



**SEGURANÇA
DO TRABALHO**



SEGURANÇA DO TRABALHO



Integrado ao Sistema
Fecomércio MG



Ficha Técnica

Realização

SENAC - Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial

Presidente do Sistema Fercomércio MG,
Sesc, Senac e Sindicatos
Lázaro Luiz Gonzaga

Diretor Regional
Luciano de Assis Fagundes

Elaboração
Fábio Cornélio Filho

Desenvolvido pela Gerência de Desenvolvimento de Produtos - GDP

Design Instrucional
Maria do Carmo Vidal Bastos

Revisão Linguística
Ana Cristina de Faria Chaves

Projeto Gráfico
Alex de Souza Carvalho

Ilustrações
Vanderlei Ramalho

Impressão
Gráfica

Apresentação

Os acidentes do trabalho e as doenças decorrentes da atividade laboral oferecem condições negativas para a empresa, para o trabalhador envolvido no acidente e para a sociedade.

O Brasil está avançando em programas de gestão de segurança do trabalho com ótimos exemplos na área privada e pública, mas ainda é pouco diante da realidade do nosso país. As estatísticas de acidentes do trabalho registrados no Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) demonstram enormes prejuízos econômicos ao país devido aos elevados custos e prejuízos humanos, econômicos e sociais, herdados pelas consequências dos acidentes, sejam eles fatais ou temporários. Ao trabalhador fica o estigma da dor, da ausência, a marginalização social, a depressão e os traumas.

Pensando nisso, o Senac Minas elaborou esta cartilha com o objetivo de informar e promover uma reflexão sobre a importância das boas práticas na vida laboral. Aqui você encontrará orientações básicas e necessárias de como proceder no seu dia a dia na prevenção de acidentes e na busca de boas práticas de segurança.

Precisamos tomar consciência de nossos atos, saber avaliar os riscos na hora de executar alguma atividade. Ter atitude de segurança é saber valorizar a vida.

O que é Segurança do Trabalho?

Segurança do trabalho é um conjunto de procedimentos a serem adotados com o objetivo de minimizar os impactos de acidentes de trabalho, doenças ocupacionais e do trabalho, bem como proteger a integridade e a saúde do trabalhador.



Saiba também que...

A segurança do trabalho é um conjunto de leis, decretos e regulamentações, Normas Regulamentadoras (NR), sancionados pela Superintendência Regional do Trabalho e Emprego (SRTE) e pela Organização Internacional do Trabalho (OIT).



Abaixo as siglas que você encontrará ao longo desta cartilha e seus significados:

BO – Boletim de Ocorrência

CAT – Comunicado de Acidente do Trabalho

CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes

EPI – Equipamento de Proteção Individual

INMETRO – Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia

INSS – Instituto Nacional do Seguro Social

MTE – Ministério do Trabalho e Emprego

NR – Normas Regulamentadoras

OIT – Organização Internacional do Trabalho

PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional

PPRA – Programa de Prevenção de Riscos Ambientais

SRTE – Superintendência Regional do Trabalho e Emprego



Acidente do Trabalho

Você sabe quanto custa um acidente?

Vamos imaginar um pequeno acidente...
A quem ele prejudica?



1 - Ao Acidentado

A mais constante consequência de um acidente é a **DOR**! Mas, de acordo com a gravidade do acidente, as consequências poderão ser mais graves.

Apontamos algumas das consequências que um acidente pode trazer a VOCÊ:

- O acidentado poderá ser afastado por algum tempo de suas funções;
- Ter parte do seu corpo imobilizado ou inutilizado, isso quando não for afastado permanentemente;
- Ter seu salário reduzido, entre outras.

2 - À Empresa

Menor produtividade, perda do tempo gasto com o atendimento, prejuízos materiais, gastos com pagamentos das horas de afastamento, medicamentos, além de influências psicológicas negativas no ambiente de trabalho.

3 - Ao País

Sabemos que o Brasil vive de produtividade em suas diversas atividades industriais. Ocorrendo um acidente, há queda nessa produtividade. Existem os custos de atendimento, pagamento de auxílios pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) e a aposentadoria.

O Brasil ainda ocupa lugar como um dos recordistas em acidentes do trabalho, e isso não deve ser orgulho para nenhum país, pois os acidentes mutilam e trazem danos à saúde do trabalhador.

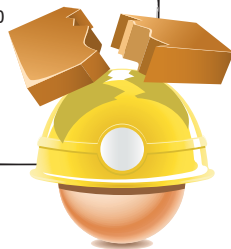
Você sabe o que é Acidente do Trabalho?

