continuados repetitivos, de precisão, em computadores, ou que exijam atenção constante; • Usar mobiliários ajustáveis às dimensões dos trabalhadores, assegurando postura confortável dos braços e pernas para o trabalho na posição sentada e em pé; • Usar postos de trabalho ajustáveis para trabalho em computador (altura da cadeira, altura do monitor, altura do teclado);
Dores na coluna vertebral, nos músculos e nas articulações (LER/DORT) relacionadas a posturas de trabalho desconfortáveis.	



INSPEÇÃO
DO TRABALHO

Exposição a fatores ergonômicos	Medidas de prevenção / proteção
Desconforto e cansaço visual.	<ul style="list-style-type: none">• Colocar os objetos necessários para trabalho em computador (<i>mouse</i>, <i>scanner</i>, teclado, monitor, luminária) em posição de fácil alcance e uso;• Para uso prolongado de <i>laptop</i> ou <i>notebook</i>, instalar monitor, teclado e <i>mouse</i> externos;• As cadeiras de trabalho devem ter encosto, base estofada e regulagem ajustável para a altura do trabalhador.
Desconforto e problemas psicológicos relacionados a relações negativas no trabalho, atendimento a clientes agressivos, violência verbal, jornadas prolongadas.	<ul style="list-style-type: none">• Providenciar boa iluminação geral nos ambientes de trabalho;• Providenciar iluminação localizada, não ofuscante, para trabalhos detalhados de precisão.• Fazer regularmente pausas de descanso e intervalos para necessidades fisiológicas, hidratação, repouso e alimentação, de preferência fora do posto de trabalho;• Fazer pausas no trabalho imediatamente após situações em que tenham ocorrido ameaças, abuso verbal, agressões, violência, ou em que a relação com clientes tenha sido mais desgastante, buscando dividir conflitos e dificuldades com colegas ou, se for o caso, com profissionais especialmente capacitados (policiais, psicólogos, médicos etc.).

Observações

1. Recomenda-se a realização de exames periódicos de saúde, efetuados por médico conhecedor do trabalho realizado, sendo que tais exames são obrigatórios para o empregado do MEI, quando houver.

2. As Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho apresentam uma série de medidas de prevenção para saúde e segurança dos trabalhadores e podem ser consultadas no sítio eletrônico <<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs>>.

Referências

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Disponível em <<http://vigilancia.saude.mg.gov.br/index.php/download/doencas-relacionadas-ao-trabalho-manual-ms-2001-2/?wpdmdl=4215>>. Acesso em 25 nov 2020;
2. OIT – Organização Internacional do Trabalho - International Hazard Datasheets. Disponíveis em <https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_113135/lang-en/index.htm>. Acesso em 25 nov 2020;
3. OIT – Organização Internacional do Trabalho - Encyclopaedia of Occupational Health and Safety, 4th Ed., ILO, Geneva, 1998. Disponível (em espanhol) no site <<https://www.insst.es/tomo-i>>. Acesso em 25 nov 2020;
4. OIT – Organização Internacional do Trabalho – Pontos de Verificação Ergonômica – Disponível em <https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/manuais-e-publicacoes/pontos_de_verificacao_ergonomica_livro_da_fundacentro.pdf/view>. Acesso em 25 nov 2020;
5. HSE Health and Safety Executive UK - Preventing slips and trips at work – Disponível em <<https://www.hse.gov.uk/slips/>>. Acesso em 10 dez 2020.

Ficha MEI nº 39 - Atividades de Escritórios em Geral

03

Exposição a fatores ergonômicos

Desconforto e cansaço visual.

Desconforto e problemas psicológicos relacionados a relações negativas no trabalho, atendimento a clientes agressivos, violência verbal, jornadas prolongadas.

Medidas de prevenção / proteção

- Colocar os objetos necessários para trabalho em computador (*mouse*, *scanner*, teclado, monitor, luminária) em posição de fácil alcance e uso;
 - Para uso prolongado de *laptop* ou *notebook*, instalar monitor, teclado e *mouse* externos;
 - As cadeiras de trabalho devem ter encosto, base estofada e regulagem ajustável para a altura do trabalhador.
-
- Providenciar boa iluminação geral nos ambientes de trabalho;
 - Providenciar iluminação localizada, não ofuscante, para trabalhos detalhados de precisão.
-
- Fazer regularmente pausas de descanso e intervalos para necessidades fisiológicas, hidratação, repouso e alimentação, de preferência fora do posto de trabalho;
 - Fazer pausas no trabalho imediatamente após situações em que tenham ocorrido ameaças, abuso verbal, agressões, violência, ou em que a relação com clientes tenha sido mais desgastante, buscando dividir conflitos e dificuldades com colegas ou, se for o caso, com profissionais especialmente capacitados (policiais, psicólogos, médicos etc.).

