

Você vai ver nessa edição:

- PÁGINA 02/13 - Norminha 816, 23/01/2025**
Coordenador do CABS em MS diz que cultura do heroísmo impacta saúde mental dos policiais; Inscrições do concurso ICMBio são reabertas; Dentistas enfrentam os desafios das doenças ocupacionais nos ambientes de trabalho.
- PÁGINA 03/13**
A Saga dos Óculos de Proteção Perdido: Aventuras no Mundo dos Descuidos; Empresário analisa ano do setor bovino;
- PÁGINA 04/13**
Saúde no trabalho e segurança: como integrar os dois conceitos na sua empresa; Crea-ES autua empresa responsável por demolição de prédio em Vila Velha;
- PÁGINA 05/13**
Esgotamento total no trabalho: classificação da OMS para síndrome de burnout passa a valer no Brasil; Justiça concede 40% de insalubridade a farmacêutico da Paraíba exposto a agente nocivo.
- PÁGINA 06/13**
7 Lições Transformadoras para Elevar Sua Vida ao Nível 10; Aula Inaugural Aberta; Workshop Online Atualidades em SST & PSM.
- PÁGINA 07/13**
Habilidades e especialidades como aptidões de conhecimento formal;
- PÁGINA 08/13**
Treinamentos de SST: a importância da educação contínua; TRT-2: Empresa é responsável por função que agravou doença de empregada.
- PÁGINA 09/13**
Seminário discute como reduzir riscos à saúde em relação ao benzeno; SIPAT 2025 em movimento: Granosul encerra semana com palestra mágica.
- PÁGINA 10/13**
Pré-COP 30: Fórum Amazônico será em Manaus nos dias 31/01 e 01/02; Aeronaves de pequeno porte lideram estatísticas de acidentes no Brasil; imprudência é fator-chave.
- PÁGINA 11/13**
VOCÊ SE SENTE DO MODO COMO PENSA!; Portaria do MTE sobre Certificado de Aprovação de EPIs gera insatisfação entre fabricantes; Estou de licença médica, posso ser demitido ao ser flagrado viajando ou em uma festa?
- PÁGINA 12/13**
Trabalhadora deve receber insalubridade em grau máximo por limpeza em área hospitalar de grande circulação; Principais normas de segurança a serem reforçadas no começo do ano;
- PÁGINA 13/13**
Guia básico de proteção auditiva: Saiba como escolher EPIs.

“Hierarquia de Controle dos Riscos”: A Jornada de Superação e Propósito por Trás da Obra de Orlane Pereira

CADA
Norminha 816, 23/01/2025

Escrever um livro é um desafio. Escrever sobre algo que você acredita profundamente é uma missão. Foi exatamente isso que aconteceu comigo quando comecei a escrever "Hierarquia de Controle dos Riscos: Da Teoria à Prática".

Iniciei essa jornada em fevereiro de 2023, em meio a muitos projetos e desafios, mas com um objetivo muito claro: levar o conhecimento sobre a hierarquia de controle dos riscos de forma simples, prática e acessível para profissionais e empresas. Eu queria transformar um conceito que, para muitos, parecia distante e teórico em algo aplicável, que realmente trouxesse resultados. E essa vontade não nasceu do acaso. Ela veio de anos de experiência e de ver de perto como a segurança do trabalho pode ser negligenciada ou mal compreendida.

O título do livro, inclusive, surgiu de uma conversa despreocupada com meu amigo Fábio Arruda. Falávamos sobre como ainda existia um enorme buraco no mercado de conteúdos sobre esse tema. Não havia nada, nem no Brasil nem fora, que aprofundasse a hierarquia de controle dos riscos com a profundidade e clareza que a área de Segurança do Trabalho merece. E ali, naquela troca de ideias, o nome veio à tona e fez todo sentido.

Mas escrever esse livro não foi fácil. Eu acordava todos os dias às 3 da manhã para escrever. Esse era o único horário em que a mente estava livre, longe das distrações do dia a dia. Cada página foi construída com esforço, pesquisa e muita dedicação. Só que a vida, às vezes, te



ta a nossa força de vontade de formas que a gente nunca espera.

No meio dessa caminhada, recebi a pior notícia da minha vida: minha mãe foi diagnosticada com um câncer agressivo. O mundo parou. A dor foi tão grande que por um momento pensei em abandonar tudo. A cada dia, a vontade de continuar diminuía. Como escrever sobre segurança, sobre proteção, enquanto quem eu mais queria proteger estava lutando pela própria vida?

Mas foi aí que percebi que aquele livro precisava existir. Não só por mim, mas por todos os profissionais que ainda não entendem o poder que a hierarquia de controle dos riscos tem na prevenção de acidentes e na proteção de vidas. Segurança é sobre cuidar de pessoas, e a maior motivação que eu poderia ter era honrar minha mãe com esse legado.

A força que encontrei nesse propósito me fez seguir em frente. Continuei escrevendo, madrugada após madrugada. E antes que minha mãe partisse, em dezembro de 2023, consegui publicar esse livro. Ela pôde ver o resultado de todo esse esforço. Não foi só um livro lançado, foi um ciclo completo, um sonho realizado.

Hoje, ver que esse livro está impactando profissionais, empresas e vidas em todo o Brasil é algo que

me enche de orgulho. Saber que esse conteúdo é inédito e que abriu portas para uma discussão mais séria e aplicada sobre a hierarquia de controle dos riscos é a prova de que todo o esforço valeu a pena.

Esse livro é mais do que teoria. Ele é sobre prática, resultados e, principalmente, sobre a responsabilidade que temos em proteger o bem mais valioso que existe: a vida.

E que esse seja apenas o começo de uma transformação na forma como enxergamos a Segurança do Trabalho.



Orlane Pereira, EST, Consultor SST, Palestrante e Escritor. contato@orlanepereira.com

Nota: A partir da próxima edição, Orlane Pereira passa a colaborar com Norminha através da coluna "Hierarquia da Prevenção".



Cursos presenciais de Instrutor NR12, NR20, NR33, NR35, Operador de Empilhadeira e HO+Perícia. Todos, com renda líquida para manutenção de Norminha! Capacitação de verdade e ajude nossa Missão!

Coordenador do CABS em MS diz que cultura do heroísmo impacta saúde mental dos policiais

Norminha 816, 23/01/2025
Por Campo Grande News

○ Suicídio de um policial civil na manhã do último dia 13 de janeiro em Campo Grande, o servidor Eduar do Jordão, de 51 anos, encontrado morto dentro do alojamento da Derf (Delegacia Especializada de Repressão a Roubos e Furtos), traz à tona uma realidade dolorosa, mas muitas vezes negligenciada: o impacto da saúde mental nas forças de segurança pública. O caso abalou colegas de trabalho e profissionais da área de segurança.

De acordo com Ivan Gibin, coordenador do Centro de Atenção Biopsicossocial (CABS) da Sejusp (Secretaria de Segurança e Justiça de Mato Grosso do Sul), a pressão sobre os servidores

públicos, em especial os policiais, é imensa. “O servidor trabalha com uma pressão muito grande. Da população, da imprensa, tudo isso gera uma pressão enorme sobre ele”, diz Gibin.

Mato Grosso do Sul é o estado com a maior taxa de suicídios entre policiais no Brasil, conforme o 18º Anuário Brasileiro de Segurança Pública (2024). Em 2023, o estado registrou quatro suicídios, elevando sua taxa para 0,6 por mil policiais da ativa, um número bem acima da média nacional. Essa realidade se reflete no crescente número de suicídios de policiais no Brasil, que, em 2023, ultrapassou as mortes em confrontos.

Ivan diz que, sobre esta taxa, o Estado ainda está em busca da razão. “Muitos relatos que recebemos é de que as pessoas ao redor não percebem que há algo de errado com aquele colega que se suicidou. Também acho que podemos então treinar nosso olhar. Mas quero enfatizar que nós já identificamos esta necessidade e precisamos que o servidor adira aos nossos serviços. Pode vir até a sede do CABS que será encaminhado”.

Ele explica que, ao longo dos anos, a cultura dentro das instituições policiais em todo o Brasil foi moldada pela ideia de que o policial é um herói, muitas vezes forçado a lidar com essa pressão sem o devido suporte psicológico. “Na minha época, em 1981, quando entrei na Polícia Militar, se dizia ‘nós temos que enfrentar’, e isso ficou por muito tempo. Nós tínhamos que trabalhar e aguentar”, conta.

Gibin destaca que os policiais, muitas vezes, não recebem o suporte necessário para lidar com a pressão de suas funções. “Essa pressão vem do próprio trabalho e, em muitos casos, da cultura de que o policial não pode demonstrar fragilida-

de”, explica.

Além disso, muitos servidores temem que procurar ajuda psicológica os faça parecer fracos aos olhos de seus colegas ou superiores. “Vamos realizar um curso para orientar os superiores em relação ao tratamento com os subordinados, para que o servidor se sinta confortável em abrir o coração e buscar ajuda”,



afirma Gibin.

O Centro de Atenção Biopsicossocial, criado em 2020, tem sido uma das principais frentes de apoio para os servidores de segurança pública em Mato Grosso do Sul. O CABS oferece um suporte, com profissionais de saúde mental, médicos e psiquiatras, e está em expansão para atender os servidores da Polícia Militar, Corpo de Bombeiros, Polícia Civil, Polícia Científica e, em breve, a Agência Penitenciária.

“Cada instituição tem seu setor de saúde mental e estamos pegando as melhores práticas de cada uma. Por exemplo, os bombeiros usam uma viatura que já tinha sido inutilizada para atender os próprios familiares e agora estamos levando isso para o CABS e passar a atender todas as forças”, explica Gibin.

Carretada da Saúde

Uma das iniciativas mais recentes do CABS é a Carreta da Saúde, que é adaptada para oferecer atendimento médico, odontológico e psicológico aos servidores da ativa e da reserva. A carreta percorre diferentes localidades para garantir que os profissionais de segurança tenham acesso ao suporte, sem precisarem sair de suas funções. “Caso seja identificado que o profissional precisa de um atendimento mais aprofundado e contantes, ele é encaminhado”, explica Ivan.

A saúde espiritual também ganhou destaque dentro do CABS. Gibin ressalta que, respeitando as crenças de cada um, está em vias de ser adicionado um novo recurso, relacionado à espiritualidade, que pode contribuir para o bem-estar mental dos servidores. “Estamos trabalhando para incluir essa dimensão, pois sabemos que a fé pode ser um grande aliado na saúde mental”, afirma o coordenador.

Desafios

A taxa de suicídio entre policiais é um reflexo de uma série de fatores,

como a exposição constante à violência, a sobrecarga de trabalho e a falta de suporte emocional. “Os policiais atendem casos violentos, acidentes graves, e isso tudo tem impacto na saúde mental”, explica Gibin. “Muitos profissionais se fecham e não buscam ajuda por medo de serem rotulados como fracos. Por isso, é crucial que a cultura den-

dentro das corporações seja modificada, para que os servidores sintam-se mais à vontade para buscar apoio psicológico”.

Os números de suicídios entre policiais em Mato Grosso do Sul, embora alarmantes, têm motivado ações de prevenção. Gibin destaca a importância de treinar o olhar das pessoas ao redor dos servidores. “Muitas vezes, ninguém percebe que algo está errado até que seja tarde demais. Precisamos treinar os colegas e superiores para identificar sinais de que alguém está sofrendo”, diz.

Gibin acredita que, com o apoio da população, das instituições e com mais adesão dos servidores, a situação pode melhorar. “Estamos fazendo um trabalho árduo, mas a adesão dos servidores é fundamental para que possamos reduzir os índices de suicídio e ajudar nossos policiais a lidarem com a pressão de seus trabalhos”, finaliza. **NS16**

Inscrições do concurso ICMBio são reabertas

As inscrições foram abertas a partir das 10h do dia 17 de janeiro de 2025, estendendo-se até as 18h do dia 27 de janeiro de 2025.

Norminha 816, 23/01/2025
Colaborou Cosmo Palasio

○ Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade (ICMBio) anunciou a reabertura das inscrições para seu aguardado concurso público. Esta notícia traz novas esperanças para milhares de candidatos que almejam uma carreira na área de conservação ambiental e administração pública. Com 350 vagas disponíveis para profissionais de nível superior, o certame promete ser um marco significativo no cenário dos concursos públicos brasileiros em 2025.

Detalhes das inscrições do concurso ICMBio

As inscrições foram abertas a partir das 10h do dia 17 de janeiro de 2025, estendendo-se até as 18h do dia 27 de janeiro de 2025. É fundamental ressaltar que o horário considerado será o oficial de Brasília/DF, evitando assim qualquer confusão para candidatos de diferentes regiões do país.

Vagas disponíveis

Um total de 350 vagas, distribuídas entre dois cargos principais. Esta diversidade de oportunidades reflete o compromisso do Instituto em fortalecer sua equipe em diferentes áreas de atuação.

Analista administrativo

Para o cargo de Analista Administrativo, estão sendo ofertadas 120 vagas. Este profissional será responsável por:

- Gerenciar processos administrativos
- Elaborar relatórios e documentos oficiais
- Coordenar equipes e projetos internos
- Contribuir para a eficiência operacional do Instituto

Analista ambiental

O cargo de Analista Ambiental conta com a maior parte das vagas: 230 no total. As atribuições deste profissional incluem:

- Realizar estudos e pesquisas sobre biodiversidade
- Implementar políticas de conservação ambiental
- Fiscalizar áreas de proteção ambiental
- Desenvolver programas de educação ambiental
- Educação course

Distribuição geográfica

As vagas estão estrategicamente distribuídas entre as cinco regiões do país, além da sede em Brasília/DF. Esta distribuição visa atender às necessidades específicas de cada região, garantindo uma presença efetiva do ICMBio em todo o território nacional.

Salários

Os candidatos aprovados serão lotados em diferentes unidades do ICMBio, incluindo a Sede em Brasília/DF. O salário inicial para ambos os cargos é de R\$ 8.817,72, e a carga horária é de 40 horas semanais. O auxílio alimentação é de R\$ 1.000,00,



Taxas de inscrição

Para participar do os candidatos deverão efetuar o pagamento de uma taxa de inscrição. Os valores variam entre R\$ 93,00 e R\$ 99,00, dependendo do cargo escolhido.

https://www.cebraspe.org.br/concursos/icmbio_24

NS16

Dentistas enfrentam os desafios das doenças ocupacionais nos ambientes de trabalho

Norminha 816, 23/01/2025

Longos períodos sentados, manuseando instrumentos que requerem coordenação motora, raciocínio e firmeza, além de prevenir-se e salvaguardar a saúde contra acidentes como cortes, punções e lesões ortopédicas. Eis os riscos ocupacionais que os profissionais de odontologia, os dentistas, precisam estar atentos durante suas atividades.

