

# 5994 - Segurança do Trabalho

## Plano de Aula - 32 Aulas (Aulas de 1 hora)



### Aula 1

#### Capítulo 1 - Introdução a Segurança do Trabalho

1.1. O que é Segurança do Trabalho?.....	27
1.2. Como Surgiu a Segurança do Trabalho – Um Pouco de História.....	28
1.2.1. No Mundo.....	28
1.2.2. No Brasil.....	29
1.3. Introdução ao Estudo do SESMT.....	32
1.4. O que é SESMT?.....	33
1.5. Atribuições do SESMT de acordo com a NR 4.....	33
1.6. Profissionais que Fazem Parte do SESMT.....	38
1.7. Profissionais Prevenzionistas que não Fazem Parte do SESMT NR 4.....	40
1.7.1. Psicólogo do Trabalho.....	40
1.7.2. Fisioterapeuta do Trabalho.....	41
1.7.3. Odontólogo do Trabalho.....	41
1.7.4. Ergonomista.....	41
1.7.5. Higienista Ocupacional.....	41
1.7.6. Tecnólogo de Segurança do Trabalho.....	41

### Aula 2

#### Capítulo 1 e 2 - Introdução a Segurança do Trabalho e Normas Regulamentadoras

1.8. Quem Define a Quantidade de Profissionais do SESMT que Devem Atuar na Empresa?.....	42
1.9. Importância da Segurança do Trabalho.....	42
1.9.1. Organização do Ambiente.....	42
1.9.2. Evitar Acidentes de Trabalho.....	42
1.9.3. Em quais Segmentos se Aplicam a Segurança do Trabalho.....	42
1.9.4. Os Riscos do Ambiente.....	43
1.9.5. O que a Empresa Ganha Investindo em Segurança do Trabalho?.....	43
1.9.6. Posso Contratar um Tecnólogo para o Lugar de um Técnico de Segurança do Trabalho?.....	44
1.9.7. Quais as Ferramentas que Podem ser Usadas para Promover a Segurança do Trabalho na Empresa?.....	44
1.9.8. E, por fim, Por que a Empresa Deve Investir em Segurança do Trabalho?.....	45
2.1. O que são as NRs?.....	51
2.2. As NRs se Aplicam a Quais Entidades?.....	51
2.3. Como Surgiram as NRs?.....	51
2.4. Quem Elabora as Normas Regulamentadoras (NRs).....	52
2.5. Processo de Criação das Normas Regulamentadoras (NRs).....	52

### Aula 3

#### Capítulo 2 - Normas Regulamentadoras

2.6. Principais Entidades que Participam da Elaboração e Revisão das NRs.....	53
2.7. O Cumprimento das NRs Elimina a Obrigatoriedade de Observação de Outras Normas?.....	53
2.8. Quais são as NRs Mais Importantes?.....	53
2.9. Quantas NRs Estão em Vigor Atualmente?.....	54
2.10. Como Saber Quais Normas Regulamentadoras Estão Atualizadas?.....	54
2.11. Resumo das Normas Regulamentadoras.....	54
2.12. A Importância das NRs.....	62
2.12.1. Facilidade de Acesso.....	62
2.12.2. Direção Para o Empregador.....	63
2.12.3. Direção Para o SESMT da Empresa.....	63
2.12.4. Direção Para o Auditor do MTE.....	64
2.12.5. Comissão Tripartite Paritária Permanente.....	64
2.12.6. As Normas de Segurança são Importantes Para os Trabalhadores.....	65
2.12.7. As Normas de Segurança são Importantes Para o Governo.....	65
2.13. Como Calcular as Penalidades Previstas nas NRs?.....	65

## Aula 4

### Capítulo 3 - Riscos Físicos no Ambiente de Trabalho

3.1. Introdução.....	79
3.1.1. Riscos Ambientais.....	79
3.1.2. Riscos Físicos.....	80
3.2. Ruídos – Introdução.....	80
3.2.1. O Ruído e a Audição.....	81
3.2.2. O que é Ruído?.....	81
3.2.3. O que é Som?.....	81
3.2.4. Como Perdemos a Audição?.....	81
3.2.5. Explicando como Acontece.....	82
3.2.6. Alguns dos Lugares mais Ruidosos.....	83
3.2.7. Outras Causas que Induzem a Perda Auditiva.....	83
3.2.8. Sinais e Sintomas de Perda Auditiva.....	83
3.2.9. Como Evitar a Perda da Audição.....	84
3.2.10. Medidas Administrativas e EPC.....	84
3.2.11. Uso de EPI.....	84