Acidente do trabalho é aquele que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa, provocando lesão corporal ou funcional que cause morte, perda ou redução permanente ou temporária da capacidade para o trabalho.

Também é considerado acidente do trabalho todo aquele que ocorre com o trabalhador no trajeto desde a casa para o local de trabalho e vice-versa (acidente de trajeto).

Tipos de Acidente do Trabalho

- **Sem afastamento:** é aquele de natureza leve, em que o funcionário reassume suas funções normais até 24 horas do acidente.
- **Com afastamento:** é aquele de natureza mais grave, em que o funcionário não consegue retornar às suas funções no prazo de 24 horas após o acidente.
- **Acidente de trajeto:** é aquele ocorrido na trajetória normal do funcionário, de sua residência para o trabalho e vice-versa.



Você sabe como agir em caso de acidente de trajeto?

Na ocorrência de acidente de trajeto, o funcionário deve procurar atendimento em hospital, de preferência conveniado com a empresa ou do INSS. Após atendimento deverá comunicar ao seu superior imediato.

Fique atento:

Quando for acidente de trânsito, é necessário obter o Boletim de Ocorrência (BO) elaborado pela Polícia Militar para emissão do Comunicado de Acidente do Trabalho (CAT), quando for necessário.

Comunicado de Acidente de Trabalho

A comunicação de acidente de trabalho é uma obrigação legal, e a empresa tem 24 horas para comunicar ao INSS, através de formulário eletrônico próprio chamado CAT*.



* Você encontra esse formulário para download no site: <<http://www.dataprev.gov.br/servicos/cat/cat.shtm>>.

Causas de Acidente do Trabalho

Condições Inseguras

São aquelas que estão sempre presentes no ambiente do trabalho, que podem levar à ocorrência de acidentes. São essas irregularidades físicas ou eletromecânicas que colocam em risco a integridade física e mental do trabalhador e também os bens materiais da empresa.

- Áreas de trabalho insuficientes;
- Iluminação inadequada;
- Máquinas e equipamentos com defeitos;
- Pisos irregulares;
- Excesso de ruído;
- Instalações com defeitos ou impróprias;
- Falta de proteção em partes móveis de máquinas e/ou equipamentos;

- Falta de sinalização;
- Entre outras...

Atos Inseguros

Os atos inseguros são geralmente definidos como causa dos acidentes do trabalho, que residem exclusivamente no fator humano. É a violação das normas de segurança da empresa.

Seguem para orientação alguns fatores que podem levá-lo a praticar atos inseguros:

- Correr no local de trabalho;
- Brincar no local de trabalho;
- Utilizar objetos de adorno, tais como relógio, anel, pulseira, correntes, brincos etc., ao trabalhar;

- Transportar e/ou levar objetos pesados de maneira incorreta;
- Empilhar materiais de forma insegura;
- Colocar-se em local perigoso;
- Deixar de usar Equipamento de Proteção Individual (EPI) necessário;
- Inutilizar os dispositivos de segurança;
- Improvisar ferramentas e/ou equipamentos de trabalho;
- Trabalhar sobre máquinas e/ou equipamentos elétricos, em movimento;
- Fazer manutenção em máquinas ou equipamentos elétricos, sem estar habilitado a fazê-lo;
- Manipular ou manusear produtos químicos de forma incorreta;
- Não manter sua área de trabalho arrumada e limpa;
- Não se dirigir à enfermaria da empresa quando não estiver sentindo-se bem de saúde;
- Fumar próximo a inflamáveis e/ou locais proibidos;
- Alcoolismo;
- Trabalhar em altura superior a 2 metros sem proteção.

Fator pessoal de segurança

É a causa relativa ao comportamento humano, que propicia a ocorrência de acidentes.

- Exemplo: doença na família, problemas financeiros, relações afetivas, excesso de horas trabalhadas, problemas conjugais etc.



Gestão de Saúde do Trabalhador

Você sabe o que é PCMSO?

O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) – NR7, conforme o MTE, é parte integrante de um conjunto de iniciativas da empresa no campo da saúde dos trabalhadores, devendo estar articulado com o disposto nas demais Normas Regulamentadoras da Portaria 3214.

O PCMSO deve tratar das questões de incidentes sobre o indivíduo e a coletividade de trabalhadores, privilegiando o instrumental clínico-epidemiológico na abordagem da relação entre a sua saúde e o seu trabalho.

