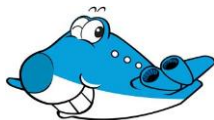




## Mensagem ao Leitor



*Vamos lá, Seguriteiros!*

Em nome do Jornal Segurito, apresento as boas-vindas à bordo do vôo com destino à Segurança do Trabalho.

Durante a leitura, o encosto de sua poltrona pode ser mantida inclinada para ficar mais confortável.

Em caso de dúvidas, acesse [www.jornalsegurito.com](http://www.jornalsegurito.com) e as informações cairão automaticamente. Escolha uma delas, coloque-a na mente ajustando a informação de acordo com a sua necessidade e depois auxilie os demais colegas prevenicionistas.

Esta aeronave possui 02 livros para gestão da Segurança do Trabalho, que devem ser utilizados para evitar emergência.

Obrigado por terem escolhido o Jornal Segurito e tenham todos uma ótima viagem.

*Prof. Mário Sobral Jr.*

## Jogo da CIPA

**P**ara alcançar um maior número de pessoas com a informação da Segurança do Trabalho precisamos utilizar os mais diversos canais e quando utilizamos um formato mais lúdico, em geral, há uma excelente aceitação por parte dos trabalhadores.

E com este foco, recebi um jogo para ajudar a difundir a Segurança do Trabalho na empresa, mais especificamente sobre a CIPA. Foi desenvolvido por: Alessandro Garcia da Silva, Eletícia Campos da Silva e Rafael Guglielmelli Seoulvne, graduados do curso de Gestão de Recursos Humanos da USCS.



Neste link você consegue baixar o tabuleiro.

<http://bit.ly/2n4FKO5>

Este material serviu de base para a elaboração de um artigo que pode ser lido neste link.

<http://bit.ly/2n20zJP>

## Procedimentos que são a maior viagem

**P**or mais que muita gente tenha medo, a estatística prova que voar é a forma mais segura de se fazer uma viagem. No entanto, tem muito procedimento de segurança dos aviões que aparentemente não têm lógica e, como não são explicados, acabam sendo realizados a contragosto ou burlados.

Concordo, professor. Nunca entendi porque temos de colocar os bancos na posição vertical, quando entro já quero pelo menos ficar mais confortável e inclinar o banco.



Um dos motivos, meu filho, é que a decolagem e o pouso são os momentos de maiores riscos na aeronave e se os bancos estiverem inclinados podem atrapalhar na evacuação dos passageiros em uma situação de emergência.

Outro procedimento que aparentemente não tem muita lógica é levantar as persianas no pouso e decolagem. Mas pense bem, em uma emergência os comissários de bordo deverão decidir por onde os passageiros devem dar preferência para sair e se eles tiverem uma melhor visualização da área externa da aeronave isto facilitará a decisão.

*Unnn! Entendi, professor. Mas ainda tenho mais uma dúvida, por que diminuem as luzes internas durante os pausos e decolagens noturnas?*

Esta é fácil de entender. Se você está em um ambiente iluminado e de repente passar para um ambiente escuro não irá demorar um pouco para sua visão se adaptar? No caso de uma emergência não teremos nenhum tempo disponível, então baixam as luzes internas para acelerar a adaptação.

Perceba que são orientações que têm lógica, mas que não são explicadas e consequentemente não são necessariamente bem aceitas. Nas nossas empresas ocorrem muito destas recomendações “sem motivos”, precisamos ficar alertas para sempre explicar os motivos dos procedimentos que estamos estabelecendo aos trabalhadores para que a aceitação e consequentemente a realização seja cada vez maior.

*Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho*

Para ter confiabilidade nos dados obtidos nas avaliações ambientais é necessário um estudo estatístico e neste livro é justamente sobre este assunto que você poderá iniciar o entendimento.

Depois complementemente lendo o Manual do NIOSH (traduzido e gratuito no site da Fundacentro)



**LTR30**

**Estratégia de Avaliação dos  
Riscos Ambientais**

Tuffi Messias Saliba e  
Maria Beatriz de Freitas Lanza  
Editora LTR

**BOA LEITURA!**

## Piadinhas

- Pai, comprei um relógio!
- Que marca?
- As horas.
- Ahaha, engraçadinho. Comprei um cinto!
- Que marca?
- As costas.