“Podemos mencionar, também, os fatores determinantes de tensão e estresse que os levam a lidar com o medo, ansiedade e nervosismo dos próprios pacientes”, salienta a cirurgiã-dentista Eliete Dominguez Lopez Camanho, doutora em Ciências Odontológicas com ênfase em Odontologia do Trabalho.

Também os profissionais estão expostos, além de itens cortantes, eventuais precariedades nas condições de trabalho e isolamento no consultório, já que muitas vezes, o dentista está sozinho com o paciente, ou mesmo atua como profissional liberal e autônomo.

Outra questão pertinente é sobre contaminação de agentes como mercúrio utilizado outrora para a formação de amálgama dentário. Muito embora tenha caído em desuso, esse elemento ainda está presente durante as remoções. Um estudo publicado pela Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho (Fundacentro), revelou que exposições a baixas concentrações de mercúrio podem causar sintomas como fadiga, insônia e dis-

túrbios gastrointestinais.

Um dos grandes problemas quando o assunto é ergonomia ao profissional dentista é o esforço repetitivo de movimentos. Um estudo da Revista Brasileira de Odontologia mostrou que os principais problemas de encadeados nas tarefas desse profissional são lesões que atingem vasos, tendões, ligamentos, nervos, articulações e fâscias musculares.

“Os profissionais da Odontologia precisam entender a importância de se seguir minimamente o preconizado sobre biossegurança, ergonomia e a NR-32, pois têm como finalidade de estabelecer as diretrizes básicas para implementação de medidas de proteção à segurança e à saúde dos trabalhadores dos serviços de saúde”. **Assine a Revista CIPA**



Crônica da Semana

Claudiano Ferreira,
Técnico de Segurança do Trabalho e Gestor de Pessoas

(93) 98119-3823 - claudiotecseg@outlook.com.br

A Saga dos Óculos de Proteção Perdido: Aventuras no Mundo dos Descuidos

Norminha 816, 23/01/2025

Era mais uma manhã movimentada no Galpão de Manutenção da Transportadora Rota Segura. João, o funcionário mais "criativo" do time, já estava trabalhando... sem os óculos de proteção, como sempre. Seu lema era: "Meus olhos têm sorte, nunca me acontece nada."

Enquanto ele lixava uma peça de metal, o Técnico de Segurança, Cláudio, entrou na oficina como quem checa a cena de um crime.

João! Cadê seus óculos de proteção? perguntou com o tom de quem já imaginava a desculpa.

João, com a lábia afiada de sempre, respondeu:

Então, chefe... Os óculos? Eles tiraram férias. Acho que foram passar uns dias na praia.

Os colegas riram, mas Cláudio não deixou barato.

Ah, entendi. E você ficou aqui, sem proteção nenhuma? Vamos achar esses óculos agora mesmo!

Achei! Estavam no retrovisor do caminhão estacionado! gritou Paulo, apontando para os óculos que brilhavam ao sol como um troféu.

Cláudio pegou os óculos e voltou para João, que já estava se preparando para outra desculpa.

João, o caminhão tá enxergando melhor que você agora?

Ah, chefe, era só um teste! Queria ver se o caminhão também precisava de óculos! disse João, arrancando risadas da equipe.

Cláudio balançou a cabeça e, com os óculos na mão, começou o sermão.

Gente, é engraçado, mas a segurança não é brincadeira. Os óculos de proteção são a barreira entre você e um acidente que pode custar sua visão. João, você tem muita criatividade, mas eu prefiro que ela seja usada para o trabalho, e não pra fugir das regras!

João colocou os óculos com um sorriso sem graça.

Tá certo, chefe. Prometo que nunca mais deixo os óculos de lado... nem empresto pro caminhão.

E assim, no Galpão de Manutenção da Rota Segura, os óculos de proteção ganharam um novo status: de EPI negligenciado a protagonista de uma boa história, que trouxe gargalhadas, mas também uma lição valiosa sobre responsabilidade e segurança.

Moral da história: Óculos de proteção não são enfeites, mas sim a diferença entre enxergar um futuro seguro ou tropeçar no descuido.

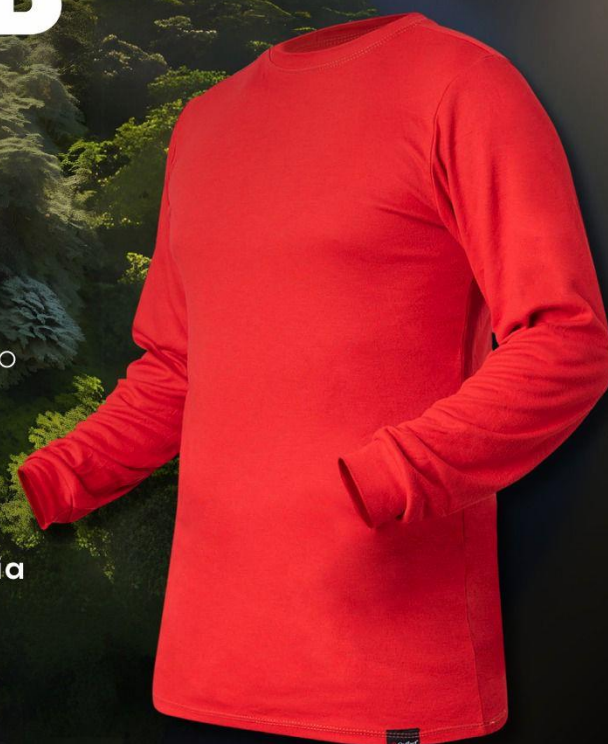
*Eu sou **Claudiano Ferreira**, Técnico de Segurança do Trabalho e Gestor de Pessoas. Meu telefone é (93) 98119-3823, e meu e-mail é claudiotecseg@outlook.com.br.

Vamos construir juntos um futuro melhor para você e sua equipe. Um abraço!" **N816**

Tecnologia da NASA na Camiseta da JGB

Apresentamos a Camiseta **Outlast®Texion® Ref. 433 TMO**, desenvolvida para oferecer conforto e **proteção em ambientes de alta exigência térmica**. Produzida com materiais de ponta, como o tecido **Link -(CO2)® Outlast**, utilizado pela NASA, **esta peça combina tecnologia avançada e sustentabilidade**.

@jgbequipamentos



Empresário analisa ano do setor bovino

Norminha 816, 23/01/2025

Em artigo intitulado "Brasil reafirma sua força no mercado de carne bovina em 2024", o diretor executivo da Naturafrig Alimentos, **Fabrizio Capuci**, faz sua análise sobre o ano do setor e da empresa a qual dirige. O artigo enviado à imprensa nesta semana segue na íntegra:

"O ano de 2024 foi marcado por mais um desempenho histórico do Brasil nas exportações de carne bovina. Com o aumento expressivo no faturamento e volume embarcado, o país voltou a consolidar sua posição de líder mundial do setor. Os recordes de produção, aliados ao cenário favorável no ciclo pecuário e a demanda internacional aquecida, impulsionaram o bom momento.

A produção de carne bovina em 2024 estava prevista para atingir 11,37 milhões de toneladas, de acordo com o Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) disponibilizada em março. Nas exportações, a previsão era de 2,955 milhões de toneladas.

O cenário positivo se confirmou. Segundo a Associação Brasileira das Indústrias Exportadoras de Carnes (Abiec), no ano passado o Brasil exportou 2,89 milhões de toneladas, gerando uma receita de US\$ 12,8 bilhões. Esses resultados representam um crescimento de 26% no volume e 22% no faturamento em relação a 2023.

O crescimento das exportações de carne bovina em 2024 pode ser explicado, principalmente, pelo ciclo pecuário favorável, que possibilitou um aumento na oferta de animais prontos para abate. O maior volume ofertado permitiu ao Brasil atender à crescente demanda inter-

nacional, especialmente em países como China, Estados Unidos e Emirados Árabes Unidos.

Além disso, o fortalecimento da presença brasileira em mercados internacionais foi sustentado por estratégias comerciais ativas, como a negociação de novos acordos bilaterais e a busca por uma maior diversificação dos produtos exportados.



Nesse sentido, o Brasil trabalhou para formalizar acordos com a China para ampliar a exportação de miúdos de bovinos e suínos, além de frutas, o que pode fortalecer ainda mais a balança comercial do agronegócio.

Falando em China, o país manteve-se como o principal destino das exportações brasileiras de carne bovina, com 1,33 milhão de toneladas, gerando um faturamento de US\$ 6 bilhões. Em seguida, destacaram-se os Estados Unidos, que importaram 229 mil toneladas, somando US\$ 1,35 bilhão. Outros mercados importantes incluem os Emirados Árabes Unidos (132 mil t e US\$ 604 milhões), a União Europeia (82,3 mil t e US\$ 602 milhões), o Chile (110 mil t e US\$ 533 milhões) e Hong Kong (116 mil t e US\$ 388 milhões). Outros mercados também se destacaram ao longo do ano.

O setor de carne bovina brasileira apresentou um desempenho expressivo em 2024, com crescimento nas exportações para os 15 principais destinos. Esses mercados, que juntos representaram mais de 90% do faturamento total do setor, registra-

ram aumento nas vendas em comparação a 2023. Destaque para os avanços mais significativos, observados na Argélia, México, Emirados Árabes, Filipinas, Estados Unidos, Rússia e Israel.

No total, as exportações de carne bovina brasileira, considerando todas as categorias de produtos, alcançaram 157 países ao longo do ano. Quando analisadas apenas as exportações de carne in natura, que correspondem a mais de 90% do valor total exportado, o Brasil enviou produtos para 132 mercados diferentes. Esse número reflete um crescimento significativo em relação à última década, com 46 novos mercados conquistados nesse período.

A Naturafrig reforçou seu compromisso com a qualidade e a segurança ao conquistar e renovar certificações de grande relevância no mercado. A certificação BRCGS Segurança de Alimentos assegura os mais altos padrões globais de segurança alimentar. Já a certificação PAACO Bem-Estar Animal reafirma práticas éticas e sustentáveis no manejo de animais. Por fim, a certificação Halal garante a conformidade dos produtos com exigências específicas de mercados internacionais.

Com base no desempenho histórico de 2024, as perspectivas para 2025 são otimistas, embora com desafios.

A diversificação de mercados e produtos, aliada à consolidação em destinos estratégicos como China, Estados Unidos e Emirados Árabes Unidos, deve continuar fortalecendo a posição do Brasil como líder global no setor. Assim, 2025 promete ser mais um ano de crescimento para as exportações brasileiras, reafirmando sua relevância no agronegócio mundial." **N816 Carnetec**

Fabrizio Capuci, diretor executivo da Naturafrig Alimentos

CLIQUE ABAIXO E OUÇA

CLIQUE ABAIXO E ACESSE

NORMAS REGULAMENTADORAS

A Operação Resgate ao EPI começou. Primeiro, vasculharam as bancadas, mas só encontraram uma meia suja usada como luva improvisada. Depois, verificaram os armários, onde havia de tudo, menos óculos de proteção. Até o banheiro foi inspecionado, mas só encontraram um par de óculos escuros com lentes quebradas.

Já prestes a desistir, ouviram um grito vindo da área de carga.

O EPI QUE VOCÊ PRECISA ESTÁ AQUI!

Proteção de qualidade para cada desafio.

EPI.com
Equipamentos de Segurança

FALE CONOSCO AGORA MESMO! É SÓ CLICAR

18 3608-3003

RUA BRASIL, 177 - BAIRRO SAO JOAO - ARAÇATUBA/SP

Saúde no trabalho e segurança: como integrar os dois conceitos na sua empresa

Norminha 816, 23/01/2025

No ambiente corporativo, a saúde dos colaboradores e a segurança no trabalho contribuem diretamente para o sucesso do negócio. Quando integrados de forma eficiente, tais conceitos constroem um ambiente mais saudável, produtivo e seguro, prevenindo acidentes e promovendo uma maior produtividade na empresa. Sendo assim, no artigo de hoje, vamos abordar como as empresas podem alinhar suas políticas de segurança com a promoção da saúde no trabalho.

E então, se interessou pelo conteúdo? Continue lendo nosso artigo e veja algumas estratégias para que a sua empresa consiga unir esses dois conceitos, promovendo um espaço que valoriza a integridade física e mental de seus colaboradores.

O que é saúde no trabalho?

A saúde no trabalho abrange o estado de bem-estar físico, mental e social do trabalhador. Atualmente, as empresas possuem a responsabilidade de promover um ambiente seguro e saudável para os seus colaboradores.

Fatores como ergonomia, clima organizacional, suporte psicológico, práticas de exercícios físicos, alimentação adequada são componentes centrais de uma boa política de saúde no trabalho.

A saúde dos colaboradores pode ser prejudicada por fatores como excesso de horas trabalhadas, alta demanda emocional e estresse, resultando, em uma queda de produtividade, aumento no número de afastamentos e até mesmo problemas mais graves, como o Burnout.

Sendo assim, fica evidente que investir na saúde dos colaboradores é também uma estratégia para garantir a longevidade e sucesso da empresa.

O que é segurança no trabalho?

Já a segurança no trabalho refere-se a prevenção de acidentes e doenças ocupacionais. O uso de equipamentos de proteção individual (EPIs), a criação de procedimentos de emergência e o treinamento regular dos colaboradores são formas

quando são integrados conseguem promover uma cultura organizacional que reconhece a saúde e a segurança como interdependentes e fundamentais para o sucesso da empresa.

Ao cuidar da saúde dos colaboradores, a empresa tende a ver uma



Diminuição significativa nos casos de afastamento e nas taxas de turnover. Funcionários que se sentem seguros e valorizados permanecem mais tempo na empresa e tendem a ser mais produtivos. Além disso, empresas que priorizam tanto a saúde quanto

de prevenir tais consequências.

Ao se prevenir, fica mais fácil de construir um ambiente seguro, mas, é essencial que haja um planejamento contínuo e uma conscientização de todos os níveis hierárquicos da empresa sobre a importância da segurança no trabalho.

Ao identificar os riscos específicos de cada função e local, fica mais fácil implementar medidas de segurança personalizadas.

