Junho - 2021

DDS

ÁREA: TODAS AS AREAS

Tema	Data	Pagina
Geração e destinação de resíduos sólidos	01/06/2021	2
Você tem atitudes sustentáveis?	02/06/2021	3
Uso consciente da água	03/06/2021	4
O que fazer com Óleo usado	04/06/2021	5
Descarte adequado dos resíduos	05/06/2021	6
Condições Inadequadas	06/06/2021	7
Aspectos e impactos ambientais	07/06/2021	8
Poluição atmosférica	08/06/2021	9
Benefícios De Andar De Bicicleta Para O Corpo	09/06/2021	10
6 atitudes sustentáveis que você pode fazer em casa para preservar o meio ambiente	10/06/2021	11
Armazenamento de Líquidos Inflamáveis	11/06/2021	12
Levantamento de Peso	12/06/2021	13
Inspeção das Ferramentas de Trabalho	13/06/2021	14
Melhoria contínua	14/06/2021	15
Como trabalhar de forma segura com andaimes?	15/06/2021	16
A importância da atividade física	16/06/2021	17
Como trabalhar de forma segura com andaimes?	17/06/2021	18
A importância da inspeção de ferramentas e equipamentos	18/06/2021	19
Manuseio, transporte e armazenagem de produtos químicos	19/06/2021	20
Dicas de segurança para operação com guindaste móvel	20/06/2021	21
O ruído, vamos nos proteger?	21/06/2021	22
A influência do calor no trabalho	22/06/2021	23
Trabalho em equipe	23/06/2021	24
Primeiros socorros para os olhos	24/06/2021	25
Proteção das mãos	25/06/2021	26
Riscos dos vapores	26/06/2021	27
Içamento de cargas	27/06/2021	28
Recordação de acidente	28/06/2021	29
Consumo consciente de energia elétrica	29/06/2021	30
Noções gerais de prevenção de incêndio	30/06/2021	31

Geração e destinação de resíduos sólidos 01/06/2021

Com a permanência da estação mais quente do ano é comum o aumento do consumo de vários produtos. Bebidas, como refrigerantes, sucos e cervejas, roupas, época de grandes promoções e de renovar o guarda-roupa, alimentos, em função do calor o fast-food é mais atrativo do que ficar em frente a um fogão quente. A tendência das fábricas e indústrias é uma produção em larga escala, gerando então, uma quantidade imensa de resíduos sólidos.

Esta geração de resíduos cria alguns transtornos em decorrência do seu volume e destinação. Quanto mais aumenta a produção e consumo, maior será a geração de resíduos sólidos que precisará de uma destinação correta.

Com esta demanda, principalmente no verão, estação de muita precipitação (chuva), vemos a destinação incorreta desses resíduos, que muitas vezes vão parar em córregos, entopem boca de lobo, aumento o número de lixões, provando então, diversos agravantes, inclusive de saúde pública.

Quando se forma os lixões que recebem qualquer tipo de resíduo – comum, perigoso e inerte – temos problemas, como:

– Contaminação da água e do solo

– Geração de gás metano (Ch4) à céu aberto

– Proliferação de animais como barata, escorpião, ratos, moscas e outros

– Contaminação do ar, geração de mau cheiro

Enfim, o transtorno é coletivo, agride o meio ambiente, a saúde pública e a economia.

Mas, para isso, temos solução. Se partimos do princípio dos 3 R´s – Reduzir, Reutilizar e Reciclar – vamos encontrar meios para diminuir a origem dos problemas.

E como funciona? É simples.

REDUZIR – Devemos reduzir nosso consumo, principalmente os desnecessários, como: excesso de embalagem, comprar por impulso, alimentos orgânicos em grande quantidade, impressão desnecessária. Enfim, evite o desperdício e abuso.

REUTILIZAR – Depois do resíduo gerado, podemos reutilizá-lo para outra finalidade, caso não sirva mais para nós, podemos doar, vender ou trocar em empresas que irá usar esse resíduo como matéria-prima. Reaproveite.