## Sem comentários



## Adaptar o trabalho ao trabalhador

**A**baixo você pode ver o termômetro de bulbo úmido que é utilizado para obtermos a temperatura efetiva citada como parâmetro na NR 17 para atividades de solicitação intelectual e atenção constante.



Nesta outra foto temos o termômetro de bulbo úmido natural (tbn), do medidor de estresse térmico, que muitos chamam de termômetro de globo, sendo o tbn um dos termômetros para obter o valor do IBUTG.



Pois bem, uma confusão que eu também fiz durante muitos anos foi achar que estes termômetros são iguais.

Na verdade são bem parecidos, ambos têm a ponta encamisada por um pavio umidecido e a outra extremidade imersa em água.

Porém apesar de parecidos têm algumas características próprias. A principal delas é que o primeiro, o termômetro de bulbo úmido, precisa obrigatoriamente que a leitura seja feita havendo um fluxo de ar incidindo sobre o termômetro. No caso do bulbo úmido natural não teremos esta incidência do fluxo de ar, daí o nome "natural".

Caso queira ouvir sobre o assunto, fiz um podcast comentando o mesmo tema. Basta acessar no link: <http://bit.ly/2nkYz1T>

Aproveite e faça a sua inscrição para ouvir semanalmente dois áudios sobre Segurança do Trabalho.

Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

## Piadinhas

- O que eu preciso fazer para conquistar este coraçãozinho?
- Cirurgia plástica, lavagem cerebral e pelo menos uns seis meses de malhação.

## Uso de listas de verificação

**U**sar listas de verificação, também conhecidas como checklists, como quase tudo, têm vantagens e desvantagens.



A principal vantagem é ajudá-lo a lembrar os itens possíveis de uma determinada inspeção, porém isto também pode vir a ser uma desvantagem, pois o profissional pode ficar restrito à listagem, que dificilmente será completa, e deixar passar itens importantes que não haviam sido previstos em um primeiro momento.

Então quando você tiver um checklist nas mãos tente avaliar se não está faltando algo que deveria estar listado.

Estou comentando este assunto, pois achei em um livro (Higiene Industrial da Editora UOC, autores: Xavier Baranza, Emilio Castejón e

Xavier Guardino) um checklist com controles no caso de exposição a agentes químicos, a qual também já complementei.

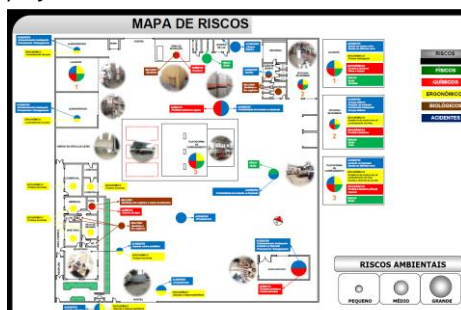
Um material interessante que pode ajudá-lo a pensar em alternativas de prevenção para este tipo de perigo na sua empresa, mas não vá esquecer de dar uma avaliada se não pode ser complementado.

1. Eliminar, reduzir ou substituir o produto;
2. Avaliar o processo desde o projeto;
3. Acompanhar se estão sendo realizadas as manutenções preventivas e corretivas do equipamento que utiliza o produto químico;
4. Alterar o processo caso necessário (automatização, uso de processo úmido etc);
5. Enclausuramento;
6. Isolamento por meio de separação ou aumento da distância;
7. Exaustão;
8. Ventilação geral ou localizada;
9. Limpeza da área;
10. Sensores com alarme;
11. Treinamentos específicos e divulgação de informações gerais;
12. Elaboração de procedimentos;
13. Diminuir o tempo de exposição.

Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

## Para que serve o Mapa de Risco?

**M**eu filho, você conhece aquele documento obrigatório e que é totalmente subutilizado? *Conheço sim. É o Mapa de Risco, não é professor?*



Exatamente. Teoricamente seria um documento que ajudaria na divulgação das informações sobre os riscos da empresa, mas como há pouca ou nenhuma divulgação do documento e consequentemente, pouco interesse por parte dos trabalhadores, fica apenas como um quadro para compor o cenário de boa parte das empresas.

O ideal é que os trabalhadores conseguissem entender o significado das cores e dos tamanhos das bolinhas. Uma sugestão é avisar que durante a SIPAT um dos jogos, com

premiação, será relacionado aos mapas de risco. Isto fará com que alguns trabalhadores se interessem em entender o programa.