A importância da integração entre saúde e segurança

A integração desses dois conceitos é fundamental para prevenir aci

CLIQUE ABAIXO E OUÇA

CLIQUE ABAIXO E ACESSE

NORMAS REGULAMENTADORAS

dentes físicos e proporcionar o bem-estar mental e emocional dos colaboradores. Apesar de ser uma obrigação legal das empresas, essa integração significa muito mais do que cumprir normas. Tais conceitos

à segurança podem ter uma vantagem competitiva. Ao ser vista como uma organização que se preocupa com o bem-estar de seus funcionários, a empresa melhora a sua imagem no mercado de trabalho.

Estratégias para integrar saúde e segurança em uma empresa

Confira agora algumas estratégias que podem ser adotadas pelas empresas para integrar esses dois conceitos fundamentais:

1. Mapeamento de riscos

É fundamental que a empresa elabore um mapeamento dos riscos associados a cada função e setor da empresa. Dessa forma, fica mais fácil identificar os riscos físicos e psicológicos. Além disso, tendo consciência dos principais riscos aos quais os colaboradores estão expostos, fica mais fácil de elaborar medidas preventivas.

2. Treinamento contínuo

É essencial que os colaboradores passem por um treinamento contínuo. Assim, é possível garantir que eles tenham consciência das melhores práticas de segurança e saúde.

3. Ergonomia

Um dos principais fatores que afetam tanto a saúde quanto a segurança é a ergonomia. Mobiliários i-

nadequados, posturas incorretas e equipamentos mal ajustados podem causar lesões a longo prazo. Sendo assim, investir em móveis ergonômicos, incentivar pausas para alongamento e ajustar as estações de trabalho de acordo com as necessidades individuais são ações essenciais que podem prevenir problemas de saúde.

A integração entre saúde no traba

lho e segurança é essencial para criar um ambiente corporativo que valorize o bem-estar dos colaboradores e promova a eficiência organizacional.

Uma empresa que cuida de seus colaboradores também cuida de seu futuro.

REALIZARTE
Palestras e Treinamentos
N816

Crea-ES autua empresa responsável por demolição de prédio em Vila Velha



Conselho identificou irregularidades e emitiu dois autos de infração durante fiscalização

Norminha 816, 23/01/2025

Conselho Regional de Engenharia e Agronomia do Espírito Santo (CREA-ES) realizou, no último dia 17 de janeiro, uma fiscalização no local da demolição de um prédio na região de Ponta da Fruta, em Vila Velha, após vídeos do ocorrido gerarem preocupação nas redes sociais devido à falta de segurança durante a ação.

A fiscalização identificou irregularidades em duas empresas envolvidas no caso, resultando na emissão de dois autos de infração. A primeira autuação foi destinada à empresa que executava a demolição sem registro no Crea-ES, configurando exercício irregular da atividade técnica. A segunda foi aplicada a uma empresa que recebia o material da demolição, também sem o devido registro no Conselho.

Durante a vistoria, foi constatada

a existência de duas Anotações de Responsabilidade Técnica (ARTs) emitidas para a demolição: uma em nome do proprietário do terreno e outra referente à contratação de um profissional habilitado para a execução do serviço. Apesar disso, os fiscais detectaram falhas na regularização das empresas participantes.

O Crea-ES reforça que continuará acompanhando o caso, apurando os fatos e, caso necessário, adotando outras medidas cabíveis para garantir a segurança e o cumprimento das normas técnicas.

O Conselho reafirma seu compromisso em atuar pela segurança da sociedade e pela fiscalização do exercício profissional na engenharia, agronomia e geociências, garantindo que todas as atividades sejam realizadas dentro dos parâmetros legais.

CREA-ES
N816



Conscientização

Diálogo Diário de Segurança: EPR Vias do Café promove palestra sobre a importância do uso da seta

Norminha 816, 23/01/2025

A EPR Vias do Café, integrante do programa Laço Amarelo e comprometida com a segurança viária, promoveu um bate-papo no dia 9 de janeiro, na sede administrativa em Varginha/MG.

Este momento de conversa integra o 'Diálogo Diário de Segurança', desenvolvido internamente pela empresa para abordar a segurança no trânsito de forma contínua com seus colaboradores, reforçando seu compromisso ao aderir ao programa Laço Amarelo e mobilizar e conscientizar a sociedade de maneira permanente. O bate-papo trouxe o tema do mês de janeiro do programa: o uso de setas como forma de comunicação no trânsito.

O momento ressaltou a necessidade de práticas responsáveis e preventivas entre os colaboradores, destacando a importância das ações individuais no trânsito. **N816**

ASSESSORIA EM ENGENHARIA DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

EXAMES MÉDICOS COMPLETOS

LAUDOS E PROGRAMAS PARA SEG. TRABALHO E PREVIDÊNCIA

TREINAMENTOS DE TODAS NRs E OUTROS

18-3622-5385 – 18-3622-8863 - ☎ 18 98204-1142

prevseg_ata@yahoo.com.br

prevseg-ata.com.br

Esgotamento total no trabalho: classificação da OMS para síndrome de burnout passa a valer no Brasil

Cerca de 30% das pessoas ocupadas em território nacional sofrem com a doença de ordem mental

Norminha 816, 23/01/2025
"Não são ossos do ofício e não é normal que o trabalho leve alguém a um ponto de esgotamento."

Está em vigor no Brasil desde a primeira semana deste ano a mais recente Classificação Internacional de Doenças (CID) da Organização Mundial da Saúde (OMS). Uma das principais novidades do documento é a inclusão do burnout na lista de doenças ocupacionais.

A síndrome causa sintomas como esgotamento físico e mental em decorrência de situações relativas ao trabalho. No Brasil, ela já era motivo de afastamentos e até mesmo aposentadoria com respaldo do INSS e da justiça. A adoção da classificação da OMS consolida o burnout como uma questão de saúde pública no país.

De acordo com dados da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt), cerca de 30% das pessoas ocupadas em território nacional sofrem com a doença de ordem mental. O país ocupa a segunda posição no ranking mundial de casos.

"Já há algum tempo o aumento na frequência de afastamentos do trabalho vem sendo um tema do capitalismo internacional. A OMS e a Organização Internacional do Trabalho (OIT), vêm apontando os transtornos mentais como um problema de risco no trabalho na atualidade", afirma a professora e pesquisadora

Cláudia Osório, da Universidade Federal Fluminense (UFF).

A especialista em psicologia e saúde de trabalhadores e trabalhadoras participou do mais recente episódio do podcast Repórter SUS. Na conversa, ela ressalta o peso do pensamento neoliberal e das dinâmicas do capitalismo nessa equação.

"O modo de pensar neoliberal do capitalismo é claramente responsável pelo aumento da frequência de depressão e burnout, principalmente. Mas temos também outras doenças (as-

sociadas a esse cenário), como infartos do miocárdio, casos de morte súbita nos corredores da empresa, suicídios de executivos na Europa em suas mesas de trabalho. Tudo isso está no mesmo pacote".

Nas palavras da professora, a gestão por metas - cada vez mais comuns nos ambientes de trabalho - tende a desconsiderar as condições reais da vida e do trabalho. "A tal da política de excelência coloca uma situação em que as pessoas estão

sempre devendo em termos de bom desempenho no trabalho", pontua.

Os sintomas de burnout podem se manifestar de diversas formas e impactam a saúde física, emocional e social. Na lista de sinais que exigem atenção estão a sensação persisten-

comuns.

Em casos mais graves, o burnout pode levar à depressão, isolamento social e pensamentos suicidas. "Não é qualquer depressão, é um tipo muito específico; por isso, merece a diferenciação. Não são os os-

perda total de sentido na função exercida.

"Essa é uma característica que pode até aumentar o preconceito, um tipo de depressão muito focado no trabalho. A pessoa pode ter ânimo para ir ao cinema, estar com a família, brincar com os filhos, e não ter ânimo para trabalhar. É um mecanismo de defesa para a pessoa não desmoronar de vez", explica Cláudia Osório.

A especialista afirma que a solução para o problema está na garantia de participação de trabalhadores e trabalhadoras e na coletividade. Segundo ela, é necessário se pensar em novas relações de trabalho.

"Uma gestão mais participativa de fato - não por enquete, não por pesquisas de clima, mas sim participação de fato - é muito importante. Vemos sindicatos bem intencionados querendo proteger a saúde de seus trabalhadores e brigando por atendimento psicológico, terapia, psicoterapia. Muito mais importante é a mudança das normas de trabalho, do grau de participação dos trabalhadores, da possibilidade da existência de coletivos de trabalhadores fortes no dia a dia de trabalho".

N316

Rádio Brasil de fato



Pesquisas indicam que cerca de 30% das pessoas ocupadas no Brasil convivem com a síndrome

te de esgotamento e falta de energia, dificuldade de concentração, irritabilidade e ansiedade.

Além disso, pessoas acometidas pela doença podem apresentar alterações no sono, como insônia ou sonolência excessiva, dores de cabeça frequentes, tensão muscular e problemas gastrointestinais. O desinteresse pelas atividades laborais e a perda de motivação também são

comuns do ofício. Não é normal que o trabalho leve alguém a um ponto de esgotamento em que um fim de semana não te deixa descansado para retomar na segunda-feira", alerta a pesquisadora.

O cinismo também é um dos sintomas do burnout. Ele se manifesta em comportamentos de indiferença e descaso pelo trabalho. Com o tempo, essa situação pode levar a uma

Justiça concede 40% de insalubridade a farmacêutico da Paraíba exposto a agente nocivo

Norminha 816, 23/01/2025

O Tribunal Regional Federal da 5ª Região (TRF5) proferiu uma decisão inovadora que amplia a proteção aos trabalhadores em ambientes de alto risco à saúde e representa uma grande conquista para farmacêuticos e técnicos. Em julgamento da 6ª Turma, foi reconhecida, de forma excepcional, a possibilidade de concessão de adicional de insalubridade, em grau máximo, em decorrência de agentes nocivos não expressamente listados na Norma Regulamentadora nº 15 (NR-15), mas comprovadamente prejudiciais à saúde.

O caso envolveu um farmacêutico do Hospital Universitário Alcides Carneiro, da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). O servidor manipulava regularmente quimioterápicos antineoplásicos, substâncias cancerígenas classificadas no Grupo 1 da Lista Nacional de Agentes Cancerígenos para Humanos (LINACH), como a ciclofosfamida e a azatioprina. Embora tais substâncias não constem nos anexos da NR-15, perícia judicial e parecer técnico da Fundacentro atestaram seu alto potencial nocivo, equiparando-



Em decisão histórica, Justiça reconhece insalubridade máxima para farmacêuticos expostos a quimioterápicos as às já previstas na regulamentação.

O relator do caso, desembargador federal Leonardo Resende, destacou que a robusta comprovação científica da nocividade das substâncias manipuladas foi essencial para a decisão. "O Poder Judiciário não deve deixar de considerar primordialmente, quando robusta a prova científica da condição lesiva dos medicamentos, a violação concreta à saúde do servidor", frisou. O voto também considerou a ineficácia dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) fornecidos, que não foram suficientes para neutralizar os riscos enfrentados. A UFCG foi condenada a implantar o adicional em grau máximo e a pagar as prestações retroativas, respeitando a prescrição quinquenal. **N316 TRF5**

calçado profissional antiderrapante

SOLADO SUPER GRIP SRC
ANTIDERRAPANTE

Eu recomendo !

(Dedé Santana)

Solado Antiderrapante SRC
(o grau mais elevado teste de escorregamento)

29 ANOS
1994 - 2023

Soft Works

PROFESSIONAL SHOES

Acompanhe-nos nas redes sociais: [f](#) [i](#) [v](#) @softworksepi

www.softworksepi.com.br

7 Lições Transformadoras para Elevar Sua Vida ao Nível 10

Norminha 816, 23/01/2025

Você já se sentiu estagnado, sem motivação ou sem rumo? Em O Milagre da Manhã, Hal Elrod relata como transformou totalmente a própria vida ao adotar uma rotina matinal focada em desenvolvimento pessoal. A seguir, apresento 7 lições poderosas — com aprendizados que podem inspirar você a dar o próximo passo rumo ao seu melhor eu.

1. Inspiração ou Desespero: O Combustível da Mudança

“Para promover mudanças realmente profundas em sua vida, você precisa de uma faísca de inspiração ou do empurrão do desespero. — Tony Robbins

Hal Elrod (autor de “O milagre da manhã”) quase morreu em um acidente e, mais tarde, se viu afundado em dívidas. Momentos assim nos mostram como a mudança pode surgir de uma necessidade urgente ou de um desejo forte de evoluir. Podemos não enfrentar desafios tão extremos, mas a lição permanece: precisamos encontrar (ou criar) o fator motivacional que nos impulsiona, seja o entusiasmo de algo novo ou a vontade de escapar de uma crise. O importante é refletir sobre nossos caminhos para, então, superar limites antes intransponíveis.

2. Sempre Existe um Caminho

“No fundo, eu sempre soube que, por pior que as coisas pudessem ficar, haveria uma forma de transformá-las. — Hal Elrod

Essa fala de Hal reforça a perspectiva de que, mesmo em meio a dificuldades, existe sempre uma saída. Precisamos olhar para o passado como um repertório de aprendizados. Erros devem ser transforma-

dos em acertos no presente, moldando um futuro de conquistas. A convicção de que “sempre há uma maneira” mantém viva a nossa esperança e nos motiva a perseverar.

3. Dê uma Chance ao Novo

“Hal estava beirando a depressão, com manhãs repetitivas e desanimadas. Mesmo odiando correr, decidiu ouvir o conselho de um mentor e abraçar essa experiência. O resultado? Mais clareza de pensamento, humor elevado e sensação de conquista. Às vezes, aquilo que evita nos pode ser exatamente o que nos libertará de um padrão negativo. Estar aberto ao novo é uma forma de expandir horizontes e encontrar soluções onde não víamos possibilidades. — Hal Elrod

“Resolvi seguir o conselho de um amigo e saí para correr, apenas para arejar a cabeça. Não se engane: eu não era fã de corrida. — Hal Elrod

4. A Hora Certa para Assimilar

Após começar a correr, Hal se abriu para ouvir áudios de desenvolvimento pessoal de maneira mais receptiva. De repente, tudo ganhou sentido, e ele assimilou uma frase que mudaria sua vida:

“Seu nível de sucesso raramente excederá seu nível de desenvolvimento pessoal, pois o sucesso é algo que você atrai pela pessoa que se torna.