Exposição a fatores ergonômicos	Medidas de prevenção / proteção
	<ul style="list-style-type: none"> Colocar os objetos necessários para trabalho em computador (mouse, scanner, teclado, monitor, luminária) em posição de fácil alcance e uso; Para uso prolongado de laptop ou notebook, instalar monitor, teclado e mouse externos; As cadeiras de trabalho devem ter encosto, base estofada e regulagem ajustável para a altura do trabalhador.
Desconforto e cansaço visual.	<ul style="list-style-type: none"> Providenciar boa iluminação geral nos ambientes de trabalho; Providenciar iluminação localizada, não ofuscante, para trabalhos detalhados de precisão.
Desconforto e problemas psicológicos relacionados a relações negativas no trabalho, atendimento a clientes agressivos, violência verbal, jornadas prolongadas.	<ul style="list-style-type: none"> Fazer regularmente pausas de descanso e intervalos para necessidades fisiológicas, hidratação, repouso e alimentação, de preferência fora do posto de trabalho; Fazer pausas no trabalho imediatamente após situações em que tenham ocorrido ameaças, abuso verbal, agressões, violência, ou em que a relação com clientes tenha sido mais desgastante, buscando dividir conflitos e dificuldades com colegas ou, se for o caso, com profissionais especialmente capacitados (policiais, psicólogos, médicos etc.).

Observações

1. Recomenda-se a realização de exames periódicos de saúde, efetuados por médico conhecedor do trabalho realizado, sendo que tais exames são obrigatórios para o empregado do MEI, quando houver.
2. As Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho apresentam uma série de medidas de prevenção para saúde e segurança dos trabalhadores e podem ser consultadas no sítio eletrônico <<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs>>.

Referências

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Disponível em <<http://vigilancia.saude.mg.gov.br/index.php/download/doencas-relacionadas-ao-trabalho-manual-ms-2001-2/?wpdmdl=4215>>. Acesso em 25 nov 2020;
2. OIT – Organização Internacional do Trabalho - International Hazard Datasheets. Disponíveis em <https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_113135/lang--en/index.htm>. Acesso em 25 nov 2020;
3. OIT – Organização Internacional do Trabalho - Encyclopaedia of Occupational Health and Safety, 4th Ed., ILO, Geneva, 1998. Disponível (em espanhol) no site <<https://www.insst.es/tomo-i>>. Acesso em 25 nov 2020;
4. OIT – Organização Internacional do Trabalho – Pontos de Verificação Ergonômica – Disponível em <https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/manuais-e-publicacoes/pontos_de_verificacao_ergonomica_livro_da_fundacentro.pdf/view>. Acesso em 25 nov 2020;
5. HSE Health and Safety Executive UK - Preventing slips and trips at work – Disponível em <<https://www.hse.gov.uk/slips/>> - Acesso em 10 dez 2020.

Observações

1. Recomenda-se a realização de exames periódicos de saúde, efetuados por médico conhecedor do trabalho realizado, sendo que tais exames são obrigatórios para o empregado do MEI, quando houver.
2. As Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho apresentam uma série de medidas de prevenção para saúde e segurança dos trabalhadores e podem ser consultadas no sítio eletrônico <<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs>>.

Referências

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Disponível em <<http://vigilancia.saude.mg.gov.br/index.php/download/doencas-relacionadas-ao-trabalho-manual-ms-2001-2/?wpdmdl=4215>>. Acesso em 25 nov 2020;
2. OIT – Organização Internacional do Trabalho - International Hazard Datasheets. Disponíveis em <https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_113135/lang--en/index.htm>. Acesso em 25 nov 2020;
3. OIT – Organização Internacional do Trabalho - Encyclopaedia of Occupational Health and Safety, 4th Ed., ILO, Geneva, 1998. Disponível (em espanhol) no site <<https://www.insst.es/tomo-i>>. Acesso em 25 nov 2020;
4. OIT – Organização Internacional do Trabalho – Pontos de Verificação Ergonômica – Disponível em <https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/manuais-e-publicacoes/pontos_de_verificacao_ergonomica_livro_da_fundacentro.pdf/view>. Acesso em 25 nov 2020;
5. HSE Health and Safety Executive UK - Preventing slips and trips at work – Disponível em <<https://www.hse.gov.uk/slips/>> - Acesso em 10 dez 2020.