Esse documento deverá ter caráter de prevenção, rastreamento e diagnóstico precoce dos agravos à saúde relacionados ao trabalho, inclusive de natureza subclínica, além da constatação da existência de casos de doenças profissionais ou danos irreversíveis à saúde dos trabalhadores, conforme item 7.2 da NR7 – Portaria 3214.

O PCMSO destaca, no planejamento, implantação referente aos riscos à saúde dos trabalhadores, especialmente os identificados nas avaliações previstas nas demais NR da Portaria 3214 do MTE.

Não se esqueça de que o PCMSO é obrigatório e deve estar incluso nos seguintes exames médicos:

- Admissional;
- Periódico;
- De retorno ao trabalho;
- De mudança de função;
- Demissional.



Lembrete:

Durante o processo de admissão de um novo trabalhador, este deve ser submetido ao exame médico ocupacional. O objetivo é garantir que a sua saúde esteja compatível com a atividade que realizará na empresa.



Você sabe o que é o documento PPRA?

Tão importante quanto o PCMSO, o Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA) é um documento obrigatório e deve ser implantado na empresa de responsabilidade do empregador, com a participação dos empregados, visando à preservação da saúde e à integridade do trabalhador.

O PPRA – NR9 abrange as seguintes fases:



O PPRA faz parte de um conjunto de iniciativas que devem estar articuladas com as demais NR da Portaria 3214 e em especial a NR7.

Em conformidade com a NR9, subitem 9.2.1, da Portaria 3214 do MTE, o PPRA deve conter em sua estrutura documental, no mínimo:

- Planejamento anual com estabelecimento de metas, prioridades e cronograma de ação;
- Estratégia e metodologia de ação;
- Forma de registro, manutenção e divulgação dos dados;
- Forma de avaliação do desenvolvimento do PPRA.

Esta é para não esquecer!

Durante a elaboração do PCMSO e do PPRA, é importante que você conheça os agentes ambientais nocivos à saúde do trabalhador da sua empresa.

Mas você sabe o que são agentes ambientais?

São elementos ou substâncias presentes nos diversos ambientes do trabalho que, quando encontrados acima do limite de tolerância, podem causar danos à saúde das pessoas.

Eles podem ser:

- físicos
- químicos
- biológicos
- ergonômicos
- de acidentes.

Veja, a seguir, as características de cada um:



Os agentes **FÍSICOS** são representados na cor verde.

São eles:

- | | |
|-------------|---------------------|
| ■ Ruído | ■ Radiações |
| ■ Vibrações | ■ Umidade |
| ■ Calor | ■ Pressões anormais |
| ■ Frio | |

Os riscos **MECÂNICOS** são representados na cor azul.

São eles:

- | | |
|-------------------------------------|--|
| ■ Arranjo físico deficiente | ■ Ferramentas e EPI inadequados e/ou defeituosos |
| ■ Máquina sem proteção | |
| ■ Instalações elétricas inadequadas | ■ Sinalização deficiente |

Os riscos **ERGONÔMICOS** são representados na cor amarela.

São eles:

- | | |
|--------------------------|----------------------------------|
| ■ Trabalho físico pesado | ■ Monotonia |
| ■ Posturas incorretas | ■ Jornada de trabalho prolongada |
| ■ Posições incômodas | |
| ■ Ritmos excessivos | |



Os agentes **QUÍMICOS** são representados na cor vermelha.

São eles:

- | | |
|-----------|---------------------|
| ■ Gases | ■ Fumos |
| ■ Vapores | ■ Produtos químicos |
| ■ Poeiras | |

Os agentes **BIOLÓGICOS** são representados na cor marrom.

São eles:

- | | |
|-------------|----------------|
| ■ Vírus | ■ Protozoários |
| ■ Bactérias | ■ Fungos |
| ■ Parasitas | ■ Bacilos |



Importante...

Quando você identifica corretamente os agentes ambientais de sua empresa, eles podem ser reagrupados em um quadro denominado Mapa de Risco onde ficará mais fácil dos trabalhadores identificarem que tipos de agentes estão expostos.

Mapa de Riscos:

Quem elabora?

- Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA)
- Trabalhadores

Imprescindível a participação dos TRABALHADORES devido ao:

- CONHECIMENTO DA ÁREA
- ENVOLVIMENTO COM OS RISCOS

Benefícios para a **empresa** quando se implanta o Mapa de Risco:

- Facilidade na administração da prevenção de acidentes e de doenças do trabalho;
- Aumento de ganho na qualidade e produtividade;
- Aumento dos lucros diretamente;
- Informação sobre os riscos aos quais o trabalhador está exposto.