No entanto, além da divulgação dos riscos, esse tipo de documento tem uma outra função bem importante e que sempre pode ser utilizada.

*Qual, professor?*

Pense bem, a obrigatoriedade da elaboração do mapa de risco é dos cipeiros, mas lógico que sempre deve haver um suporte do SESMT. Como na média os cipeiros não têm conhecimento tão aprofundado sobre os riscos da empresa e representam mais ou menos a média do conhecimento dos demais trabalhadores, durante a elaboração do mapa do risco e da indicação da intensidade dos riscos, podemos identificar quais itens estão sendo desconsiderados, subestimados ou superestimados pela comissão.

Com base nesta informação podemos realizar um treinamento para esclarecer os cipeiros e demais trabalhadores e aumentar o conhecimento de todos em relação aos riscos da empresa conforme estabelecido na NR 01.

Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho



## Seus olhos estão enxergando bem?

**L**ucrécio, poeta e filósofo romano que viveu no século I A.C, na obra *A Natureza da Coisas* escreveu algo assim: “A paixão cega os amantes e lhes apresenta perfeições que não existem. Frequentemente vemos mulheres feíssimas ou viciosas cativar louros e corações. Os amantes não veem que são eles mesmos vítimas de uma escolha infeliz. Suas amantes, nelas mesmas medonhas e enrugadas, são vistas como lisas e formosas. Vesgas são entendidas por enternecidas e exóticas. Minguadas e esqueléticas são apresentadas como mignon e graciosas, a elegância em pessoa. Gigantes e desengonçadas são entendidas como majestosas e cheias de dignidade.



*Enxergam no mundo o que ele mesmo projeta, o que ele quer enxergar e não a verdade”.*

*Ok, professor. Assim já é demais, o que que o Lucrécio de bilhões de anos, falando sobre paixões tem a ver com Segurança do Trabalho?* Talvez nada, meu filho. Mas vou tentar relacionar assim mesmo, mas antes de continuar, recomendo um chazinho de erva cidreira para acalmar os ânimos.

Nós agimos muito como os amantes citados pelo filósofo, nos apaixonamos por nossas ideias e passamos a achá-las lindas e formosas, porém precisamos a todo momento lembrar que a crítica de um colega de trabalho não tem necessariamente o intuito de tornar feia a nossa ideia, mas sim mostrar por meio de outra lente um foco diferente.

Continue se apaixonando pelas ideias para ter o ânimo e o vigor de implantá-las, mas quando alertado de seus defeitos aceite as novas lentes, pelo menos para saber se realmente não é a sua visão que precisa melhorar o foco. Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

## Piadinhas

A professora reclama: Chegando atrasado de novo, Segurinho. Ele responde: Mas a senhora sempre diz que nunca é tarde para aprender.



Era tão molenga que não tinha “batatas da perna”. Tinha purês.

## Um verdadeiro investigador dos riscos

**O** profissional de Segurança do Trabalho é uma espécie de investigador do ambiente laboral com o objetivo de identificar as pistas dos fatores que podem trazer prejuízos à saúde do trabalhador. Para facilitar nesta investigação, algumas evidências se destacam e não podem ser esquecidas. Vejamos algumas:

- A intensidade ou concentração dos riscos presentes no ambiente de trabalho – quando o investigado, ou melhor, o risco ambiental tem um limite de tolerância e consequentemente um nível de ação, há pelo menos um parâmetro para nos apoiar, porém em diversos casos o culpado não está tão exposto e serão necessárias várias horas de investigação e um verdadeiro trabalho de inteligência para solucionar este problema. Para cumprir com diligência a missão, podemos utilizar critérios qualitativos que nos darão condições de identificar quais são os principais suspeitos.

- O tempo de exposição – mesmo quando descobrimos o meliante, precisamos saber por quanto tempo ele está perturbando o nosso trabalhador ou agindo até mesmo de forma agressiva, para isto será necessário uma longa tocaia com o intuito de obter esta informação.