Relação de MEI/CNAE alcançados por esta ficha

EDITOR(A) DE LIVROS INDEPENDENTE	5811-5/00
EDITOR(A) DE JORNAIS DIÁRIOS INDEPENDENTE	5812-3/01
EDITOR(A) DE JORNAIS NÃO DIÁRIOS INDEPENDENTE	5812-3/02
EDITOR(A) DE REVISTAS INDEPENDENTE	5813-1/00
EDITOR(A) DE LISTA DE DADOS E DE OUTRAS INFORMAÇÕES INDEPENDENTE	5819-1/00
EDITOR(A) DE VÍDEO INDEPENDENTE	5912-0/99
APURADOR(A), COLETOR(A) E FORNECEDOR(A) DE RECORTES DE MATÉRIAS PUBLICADAS EM JORNAIS E REVISTAS INDEPENDENTE	6399-2/00
AGENTE DE VIAGENS INDEPENDENTE	7911-2/00
DIGITADOR(A) INDEPENDENTE	8219-9/99
AGENTE MATRIMONIAL INDEPENDENTE	9609-2/02
ASTRÓLOGO(A) INDEPENDENTE	9609-2/99


 MINISTÉRIO DO TRABALHO E PREVIDÊNCIA 

FICHA MEI

Ficha MEI nº 39 - Atividades de Escritórios em Geral **04**

Relação de MEI/CNAE alcançados por esta ficha

EDITOR(A) DE LIVROS INDEPENDENTE	5811-5/00
EDITOR(A) DE JORNAIS DIÁRIOS INDEPENDENTE	5812-3/01
EDITOR(A) DE JORNAIS NÃO DIÁRIOS INDEPENDENTE	5812-3/02
EDITOR(A) DE REVISTAS INDEPENDENTE	5813-1/00
EDITOR(A) DE LISTA DE DADOS E DE OUTRAS INFORMAÇÕES INDEPENDENTE	5819-1/00
EDITOR(A) DE VÍDEO INDEPENDENTE	5912-0/99
APURADOR(A), COLETOR(A) E FORNECEDOR(A) DE RECORTES DE MATÉRIAS PUBLICADAS EM JORNAIS E REVISTAS INDEPENDENTE	6399-2/00
AGENTE DE VIAGENS INDEPENDENTE	7911-2/00
DIGITADOR(A) INDEPENDENTE	8219-9/99
AGENTE MATRIMONIAL INDEPENDENTE	9609-2/02
ASTRÓLOGO(A) INDEPENDENTE	9609-2/99

1.8.6 **O MEI, a ME e a EPP, graus de risco 1 e 2, que declararem as informações digitais na forma do subitem 1.6.1 e **não identificarem exposições ocupacionais a agentes físicos, químicos, biológicos e riscos relacionados a fatores ergonômicos, ficam dispensados de elaboração do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional - PCMSO.****

1.8.6.1 A dispensa do PCMSO não desobriga a empresa da realização dos exames médicos e emissão do Atestado de Saúde Ocupacional - ASO.



1.9 Disposições finais

1.9.1 **O não-cumprimento das disposições legais e regulamentares sobre segurança e saúde no trabalho acarretará a aplicação das penalidades previstas na legislação pertinente.**

NR Norma Regulamentadora



- Estabelecida pelo Ministério do Trabalho e Emprego
- Relativas à Segurança e Medicina do trabalho
- Caráter Obrigatório

Anexo II da NR-01

Diretrizes e requisitos mínimos para utilização da modalidade de ensino a distância e semipresencial.

1. Objetivo

1.1 **Estabelecer diretrizes e requisitos mínimos para utilização da modalidade de ensino à distância e semipresencial** para as capacitações previstas nas NR, disciplinando tanto aspectos relativos à **estruturação pedagógica**, quanto exigências relacionadas às **condições operacionais, tecnológicas e administrativas** necessárias para uso desta modalidade de ensino.

2. Disposições gerais

2.1 **O empregador que optar** pela realização das capacitações por meio das modalidades de ensino a distância ou semipresencial **poderá desenvolver toda a capacitação ou contratar empresa ou instituição** especializada que a oferte, devendo **em ambos os casos observar os requisitos constantes deste Anexo e da NR-01**.