Já aconteceu de você ouvir a mesma coisa diversas vezes, sem realmente assimilar, até que um dia tudo faz sentido? O que faltava era estar no estado de espírito certo para compreender. — Hal Elrod

Quando trabalhamos nossa mentalidade, aprendemos a receber mensagens que antes passavam despercebidas. Elevar continuamente

o nosso nível de desenvolvimento pessoal garante que o sucesso seja uma consequência natural de quem nos tornamos.

5. Buscando o Nível 10 em Todas as Áreas

“Todos queremos um sucesso de nível 10 em saúde, felicidade, finanças, relacionamentos, carreira, espiritualidade... Mas, se o nosso desenvolvimento pessoal não estiver no nível 10, viveremos em constante luta. — Hal Elrod

Nosso mundo exterior reflete aquilo que está dentro de nós. Se desejamos realmente ter sucesso nos vários aspectos da vida, precisamos nos comprometer com o crescimento interior (uma busca pelo nível 10). Sem essa dedicação intencional, a vida torna-se uma batalha constante, repleta de desgaste e falta de resultados. A busca por equilíbrio e aprimoramento contínuos é o que nos leva a atingir — e manter — o patamar de excelência.

6. Hora de Focar no que Importa

“Por um lado, todos queremos ser felizes. Por outro, todos sabemos o que nos faz felizes. Mas não fazemos nada disso. Por quê? Simples: estamos ocupados demais. Ocupados demais fazendo o quê? Ocupados demais tentando ser felizes. — Matthew Kelly

Hal percebeu que precisava mudar a rotina para conseguir tempo de qualidade para si mesmo. Ele escolheu as manhãs para isso, pois “a primeira hora é como o leme do

dia”. Ainda que acordar às 5 da manhã soasse desafiador, lembrou-se de um ensinamento do mentor Kevin Bracy:

Se você quer que a sua vida seja diferente, precisa estar disposto a fazer algo diferente.

Essa foi a motivação para, finalmente, iniciar sua rotina matinal de desenvolvimento pessoal.

7. O Roteiro do Sucesso: 6 Passos para Transformar suas Manhãs

1. Silêncio

Reserve um momento de oração, meditação ou mindfulness. Acalme corpo e mente, criando um estado de paz interior.

2. Leitura

Alimente sua mente e aprenda algo novo. Esse hábito leva a insights e oportunidades de melhoria contínua.

3. Afirmações

Crie declarações positivas que reforcem quem você quer se tornar. As palavras têm o poder de reescrever nossas crenças.

4. Visualização

Construa ou revise um “mural dos sonhos”. Foque nos objetivos e sonhos para reforçar a motivação.

5. Diário

Anote pensamentos, metas e reflexões. Registrar avanços (e desafios) ajuda a manter o foco e mensurar o progresso.

6. Exercícios

Movimentar o corpo logo cedo gera energia e melhora o humor, ajudando você a encarar o dia com disposição total.

Em menos de dois meses, Hal ex-

perimentou uma virada impressionante em sua vida — clareza mental, concentração, senso de capacidade, além de estratégias para salvar o próprio negócio e aumentar sua renda. Um “milagre” alcançado por meio de escolhas conscientes e práticas diárias.

Crie Seu Próprio Milagre

A história de Hal Elrod mostra que, muitas vezes, não é um acontecimento sobrenatural que nos salva, mas sim a soma de decisões consistentes que tomamos dia após dia. Reserve as primeiras horas da manhã para investir em você mesmo. Siga o roteiro: silêncio, leitura, afirmações, visualização, diário e exercícios. Faça do seu crescimento pessoal a prioridade, e veja como isso se refletirá em todas as áreas da sua vida.

[Clique aqui e baixe seu e-Book Grátis: Descubra os segredos para alcançar seus objetivos pessoais e profissionais sem gastar nada!](#)

Como Kevin Bracy disse:

“Se você quer que a sua vida seja diferente, precisa estar disposto a fazer algo diferente.

Você está pronto(a) para dar esse passo? O Milagre da Manhã pode ser o ponto de partida rumo ao seu nível 10. O que parece impossível hoje pode se tornar realidade se você estiver disposto(a) a assumir o compromisso diário de evoluir. A escolha é sua. Faça da primeira hora do dia o leme que guia seu destino rumo a uma vida extraordinária.

Raphael Lima

N816

Aula Inaugural Aberta; Workshop Online Atualidades em SST & PSM

Norminha 816, 23/01/2025

IX Workshop Atualidades An-line e Gratuito em SST & PSM

Você é nosso convidado para o evento on-line gratuito, o IX Workshop Atualidades em SST (Saúde e Segurança no Trabalho) & PSM (Segurança de Processos) e ainda terá certificado. Dias 30 e 31/Jan às 19h pelo Zoom, [Faça sua inscrição aqui!](#)

O evento será aberto ao público e marcará a abertura de mais uma turma dos Cursos de Especialização do Instituto Rui Barbosa de Pós-graduação, cursos inéditos no Brasil:

Pós-graduação em: Higiene Ocupacional & Ergonomia

Pós-graduação em: Engenharia de Riscos, Segurança de Processos e Gestão de Emergências

Dia 30/Jan (quinta-feira) - 19h

Higiene Ocupacional em Pauta - Valdenise Souza: Presidente da ABHO, Graduada em Engenharia de Materiais, Especialista em Higiene Ocupacional e Eng. de Segurança do Trabalho.

Riscos Psicossociais no PGR Con-

forme a Nova NR01 - Prof. Me. Mauro Muller | Auditor Fiscal do Trabalho no Ministério do Trabalho e Emprego Coordenador do Grupo Técnico de Revisão das NRs 04, 05 e 17. Especialista em Fiscalização de Saúde e Segurança no Trabalho.

Dia 31/Jan (sexta-feira) - 19h

Segurança de Processos: conceitos e práticas - Fábio Rossi: Gerente Corporativo de Segurança de Processos na Petrobras. Graduado em Engenharia Química com MBA em Engenharia de Processos.

Gestão de Emergências na Indústria - Emerson Chinaqui: Gerente Sênior de Riscos, Gestão de Crises e Emergência na Vale. Graduado em Engenharia Química com Especialização em Gestão da Produção.

Moderação - Prof. Dr. Fabio Arruda: Doutor e Mestre em Administração, Executivo e Autor na área de SSMA, Professor e Coordenador do Cursos do Instituto Rui Barbosa de Pós-graduação.

N816



ASSESSORIA EM ENGENHARIA DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

EXAMES MÉDICOS COMPLETOS

LAUDOS E PROGRAMAS PARA SEG. TRABALHO E PREVIDÊNCIA

TREINAMENTOS DE TODAS NRs E OUTROS

18-3622-5385 – 18-3622-8863 - ☎ 18 98204-1142

prevseg_ata@yahoo.com.br

prevseg-ata.com.br

CONTATOS:

- ☎ (18) 99635-3275
- ☎ (18) 99122-6955
- ☎ (18) 99110-0486
- 🌐 <https://guarainsp.com.br/>
- ✉ comercial@guarainsp.com.br
- ✉ guarainsp@outlook.com



GUARAINSP
INSPEÇÃO E CALIBRAÇÃO

REDES SOCIAIS:

- 📷 @guarainsp
- 📘 Guarainsp
- 🏠 Guarainsp Inspeção e Calibração

Somos referência em serviços de engenharia mecânica voltados à prestação de serviços, assistência técnica, inspeção de equipamentos, ajuste de válvulas de segurança, manômetros e pressostatos, principalmente para o segmento industrial. Desenvolvemos atividades de consultoria e implementação de processos de gestão NR 13, auditorias, inspeções de caldeiras, vasos de pressão, tubulações e tanques de armazenamento, além de ensaios não destrutivos, projetos de engenharia, assistência técnica, treinamento de operadores de caldeiras e unidades de processo (vasos de pressão), compra e venda de dispositivos de controle (válvulas e manômetros).

INSPEÇÃO DE CALDEIRA



INSPEÇÃO DE VASO DE PRESSÃO



INSPEÇÃO DE TANQUES



INSPEÇÃO DE TUBULAÇÕES



INSPEÇÃO DE VÁLVULA



INSPEÇÃO DE MANÔMETRO



TREINAMENTOS CONFORME NR 13



ATENDIMENTO EM TODO TERRITÓRIO NACIONAL

Habilidades e especialidades como aptidões de conhecimento formal

Norminha 816, 23/01/2025

Acredito que, profissionais da área preventiva (SST) necessitem, urgentemente conhecer o conceito Hard Skills, como uma série de habilidades e competências técnicas e especialidades dos profissionais, que se preparam para usar com os desafios, limitações e perspectivas na carreira. Assim como o conceito Soft Skills, que são aptidões e tendências comportamentais e, estão diretamente relacionadas a como as usamos como demandas sociais no cenário organizacional, estabelecendo pontos como forma de comunicação, interação, capacidade de liderança, pró-atividade e empatia.

No meio acadêmico, são as Hard Skills que demonstram o seu nível de aperfeiçoamento profissional, e também, abrindo caminhos para a sua jornada de crescimento profissional.

Assim, observamos que Hard Skill e Soft Skill, com distinções claras, se complementam simplesmente porque, de nada adianta mostrar um alto grau de especialização, se você não sabe como se comunicar com a equipe de trabalho ou como demonstrar uma boa dose de paciência e flexibilidade. Logo, ainda que você seja um trabalhador empático em boa gestão e liderança, de nada adianta se não possuir uma base sólida de aprendizagem teórica e prática.

Não há a menor dúvida de que as habilidades técnicas (Hard Skill) sejam fundamentais para o mercado de trabalho, ainda que não estejam sendo vistas de maneira tão rígida quanto antes, porque na prática, são pontos de partida para qualquer carreira e asseguram para a organização que você possui, a formação desejada para o bom desempenho das tarefas propostas.

Competência Técnica=Hard Skill e Aptidões e Comportamentos=Soft Skill



Multiplicação das técnicas entre os parceiros

Cursos técnicos para formação, tem objetivo de preparar candidatos com um bom nível de capacidade e especialidade técnica para conseguirem usar em atividades práticas em diversos campo de atuação desejado.

Soft Skill serão as aptidões e competências importantes para o pensamento crítico-1, comprometimento-2, dinamismo-3, equilíbrio emocional-4, foco em resultados-5, aprendizado ativo-6. Reafirmando, Soft Skill são habilidades interpessoais e intrapessoais que permitem os profissionais se comunicarem de forma eficaz, colaborem com outros, resolvam problemas e liderem. As aptidões e competências (Soft

Skill) são essenciais para o sucesso no trabalho, pois permitem que os profissionais se adaptem a mudanças, sejam criativos e trabalhem bem com outras pessoas.

1-Pensamento crítico é a capacidade de analisar informações e tomar decisões de forma racional e objetiva. O pensamento crítico é uma habilidade essencial para o sucesso no trabalho, pois permite que os profissionais resolvam problemas, identifiquem oportunidades e tomem decisões bem-informados. O pensamento crítico age por antecipação, através da profunda análise do contexto e da experiência.

No futuro, o pensamento crítico será ainda mais importante, pois o mundo estará cada vez mais complexo e dinâmico. Os profissionais que forem capazes de pensar criticamente serão os mais capazes de se adaptar a mudanças, resolver problemas e liderar. Então, para desenvolver o pensamento crítico, esteja aberto as novas ideias e perspectivas; não aceite informações de forma passiva; pergunte sempre “por que”, esteja disposto a questionar suas próprias crenças;

2-Comprometimento nada mais é do que a capacidade de desenvolver alto grau de compromisso com os resultados, tomadas todas as providências necessárias para atingir o objetivo. É sobre estar comprometido e determinado a vencer um desafio, seja um novo projeto, uma nova demanda, um novo trabalho...;

3-Dinamismo, versatilidade para lidar de forma ágil com assuntos e atribuições diferentes ao mesmo tempo. No universo profissional, ser dinâmico é como ter uma “caixa de ferramentas” versátil, permitindo lidar com desafios de maneira eficaz. Dinamismo é útil porque, em ambientes de trabalho em constante evolução, quem se destaca é quem consegue se movimentar com rapidez, abraçar novas oportunidades e enfrentar situações inesperadas com confiança. O dinamismo não só impulsiona o crescimento pessoal, mas também é a parte para o sucesso em cenário profissional dinâmico e desafiador;

4-Equilíbrio emocional não é apenas manter um sorriso constante, mas sim, a capacidade de lidar com pressões e desafios sem perder o centro. É como ter um “escudo emocional” que nos ajuda a enfrentar alto e baixos com serenidade. Essa Soft Skill é deveras importante e destaque principal, pois profissionais emocionalmente equilibrados conseguem manter o foco, resolver problemas de maneira tranquila e colaborar efetivamente com colegas, mesmo em momentos turbulentos.

No palco dinâmico do trabalho, o equilíbrio emocional não só preserva a saúde mental, mas também se torna a âncora para decisões ponderadas e relações profissionais sólidas;

5-Foco em resultados é como ter

um mapa claro para atingir metas. É mais do que fazer tarefas; é direcionar esforços para alcançar objetivos específicos. Os profissionais focados em resultados não apenas cumprem prazos, mas também buscam maneiras de superar expectativas.

No mundo profissional, onde a eficiência é a chave, ter essa habilidade, não só impulsiona a produtividade de pessoal, mas também contribui para o sucesso do time e da organização. É a diferença entre, simplesmente trabalhar e ver os esforços se transformarem em realizações tangíveis;

6-Aprendizado ativo constante, principalmente em um cenário de mercado de trabalho que está cada vez mais competitivo, exigindo o destaque, o aprendizado ativo significa estar sempre em busca de conhecimento e desenvolvimento proativamente, mas, por favor, entendam que aprendizado ativo não é só o aprendizado comum do tipo assistir um curso, leitura de um artigo, livro, assistir um Podcast, questionar professores e colegas da área, etc.. Essas habilidades são importantes para todos os profissionais, independentemente da sua área de atuação.

Segundo o Relatório mais recente do Fórum Econômico Mundial, algumas habilidades das Hard Skills, se destacam como as mais valorizadas do momento, moldando o perfil do profissional do século XXI e, são elas: pensamento analítico, pensamento crítico, resiliência, flexibilidade e agilidade. Assim, o Fórum Econômico Mundial 2024, definiu a Taxonomia, Classificação Global de Habilidades, integrando definições de categorizações de crescente relevância num mercado de trabalho em rápida ascensão. Sua distinção é muito é muito próxima do modelo: Conhecimento, Habilidades, Atitudes, (CHA), competências, que se refere tanto à habilidade ligada a realização de um trabalho em si, quanto à posse de meios de realizá-lo.