- A natureza do contaminante – os criminosos identificados, ou melhor, os riscos, possuem características próprias que podem trazer maior ou menor prejuízo aos trabalhadores. Como por exemplo sua solubilidade, volatilidade, inflamabilidade etc. Então quando o identificarmos devemos conduzi-lo

coercitivamente para a sala de interrogatório e sem pena conseguir todas as informações. Além de solicitar a ajuda de informantes, como higienistas, médicos e outros colegas com maior experiência sobre o caso.

- Características pessoais – cada trabalhador tem suas próprias limitações e para conseguir verificar se os riscos que investigamos não trarão problemas, precisamos fazer um verdadeiro retrato falado com as características particulares de cada indivíduo, mas para isso iremos pedir a ajuda do médico do trabalho que irá analisar individualmente cada vítima, ou melhor trabalhador, considerando sua idade, sexo, condições de saúde, hábitos alimentares etc. Ao final poderá nos fornecer um dossiê setorial dos problemas identificados na nossa empresa.

- Fatores ambientais – os riscos podem ter diversos comparsas que podem potencializar suas ações, dentre estes temos a temperatura ambiente, a umidade relativa do ar, pressão atmosférica. Esta gang pode ser bem maior dependendo do ambiente de trabalho.

Depois de tudo isso é só colocar o risco no camburão e levar direto pro xadrez com pena inafiançável. Mas não esqueça de ficar monitorando, porque é sujeito de alta periculosidade, mas caso ele venha a escapar, levante todos os controles existentes e reforce as defesas.

Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

## Fazendo a curadoria para você

- 1 Programa de Proteção Respiratória  
<http://bit.ly/2mzpecM>
2. Fatores Humanos e Organizacionais da Segurança Industrial  
<http://bit.ly/2nZuTG3>
3. Guia de Análise de Acidente do Trabalho  
<http://bit.ly/2n1Scy7>
4. Técnica de avaliação de agentes ambientais  
<http://bit.ly/2mziXjc>
5. Ebook SIPAT (Jornal Segurito)  
<http://bit.ly/2nkzKn5>
6. Saúde Mental no Trabalho  
<http://bit.ly/2mzx71W>
7. Estimativa de Exposições não Contínuas a Ruído  
<http://bit.ly/2nZwoEk>
8. Guia Geral para o Controle da Exposição a Agentes Químicos  
<http://bit.ly/2nkK4LK>
9. Segurança de máquinas e equipamentos  
<http://bit.ly/2mzHkLI>



## Não precisamos da sua visita

**N**ão posso dizer que seja um serviço agradável. Para ser sincero não gosto nenhum pouco de ter de visitar as pessoas naquelas ocasiões. Alguns até me recebem bem, para outros parece que eu sou a resposta para suas vidas (lógico que não sou), mas a maioria me recebe sem nenhuma animação.



A parte mais triste é quando meu encontro é com os trabalhadores, faço diversas visitas em um mês. Alguém pode estar pensando: *aqui na empresa você ainda não entrou não, só te conheço de vista.*

É verdade, já fui barrado muitas vezes por profissionais de segurança do trabalho. Porém, eles podem até conseguir barrar um dia, mas eu trabalho em regime de plantão e posso passar pelas empresas diariamente e a qualquer hora, e aí não tem como eles ficarem a postos 24 horas.

Mas não vão pensar que faço meu serviço com prazer, faço porque tenho que trabalhar. É frequente eu ficar com um aperto no coração, principalmente quando percebo que o profissional de Segurança do Trabalho está tentando fazer a sua parte, mas nem sempre

tem o apoio necessário da empresa ou mesmo dos próprios trabalhadores.

No entanto, tem caso que esses “profissionais da segurança” não sabem nem o que fazer. Pode parecer estranho, mas gostaria que o SESMT conseguisse me barrar mais vezes. Já estou cansado do meu trabalho e não tenho nem expectativas de aposentadoria e talvez empresas mais seguras, seria uma forma de aliviar minhas atividades.

Porém, não tem jeito, é difícil parar de trabalhar quando os problemas estão por todos os lados, máquinas sem proteção, trabalhos em altura sem linha de vida ou espaços confinados que estão propícios a se tornarem espaços com finados (desculpem o trocadilho, mas não resisti).

Outro dia me chamaram em uma obra porque tinha um trabalhador sem cinto de segurança no alto da caixa d’água. O TST correu lá para tentar evitar algo mais grave. Não adiantou. Foi só ele se virar que o trabalhador tirou o cinto e caiu direto nos meus braços.