2.1.1 **A empresa ou instituição especializada que ofereça as capacitações** previstas nas NR na modalidade de ensino à distância e semipresencial, **deve atender aos requisitos constantes deste Anexo e da NR-01** para que seus **certificados sejam considerados válidos.**

2.2 **O empregador que optar pela contratação de serviços de empresa ou instituição especializada** deve fazer **constar na documentação que formaliza a prestação de serviços a obrigatoriedade pelo prestador de serviço do atendimento aos requisitos previstos neste Anexo e nos itens relativos à capacitação previstos nas NR.**

2.3 As capacitações que utilizam ensino a distância ou semipresencial **devem ser estruturadas com, no mínimo, a duração definida para as respectivas capacitações na modalidade presencial.**



2.4 A elaboração do **conteúdo programático deve abranger os tópicos de aprendizagem requeridos**, bem como respeitar a **carga horária estabelecida** para todos os conteúdos.

2.5 **As atividades práticas obrigatórias** devem respeitar as orientações previstas nas NR e **estar descritas no Projeto Pedagógico do curso.**



3. Estruturação pedagógica

3.1 Sempre que a modalidade de ensino a distância ou semipresencial for utilizada, será **obrigatória a elaboração de projeto pedagógico que deve conter:**

- a) **objetivo geral da capacitação;**
- b) **princípios e conceitos** para a proteção da segurança e da saúde dos trabalhadores, definidos nas NR;
- c) **estratégia pedagógica da capacitação**, incluindo abordagem quanto à parte teórica e prática, quando houver;
- d) **indicação do responsável técnico pela capacitação;**
- e) **relação de instrutores**, quando aplicável;
- f) **infraestrutura operacional** de apoio e controle;



- g) **conteúdo programático teórico e prático**, quando houver;
- h) **objetivo de cada módulo**;
- i) **carga horária**;
- j) **estimativa de tempo mínimo de dedicação diária** ao curso;
- k) **prazo máximo para conclusão** da capacitação;
- l) **público-alvo**;
- m) **material didático**;
- n) **instrumentos para potencialização do aprendizado**; e
- o) **avaliação de aprendizagem**.



3.2 O **projeto pedagógico do curso deverá ser validado a cada 2** (dois) anos **ou quando houver mudança na NR**, procedendo a sua revisão, caso necessário.

4. Requisitos operacionais e administrativos

4.1 O empregador deve manter o projeto pedagógico disponível para a Inspeção do Trabalho, para a representação sindical da categoria no estabelecimento e para a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes - CIPA. *(redação vigente até 19 de março de 2023)*

4.1 O empregador deve manter o projeto pedagógico disponível para a Inspeção do Trabalho, para a representação sindical da categoria no estabelecimento e para a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio - CIPA *(Portaria MTP nº 4.219, de 20 de dezembro de 2022 - redação que entra em vigor no dia 20 de março de 2023)*



4.1.1 A **empresa ou instituição especializada deve disponibilizar aos contratantes o projeto pedagógico.**

4.2 **Deve ser disponibilizado aos trabalhadores todo o material didático** necessário para participar da capacitação, conforme item 3.1 deste Anexo.

4.3 **Devem ser disponibilizados recursos e ambiente que favoreça a concentração e a absorção do conhecimento** pelo empregado, para a realização da capacitação.

4.4 **O período de realização do curso deve ser exclusivamente utilizado para tal fim** para que não seja concomitante com o exercício das atividades diárias de trabalho.



<https://dtcom.com.br/material-didatico-para-ead/>



4.5 Deve ser **mantido canal de comunicação para esclarecimento de dúvidas**, possibilitando a solução das mesmas, devendo **tal canal estar operacional durante o período de realização do curso**.

4.6 **A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica** adotada para a capacitação, estabelecendo a **classificação com o conceito satisfatório ou insatisfatório**.

4.6.1 **A avaliação da aprendizagem se dará pela aplicação da prova no formato presencial, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do empregado, ou pelo formato digital, exigindo a sua identificação e senha individual**.



4.6.2 Quando a **avaliação** da aprendizagem for **online**, **devem ser preservadas condições de rastreabilidade** que garantam a confiabilidade do processo.

4.6.3 O processo de **avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas** que **representem a rotina laboral do trabalhador** para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

4.7 **Após o término do curso, as empresas devem registrar sua realização**, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e informações sobre acesso dos participantes (logs).



4.7.1 **O histórico do registro de acesso dos participantes (logs) deve ser mantido pelo prazo mínimo de 2 (dois) anos após o término da validade do curso.**

5. Requisitos tecnológicos

5.1 Somente serão válidas as capacitações realizadas na modalidade de ensino à distância ou semipresencial que sejam executadas em um Ambiente Virtual de Aprendizagem apropriado à gestão, transmissão do conhecimento e aprendizagem do conteúdo.