## Aula 5

### Capítulo 3 - Riscos Físicos no Ambiente de Trabalho

3.2.12. Protetor Auditivo Tipo Plug.....	85
3.2.13. Protetor Auditivo Tipo Concha.....	86
3.2.14. Protetor Auditivo Tipo Espuma.....	87
3.2.15. Considerações Gerais.....	87
3.2.16. Exames Audiométricos.....	88
3.2.17. Outras Orientações de Segurança.....	89
3.3. Vibrações.....	89
3.3.1. Legislações.....	90
3.3.2. Tipos de Vibrações.....	91
3.3.3. Efeito das Vibrações.....	91
3.3.4. Diminuindo ou Neutralizando o Risco.....	92
3.3.4.1. Procedimentos para Realização do Trabalho.....	93
3.3.5. Conclusão.....	95
3.4. Radiações Ionizantes.....	95
3.4.1. Efeitos da Radiação Ionizante.....	96

## Aula 6

### Capítulo 3 - Riscos Físicos no Ambiente de Trabalho

3.4.2. Efeitos da Radiação Ionizante no Organismo.....	96
3.4.3. O Desastre mais Famoso do Mundo.....	96
3.4.4. Medidas Preventivas.....	97
3.4.5. Mais Orientações de Segurança.....	98
3.5. Radiações não Ionizantes.....	98
3.5.1. Tipos de Radiação não Ionizantes mais Conhecidas.....	99
3.6. Radiações Solares.....	99
3.6.1. Radiação UVA.....	99
3.6.2. Radiação UVB.....	99
3.6.2.1. Efeitos Indesejados em Consequência da Exposição aos Raios Solares.....	100
3.6.3. Queimaduras Solares.....	100
3.6.3.1. Medidas Preventivas.....	100
3.6.4. Creme de Proteção com CA.....	101
3.6.5. Radiação no Processo de Solda.....	102
3.6.5.1. Equipamentos de Proteção Individual Indicados nos Processos de Soldagem.....	102

## Aula 7

### Capítulo 3 - Riscos Físicos no Ambiente de Trabalho

3.6.5.2. Barreiras de Proteção.....	103
3.7. Laser.....	103
3.7.1. Uso do Laser.....	104
3.7.2. Riscos na Utilização do Raio Laser.....	105
3.7.3. Proteção em Nível Coletivo.....	105
3.7.4. Proteção Individual.....	105
3.8. Frio Ocupacional.....	106
3.8.1. Equilíbrio de Temperatura.....	106
3.8.2. Riscos do Trabalho em Ambientes Frios.....	106
3.8.3. Tempo de Permanência no Trabalho a Frio.....	107

3.8.4. Principais Lesões, Doenças e Problemas Provocados pelo Frio.....	108
3.8.5. Primeiros Socorros.....	110
3.8.6. Outras Medidas Preventivas e Corretivas.....	110
3.8.7. Equipamentos de Proteção Individual para Trabalho a Frio.....	111

## Aula 8

### Capítulo 3 - Riscos Físicos no Ambiente de Trabalho

3.9. Calor.....	111
3.9.1. Locais de Trabalho com Maior Incidência de Calor.....	111
3.9.2. Agravantes da Sensação de Calor.....	112
3.9.3. Equilíbrio de Temperatura.....	112
3.9.4. Normas Sobre Calor Ocupacional.....	113
3.9.5. Principais Lesões, Doenças e Problemas Provocados pelo Calor.....	113
3.9.5.1. Exaustão.....	113
3.9.5.2. Esgotamento ou Desfalecimento.....	113
3.9.5.3. Insolação.....	114
3.9.5.4. Câimbra do Calor.....	115
3.9.5.5. Urticária ao Calor.....	116
3.9.10. Medidas Gerais de Prevenção.....	116
3.9.10.1. Copos Descartáveis – Pensando no Meio Ambiente.....	119
3.9.11. Avaliação do Ambiente de Trabalho Segundo a NR 15.....	121
3.10. Pressões Anormais.....	124