Benefícios para os **empregados** quando se implanta o Mapa de Risco:

- Propicia o conhecimento dos riscos aos quais podem estar sujeitos;
- Oferece dados importantes relativos à saúde;
- Conscientiza quanto à tomada de boas práticas e utilização do EPI quando necessário.

Equipamento de Proteção

Individual – EPI

O EPI é de uso pessoal, com a finalidade de dar proteção ao usuário, cabendo a cada funcionário a guarda e a conservação do equipamento sob sua responsabilidade.

Obrigações do Empregador:

- Adquirir o tipo de EPI adequado à atividade;
- Fornecer somente equipamentos aprovados pelo MTE;
- Treinar o trabalhador sobre o seu uso adequado;
- Tornar obrigatório o seu uso;
- Substituí-lo, imediatamente, quando danificado ou extraviado;



- Responsabilizar-se pela sua higienização e manutenção periódica;
- Comunicar ao MTE qualquer irregularidade observada no EPI adquirido.

Obrigações do Empregado:

- Utilizar o EPI apenas para a finalidade a que se destina;
- Responsabilizar-se por sua guarda e conservação;
- Comunicar ao empregador qualquer alteração que torne impróprio o seu uso.

Referências Legais:

- NR1 – Portaria 3214
- NR6 – Portaria 3214
- CLT – Artigo 166 e parágrafo 1º do artigo 462

Anote aí...

Não basta apenas entregar o EPI ao trabalhador, mas é necessário você:

- Treinar o empregado sobre o uso do EPI;
- Registrar o treinamento aplicado;
- Registrar em ficha de EPI;
- Manter a ficha de EPI atualizada.

Mas atenção...

Constitui ato faltoso a recusa injustificada do empregado em usar o EPI e não cumprir as normas de segurança do trabalho.

Esse ato faltoso pode ser penalizado com advertência e, em caso de reincidência, poderão ser tomadas medidas mais enérgicas previstas na legislação em vigor, dentre elas: a suspensão por até cinco dias sem pagamento de salários e até mesmo demissão por justa causa.



Regras Gerais de Segurança:

- Siga as instruções, não se arrisque. Se não sabe, pergunte ao seu superior imediato;
- Cumpra todos os regulamentos e avisos de segurança;
- Faça todos os dias pré-inspeção de segurança antes de iniciar suas atividades;
- Participe de todos os treinamentos para os quais for convocado;
- Submeta-se a todos os exames médicos previstos nas Normas Regulamentadoras do Ministério do Trabalho e Emprego;
- Corrija ou comunique ao seu superior as condições de perigo;
- Mantenha limpo e desobstruído o piso e as passagens de acesso a extintores, caixas de hidrantes e saídas de emergência;
- Use ferramentas e equipamentos adequados ao trabalho com segurança;
- Caminhe com cuidado a fim de evitar tropeções e escorregões. Use sempre os corredores de tráfego;
- Use sempre o Equipamento de Proteção Individual indicado e mantenha-o em boas condições;
- Procure sempre trabalhar observando a postura correta do corpo;

- Ao levantar peso, peça ajuda para as cargas pesadas;
- Não provoque brincadeiras, evite distrair os outros;
- Coopere na limpeza, na ordem e na prevenção dos acidentes;
- Mantenha o local de trabalho em ordem, o chão limpo, seco e livre de obstáculos;
- Ponha todo o lixo, sucata, aparas etc. nos recipientes que lhes são destinados, facilitando o trabalho do pessoal da limpeza geral;
- Antes de jogar cacos de vidro ou qualquer outro material similar no lixo, embrulhe-os em papel cartão ou papelão;
- Mantenha devidamente arrumados os materiais e as ferramentas com os quais trabalha, principalmente as ferramentas de corte;
- Ajuste e/ou repare o equipamento somente quando autorizado;
- Se derramar óleo ou qualquer outro líquido no piso ou em qualquer outra superfície, limpe-o imediatamente;
- Não jogue pontas de cigarro no piso. Use os recipientes apropriados, certificando-se de que o cigarro está apagado;
- Mantenha os líquidos e as substâncias inflamáveis dentro de recipientes apropriados, devidamente tampados;
- Não permita que materiais estocados se projetem nos corredores ou nas passagens;
- Assegure-se de que mangueiras, cabos, cordas, extensões elétricas etc., estão corretamente estendidas nos locais de trabalho, e não constituem risco de quedas;
- Ao usar o sanitário nunca pise no vaso, pois ele não apresenta resistência e pode quebrar, causando acidente.