O pensamento analítico é a capacidade de interpretar informações de forma lógica e sistemática; identifica padrões e soluciona problemas de maneira eficaz. Profissionais com essas habilidades são essenciais para tomar decisões baseadas em dados e analisar questões complexas de forma crítica;

O pensamento criativo é a habilidade de gerar ideias originais e encontrar soluções inovadoras para problemas complexos. À medida que as organizações buscam se destacar em um mercado de trabalho competitivo, profissionais criativos são valorizados por sua capacidade de pensar fora da caixa e impulsionar a inovação;

Resiliência é a capacidade de lidar com adversidade, superar obstáculos e manter-se firme diante de situações desafiadoras. Profissionais resilientes são essenciais em um ambiente de trabalho dinâmico e su-

jeito a mudanças constantes;

Flexibilidade e agilidade formam a capacidade de adaptação a diferentes situações e responder rapidamente a mudanças. Com a rápida evolução da tecnologia e dos negócios, profissionais flexíveis e ágeis são essenciais para garantir a eficiência e a inovação nas organizações.

Soft Skills, competências que podem ser desenvolvidas e aprimoradas ao longo do tempo, combinadas sempre com as boas Hard Skills (habilidades técnicas). A escuta, o cuidado genuíno, a empatia, a força mental nos fará superarmos-nos e, a capacidade de nos completarmos, a partir de um propósito de valores comuns.

Deep Skills, habilidades profundas que exigem um nível mais profundo de compreensão e experiência em uma área específica, envolvendo a combinação de Hard Skill e conhecimentos especializados.

Enquanto as Soft Skill englobam as competências emocionais dos profissionais, as Deep Skills são habilidades funcionais que garantem a motivação necessária para desenvolver essas competências, como por exemplo: autoconfiança e autoestima, ética, honestidade, alegria e felicidade no ambiente organizacional.

As organizações não acreditam mais na formação profissional escolar, quando levantamento feito pela Gallup mostrou que apenas 11% das lideranças concordam que os graduados no ensino superior têm as competências necessárias para trabalhar em suas empresas. Ou seja, fica mais fácil entender que, apesar de muitas vezes necessárias, a formação escolar não é crucial para uma carreira de sucesso. O que vai ser determinante é a aprendizagem ao longo da vida. Não é a toa que, para a saída do problema das 82% das empresas entrevistadas pela Manpower Group, foi tomar a frente para investir no desenvolvimento dos trabalhadores contratados. Este investimento deve ser prioridade nas empresas no momento. É importante que as organizações invistam em conhecimento, para os profissionais tenham bagagem necessária para enfrentar as contínuas transformações do mercado de trabalho e se adaptem às novas tendências. Embora diplomas sejam relevantes, quando falamos em aprendizado contínuo, são os Soft Skill que podem fazer a diferença para o desenvolvimento de uma equipe. Essas habilidades sociais e comportamentais definem como o profissional lida com o trabalho, com os colegas e consigo mesmo. No Brasil, por exemplo, as cinco Skill mais procuradas pelas organizações são: resiliência e capacidade de adaptação (34%); raciocínio e solução de problemas (34%); tomada de iniciativa (31%); colaboração e trabalho em equipe (31%) e, confiabilidade e autodisciplina (31%), conforme pesqui-

sa do Group.

Contratar e reconhecer trabalhadores pensando nesses atributos e com base no potencial que pode ser alcançado, é benéfico para todos os envolvidos. Os profissionais têm mais oportunidade de crescimento e as organizações conseguem resolver o GAP da crescente demanda por talentos. Necessitamos olhar o trabalhador como um todo, não só suas competências técnicas.

Concluímos que, pelas estatísticas de óbitos de trabalhadores durante os anos de 2020, 2021 e 2022, em relação aos números de trabalhadores expostos, o índice percentual não se aproxima de 1%, demonstrando que os trabalhadores estão em estado de evolução referente sua integridade física e psicológica, já que na sua maioria não sofreram acidentes fatais, não deixando de ser grave por serem mais de seis mortes por dia durante todo o ano respectivo.

Anos	Trabalhadores CLT	Óbitos
2020	46.236.176	2.132
2021	48.728.871	2.717
2022	52.790.864	2.842

Fonte: anuário Revista Proteção 2024

A parceria entre sindicatos de classe, associações, Ministério do Trabalho, escolas de formação profissional, Conselhos de Classes, universidades e o próprio trabalhador, o maior interessado em manter sua integridade física e psicológica saudável, podem adotar medidas compensatórias de prevenção desde o início do contrato de trabalho.

Jorge Gomes
Comendador 2022

N816

COMO ACESSAR AS EDIÇÕES DE NORMINHA?

NORMINHA GRATUITO:

<https://chat.whatsapp.com/Elr44iPqKJF04XZhDSSO>

CANAL NO TELEGRAM:

<https://t.me/norma2009>

INSTAGRAM, SIGA-NOS:

https://www.instagram.com/norminha_revista/

ADICIONE NOSSO WHATS
18 99765-2705 NO SEU GRUPO
QUE IREMOS POSTAR AS EDIÇÕES SEMANALMENTE.



ATENÇÃO: Você que é Docente de SST, Associe a ANDEST do Brasil
www.andestdobrasil.org
Ícone Pessoa Física ou Pessoa Jurídica.

Treinamentos de SST: A importância da educação contínua

Norminha 816, 23/01/2025

A segurança do trabalho é uma cultura que deve ser reforçada diariamente. Afinal, treinamentos regulares são essenciais para garantir que todos os colaboradores estejam preparados para identificar riscos, adotar práticas seguras e responder adequadamente em situações de emergência. A educação contínua é uma ferramenta fundamental para prevenção de acidentes. Sendo assim, no artigo de hoje, vamos abordar como treinamentos regulares contribuem para a construção de um ambiente de trabalho mais seguro e eficiente.

E então, se interessou pelo conteúdo? Continue lendo nosso artigo e veja qual a importância da educação contínua para prevenção de acidentes.

O papel dos treinamentos na segurança do trabalho

Os treinamentos de segurança do trabalho são essenciais e visam garantir que os trabalhadores conheçam as normas estabelecidas para sua proteção e saibam aplicá-las de maneira adequada em suas atividades diárias.

Os treinamentos abrangem diversos aspectos do ambiente corporativo, desde o uso correto de equipamentos de proteção individual até a prevenção de incêndios e manuseio de substâncias perigosas.

Os treinamentos são essenciais não apenas para prover conhecimento técnico, mas também são cruciais para conscientização dos colaboradores sobre os riscos que podem enfrentar e as atitudes que devem adotar para evitar acidentes. A falta de treinamento consequen-

temente resulta em comportamentos inseguros que poderiam ser evitados se os trabalhadores estivessem cientes dos perigos e das melhores práticas de segurança.

Além disso, o treinamento regular contribui na construção de uma cultura de segurança dentro da empresa. Quando os colaboradores são constantemente expostos a informações e práticas de segurança, essa

mentalidade passa a fazer parte do dia a dia, criando um ambiente onde todos se sentem responsáveis por sua própria segurança e pela dos demais.

Além disso, o treinamento regular contribui na construção de uma cultura de segurança dentro da empresa. Quando os colaboradores são constantemente expostos a informações e práticas de segurança, essa

mentalidade passa a fazer parte do dia a dia, criando um ambiente onde todos se sentem responsáveis por sua própria segurança e pela dos demais.

Além disso, o treinamento regular contribui na construção de uma cultura de segurança dentro da empresa. Quando os colaboradores são constantemente expostos a informações e práticas de segurança, essa



Os benefícios para a empresa Investir em treinamentos contínuos dos colaboradores Para que esses treinamentos te-

tenham um impacto significativo, é essencial que as empresas promovam uma cultura de segurança em que todos se sintam responsáveis pela proteção coletiva.

A educação continuada deve ser incentivada constantemente para que os colaboradores compreendam a importância do papel de cada um na manutenção de um ambiente seguro.

Tais treinamentos também ajudam a criar um senso de compromisso dentro da empresa. Quando todos os colaboradores, de diferentes áreas e níveis diferentes, participam dos treinamentos de forma ativa, a segurança deixa de ser vista como uma responsabilidade de apenas um setor específico e passa a ser encarada como uma prioridade compartilhada.

Além disso, a participação ativa dos trabalhadores nos treinamentos permite que eles compartilhem suas próprias experiências e sugestões sobre como melhorar a segurança no ambiente de trabalho.

Esse engajamento não só aumenta a conscientização, mas também contribui para que os colaboradores se sintam mais valorizados, uma vez que suas opiniões são consideradas e incorporadas nas práticas de segurança.

Os benefícios para a empresa
Investir em treinamentos contínuos

nuos de segurança do trabalho traz diversos benefícios para as empresas. Além de diminuir o número de acidentes, as empresas diminuem os custos com indenizações, afastamentos e processos judiciais. Vale ressaltar que as empresas ainda lutam com o aumento da produtividade e do engajamento dos colaboradores.

Um ambiente de trabalho seguro reflete em uma maior satisfação dos trabalhadores, menores taxas de absenteísmo e uma imagem positiva para empresa no mercado.

Em suma, os treinamentos de segurança do trabalho, aliados à educação contínua são essenciais para prevenir acidentes e construir um ambiente mais seguro e produtivo.

A prevenção não pode ser feita de forma isolada, mas sim, através de um processo constante de aprendizado e conscientização.

Investir na formação dos colaboradores é uma prática essencial, visto que, garante a segurança e o bem-estar de todos, além de promover uma cultura de segurança eficiente no ambiente corporativo.

Por isso, é fundamental que a educação em segurança do trabalho seja uma prioridade para todas as empresas, independentemente do seu porte ou setor de atuação.

Norminha
CIPINHA

TRT-2: Empresa é responsável por função que agravou doença de empregada

Norminha 816, 23/01/2025

TRT da 2ª região manteve a condenação de empresa de terceirização por responsabilidade em doença ocupacional desenvolvida por auxiliar de serviços gerais. A trabalhadora recebeu diagnóstico de patologias na coluna lombar, cujo agravamento foi atribuído às condições de trabalho, configurando nexos de causalidade.

A juíza-relatora, Débora Cristina Rios Fittipaldi Federighi, apontou negligência da empresa por descumprimento de normas de segurança e saúde no trabalho.

A perícia confirmou que as atividades da funcionária, como o transporte de baldes pesados e a manutenção de posturas inadequadas por longos períodos, contribuíram para o agravamento do quadro.

Embora outros fatores, como idade e sobrepeso, tenham sido considerados, o laudo concluiu que as condições de trabalho foram determinantes para o desenvolvimento da doença.

"Há nexos de causalidade entre a patologia apresentada pela par-

te reclamante e as atividades executadas na reclamada. A concausa é também considerada na responsabilização por danos, tendo em vista que, mesmo não sendo as condições de trabalho a causa exclusiva da doença do empregado, ainda assim colaboraram para a eclosão/agravamento da doença", afirmou a julgadora.

A magistrada, porém, reformou a sentença de primeiro grau que ha-

via concedido pensão vitalícia à trabalhadora. Considerando a incapacidade parcial e temporária, com possibilidade de recuperação mediante tratamento médico adequado, a condenação foi limitada a 12 parcelas.

Adicionalmente, a empresa foi condenada a indenizar a trabalhadora em R\$ 5 mil por danos morais.

Norminha
MIGALHAS



Colegiado destacou a negligência da empresa em relação às normas de segurança e saúde do trabalho.

ROSINALDO RAMOS
ADVOCACIA PREVIDENCIÁRIA

www.rosinaldoramos.adv.br
advocaciariosinaldoramos

Presidente Prudente - SP
Rua Joaquim Nabuco, 1507 - Vl. São Jorge
☎ 18 3903-1046 ☎ 18 99742-4659
✉ contato@rosinaldoramos.adv.br

Presidente Epitácio - SP
Rua Cuiabá, 3-82 - Centro
☎ 18 3281-4342 ☎ 18 99637-9315
✉ contatoepitacio@rosinaldoramos.adv.br

Lucélia - SP
Av. Internacional, 1340 - Centro
☎ 18 3551-1002 ☎ 18 99809-2880
✉ escritoriolucelia@rosinaldoramos.adv.br

Oswaldo Cruz - SP
Rua Ricardo Ponciano, 477 - Centro
☎ 18 3528-1146 ☎ 18 99730-7018
✉ contatooswaldocruz@rosinaldoramos.adv.br

EPSEG EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
CAIO CESAR CACHONI
caioepseg@terra.com.br
(18) 3644-5473 - Fixo 99117-6952 - Vivo 98131-2390 - Tim 99128-9321 - Claro



SIPAT 2025 em movimento: Granosul encerra semana com palestra mágica

Norminha 816, 23/01/2025

A Granosul, empresa agroindustrial localizada em Cambé-PR, abriu o ano de 2025 com grande estilo ao promover sua SIPAT – Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho.

O evento, que ocorreu ao longo da semana, o seu encerramento aconteceu no sábado (18 de janeiro de 2025) e contou com a presença de mais de 100 funcionários. Para celebrar esse momento, a empresa preparou um delicioso café da manhã, demonstrando todo o cuidado e a valorização de sua equipe.

Responsável pela produção de óleo e farelo de soja e reconhecida pelo seu Sistema de Segurança Alimentar, a Granosul reforça constantemente seu compromisso em atender os clientes com satisfação e qualidade.

E, para arrematar as atividades da SIPAT 2025, trouxe uma “palestra mágica” por meio da Realizarte Palestras, conduzida pelo palestrante Raphael Lima, que levou uma mensagem especial de conscientização e cuidado para os participantes.

“Mudando a forma de perceber riscos” foi o tema central da palestra, cujo objetivo principal foi sensibilizar os trabalhadores sobre a importância da percepção de risco no ambiente de trabalho. Em uma abordagem dinâmica e interativa, Raphael Lima utilizou mágicas impactantes e atividades práticas para mostrar como pequenos deslizamentos podem culminar em grandes acidentes, colocando em risco a saúde e a vida de todos. Sob o lema “Segurança é a gente quem faz”, reforçou-se o valor da participação ativa de cada trabalhador, enfatizando que a prevenção de acidentes vai muito além das normas e equipamentos: depende, principalmente, da consciência e atitude de cada indivíduo.

Ao fim da palestra, o sentimento

que prevaleceu foi de responsabilidade coletiva, com os participantes entendendo que atitudes preventivas são o caminho para garantir um ambiente mais seguro e um retorno tranquilo para casa no final de cada dia.