## Aula 9

### Capítulo 3 - Riscos Físicos no Ambiente de Trabalho

3.11. Pressão Hiperbárica.....	124
3.11.1. O que é Pressão Hiperbárica?.....	124
3.11.2. Doença Descompressiva.....	125
3.11.3. Orientações de Segurança.....	126
3.12. Pressão Hipobárica.....	129
3.12.1. O que é Pressão Hipobárica?.....	129
3.12.2. Efeitos da Pressão Hipobárica.....	130
3.12.3. Principais Sintomas dos Efeitos da Altitude.....	131
3.12.4. Medidas de Prevenção Recomendadas.....	131
3.13. Umidade.....	132
3.13.1. Umidade Ocupacional.....	132
3.13.2. Legislação.....	132
3.13.3. Locais com Mais Incidência de Umidade.....	133
3.13.4. Os Riscos.....	133
3.13.5. Formas de Penetração.....	134
3.13.6. Medidas Preventivas.....	134

## Aula 10

### Capítulo 4 - Riscos Químicos

4.1. O Perigo que às Vezes não Vemos.....	139
4.1.1. O Começo de Tudo.....	140
4.1.2. Reconhecimento do Risco no Ambiente.....	140
4.1.3. Níveis de Prevenção.....	140
4.2. Principais Doenças e Seus Respective Causadores.....	141
4.3. Chumbo (PB) – Saturnismo.....	141
4.3.1. Legislação Sobre Insalubridade – Chumbo.....	141
4.3.2. Um Pouco de História.....	142
4.3.3. Formas de Penetração do Chumbo no Organismo.....	142
4.3.4. Sintomas do Saturnismo.....	143
4.3.5. Diagnóstico do Saturnismo.....	143
4.3.6. Medidas de Prevenção.....	143
4.4. Cromo (CR).....	143
4.4.1. Legislação – Sobre Insalubridade nos Trabalhos com Cromo.....	144
4.4.2. Vias de Absorção do Cromo.....	144

## Aula 11

### Capítulo 4 - Riscos Químicos

4.4.3. Sintomas.....	144
4.4.4. Diagnóstico.....	145
4.4.5. Medidas de Prevenção.....	145
4.5. Mercúrio (HG).....	145

4.5.1. Legislação Sobre Insalubridade Relacionada ao Mercúrio.....	145
4.5.2. Uso do Mercúrio.....	145
4.5.3. Os Riscos da Exposição ao Mercúrio.....	146
4.5.4. Sintomas do Intoxicado.....	146
4.5.5. Diagnóstico.....	147
4.5.6. Medidas de Prevenção.....	147
4.6. Manganês (MN).....	147
4.6.1. Manganês Alimento ou Poeira?.....	148
4.6.2. Limite de Tolerância.....	148
4.6.3. Medidas de Prevenção.....	149

## Aula 12

### Capítulo 4 - Riscos Químicos

4.7. Cloro (CL).....	150
4.7.1. Limite de Tolerância – Insalubridade.....	151
4.7.2. Sintomas de Exposição.....	151
4.7.3. Primeiros Socorros.....	151
4.7.4. Medidas Preventivas.....	151
4.8. Arsênio (AS).....	152
4.8.1. Um Pouco de História.....	152
4.8.2. Tratamento do Arsenismo.....	153
4.8.3. Males Causados pelo Arsenismo.....	153
4.8.4. Medidas Preventivas.....	153
4.9. Fósforo (P).....	154
4.9.1. Diferenças entre Fósforos.....	154
4.9.2. Vias de Absorção.....	154
4.9.3. Insalubridade – NR 15 – Anexo 13.....	154