Noções de Combate a Incêndio

As causas de incêndio são variadas, tais como descargas elétricas atmosféricas, falhas humanas, sobrecarga nas instalações elétricas etc. É necessário o conhecimento prévio das instalações do edifício, conhecer e saber utilizar os agentes extintores, visando garantir ações necessárias para o combate no início do incêndio.

Para ocorrer o fogo são necessários quatro elementos:

- Combustível
- Calor
- Comburente
- Reação química



Os métodos de combate a incêndio são:

- Resfriamento
- Abafamento
- Retirada do material combustível



Para extinguir o princípio de incêndio você pode utilizar quatro tipos de extintores, de acordo com a sua classe de atuação. São eles:

UNIDADES EXTINTORAS E APLICAÇÕES

- Extintor em Água: age por resfriamento.



- Extintor de Pó Químico: quebra a reação em cadeia, interrompendo o processo de combustão.



- Gás Carbônico (CO₂): age por abafamento e por resfriamento. É um gás sem cheiro, sem cor e não conduz eletricidade, sendo recomendado para a extinção de fogo as classes B e C.



- Especial: age sob os elementos pirofóricos, tais como magnésio, sódio, zircônio etc.



O que fazer para manter em dia a prevenção contra incêndio?

- Procure adquirir extintor em casas especializadas;
- Ao realizar manutenção de recarga exija ordem de serviço assinada pelo técnico responsável pelo serviço;
- Verifique o histórico do fornecedor que irá realizar a recarga do extintor;
- Verifique sempre os selos de extintor novo e de extintor após manutenção. Eles são diferentes e devem possuir o selo do Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia (INMETRO);
- Os extintores devem ser inspecionados mensalmente para garantir sua eficiência no combate ao sinistro;
- Leia as informações que estão contidas no extintor. Elas são preciosas para você;
- Procure conhecer na sua empresa a rota de fuga em caso de acidentes.

Lembre-se:

Conhecer os extintores, sua classe e participar de exercícios de simulação auxiliam muito no combate a sinistros.

Término do Dia de Trabalho

Não deixe de observar as seguintes Normas de Segurança:

- Desligue a energia elétrica de todas as máquinas, aparelhos, equipamentos etc.;
- Guarde as ferramentas em seus devidos lugares;
- Arrume os materiais, não obstrua a passagem;
- Inspeção o equipamento que foi usado, quanto ao seu estado de conservação e funcionamento;
- Não jogue copos descartáveis no chão;
- Guarde latas ou vasilhames de óleo, tintas, graxas etc.;
- Respeite a sinalização de segurança;
- Não corra.



Referências

ABNT – Associação Brasileira de Normas Técnicas. NBR 14276:2006 Brigada de Incêndio – Requisitos. Rio de Janeiro, 2006.

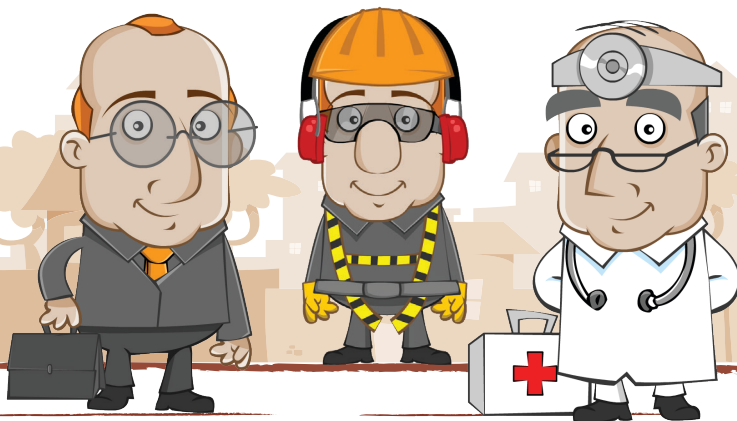
_____. Segurança e medicina do trabalho. Lei nº 6514 de 22 de Dezembro de 1977. São Paulo: Atlas, 2012. 1048p. ISBN: 9788522473434.

Dicionário Eletrônico Houaiss da Língua Portuguesa. 2.0. Editora Objetiva Ltda., 2007.

Normas Regulamentadoras – Portaria 3214/78. Ministério do Trabalho e Emprego.

MORAES, Giovanni Araújo. Legislação de segurança e saúde ocupacional. 2ª ed. Gerenciamento Verde Editora. Rio de Janeiro: 2008. 1072p. ISBN: 9788599331095.

Siga corretamente essas regras, pois elas
valem ouro na sua gestão de segurança!





5101040000701



Integrado ao Sistema
Fecomércio MG

0800 724 4440 ▪ www.mg.senac.br