RECICLAR – Em último lugar, encontramos a reciclagem, onde o primeiro passo é fazer a coleta seletiva na empresa, escola e condomínio. Depois destinar para a usina de reciclagem que irá transformar esse resíduo química e fisicamente em matéria-prima para outra atividade ou em outro produto.

Você tem atitudes sustentáveis? 02/06/2021

Todos nós temos necessidades que são supridas através dos recursos que são extraídos do meio ambiente. Por isso, atitudes sustentáveis são importantes para que o uso dos recursos seja de forma equilibrada de modo a respeitar o tempo necessário da natureza para se auto reciclar.

Sustentabilidade é um termo que está em alta nos dias de hoje, a sua criação foi durante a Comissão Mundial sobre Meio Ambiente em 1983, criada pela ONU (Organização das Nações Unidas), onde o termo ganhou força e significa: “Atender às necessidades da atual geração, sem comprometer a capacidade das futuras gerações em prover suas próprias demandas.”

A partir daí o termo ganhou mercado e marketing, várias empresas usam o slogan no sentido de se promover e ganhar audiência com o público, fornecedores e concorrência. Outras até tem atitudes que colaboram com a preservação do meio ambiente, inclusão social e educação ambiental.

E você, tem atitudes sustentáveis? Confira algumas dicas para ser sustentável no seu dia-a-dia:

– Promova a dimensão ambiental, a necessidade de cuidar do meio ambiente

– Reduza a produção de lixo desnecessáriamente

– Forme e/ou participe de ações comunitárias

– Não se omita quanto a questões ambientais

– Apoie as iniciativas de reciclagem

– Reutilize materiais, recicle

– Proteja a vegetação

– Reeduque-se, procure conhecer mais sobre meio ambiente

– Replaneje seu consumo para poluir menos

– Faça o reuso da água

– Economize energia elétrica

– Promova mudança de hábitos no trabalho do ponto de vista ambiental

– Utilize o fogão racionalmente, evite desperdiçar gás

– Participe de audiências públicas

– Apoie a luta contra o tabagismo

– Veja a publicidade com olhos críticos, consuma menos

– Apoie as ciclovias

– Conheça órgãos ambientais locais

Viram quantas atitudes podemos ter em relação a sermos sustentáveis em um planeta que pede socorro, em sociedades que padecem por não ter água potável, população que morre de fome todos os anos por não ter um solo fértil ou pela pobreza.

Podemos promover a sustentabilidade com ações simples em nosso cotidiano, a responsabilidade é de cada um de nós, como as formiguinhas que não precisam de chefe, mas trabalham todos os dias no mesmo ritmo e cada uma conhece sua função, sabendo que ao final todas serão beneficiadas.

Uso consciente da água 03/06/2021

A água é um recurso fundamental para a sobrevivência do ser humano. Ainda que 70% do planeta Terra seja coberto por água, apenas 1% desse volume é considerado potável. Da pequena parte hídrica que é apropriada para consumo humano, 12% fica no Brasil, sendo 70% dessa água doce concentrada na Bacia Amazônica. O restante está distribuído de forma desigual - o Nordeste, por exemplo, possui apenas 5% das reservas brasileiras de água doce, sendo que boa parte desse volume é subterrâneo e com alto teor de sal. As reservas de água doceestão distribuídas de modo desigual em todo o mundo e, além disso, são constantemente ameaçadas de escassez e contaminação. Tudo isso faz com que seja muito importante praticar o consumo consciente de água.

Praticar o consumo consciente de água não significa deixar de usar o recurso, mas sim repensar as suas formas de uso da água. Evitar desperdícios, reduzir o consumo sempre que possível, fazer a captação da água da chuva e reaproveitar a água cinza gerada pelo chuveiro e pela máquina de lavar roupas são algumas atitudes que podem ser tomadas para ter um consumo consciente da água.

Essas são formas de poupar a água potável do planeta e de ajudar a preservar os mananciais, além de economizar com a conta de água. Outra atitude de consumo consciente de água é estar atento ao gasto hídrico dos produtos e serviços que você consome. Esse mapeamento da quantidade de água que a sua rotina de vida consome é chamado de pegada hídrica, que representa o volume total de água doce que é utilizado para produzir os bens e serviços consumidos por um indivíduo - a mesma conta também pode ser aplicada a comunidades ou empresas.