“Foi um prazer receber Raphael Lima, “O Ilusionista da Segurança”, para encerrar nossa SIPAT da Gestão CIPA e Assédio 2024/2025 na Granosul Agroindustrial Ltda. Sua palestra foi verdadeiramente mágica ao despertar em todos nós o senso de responsabilidade sobre o uso obrigatório de EPIs. Ele ressaltou como cada trabalhador é parte fundamental na prevenção de acidentes, mostrando que esse cuidado nos permite voltar em segurança para casa todos os dias e abraçar as pessoas que amamos, contribuindo para o futuro de cada um.

Mario Renato Donato Nascimento
– Técnico de Segurança do Trabalho

A Importância da SIPAT para as empresas

A SIPAT é um evento fundamental para qualquer organização que busca valorizar a segurança e o bem-estar de seu time. Por meio de palestras, treinamentos e atividades educativas, a Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho cria uma cultura de prevenção, impactando positivamente a qualidade de vida dos colaboradores e reduzindo riscos de incidentes. Além disso, investir na SIPAT mostra a preocupação da empresa com seus funcionários, aumentando o engajamento, a motivação e a satisfação de todos no ambiente de trabalho.

Por que investir na SIPAT é essencial?

– **Valorização do colaborador:** Ao promover conhecimentos sobre segurança, saúde e qualidade de vida, a empresa demonstra cuidado com

cada integrante de sua equipe.

– **Redução de riscos:** Quando a prevenção é prioridade, diminui-se a probabilidade de acidentes e doenças ocupacionais, o que contribui para uma cultura de trabalho mais saudável.

– **Melhor clima organizacional:** Colaboradores que se sentem protegidos e valorizados tendem a ser mais produtivos e comprometidos.

– **Retorno financeiro:** A redução de acidentes significa menos afastamentos e custos trabalhistas, além de refletir positivamente na imagem institucional.

Parabéns, Granosul!

É admirável ver uma empresa como a Granosul já iniciando o ano com iniciativas de grande impacto, pensando na saúde, segurança e bem-estar de sua equipe. A realização da SIPAT 2025 e a escolha de uma palestra tão envolvente reforçam o compromisso em garantir que todos entendam a importância de adotar ações seguras, promovendo um ambiente cada vez mais protegido e garantindo que cada colaborador retorne para casa em segurança.

Sobre a Realizarte Palestras e Raphael Lima

A Realizarte Palestras é especializada em levar conteúdo diferenciado, inovador e altamente motivador para eventos corporativos. Com uma metodologia que une informação, interatividade e leveza, nossas palestras são desenvolvidas para impactar positivamente o público, inspirando transformações reais no dia a dia de cada participante.

O palestrante Raphael Lima é um profissional apaixonado pela arte de compartilhar conhecimento, com ampla experiência em temas de segurança do trabalho, motivação e desenvolvimento humano. Sua abordagem criativa e envolvente faz com que cada apresentação seja única, mantendo o público atento e participativo do início ao fim. Com técnicas lúdicas e exemplos práticos, Raphael conduz os participantes a refletirem sobre suas próprias atitudes e a assumirem uma postura preventiva, tanto na empresa quanto em suas vidas pessoais.

Se a sua empresa deseja promover uma experiência transformadora, repleta de conteúdo relevante e capaz de despertar o senso de responsabilidade e união em seu time,

FALE COM A REALIZARTE

Norminha

SEMINÁRIO

BENZENO

CANCERÍGENO:

Avançar na redução dos riscos à saúde

19/02/2025 - 08h30 às 17h30

Presencial:
Auditório da Fundacentro - Rua Capote Valente 710 - Pinheiros - SP

Transmissão /fundacentrooficial

EVENTO GRATUITO

Seminário discute como reduzir riscos à saúde em relação ao benzeno

Pesquisadores da Fundacentro, Fiocruz, Inca e UFPB trazem histórico de substância cancerígena no Brasil

Norminha 816, 23/01/2025

Em 19 de fevereiro, a Fundacentro realiza o Seminário “Benzeno Cancerígeno: Avançar na redução dos riscos à saúde”, das 8h30 às 17h30, em São Paulo/SP. Para participar presencialmente, as inscrições estão abertas até as 15h do dia 18/02 pelo [link](#). Também é possível acompanhar pelo [canal da Fundacentro no YouTube](#).

Haverá certificado para participantes presenciais e para audiência online que acompanhar o evento ao vivo, mediante avaliação do evento e uso de palavra-chave a ser divulgada na transmissão.

“A Fundacentro nesses últimos 30 anos sempre defendeu que não há limite seguro para exposição a cancerígenos. É necessária a redução dos índices de exposição ao benzeno com ações preventivas e a garantia da não exposição”, afirma o diretor de Conhecimento e Tecnologia, Remígio Todeschini.

O Valor de Referência Tecnológico (VRT) é um ponto importante por não se tratar de um limite de exposição ocupacional. Segundo a NOTA TÉCNICA Nº 3/2024, da Fundacentro, “tendo em vista a evolução técnica das atividades industriais e produtivas, o valor de 1,0 ppm atualmente em vigor para o VRT deve ser revisto e ter seu valor reduzido para 0,5 ppm ou menor”.

“O debate central sempre será a redução ou eliminação de qualquer substância para que não se prejudique ou agrave a saúde dos trabalhadores. Daí a reafirmação da nossa nota técnica sobre a necessidade de do VRT, pois falar em limite de exposição ocupacional é prometer uma segurança que não existe”, conclui.

O diretor destaca ainda estudo epidemiológico da Fiocruz, publicado em 2023, que afirma a ocorrência de 1.917 óbitos por leucemia, câncer que ocorre na formação das células sanguíneas, devido à exposição ao benzeno.

O evento é coordenado pelo diretor Remígio Todeschini e pelos especialistas da Diretoria de Conhecimento e Tecnologia da Fundacentro Cleiton Faria Lima e Domingos Lino.

PROGRAMAÇÃO

9h20 às 13h – Benzeno: um agente cancerígeno e seus agravos à saúde.

=> Histórico do papel da Fundacentro e sindicatos frente ao benzeno no cancerígeno – Remígio Todeschini, diretor de Conhecimento e Tecnologia, Fundacentro.

=> Aspectos toxicológicos e atividades econômicas em que o benzeno está presente – Patrícia Moura Dias, tecnóloga, Fundacentro.

=> Vigilância sanitária no combate ao benzeno no setor siderúrgico – Lia Geraldo da Silva Augusto, pesquisadora, Fiocruz.

=> Representante do Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho, Secretaria de Inspeção do Trabalho/MTE.

=> Vigilância em saúde dos trabalhadores expostos ao benzeno – Jorge Mesquita Huet Machado, tecnólogo, Fiocruz.

=> Histórico do acordo de benzeno e atuação do Ministério do Trabalho frente ao benzeno – Danilo Fernandes Costa, professor, UFPB (Universidade Federal da Paraíba).

=> Estudos e pesquisas do INCA sobre agravos à saúde de expostos ao benzeno – Marcia Sarpa, tecnóloga, INCA (Instituto Nacional do Câncer).

=> Mortalidade por leucemia de trabalhadores expostos ao benzeno – Maria Juliana Moura Correa, assessora da Vice-presidência de Ambiente, Atenção e Promoção da Saúde – VPAAPS, Fiocruz.

=> VRT e saúde dos trabalhadores – Arline Sydneia Abel Arcuri, pesquisadora aposentada, Fundacentro.

12h30 – Debate

14h30 às 17h30 – O papel dos sindicatos no diálogo social na Comissão Nacional do Benzeno e outras iniciativas frente à redução de riscos do benzeno cancerígeno.

=> Eduardo Martinho Rodrigues - Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil; Cibele Izidório Fogaça Vieira - Federação Única dos Petroleiros; Anderson Santos de Medeiros Sindipetro-RS; Gerson Medeiros Cardoso – Sind. dos Trabalhadores nas Indústrias Petroquímicas de Porto Alegre e Triunfo/RS; Antônio Carlos Pereira – Confederação Nacional dos Químicos/CUT; João Donizeti Scaboli – FEQUINFAR; Edson Leandro Bem - Central dos Trabalhadores Brasil, Ceará; André Henrique Alves – Fed. dos Trabalhadores do Ramo Químicos /CUT. **Norminha**

ASSESSORIA EM ENGENHARIA DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

EXAMES MÉDICOS COMPLETOS

LAUDOS E PROGRAMAS PARA SEG. TRABALHO E PREVIDÊNCIA

TREINAMENTOS DE TODAS NRs E OUTROS

18-3622-5385 – 18-3622-8863 - ☎ 18 98204-1142

prevseg_ata@yahoo.com.br

prevseg-ata.com.br



Aeronaves de pequeno porte lideram estatísticas de acidentes no Brasil; imprudência é fator-chave

No início de 2025, ao menos três acidentes envolvendo aeronaves de pequeno porte já foram registrados no País

Norminha 816, 23/01/2025

Aeronaves de pequeno porte lideram as estatísticas de acidentes aéreos no Brasil, conforme dados do painel do Sistema de Investigação e Prevenção de Acidentes Aeronáuticos (Sipaer), administrado pela Força Aérea Brasileira (FAB).

Em 2024, o País registrou o maior número de mortes em acidentes aéreos desde 2015, com 153 vítimas. Esse número é quase o dobro das mortes registradas em 2023 (77) e mais que o triplo das contabilizadas em 2022 (49).

De acordo com dados do painel do Sipaer:

- Desde 2015, foram registrados no Brasil ao menos 1.567 acidentes aéreos, dos quais 371 resultaram em mortes;

- No período de janeiro de 2015 a janeiro de 2025, os acidentes aéreos contabilizaram ao menos 779 vítimas fatais;

- A maioria desses acidentes envolve aeronaves de pequeno porte, com capacidade limitada de passageiros;

- A maior parte dos acidentes envolve voos particulares e agrícolas;

- Os estados com o maior número de ocorrências no período são: São Paulo (289), seguido por Mato Grosso (181) e Rio Grande do Sul (146).

No início de 2025, ao menos três acidentes envolvendo aeronaves de pequeno porte já foram registrados. O primeiro ocorreu em 9 de janeiro, na orla da Praia do Cruzeiro, em Ubatuba, no litoral norte de São Paulo. O piloto da aeronave morreu, mas os quatro passageiros, todos da mesma família, sobreviveram e foram encaminhados para atendimento médico.

No dia 11 de janeiro, por volta das 15h, outro avião de pequeno porte caiu em Montenegro, na região do Vale do Caí, no Rio Grande do Sul. A aeronave tinha um professor e um aluno a bordo, ambos resgatados com vida.

O acidente mais recente ocorreu na noite do último dia 16 de janeiro, quando um helicóptero caiu em uma área de mata em Caieiras, na

região metropolitana de São Paulo. A aeronave só foi localizada pelo helicóptero Águia na manhã de sexta-feira, 17. Dos quatro ocupantes, dois morreram.

O que explica tantos acidentes aéreos no Brasil?

Ao Terra, o perito aeronáutico Daniel Calazans explicou que o aumento de acidentes aéreos nesta época do ano está relacionado ao crescimento do número de voos, típico do verão e do período de férias, além das condições meteorológicas adversas. No entanto, ele destacou que as principais causas são a imprudência e o desrespeito às regras da aviação brasileira.

"Acontecem muitos acidentes nessa época do ano porque há um aumento no número de voos, com pessoas de férias querendo viajar para determinadas regiões. Porém, muitas vezes, esses voos acontecem mesmo com condições meteorológicas adversas e, na maioria das situações, devido à imprudência dos pilotos. Embora uma falha mecânica possa ocorrer, normalmente o avião já havia demonstrado sinais dessa falha antes. Portanto, de qualquer forma, envolve o fator humano", afirma.

De acordo com o perito, o Brasil já possui regras aeronáuticas rigorosas, bem estabelecidas e seguras, mas o problema está no fato de que muitas pessoas acabam violando essas normas. Calazans também afirma que as aeronaves, sejam novas ou antigas, são seguras quando operadas corretamente. "O que mata, o que derruba, não é o avião. É como se está operando o avião. Operar em condições degradadas, com pouco combustível ou em pistas inadequadas é o que causa os desastres", destaca.

Para Calazans, a cultura da impunidade também tem contribuído para a repetição de acidentes. "Hoje, a segurança aeronáutica não deveria mais estar na mão da comunidade de aeronáutica. Precisa estar na polícia e no Ministério Público. É necessário investigar com a finalidade de responsabilizar quem viola as regras. **Terra** **N316**

Pré-COP 30: Fórum Amazônico será em Manaus nos dias 31/01 e 01/02

Norminha 816, 23/01/2025

Neste ano, a cidade de Manaus (AM) sediará, nos dias 31 de janeiro e 1º de fevereiro, o Pré-COP 30 - Fórum Amazônico de Engenharia, Agronomia e Geociências, evento preparatório para a Conferência das Nações Unidas sobre as Mudanças Climáticas, a COP 30, que será realizada em Belém (PA).

CLIQUE ABAIXO E OUÇA



CLIQUE ABAIXO E ACESSE

NORMAS REGULAMENTADORAS

O evento foi organizado pelo Conselho Regional de Engenharia e Agronomia do Amazonas (Crea-AM) e irá reunir especialistas, gestores públicos e acadêmicos para discutir o desenvolvimento sustentável com foco na Amazônia. O destaque dessa iniciativa é também oferecer minicursos para secretários de estado e municipais, tendo como objetivo planejamento técnico para promover sustentabilidade e eficiência nos municípios, segundo a presidente do Crea-AM, engenheira Alzira Miranda.

O presidente do Confea, engenhei

ro Vinicius Marchese, é um dos nomes de destaque da programação. Além de palestrar sobre o papel do Sistema Confea/Crea e Mútua na COP 30, Marchese irá falar durante o painel sobre planejamento urbano e cidades sustentáveis. "O evento vai conectar ideias inspiradoras e pessoas engajadas em torno de uma causa expressiva: a preservação do meio ambiente. É uma excelente oportunidade para aprender e contribuir para o desenvolvimento sustentável", incentiva Marchese.

O Fórum Amazônico de Engenharia, Agronomia e Geociências surge como uma iniciativa estratégica e essencial para discutir o papel transformador dessas áreas no enfrentamento dos desafios globais relacionados ao desenvolvimento sustentável. A região amazônica, reconhecida como um dos ecossistemas mais ricos e biodiversos do planeta, desempenha um papel central na regulação climática, conservação da biodiversidade e no equilíbrio ambiental mundial. Contudo, também enfrenta graves desafios sociais, eco

nômicos e ambientais que exigem soluções integradas e sustentáveis.