## Aula 13

### Capítulo 4 - Riscos Químicos

4.9.4. Efeitos no Organismo.....	155
4.9.5. Importante.....	155
4.9.6. Medidas Preventivas.....	155
4.10. Benzeno.....	156
4.10.1. Como o Benzeno Penetra no Organismo.....	156
4.10.2. A Absorção do Benzeno.....	156
4.10.3. A Principal Via de Penetração do Benzeno.....	157
4.10.4. Outras Formas de Absorção do Benzeno.....	157
4.10.5. Os Mais Atingidos Pelo Benzeno.....	157
4.10.6. Informação para Prevenção.....	158
4.10.7. Insalubridade – NR 15.....	158
4.11. Silicose.....	160
4.11.1. Trabalhadores Expostos.....	160
4.11.2. Fases da Doença.....	160

## Aula 14

### Capítulo 4 e 5 - Riscos Químicos e Riscos Biológicos

4.12. Asbestose.....	161
4.12.1. Uso do Amianto.....	161
4.12.2. Medidas Preventivas – NR 15.....	161
4.13. Bagaçose.....	162
4.13.1. Sintomas da Doença.....	162
4.13.2. Insalubridade – NR 15 – Anexo 13.....	162
4.13.3. Conclusão.....	163
4.14. Sobre o Pagamento de Adicional de Insalubridade.....	163
4.15. A Importância da Notificação Compulsória.....	163
4.16. Riscos Químicos – Definições.....	164
4.16.1. Substâncias, Compostos ou Produtos Químicos.....	164
4.17. Quadro II da NR 7.....	168
5.1. Biossegurança.....	173
5.2. Classificação dos Riscos Biológicos.....	173

## Aula 15

### Capítulo 5 - Riscos Biológicos

5.3. Classificação dos Riscos Biológicos Segundo a NR 32 – Anexo 1.....	174
5.4. Vacinação Ocupacional.....	174

5.4.1. A Primeira Vacina.....	174
5.4.2. A Vacinação Segundo a NR 32.....	175
5.4.3. Vantagens da Vacinação.....	175
5.4.4. Da Vacinação dos Trabalhadores.....	176
5.4.5. As Formas de Vacinar.....	177
5.4.6. Conclusão.....	177
5.5. Risco Biológico – Insalubridade.....	177
5.6. Medidas Preventivas Contra Riscos Biológicos.....	178
5.6.1. Medidas Coletivas.....	178
5.6.2. Medidas Individuais.....	180
5.7. HIV.....	181
5.7.1. O que é HIV?.....	181
5.7.2. A Manifestação da Doença.....	182

## Aula 16

### Capítulo 5 e 6 - Riscos Biológicos e Insalubridade e Periculosidade

5.7.3. Como se Contrai o HIV?.....	183
5.7.4. Perguntas Frequentes.....	183
5.7.5. HIV no Trabalho.....	184
5.7.6. O que Fazer em Caso de Exposição Acidental ao HIV no Trabalho?.....	184
5.8. Riscos Biológicos – Definições.....	184
5.8.1. Vírus.....	184
5.8.2. Bactérias.....	184
5.8.3. Protozoários.....	185
5.8.4. Fungos.....	185
5.8.5. Parasitas.....	185
5.8.6. Bacilos.....	185
6.1. Insalubridade é uma Coisa Boa?.....	189
6.1.1. Corte do Adicional por Inexistência da Fonte de Risco.....	190
6.1.2. Quero Saber Meus Direitos.....	190

## Aula 17

### Capítulo 6 - Insalubridade e Periculosidade

6.1.3. Um Mal Necessário (Mas nem Sempre).....	190
6.1.4. Diferença Entre Insalubridade, Periculosidade e Penosidade.....	191
6.1.5. E o que Seria Adicional de Penosidade?.....	192
6.1.6. Adicional de Insalubridade.....	192
6.1.7. Adicional de Periculosidade.....	193
6.1.8. O Trabalhador Pode Receber Insalubridade e Periculosidade ao Mesmo Tempo?.....	193
6.2. A Caracterização.....	195
6.2.1. Como Determinar se o Ambiente é Insalubre?.....	196
6.3. Lista de Atividades Insalubres Conforme a NR 15.....	197
6.4. Fornecimento de EPI Elimina o Pagamento de Insalubridade?.....	197
6.4.1. Trabalho Intermitente x Insalubridade.....	198
6.4.2. Direito Adquirido x Insalubridade.....	198
6.4.3. O Fornecimento de EPI Elimina o Pagamento de Insalubridade?.....	199
6.5. Eliminação da Insalubridade x Trabalhador.....	200
6.6. Cálculo do Adicional de Insalubridade.....	200