O que fazer com o óleo usado 04/06/2021

Quando se está na rua e bate aquela fome, ao redor encontramos diversas tentações como aquela batata-frita, um pastelzinho de feira ou aquele churros de sobremesa, saciamos nossa fome, sem falar da gordura insaturada, mas, o que será que é feito com tanto óleo usado?

Esse insumo é usado por todos, seja doméstico ou industrial, mas a preocupação é: como devemos destinar de forma correta esse resíduo tão contaminante?

Os usos são os mais diversos e lembra da aula de química? Óleo não se mistura com a água. Em casa quando se joga óleo no ralo da cozinha, além de entupir o encanamento e dar o maior prejuízo, quando chega no esgoto, cerca de um litro de óleo contamina 1 milhão de litros de água, causa um impacto ambiental significativo sobre os animais da região e flora.

Quando o esgoto é tratado, esse impacto é menor, porém a estação de tratamento fica com todo o prejuízo, quando o esgoto é lançado in natura, o corpo receptor recebe a degradação desse resíduo.

Mas, o que se deve fazer quando se tem esse insumo presente no dia-a-dia? Temos algumas sugestões.

– Separe o óleo usado (guarde-o em uma embalagem de vidro e depois segregue na própria embalagem pet – para evitar maior contaminação de outras embalagens)

– Doe para fabricação de sabão e outros coprodutos

– Incentive a colaboração de todos em sua casa

– Evite jogar no ralo

A fabricação de sabão a partir do óleo usado evita em partes a contaminação do meio ambiente, gera renda para muitas pessoas que vendem e auxilia na economia doméstica.

Há vários projetos, sindicatos e ong´s que trabalham no recolhimento e co-fabricação de produtos a partir do óleo, colaboram para redução desse resíduo, transformando em um outro produto e ajuda na economia.

Essas ações estão ao alcance de todos e podemos mudar nossos hábitos seja comercial, doméstica ou industrial. Vale o envolvimento das pessoas, o comprometimento em mudar e manter bons hábitos e colaborar para que isso seja em larga escala.

Assim como o óleo, outros resíduos podem e devem ter uma destinação correta e menor impacto no meio ambiente. Faça um levantamento dos tipos de resíduos que são gerados em seu ambiente e dê a ele a melhor destinação.

No campo do direito há o Princípio do Poluidor Pagador: obriga quem polui a pagar pela poluição causada ou que pode ser causada.

Portanto, identificar o resíduo gerado, a segregação, o condicionamento, o transporte e destinação final é responsabilidade legal e devemos assumir esse perfil na sociedade e na empresa.

Não se esqueça que o gerador do resíduo é responsável pela destinação correta dele. A Política Nacional de Resíduos Sólidos Lei 12305, institui que o óleo lubrificante deve se enquadrar na Logística Reversa, mas como a preservação do meio ambiente depende do Poder Público e da coletividade, nós podemos instituir o óleo na logística reversa, fazendo com que depois de usado ele volte a ser um novo produto em sua cadeia.

Descarte adequado dos resíduos 05/06/2021

A gestão dos descartes começa em identificar os tipos de resíduos – tais como líquidos, semi-sólidos, sólidos, efluentes industriais, sanitários, resíduos orgânicos e recicláveis -, separar e buscar por empresas certificadas que destinam os materiais de maneira ecologicamente correta. Toda empresa de destinação de resíduos industriais emite um certificado para cada etapa do processo, garantindo o destino correto e cumprindo as exigências legais. Para isso existem normativas nacionais e internacionais de políticas públicas, licenciamento ambiental e procedimentos a serem cumpridas pelas indústrias.

Benefícios

Para o meio ambiente os benefícios da destinação correta dos resíduos industriais são inúmeros já que o descarte sempre é feito de maneira menos impactante à natureza, além da sociedade e da própria empresa também serem diretamente beneficiadas com este processo. Podemos destacar alguns dos principais benefícios:

Sustentabilidade

Com o reaproveitamento de rejeitos industriais, os recursos naturais são preservados. Materiais que seriam descartados e demorariam anos para se decompor, são tratados e servem como matéria prima para outros produtos.