Não fique assustado meu “amigo” leitor, já rondei sua empresa algumas vezes e percebi que não tinha nada para fazer lá, mas peço que você fique alerta, porque caso seja necessário entrarei sem pedir permissão, pois como você já deve ter percebido, eu sou a morte.

Um abraço, te vejo no fim da vida.

Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

## Segurança na ponta dos dedos

**O**lá meus caros, nesse mês vou falar sobre segurança em instalações elétricas, mais precisamente passar algumas “DICAS”!

As aspas indicam um novo significado para essa palavra, pois nesta coluna vou tratar as “DICAS” como uma forma didática para facilitar a compreensão dos passos necessários para se estabelecer um procedimento de segurança em instalações elétricas de acordo com os requisitos da Norma Regulamentadora – NR 10; então vamos a elas:



Se analisarmos cada dedo dessa hipotética mão veremos que cada um deles corresponde a uma das letras que formam a nossa palavra de estudo, ou seja, as nossas “DICAS”, sem muita paciência alguém pode perguntar: “Mas Gustavo! Afinal de contas o que isso tem a ver com a NR 10?”.

Muita coisa meu caro, tendo em vista que cada

uma das letras corresponde a uma medida de prevenção de acidentes aplicada em instalações elétricas, vamos a elas:

D: Desenergização dos circuitos elétricos;

I: Impedimento de reenergização, por meio de travas e cadeados de segurança com identificação;

C: Constatação de ausência de tensão nas instalações elétricas através de multímetros ou outras ferramentas específicas para essa finalidade;

A: Aterramento temporário das massas estruturais para fins de equipotencialização do sistema elétrico;

S: Sinalização de segurança, por meio de isolamento de área e sinais de advertência.

Não sou fã da famosa “decoreba”, mas é fato que as nossas “DICAS” (ainda entre aspas) é uma forma do profissional de segurança do trabalho se familiarizar com conceitos técnicos presentes na NR 10, aplicando-a com maior eficácia na sua rotina prevencionista.

Abraços e até a próxima!

Autor: Gustavo Rezende – Téc. de Seg. do Trabalho e Prof. no SENAC de Santo André.

## Cuidado com as asas novas

**M**eu filho, você conhece a história de Dédalo e Ícaro da mitologia grega? Caso não conheça, depois acesse no Google a história completa, mas de qualquer forma vou contar um trequinho.

*Lembro, mais ou menos, professor.*

Em uma parte de sua história, Dédalo junto com o seu filho Ícaro acabaram presos em um labirinto que havia sido projetado pelo próprio Dédalo, que era uma espécie de engenheiro da época.

Lógico que desde o momento em que foi preso ficou pensando de que forma poderia fugir. Depois de muito pensar teve uma ideia, começou a juntar as penas caídas de pássaros que voavam sobre o labirinto e foi amarrando-as e fixando-as com cera.

Preparou asas para ele e para o filho e quando estava tudo pronto conseguiram utilizar as asas para voar do labirinto. No entanto, Dédalo fez uma recomendação para o filho, que ele não voasse muito baixo para não acabar caindo no mar e nem tão alto, pois com o calor do sol a cera poderia derreter.

Tudo ia indo bem, mas o Ícaro ficou tão fascinado com o voo que resolveu subir um pouco mais e as asas começaram a se desfazer e ele acabou caindo e morrendo.

*Professor, meio trágica esta sua história, mas fale lá sua relação com a segurança o trabalho que eu já sei que o senhor vai fazer.*

Exatamente, meu filho. Quando implantamos um novo tipo de proteção na empresa o trabalhador precisa estar ciente de suas limitações e seguir os procedimentos. Pois o uso do equipamento pode nos dar uma sensação de segurança que pode nos tornar imprudentes. Para isso precisamos manter a eterna história da conscientização dos trabalhadores que precisa ser tentada continuamente e não esperar que após um treinamento de integração, realizado na época da mitologia Grega, será o suficiente para manter o trabalhador alerta sobre procedimentos que deve seguir.

Autor: Mário Sobral Júnior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

## Piadinhas

Conheço um cara que ficou careca de tanto contar mentira cabeluda.



Quando um homem e uma mulher se casam, tornam-se um só. A primeira dificuldade é decidir qual deles.