## Aula 18

### Capítulo 6 e 7 - Insalubridade e Periculosidade e Ergonomia

6.7. Periculosidade.....	200
6.8. Pagamento por Risco Iminente.....	201
6.9. Onde Encontrar a Lista de Atividades Perigosas.....	201
6.10. Caracterização da Periculosidade.....	201
6.11. Convenções Coletivas.....	201
6.12. Por que só Essas Profissões e Funções Têm Direito aos Adicionais?.....	202
7.1. Conceito de Ergonomia.....	207
7.2. Tipos de Ergonomia.....	207
7.3. Campos de Estudo da Ergonomia.....	208
7.4. Lesões Provocadas por Condições Ergonômicas Inadequadas.....	209
7.5. Métodos e Técnicas de Controle de Riscos.....	210
7.6. Técnicas Utilizadas na Análise do Trabalho.....	210
7.7. Análise de Sistemas.....	210
7.8. Análise dos Postos de Trabalho.....	211

## Aula 19

### Capítulo 7 e 8 - Ergonomia e Acidente de Trabalho

7.9. Dicas para Transporte Manual de Cargas.....	211
7.10. Mobiliário dos Postos de Trabalho.....	212
7.11. Assentos.....	213
7.12. Dicas de Ergonomia no Uso do Computador.....	213
7.12.1. Dicas Sobre Postura e Posição.....	214
7.12.2. Dicas Sobre Tela.....	214
7.12.3. Dicas Sobre o Ambiente.....	215
7.12.4. Dicas Sobre a Utilização de Notebooks.....	215
7.13. Quanto Peso Manual um Trabalhador Pode Transportar?.....	215
8.1. Acidente de Trabalho de Acordo com a Lei.....	221
8.2. Como Evitar Acidentes de Trabalho.....	224
8.3. As Perdas.....	224
8.4. Dados Estatísticos de Acidentes de Trabalho.....	225

## Aula 20

### Capítulo 8 - Acidente de Trabalho

8.5. Causas de Acidentes de Trabalho.....	225
8.6. Acidentes Causados por Falhas Humanas.....	226
8.7. Como Evitar Acidentes de Trabalho.....	228
8.7.1. Como Fazer a Análise de Risco?.....	228
8.8. Avaliação de Risco.....	229
8.9. Abordagem dos Riscos Deve Ser Feita por Etapa.....	230
8.10. Um Pouco de GHE.....	230
8.10.1. Etapa 1 – Identificação dos Perigos e dos Grupos de Pessoas em Risco.....	232
8.10.1.1. Identificação dos Trabalhadores que Poderão Estar Expostos a Riscos.....	233
8.10.2. Etapa 2 – Avaliação e Prioridade dos Riscos.....	233
8.10.3. Etapa 3 – Decisão Sobre Medidas Preventivas.....	234
8.10.4. Etapa 4 – Acompanhamento e Revisão.....	236
8.11. Fases da Conscientização.....	238
8.12. EPCs.....	238
8.13. EPLs.....	239

## Aula 21

### Capítulo 8 - Acidente de Trabalho

8.14. Ferramentas de Prevenção.....	239
8.14.1. Diálogo Diário de Segurança (DDS).....	239
8.14.2. Check List.....	241
8.14.3. Investigação de Acidentes.....	241
8.14.4. Inspeções de Segurança.....	241
8.14.5. APR.....	242
8.14.6. PT.....	242
8.14.7. Sinalização/Placas de Aviso.....	243
8.14.8. Mapa de Risco.....	243
8.15. Organização do Ambiente.....	244
8.16. Não Improvisar.....	244
8.17. Participar dos Treinamentos Oferecidos Pela Empresa.....	245
8.18. A Parte que Cabe à Empresa.....	245
8.19. Ações Regressivas do INSS.....	246