Cumprimento da legislação ambiental

O descarte incorreto dos resíduos além de contaminar o meio ambiente, em alguns casos, poder ser crime. A poluição de rios ou rede de esgoto, por exemplo, está sujeita à multa e os responsáveis ainda podem ser presos por crime ambiental, além de outras medidas restritivas para a empresa.

Marketing Verde

A preocupação com a saúde do planeta está cada vez maior. Muitas empresas preferem trabalhar com fornecedores, indústrias ou outras empresas que se comprometem com o meio ambiente e se preocupam com a sustentabilidade. Se manter sempre em dia com as obrigações ambientais pode ser uma ótima oportunidade de negócio.



Condições Inadequadas – 06/06/2021

Não conviva com condições inadequadas de trabalho, busque uma solução!

Todos nós, todos os dias somos responsáveis pela melhora continua de nossa qualidade de vida no trabalho.

Para conseguirmos um bom ambiente de trabalho, é necessário adotarmos ações que permitam a antecipação aos riscos das nossas tarefas.

A antecipação aos riscos, não é nada **complexa, basta enxergarmos** uma melhor forma de fazer o nosso **trabalho, identificando** aqueles **fatores que podem** contribuir para um incidente, uma lesão ou uma contaminação ambiental.

Todo trabalhador ou subcontratado deve comunicar as condições inseguras que identifique no seu local de trabalho. Quando a pessoa identificar qualquer anormalidade que possa gerar qualquer perda, deve procurar imediatamente solucionar e ou minimizar essa irregularidade, avisando seu superior imediato ou pessoal da segurança.

Lembre-se, nos somos os principais responsáveis pelo nosso ambiente de trabalho, por isso, procure melhorá-lo sempre."

Aspectos e impactos ambientais 07/06/2021

A identificação e avaliação de aspectos e impactos ambientais é um passo essencial para o correto gerenciamento ambiental e faz parte da certificação ISO 14.001/2004.

Você sabe a diferença entre um aspecto e um impacto ambiental?

O Aspecto ambiental é elemento das atividades ou produtos ou serviços de uma organização que pode interagir com o meio ambiente.

O impacto ambiental é qualquer modificação do meio ambiente, adversa ou benéfica, que resulte, no todo ou em parte, dos aspectos ambientais da organização.

Ou seja, o aspecto ambiental é qualquer elemento integrante de uma atividade que tem potencial de alterar o meio ambiente. Esta alteração, caso ocorra, caracteriza o impacto ambiental. O impacto ambiental sempre acontece a partir de um aspecto ambiental.

Por exemplo, se um equipamento usa óleo podemos dizer que a entrada é uso de óleo e sua saída será óleo usado. Logo, neste caso, o aspecto será o óleo usado. Se o óleo usado for descartado no solo vai contaminar o solo e pode ir ao lençol freático e se for descartado no rio contamina o rio. Então o descarte inadequado do óleo usado pode contaminar tanto o solo, o lençol freático, como a água de um rio.

Neste exemplo o Aspecto é o óleo usado e o Impacto é a Alteração da qualidade do solo, água subterrânea ou água de um rio.

Uma vez conhecidos estes elementos, são desenvolvidas ações para controle para que sejam evitados os impactos ambientais através de medidas de controle.

Lembre-se que cada área deve manter atualizadas as planilhas de Aspectos x Impactos disponíveis no sistema WEBMINE, podendo contar com o apoio da equipe do Meio Ambiente.



Poluição atmosférica 08/06/2021

Poluição atmosférica é tudo aquilo que lançamos na atmosférica sem controle, entre os mais frequentes são: Fumaça, poeira e gases. Todos estes têm um papel no agravamento do aquecimento global e risco a saúde. A fumaça com seus gases emitidos, inibem a dissipação dos raios solares que são repelidos para o espaço fazendo com que esses mesmos raios fiquem preso na atmosfera terrestre fazendo o efeito estufa aumentando a temperatura, essa fumaça também tem sua contribuição no agravamento de doenças respiratórias, como a umidade relativa é baixa nos períodos dos meses de julho a setembro chegando a 10 % na região centro-oeste. A poeira prejudica a saúde de pessoas e animais e muda o aspecto das margens das estradas.