Com a proximidade da COP-30, a ser realizada no Brasil, este fórum preparatório assume a missão de engajar profissionais, acadêmicos e a sociedade em discussões fundamentais que envolvem o potencial da Engenharia, Agronomia e Geociências na formulação de estratégias para promover um desenvolvimento que respeite os limites ecológicos e valorize os recursos naturais da Amazônia.

O fórum Pré-COP 30 também incentiva a produção de conhecimento, com submissão de artigos científicos até 15 de janeiro. Os melhores trabalhos vão integrar a primeira revista científica do Crea-AM, prevista para 2025. O evento será transmitido pela Band News para ampliar o alcance das discussões climáticas. No dia 31 de janeiro será de 8h às 21h e no dia primeiro de fevereiro, de 9h às 19h, ambos realizados no Centro de Convenções Vasco Vasques, Manaus (AM).

N316



calçado profissional antiderrapante

SOLADO SUPER GRIP SRC
ANTIDERRAPANTE

Eu recomendo !

(Dedé Santana)

Solado Antiderrapante SRC
(o grau mais elevado teste de escorregamento)

29 ANOS
1994 - 2023

Soft Works

PROFESSIONAL SHOES

Acompanhe-nos nas redes sociais: @softworksepi

www.softworksepi.com.br

MEMBER SATRA
Associação Europeia de Indústrias de Borracha e Plástico
Associação ANIMASEG

Estou de licença médica, posso ser demitido ao ser flagrado viajando ou em uma festa?

Norminha 816, 23/01/2025

Estar afastado do trabalho por causa de uma doença, com atestado médico, dá o direito do funcionário viajar e ir a festas neste período? A situação poderia gerar uma demissão? Para responder essas perguntas é preciso olhar com cuidado para os detalhes de cada caso.

Mauricio Nahas Borges, advogado trabalhista, mestre em direito do trabalho e membro da Comissão da Advocacia Trabalhista da OAB/SP, explica que não é recomendado que um trabalhador vá a festas durante o período em que está afastado do trabalho, inclusive para que seja possível se recuperar completamente.



Situação pode gerar problemas caso funcionário haja de má-fé ou não cumpra com as regras

"Não é recomendável que um funcionário que esteja afastado por atestado médico vá a uma festa, uma vez que um atestado médico com determinação de afastamento pressupõe que o funcionário se encontra impossibilitado do exercício de suas atividades laborais, o que implica em dizer que, provavelmente, o mesmo também estaria impossibilitado de exercer atividades festivas (tais como dançar, cantar, ingerir bebidas alcoólicas, dentre outras) durante o período de reabilitação", diz o advogado.

Borges explica que, normalmente, em caso de afastamento, a prescrição médica é voltada na indicação de repouso, a fim de contribuir com o restabelecimento da saúde do empregado.

Mesmo assim, caso aconteça, a situação pode gerar uma demissão por justa causa? Para o especialista, a resposta é depende. "Há de ser considerado o histórico profissional do colaborador, o motivo do afastamento médico e a modalidade do evento (festa). Havendo a comprovação inequívoca de que o empregado agiu de má-fé, é possível, em tese, a aplicação da justa causa."

Para o advogado, apenas com a

comprovação de que o funcionário tenha utilizado o atestado para comparecer a festas durante o período em que deveria estar trabalhando, seria possível que houvesse demissão. Ele ainda ressalta que a punição cabível pode variar de acordo com a classificação da doença que for atestada.

"Existem inúmeras doenças, dentre as quais pode ser impossibilita

post em redes sociais insere-se no universo íntimo e pessoal do empregado. Entretanto, comprovado que determinado post demonstra comportamento inadequado à orientação médica, referida publicação poderá, sim, ser utilizada pelo empregador para tomada de eventuais medidas punitivas", diz.

Atestado médico

Segundo a Consolidação das Leis do Trabalho, o atestado médico é um documento que comprova a necessidade de um funcionário de se ausentar do trabalho por motivo de doença, acidente ou ida ao médico, segundo Mauricio Nahas Borges. Com esse documento, a falta é abonada e o salário não deve ser descontado da folha de pagamento do empregado.

O atestado médico é um direito garantido ao trabalhador pelo art. 473 da CLT, art. 6º da Lei 605/49 e também pela Constituição Federal (art. 5º).

Entretanto, é recomendado que o empregado apresente o atestado na primeira oportunidade, para que a empresa possa realizar a substituição dele durante o afastamento, por exemplo.

Para ser válido, o atestado médico precisa seguir algumas exigências, devendo conter as seguintes informações: data de emissão; tempo concedido para recuperação do paciente; diagnóstico da doença ou CID, desde que haja prévia permissão/solicitação do paciente; e identificação do médico. **N816 Terra**

do o exercício da atividade laboral, mas não demanda a necessidade de repouso físico ou mesmo impossibilita o exercício de atividades festivas", explica.

Para o advogado, é importante o funcionário levar em consideração publicações feitas em redes sociais no período. Apesar de tratar-se do universo íntimo e pessoal do empregado, um post pode comprovar um comportamento inadequado.

"A recomendação é que sempre seja seguida a recomendação médica para fins de acelerar o processo de reabilitação, sendo que eventual

Portaria do MTE sobre Certificado de Aprovação de EPIs gera insatisfação entre fabricantes

Norminha 816, 23/01/2025

Ministério do Trabalho acaba de publicar no DOU (Diário Oficial da União), a Portaria nº 57, de 16 de janeiro de 2025, que altera o item 6.9.4 da Norma Regulamentadora 6 (Equipamento de Proteção Individual). De acordo com a publicação, assinada pelo ministro do Trabalho e Emprego Luiz Marinho, o novo texto

veda cessão de uso do CA (Certificado de Aprovação) emitido a determinado fabricante ou importador para que outro fabricante ou importador o utilize sem que se submeta ao procedimento regular para a obtenção de CA próprio. A portaria entra em vigor em seis meses a contar da data de sua publicação.

O referido item, na verdade, passa a vigorar com a retirada de um



Cérebro em Ação

Psicologia Organizacional e Neuropsicóloga
Práticas de Trabalho e Qualidade de Vida,
Credenciada pela Polícia Federal
www.institutocerebroemacao.com.br



Carina Medina - (14) 3132-0145 - carina.medina2020@gmail.com

VOCÊ SE SENTE DO MODO COMO PENSA!

Norminha 816, 23/01/2025

Sabia que seus pensamentos são os responsáveis por tudo o que você sente? Todos os seus sentimentos ruins são consequência de seu pensamento negativo distorcido.

Um pensamento pessimista, ruim, difícil, desencadeia uma emoção dolorosa. Nossas emoções, todas as nossas emoções são fruto do que pensamos! Os pensamentos negativos que inundam sua mente de tempos em tempos, tais como: "não tenho valor", "não sou capaz", "sou fraco", "nasci para sofrer", "não tenho sorte", "sou fracassado", "sou feio", "sou incompetente", e assim por diante, tais pensamentos são os vilões, a causa de suas emoções!! E a matemática é simples, pensamento ruim é igual a emoção ruim! E as emoções irão resultar em consequências no seu comportamento.

Se você estiver triste, provavelmente se sentirá apático, desanimado, sem energia para dar conta dos seus afazeres diariamente... Toda vez que você se sentir triste, nervoso, irritado, bravo, com medo, ansioso, depressivo, chateado, com alguma coisa, procure prestar atenção no que esteja pensando no momento, aprender a reestruturá-lo te auxiliará a modificar o seu humor.

Sei que estes escritos podem não lhe fazer sentido neste momento, até porque seu pensamento negativo deva estar fazendo parte dos seus dias, da sua vida se bobear há anos, tornando-se até automático. Reforço sobre a importância de você aprender sobre como se estruturam os pensamentos, bem com a gestão dos mesmos.

Te afirmo, suas emoções resultam totalmente do modo como você enxerga as coisas. A neurologia comprova, antes de você passar por uma experiência, precisa processá-la em sua cabeça e dar sentido a ela. No entanto o importante é aprender a perceber o que está acontecendo com você antes que possa sentir isto.

Tenha cuidado com o que você pensa, pois a sua vida é dirigida pelos seus pensamentos. Prov. 4.23

Brotas, 19 de Janeiro de 2025.
Dra. Carina Almeida Ramos Medina
Psicóloga e Neuropsicóloga
Credenciada pela Polícia Federal.
Mestre em Psicologia.
CRPSP 06/82542

Siga-me no Instagram:
<https://www.instagram.com/carinaalmeidaramosmedina>
N816

da redação do item 6.9.4 que abria exceção à regra geral para matriz e suas filiais dá margem para que equipamentos fabricados em estabelecimentos distintos (matriz e filiais) sejam tratados como um mesmo produto. Como consequência, diz, será avaliado somente o EPI fabricado em apenas algum desses estabelecimentos. "Contudo, estabelecimentos distintos envolvem processos produtivos distintos: máquinas, funcionários, fornecedores distintos que, por sua vez, geram produtos distintos, de diferente rastreabilidade.

Logo, há que se aplicar a regra geral, sem exceções: a produção de cada estabelecimento, mesmo em se tratando de matriz/filial, deve ser controlada e avaliada separadamente, ainda que, para fins fiscais, possa ser alegado se tratar de personalidade jurídica única", completa.

Para o governo, essa limitação é necessária para alcançar o efetivo controle da produção e garantir a qualidade do EPI produzido. "Os produtos gerados em estabelecimentos distintos, mesmo em se tratando de matriz e filial, não podem ser considerados como um mesmo equipamento, para fins de avaliação e controle de qualidade, e por isso não podem ser abarcados no mesmo CA". **N816 Assine Proteção**

trecho que apontava que a medida era válida com exceção para matrizes e filiais. É nesse ponto que a **Animaseg** (Associação Nacional da Indústria de Material de Segurança e Proteção ao Trabalho) se manifesta. "Não somos contra o que a portaria afirma neste item como foi publicado hoje, porque já era assim antes. Acontece que, a novidade com essa portaria, é que os fabricantes terão que submeter sua produção a processos diferentes para emissão do CA em todas as suas unidades fabris, ainda que seja o mesmo produto. Isso terá consequências graves, de custos e de gestão do EPI", avalia o diretor-executivo da Animaseg, Raul Casanova Jr.

Ele disse que fabricantes já estão entrando em contato com a entidade em busca de uma intervenção. "O governo alega que a medida é necessária porque os processos podem ser diferentes nas distintas unidades, mas não vemos sentido por que todas as unidades deveriam ser averiguadas", completa Casanova.

O que diz o governo

De acordo com o diretor do Departamento de SST do MTE, Rogério Silva Araújo, ocorre que a parte final



ASSESSORIA EM ENGENHARIA DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

EXAMES MÉDICOS COMPLETOS

LAUDOS E PROGRAMAS PARA SEG. TRABALHO E PREVIDÊNCIA

TREINAMENTOS DE TODAS NRs E OUTROS

18-3622-5385 – 18-3622-8863 - ☎ 18 98204-1142

prevseg_ata@yahoo.com.br

prevseg-ata.com.br

Trabalhadora deve receber insalubridade em grau máximo por limpeza em área hospitalar de grande circulação

Norminha 816, 23/01/2025

A 3ª Turma do TRT da 2ª Região reconheceu direito ao recebimento de adicional de insalubridade em grau máximo (40%) ao longo de todo o contrato de trabalhadora de limpeza que atuava em área de grande circulação de hospital, convertendo períodos em que a empregada recebia a verba em grau médio (20%).

A decisão confirmou sentença fundamentada em prova pericial. Segundo o documento, a autora desempenhava atividades de limpeza geral, lavagem e retirada de lixo de ambiente de pronto atendimento, abrangendo banheiros de uso público e de grande circulação, sem controle das pessoas que ali adentravam- ou de suas condições de saúde.

De acordo com a desembargadora-relatora Margoth Giacomazzi Martins, “não foram apresentadas

provas nos autos capazes de caracterizar o laudo apresentado, razão pela qual este é acolhido para declarar que a reclamante trabalhou em condições insalubres em grau máximo durante todo o contrato”.



O entendimento vem da aplicação da Súmula 448, II, do Tribunal Superior do Trabalho, cujo texto expressa que a higienização de instalações sanitárias de uso público ou coletivo de grande circulação, e a respectiva coleta de lixo, ensejam o pagamento de adicional de insalubridade reconhecido na ação.

(Processo nº 1001094-61. 2023.5.02.0718)

Fonte: TRT 2ª Região **N816**

Principais normas de segurança a serem reforçadas no começo do ano

Norminha 816, 23/01/2025

A segurança do trabalho deve ser tratada como uma cultura organizacional que é cultivada constantemente e fortalecida pelos funcionários de uma empresa. O início do ano é uma excelente oportunidade para revisar, reforçar e implementar normas de segurança no ambiente de trabalho. Essa é uma etapa essencial para prevenir acidentes, garantir o bem-estar dos colaboradores e melhorar a produtividade.

Sendo assim, no artigo de hoje, vamos destacar as principais práticas de segurança do trabalho que devem receber atenção especial no início do ano, abordando treinamentos, manutenção preventiva, ergonomia e conformidade com regulamentações.

E então, se interessou pelo conteúdo? Continue lendo nosso artigo e veja as principais normas a serem reforçadas no início de 2025

nhados com as políticas da empresa desde o início.

3. Manutenção preventiva de equipamentos e instalações

Equipamentos defeituosos e instalações inadequadas são uns dos principais fatores que contribuem para acidentes no ambiente de trabalho. Por isso, a manutenção preventiva deve ser uma prioridade no início do ano. É importante garantir que todos os equipamentos estejam funcionando corretamente. Certifique-se de que a rede elétrica esteja dentro dos padrões, reduzindo os riscos de curtos-circuitos e incêndios. Além disso, os extintores de incêndio, alarmes e sistemas de ventilação devem estar em perfeito estado.

4. Foco na Ergonomia e Bem-Estar do Trabalhador
A ergonomia é fundamental para evitar lesões e problemas de saúde a longo prazo. O início do ano é o momento ideal para avaliar o conforto e a funcionalidade dos postos de trabalho. Sendo assim, é importante garantir que cadeiras, mesas e outros equipamentos sejam ergonômicos e ajustáveis. Além disso, é interessante promover campanhas de conscientização para evitar lesões relacionadas ao trabalho, como dores na coluna e LER.

5. Atualização de documentos e conformidade com a legislação
A legislação muda constantemente, por isso, é essencial sempre fazer uma atualização das novas diretrizes para manter os documentos e práticas da empresa em conformidade com a legislação trabalhista, evitando assim, multas e protegendo os colaboradores.