## Aula 22

### Capítulo 8 - Acidente de Trabalho

8.20. Legislação Punição – Responsabilidade Criminal.....	247
8.21. Multas por Descumprimento das Normas de Segurança.....	248
8.22. Direito de Recusa.....	250
8.22.1. Direito a Segurança do Trabalho.....	250
8.22.2. Rescisão do Contrato – Pelo Trabalhador por Exposição ao Risco.....	250
8.22.3. Embasamento Normativo – Direito de Recusa ao Trabalho.....	251
8.22.4. O que Significa Risco Grave e Eminente?.....	251
8.22.5. Manter o Ambiente Seguro é Responsabilidade do Empregador.....	251
8.22.6. Convenção n.155 da OIT.....	251
8.22.7. O Funcionário Vende a Força de Trabalho, mas não Deve Vender a Vida.....	252
8.22.8. Direito de Recusa não é Muleta para Funcionário Preguiçoso.....	252
8.22.9. Como Recusar o Trabalho nas Condições Citadas Neste Texto?.....	253
8.22.10. Concluindo Direito de Recusa.....	253

8.23. Primeiros Socorros.....	253
8.23.1. Conceito.....	254

## Aula 23

### Capítulo 8 e 9 - Acidente de Trabalho e Programas de Segurança do Trabalho

8.23.2. Fatores Emocionais em Primeiros Socorros.....	254
8.23.3. Plano de Ação do Socorrista.....	254
8.23.4. Kit de Primeiros Socorros é Obrigatório?.....	255
8.23.5. O Kit é Obrigatório Segundo a NR.....	255
8.23.6. Treinamento de Primeiros Socorros e Uso do Kit.....	255
8.23.7. O que Deve Conter no Kit de Primeiros Socorros?.....	256
8.23.8. Posso Colocar Medicamentos para Dor de Cabeça e Outros?.....	257
8.24. Conclusão – Acidente de Trabalho.....	258
9.1. PPRA – Programa de Prevenção de Riscos Ambientais.....	263
9.1.1. O que é PPRA?.....	263
9.1.2. Quais as Empresas que Precisam Implantar o PPRA?.....	263
9.1.3. Qual é a Finalidade do PPRA?.....	264
9.1.4. Quem Pode Elaborar o PPRA?.....	266
9.1.4.1. Técnico em Segurança pode Elaborar PPRA?.....	267

## Aula 24

### Capítulo 9 - Programas de Segurança do Trabalho

9.1.5. Qual Deve ser Feito Primeiro, o PPRA ou o PCMSO?.....	268
9.1.6. Estrutura do Programa.....	268
9.1.7. Qual é a Periodicidade do PPRA?.....	268
9.1.8. Onde Deve ser Guardado e quem Deve ter Acesso a Ele?.....	268
9.1.9. Cronograma de Ações do PPRA.....	269
9.1.10. A Importância do PPRA.....	269
9.1.11. Principais Erros Cometidos no PPRA.....	274
9.2. PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional.....	277
9.2.1. O que Significa a Sigla PCMSO?.....	277
9.2.2. Qual é a Norma que Regulamenta o PCMSO?.....	277
9.2.3. Para que Serve o PCMSO?.....	277
9.2.4. Quem tem que Pagar pela Elaboração do PCMSO?.....	278
9.2.5. Quem pode Elaborar o PCMSO?.....	278
9.2.6. Como Ocorre a Elaboração do PCMSO?.....	278
9.2.7. Qual é a Validade do PCMSO?.....	278

## Aula 25

### Capítulo 9 - Programas de Segurança do Trabalho

9.2.8. A Falta do PCMSO pode Levar à Multa?.....	279
9.2.9. A Partir de Quantos Funcionários a Empresa deve ter o PCMSO?.....	279
9.2.10. Quanto Custa a Elaboração do PCMSO?.....	279
9.2.11. Relatório Anual do PCMSO.....	279
9.2.12. Os Exames Complementares do PCMSO Podem ser Feitos pelo SUS?.....	279
9.2.13. Implantação do PCMSO.....	280
9.2.14. E se na Região não tiver Médico do Trabalho, o que Fazer?.....	280
9.2.15. Por Quanto Tempo Devo Guardar o PCMSO?.....	281
9.2.16. A Importância do PCMSO.....	281
9.3. PCMAT – Programa de Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção.....	283
9.3.1. O que é PCMAT?.....	283
9.3.2. Para que Serve o PCMAT?.....	283
9.3.3. Quais Empresas Precisam ter o PCMAT?.....	283
9.3.4. Qual é a Validade do PCMAT?.....	283
9.3.5. Qual Profissional pode Elaborar o PCMAT?.....	284