O que fazer para contribuir e não poluir o ar?

- Nunca queimar lixo doméstico;
- Usar folhas e galhos como adubo para outras plantas;
- Usar equipamentos que emitem menos poluentes;
- Realizar periodicamente as manutenções de seus equipamentos;

LEMBRE-SE: Somos responsáveis pelo ambiente que vivemos

Benefícios de andar de bicicleta para o corpo 09/06/2021

Andar de bicicleta está se tornando cada vez mais uma atividade comum entre os brasileiros. Eleita pela ONU (Organização das Nações Unidas) como o transporte ecologicamente mais sustentável do planeta, pode ser uma alternativa para ir trabalhar ou estudar ou uma atividade benéfica para praticar nos finais de semana pelos parques ou ciclofaixas das cidades.
Segundo dados do IPEA (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada), cerca de 7% dos brasileiros utilizam a bicicleta como meio de transporte principal, o que contribui para a diminuição do impacto da poluição no meio ambiente.

Atualmente, diferentes projetos procuram estimular o uso de bicicletas nas cidades do país e incentivar essa atividade, que além de melhorar a qualidade de vida e diminuir o stress, colabora para outros benefícios do corpo e da mente.

“Ao pedalar, o ciclista exerce uma força sobre os pedais que auxilia no fortalecimento de grandes grupos musculares, como das pernas, coxas e abdominais”, explica a fisioterapeuta pertencente ao Núcleo de Conhecimento Técnico da Mercur, Tânia Fleig.

“Também melhora a frequência cardíaca, acelera o metabolismo, auxilia na redução do colesterol e na perda de peso”, acrescenta a profissional.

Segundo a fisioterapeuta, pedalar não exerce impacto sobre as articulações, músculos e tendões, facilitando a execução da atividade física em pessoas com problemas articulares e também é considerada uma atividade social que pode ser realizada com amigos e familiares.



6 Atitudes sustentáveis que você pode fazer em casa para preservar o meio ambiente 10/06/2021

Muitas vezes quando falamos em meio ambiente as pessoas pensam que está tão longe, que isso é lá na Amazônia, no Pantanal que não tem nada a ver conosco, que não temos responsabilidades.

Durante muito tempo pensava-se que os recursos naturais eram infinitos, que jamais acabariam ou ficariam indisponíveis em qualidade suficiente para sobrevivência do ser humano.

Ao longo das décadas, em decorrência das consequências que a degradação ao meio ambiente gerou, foi-se percebendo a importância da preservação e da responsabilidade de cada um.

A preservação do meio ambiente depende de cada um de nós. Por mais que sejam pequenas as ações, elas podem mudar o mundo, desde que cada um faça sua parte, por menor que seja. Pode ser na escola, na empresa, no passeio e também em casa.

Vejamos então algumas atitudes que você pode realizar em casa que irá impactar positivamente o meio ambiente.

Economize energia:

É possível hoje desenvolver a eficiência energética dentro de casa. Exemplos:

•trocar lâmpadas incandescentes pelas fluorescentes ou led´s, além de aumentar a vida útil de sua lâmpada, vai economizar energia por sua tecnologia

•adquirir produtos elétricos que tenham o selo PROCEL que garante a eficiência do equipamento;

•apagar e desligar aparelhos e luzes quando não estiver utilizando.

Economize lixo:

•evite a geração de resíduos, assim irá reduzir o volume do lixo,

•compre apenas os alimentos que irá consumir,

•aproveite ao máximo todo alimento,

•evite a geração de embalagens e sacolas plásticas, usando sacolas retornáveis no supermercado e na feira.

Pratique os 3 R´s:

•busque reutilizar os resíduos gerados em sua própria casa

•pratique a reciclagem e a coleta seletiva.