Por exemplo, o Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PP

RA) e o Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) devem ser atualizados anualmente, identificando novos riscos e estratégias de mitigação.

Além disso, é importante que ocorra



ra uma nova análise de risco para identificar possíveis riscos e adotar medidas preventivas. Também é sempre bom fazer um treinamento sobre os equipamentos de proteção individual, para garantir que todos os funcionários, especialmente os novos contratados, saibam usar corretamente os equipamentos de proteção individual, como capacetes, luvas e máscaras

Por que reforçar as normas de segurança do trabalho no início do ano?

É importante que o reforço das normas de segurança do trabalho no início do ano não seja visto apenas como uma medida preventiva, mas também, como um investimento no bem-estar dos colaboradores e no sucesso da empresa.

Ao priorizar treinamentos, manutenção preventiva, conformidade legal e ergonomia, as organizações não apenas evitam acidentes, mas também demonstram comprometimento com a saúde e a segurança de suas equipes.

Ao longo do ano, esse investimento inicial vai auxiliar com que a empresa funcione de maneira eficiente e segura, criando um ambiente de trabalho onde todos possam desempenhar suas funções com confiança e tranquilidade. **N816**

CIPINHA

CLIQUE ABAIXO E OUÇA



CLIQUE ABAIXO E ACESSO

NORMAS REGULAMENTADORAS

1. Realização de Treinamentos e Capacitações

O início do ano é uma época perfeita para organizar capacitações para todos os colaboradores, desde novos contratados até os mais experientes, afinal, o treinamento de funcionários é uma das ações mais eficazes para garantir um ambiente de trabalho seguro. Sendo assim, é interessante elaborar treinamento sobre as normas reguladoras e sua importância, como lidar em situações de emergência – como exercícios práticos de evacuação em caso de incêndios, vazamentos ou outros riscos –, garantindo assim, que todos saibam como agir.

2. Promoção de uma Cultura de Segurança

Mais do que seguir normas, é fundamental construir uma cultura de segurança no ambiente de trabalho. Isso significa que todos os colaboradores, independentemente de hierarquia, devem adotar práticas seguras e estar comprometidos com o bem-estar coletivo. Para a construção dessa cultura, é interessante a criação de canais para que os funcionários relatem situações de risco ou sugiram melhorias de segurança.

Além disso, seria interessante se os gestores recompensem as equipes ou indivíduos que demonstram comportamento exemplar em relação à segurança. E por fim, promover treinamentos de segurança no processo de onboarding, garantindo que novos funcionários estejam ali-

PROGRAMAS AO VIVO



“UNIVERSIDADE A VÓZ DO SESMT”

Sábado das 8 às 9 horas com Alfredo Luiz
Ao vivo, de Mossoró/RN para todo Brasil

Clique e participe: [NO RÁDIO](#) – [NO INSTAGRAM](#)



“CAFÉ COM SEGURANÇA”

Toda sexta-feira a partir das 7h30 com IvaBella
[@ivabarbosaoficial](#)

Clique e participe: [NO INSTAGRAM](#)



“Gestão de SST de A a Z”

Toda quarta-feira, ao vivo,
a partir das 19 horas com Johan Barbosa

[@johanbarbosa1010](#)

Clique e participe: [NO INSTAGRAM](#)



“JUSTIÇA NO SESMT”

Sábado das 8 às 10 horas
com Sylvio Silomar

Whats 83 8604-7764

Clique e participe: [NO RÁDIO](#) – [NO YOUTUBE](#)



“CIPAcasST com PJ Show”

Toda segunda-feira a partir das 20h27 com PJ

Whats: 19 98290-5040

Para todo Brasil

Clique e participe: [NO YOUTUBE](#)



“Abril Verde Cast”

Sábado das 7 às 9 horas com Nivaldo
Barbosa e amigos!

Ao vivo, de João Pessoa/PB
para todo Brasil

Clique e participe: [NO RÁDIO](#) – [NO YOUTUBE](#)



Seu colaborador mais seguro com **EPI.com**

Proteção completa para um ambiente de trabalho mais confiável e eficiente!

EPI.com
Equipamentos de Segurança

FALE CONOSCO AGORA MESMO! É SÓ CLICAR

18 3608-3003

RUA BRASIL, 177 - BAIRRO SAO JOAO – ARAÇATUBA/SP

Guia básico de proteção auditiva: Saiba como escolher EPIs

Norminha 816, 23/01/2025

Neste cenário de trabalho moderado, somos constantemente expostos a uma variedade de sons — alguns baixos e suaves, outros altos e perturbadores, caracterizados como ruído. Em ambientes de trabalho ruidosos, onde a exposição ao som intenso faz parte da rotina, é necessário proteger a audição.

Para isso, existem os Equipamentos de Proteção Individual. Conhecidos como EPIs, eles se apresentam em diferentes modelos. Cada tipo se dedica a neutralizar um agente a qual o trabalhador é exposto durante suas atividades — como o ruído intenso — que pode prejudicar sua saúde e bem-estar — como levar à perda da audição.

A perda auditiva relacionada ao trabalho é um problema real, conhecida como Perda Auditiva Induzida por Ruído (PAIR). Por exemplo, um trabalhador exposto diariamente a 85 decibéis ou mais, sem proteção, arrisca desenvolver essa condição.

Neste guia, vamos explorar os tipos de EPIs disponíveis para proteger a audição em ambientes ruidosos e como escolher a melhor proteção para preservar sua saúde auditiva, confira!

O que a NR 15 fala sobre ruído?

A Norma Regulamentadora nº 15 regulamenta as atividades e operações insalubres. Ela define uma tabela de limites de exposição ao ruído contínuo ou intermitente para proteger a saúde dos trabalhadores.

Esta tabela estabelece a relação entre o nível de ruído em decibéis (dB) e o tempo máximo de exposição diária permitido sem risco de dano auditivo, considerando que a exposição excessiva a ruídos altos pode levar à perda auditiva e outras complicações de saúde.

O que é nível de pressão sonora?

O nível de pressão sonora é a intensidade de som percebida pelo ouvido humano, geralmente medida em decibéis (dB). O nível de ruído aceitável, então, varia conforme o tempo de exposição, conforme especificado na NR 15.

Como funciona a tabela de nível de ruído da NR 15?

A tabela de níveis de pressão sonora e tempo de exposição impõe os limites de tolerância:

Nível de ruído (dB)	Tempo máximo de exposição
85 dB	8 horas
90 dB	4 horas
95 dB	2 horas
100 dB	1 hora
105 dB	30 minutos
110 dB	15 minutos
115 dB	7 minutos

À medida que o nível de ruído aumenta, o tempo máximo de exposição segura diminui proporcionalmente. Cada incremento de 5 dB no

nível de ruído reduz pela metade o tempo permitido de exposição sem a devida proteção.

Qual é a pressão sonora máxima permitida?

Para ruídos de impacto, a NR 15 define que a pressão sonora não deve ultrapassar 130 dB. Ruídos acima desse nível são considerados perigosos e podem causar danos imediatos à audição.

Conforme a tabela, 85 dB é o limite de tolerância para uma jornada de trabalho padrão de 8 horas. Dessa forma, as exposições superiores a esse valor exigem redução no tempo de exposição ou a utilização de proteção auditiva.

Além disso, a exposição sonora acima de 115 dB é considerada insalubre e não segura, independentemente do tempo de duração. Nessas situações, o trabalhador precisa utilizar os EPIs durante toda a jornada.

Acima de qual nível de ruído os empregadores devem proporcionar proteção auditiva?

A NR 15 determina que o empregador deve fornecer proteção auditiva sempre que o nível de ruído ultrapassar os 85 dB para uma exposição de 8 horas diárias. Para níveis de ruído mais altos, o tempo de exposição permitido é reduzido.

Como usar a tabela da NR 15?

A tabela presente na Norma Regulamentadora oferece um direcionamento para empresas que expõem seus colaboradores a ruídos durante as atividades.

1. Realize uma medição precisa com um dosímetro ou medidor de nível de pressão sonora para verificar o nível de ruído no local de trabalho;
2. Com o nível de ruído medido, consulte a tabela para determinar o tempo máximo seguro de exposição sem proteção auditiva;
3. Caso o nível de ruído exceda os limites para o tempo de exposição necessário, devem ser adotadas medidas de proteção, como o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) auditivos.

Quais são os principais EPIs auditivos?

Existem três tipos principais de protetores auditivos no Brasil: circum-auriculares, de inserção e semiauriculares.

Protetores circum-auriculares

Esses protetores envolvem completamente a orelha e são indicados para ambientes de alto nível de ruído.

Concha/Abafador: esse protetor possui dois abafadores de som em forma de conchas que devem ser colocadas ao redor das orelhas, se adapta à cabeça do usuário, pois tem duas hastes ajustáveis em forma de arco. Os abafadores são de espuma a fim de absorver e atenuar ruídos superiores a 20 dB;

Concha especial: são protetores com filtros acústicos ou eletrônicos, permitem que os níveis sonoros da voz humana passem;

Protetor auditivo tipo capa de canal: formado por hastes flexíveis e

resistentes. Pode-se utilizá-lo atrás da cabeça ou sob o queixo, os plugs são substituíveis e confeccionados em espuma;

Capacete e protetor auricular: há um capacete já acoplado ao protetor auricular, possui hastes ajustáveis ao rosto do usuário. Atenua 23 decibéis.

Protetores de inserção

São inseridos no canal auditivo. Feitos de espuma ou silicone, são leves e práticos, sendo indicados para exposição moderada.

Espuma moldável: são plugs confeccionados em espuma a serem inseridos no ouvido, não possuem flanges. São leves, confortáveis e fáceis de colocação;

Pré-moldável: protetor de inserção, composto por três flanges de silicone cônicas, moldadas para diferentes canais auditivos, são flexíveis. Podem ser lavadas, o que permite a reutilização do EPI. Possui cordão de tecido sintético ou silicone. O cordão de silicone é recomendado para proteger o trabalhador que lida com agentes biológicos, por exemplo, na assistência à saúde. Já o de tecido é ideal para utilização em atividades de construção civil, manutenção de prédios etc. Atenua mais de 17 dB.

Protetores semiauriculares

Ficam posicionados na entrada do canal auditivo, são usados principalmente para exposições breves e de moderada intensidade. Estes protetores são compostos por uma haste flexível que se encaixa ao redor da cabeça e, com ponteiros de espuma ou silicone, vedam parcialmente o canal auditivo.

Haste flexível com ponteiros de espuma: protetor com ponteiros de espuma que se encaixam levemente no canal auditivo, sendo fáceis de colocar e tirar sem comprometer o conforto. Oferece uma atenuação média e geralmente reduz o ruído

em até 20-23 dB;

Haste com ponteiros de silicone pré-moldadas: com uma haste com ponteiros de silicone cônicas, oferece vedação suave e conforto. Pode ser lavada e reutilizada; reduz ruídos em torno de 25 dB.

O que é NPSC dos EPIs auditivos?

O Nível de Pressão Sonora com Proteção (NPSC) é calculado para ajudar a determinar o nível de ruído residual que atinge o trabalhador ao usar um Equipamento de Proteção Individual (EPI) auditiva, como protetores auriculares.

Por isso, saber o NPSC é indispensável para avaliar a eficácia da proteção auditiva e garantir que o nível de ruído ao qual o profissional é exposto, mesmo com o EPI, esteja nos limites seguros para a audição.

Onde encontrar informações sobre o Nível de Pressão Sonora com Proteção?

Para calcular o NPSC é necessário seguir alguns passos. São eles:

Identifique o nível de ruído do ambiente com um decibelímetro;

Verifique a atenuação fornecida pelo fabricante do protetor auricular;

Calcule o NPSC. Para isso, subtraia o valor de atenuação do EPI (em dB) do nível de ruído do ambiente.

NPSC = nível de ruído do ambiente — atenuação do EPI.

Como saber a atenuação do protetor auricular?

O valor de atenuação é a quantidade de ruído que o protetor auditivo reduz. Quanto maior a atenuação, maior é a proteção oferecida pelo equipamento.

A atenuação de um protetor auricular é um valor em decibéis, conhecido como Índice de Redução de Ruído (NRR). Ele é informado pelo fabricante do protetor auditivo e, por isso, deve ficar disponível em sua embalagem.

Assim, caso o ambiente de trabalho possua um ruído de 100 dB e o protetor auditivo ofereça um NRR de 25 dB, o nível de ruído que o trabalhador irá prestar suas atividades, mesmo com a proteção, é de aproximadamente 75 dB, que fica abaixo do limite seguro. Portanto, ela é suficiente.

Como escolher o EPI conforme o NPSC?

Você deve escolher o Equipamento de Proteção Individual conforme o NPSC do local de trabalho. Conheça o passo a passo para isso.

1. Identifique o nível de ruído no ambiente

Para selecionar o EPI adequado, faça uma medição precisa do nível de ruído no local de trabalho, preferencialmente com um medidor de decibéis (dB). Essa medição deve seguir os parâmetros estabelecidos pela NR 15.

2. Determine o nível de atenuação necessário

Com o valor do ruído medido em decibéis, subtraia-o pelo NPSC desejado. Em geral, o NPSC gira em torno de 70 dB, um nível confortável e seguro para a maioria das atividades laborais.

Por exemplo, se o ambiente apresenta 95 dB de ruído e o objetivo é reduzir o nível a 70 dB, será necessário um protetor auditivo que proporcione uma atenuação de 25 dB.

3. Verifique o nível de atenuação do protetor auricular

Os fabricantes de EPIs especificam o Nível de Redução de Ruído (NRR) em decibéis para cada modelo de protetor auditivo. Essa informação indica o quanto o EPI consegue atenuar o ruído.

Portanto, escolha um protetor auricular que ofereça um NRR próximo ou superior à necessidade de atenuação que você calculou.

4. Integre outros EPIs de proteção

Além da proteção auditiva, os trabalhadores também devem usar outros EPIs para proteger diferentes partes do corpo. [Fernando Zanelli](#)

Tecnologia da NASA na Camiseta da JGB

Apresentamos a Camiseta **Outlast®Texion® Ref. 433 TMO**, desenvolvida para oferecer conforto e **proteção em ambientes de alta exigência térmica**. Produzida com materiais de ponta, como o tecido **Link -(CO2)® Outlast**, utilizado pela NASA, **esta peça combina tecnologia avançada e sustentabilidade.**

@jgbequipamentos