## Aula 26

### Capítulo 9 - Programas de Segurança do Trabalho

9.3.6. Qual é a Diferença entre PCMAT e PPRA?.....	284
9.3.7. A Obra que tem PPRA Também Precisa ter PCMAT?.....	285
9.3.8. Quais Documentos Integram o PCMAT?.....	285
9.3.10. Quanto Tempo é Necessário Guardar o PCMAT?.....	285
9.3.11. Onde Deve ser Guardado o PCMAT?.....	286
9.3.12. Conclusão.....	286
9.4. PCA – Programa de Conservação Auditiva.....	286
9.4.1. Sobre o Ruído.....	286

9.4.2. O que é PCA?.....	287
9.4.3. Quem Elabora o PCA.....	287
9.4.4. Na Prática.....	287
9.4.5. Parcerias.....	288
9.4.6. A Parte que Cabe ao PCMSO.....	289
9.4.7. Periodicidade Mínima da Audiometria nos Trabalhadores.....	289
9.4.8. Conclusão.....	290

## Aula 27

### Capítulo 9 e 10 - Programas de Segurança do Trabalho e Assuntos e Ferramentas que todo Profissional de SST Precisa Conhecer

9.5. PCV – Programa de Conservação Visual.....	290
9.5.1. Quais Empresas Devem Implantar.....	290
9.5.2. Normas Regulamentadoras.....	291
9.5.3. O PCV no Ambiente.....	291
9.5.4. Estrutura do PCV.....	292
9.5.5. Periodicidade.....	293
9.5.6. Conclusão.....	294
9.6. PPR – Programa de Proteção Respiratória.....	294
9.6.1. Agentes Químicos Agressores.....	294
9.6.2. Agentes Biológicos.....	295
9.6.3. Conclusão.....	295
9.7. Conclusão – Programas de Segurança.....	296
10.1. PPP – Perfil Profissiográfico Previdenciário .....	301
10.2. O que é PPP?.....	301
10.3. Atualmente o PPP Vale para Todas as Empresas?.....	301
10.4. Quando Deve ser Emitido?.....	302
10.5. Tempo de Guarda do PPP.....	302

## Aula 28

### Capítulo 10 - Assuntos e Ferramentas que todo Profissional de SST Precisa Conhecer

10.6. Responsável pelo PPP.....	302
10.7. CIPA.....	303
10.7.1. O que é CIPA?.....	303
10.7.2. Para que Serve a CIPA?.....	303
10.7.3. Direito a Estabilidade (Garantia de Emprego) na CIPA.....	303
10.7.4. Como a CIPA é Formada?.....	304
10.7.5. Como Definir o Número de Membros da CIPA?.....	304
10.7.6. Quando a Empresa Precisa ter CIPA?.....	305
10.7.7. Funcionário em Período de Experiência Pode se Candidatar a Cargo de CIPA?.....	305
10.7.8. Técnico de Segurança do Trabalho Pode se Candidatar na CIPA?.....	306
10.7.9. Estagiário Pode se Candidatar na CIPA?.....	307
10.7.10. Quem Pode Ministar Treinamento da CIPA?.....	308
10.7.11. Principais Atribuições da CIPA.....	308
10.7.12. Organização dos Envolvidos na CIPA.....	309
10.7.13. O que Faz o Designado da CIPA?.....	310
10.7.14. Devo Protocolar a CIPA no SRTE?.....	311
10.7.15. Quando um Membro Sai da CIPA, como Posso Colocar Outro no Lugar?.....	311

## Aula 29

### Capítulo 10 - Assuntos e Ferramentas que todo Profissional de SST Precisa Conhecer

10.7.16. Em quais Situações a Empresa pode Encerrar as Atividades da CIPA?.....	311
10.7.17. Atribuições dos Funcionários na CIPA II.....	312
10.7.18. Considerações Finais.....	312
10.8. O que é Permissão de Trabalho.....	312
10.8.1. Legislação para o Empregador.....	312
10.8.2. Legislação Para os Funcionários.....	313
10.8.3. Ler Antes de Assinar.....	313
10.8.4. Por que Ter a Permissão de Trabalho na Empresa?.....	313
10.8.5. A Permissão de Trabalho é Importante para o Empregador.....	313
10.8.6. A Permissão de Trabalho é Importante para o Funcionário.....	314
10.8.7. Em Quantas Vias Deve ser Emitida a Permissão de Trabalho?.....	314
10.8.8. Atualizações da Permissão de Trabalho.....	314



10.8.9. A Permissão de Trabalho Deve ser Feita por Função, Por quê?.....	314
10.8.10. Quando Deve ser Assinada a Permissão de Trabalho?.....	314
10.8.11. Qual Profissional Pode Elaborar e Assinar a Ordem de Serviço?.....	315
10.8.12. Como Elaborar a Permissão de Trabalho?.....	315

## Aula 30

### Capítulo 10 e 11 - Assuntos e Ferramentas que todo Profissional de SST Precisa Conhecer e Higiene Ocupacional

10.9. LTCAT.....	315
10.9.1. O LTCAT Continua Valendo?.....	315
10.9.2. Para que Serve?.....	316
10.9.3. Qual é a Periodicidade do LTCAT?.....	316
10.9.4. Quem Elabora o LTCAT?.....	316
10.9.5. Quem Instituiu o LTCAT?.....	317
10.10. CAT – Comunicação de Acidente de Trabalho.....	317
10.10.1. Tipos de CAT.....	317
10.10.2. Quando Deve Ser Emitida?.....	317
10.10.3. Se o Empregador não Emitir a CAT, Outra Pessoa Poderá Fazer?.....	317
10.10.4. As Vias da CAT.....	318
10.11. Incêndio e Brigada de Incêndio.....	318
10.11.1. Relatório de Inspeção do Corpo de Bombeiros – Itens Exigidos..	321
11.1. Exposição ao Perigo ou ao Risco?.....	331
11.1.1. Áreas de Atuação de Higiene Ocupacional.....	331

## Aula 31

### Capítulo 11 - Higiene Ocupacional

11.1.2. Tipos de Agentes.....	332
11.1.3. Higiene Ocupacional.....	333
11.1.4. Estudo.....	333
11.1.5. Entendendo as Análises.....	333
11.1.6. Condução dos Trabalhos.....	334
11.1.7. Relatórios e Ações.....	334
11.1.8. Qual é a Prioridade das Medidas?.....	335
11.1.9. Concluindo.....	335
11.2. Equipamentos de Avaliação Ambiental.....	336
11.2.1. Equipamentos de Medição.....	336
11.2.2. Anemômetros.....	336
11.2.3. Bomba para Amostragem de Gases e Poeira.....	337
11.2.4. Detector de Gás.....	337
11.2.5. Decibelímetro ou Medidor de Nível de Pressão Sonora.....	338
11.2.6. Dosímetro.....	338
11.2.7. Monitor de Ibutg (Índice de Bulbo Úmido e Termômetro de Globo).....	339

## Aula 32

### Capítulo 11 e 12 - Higiene Ocupacional e Os Primeiros Passos na Segurança do Trabalho

11.2.8. Medidores de Vibração Humana.....	339
11.2.9. Luxímetro.....	340
11.2.10. Higrômetro.....	340
11.2.11. Explosímetro.....	341
12.1. Exercendo a Profissão.....	345
12.2. Profissionais de Segurança do Trabalho – o Ônus e o Bônus.....	347
12.2.1. Quem Somos na Empresa, nos Setores de Trabalho e até Mesmo na Sociedade.....	347
12.2.2. Profissionais de SST – o Ônus e o bônus de Trabalhar no Segmento.....	348
12.2.2.1. O Ônus.....	348
12.2.2.1. O Bônus.....	349
12.2.3. Conclusão.....	351
12.3. 15 Erros que o Técnico de Segurança do Trabalho não Pode Cometer.....	351
12.4. Como se Portar Diante do Auditor Fiscal do Ministério do Trabalho.....	357
12.5. Como Fazer Check List.....	362
12.6. Qualitativo ou Quantitativo – Veja a Diferença.....	367