Armazenamento de Líquidos Inflamáveis 11/06/2021

Muitas instalações industriais e estabelecimentos comerciais compram líquidos inflamáveis em tambores de 200 litros. Para o uso rotineiro eles transferem estes líquidos para recipientes menores. Os tambores devem satisfazer os rígidos padrões do INMETRO para que possam estar qualificados como recipientes para transporte de líquidos inflamáveis. Porém, estes padrões não servem para qualificar os tambores como recipientes de armazenamento de longo prazo.

Muitos usuários assumem que é seguro armazenar tambores fechados exatamente como foram recebidos. Um tambor para ser seguro para armazenamento deve ser protegido contra a exposição a riscos de incêndio e explosão.

O armazenamento externo deve ser preferido em relação ao interno. Porém, os tambores devem ser protegidos contra a luz solar direta e contra outras fontes de calor. O tampão

deve ser substituído por um respiro de alívio vácuo-pressão, tão logo o tambor fechado seja aberto. Este tipo de respiro deve ser instalado num tambor de líquido inflamável vedado se houver qualquer possibilidade de que ele seja exposto a luz solar direta, ou for danificado de qualquer maneira, seu conteúdo deve ser imediatamente transferido para um recipiente em bom estado em que seja limpo ou que tenha sido usado para guardar o mesmo líquido anteriormente.

O recipiente substituto deve ser do tipo que satisfaça as exigências necessárias de segurança. Todo tambor deve ser verificado quanto à presença do rótulo identificando seu conteúdo. É importante que este rótulo permaneça claramente visível para evitar confusão com outro inflamável e também facilitar o descarte seguro. Talvez o equipamento mais comum para armazenar pequenas quantidades de líquido inflamável sejam os portáteis variando de 1 a 15 litros. Os recipientes seguros são feitos de várias formas.

Levantamento de Peso – 12/06/2021

Para assegurar melhor qualidade de vida, prevenindo problemas com sua coluna por levantamento de pesos, procure fazer essas tarefas conforme orientação.

CERTO

- Chegue próximo da carga que será levantada com os pés afastados para manter equilíbrio ;
- Abaixe-se e mantenha a cabeça e as costas numa linha reta ;
- Segure firmemente a carga usando a palma das mãos ;
- Levante-se usando apenas a força das pernas, mantendo os braços esticados ao sustentar o peso do objeto manuseado ;
- Aproxime bem a carga de seu corpo, mantendo centralizada em relação ás pernas ;
- Ao deslocar-se carregando peso, evite girar o tronco bruscamente, se esse movimento for realmente necessário, faça-o sincronizado evitando assim uma lombalgia ou distensão muscular ;
- Quando carregar peso, deslocando-se em escada, escale-a degrau por assim estará distribuindo melhor a força e evitando possíveis problemas futuros.

ERRADO

- Não dobre a coluna, usando-a para forçar o levantamento do peso ;
- Não mantenha o objeto transportado abaixo da linha da cintura ;
- Não mantenha o tronco longe da carga transportada ;
- Não torça o corpo para erguer a carga ;
- Não gire o tronco com a carga suspensa estando com as pernas fixas no chão ;
- Não escore a carga na perna ou joelho .

" Viva bem com a coluna que você tem."

Inspeção das Ferramentas de Trabalho 13/06/2021

Os Acidentes também acontecem com a falta de cuidado na utilização das ferramentas manuais, por causa de um pequeno detalhe na ferramenta pode causar um grande dano no colaborador, veja algumas dicas de Prevenção abaixo para evitar os acidentes com ferramentas.

►Selecione a ferramenta adequada para o trabalho; inspecione-a e use-a corretamente.

►Não improvise ferramentas no trabalho, pois é perigoso. Por exemplo, não use alicate como martelo, chave de fenda com alavanca e outros usos impróprios.

►Não utilize ferramentas defeituosas, gastas ou em mau estado.

►Substitua-as ou solicite o reparo necessário

►Conserve suas ferramentas em boas condições e guarde-as em ordem em local seguro

►Não carregue ferramentas nos bolsos.

►Não use uma ferramenta manual com pressão excessiva ou força exagerada.

►Jamais acople qualquer tipo de alavanca ou prolongador para aumentar a força sobre uma ferramenta.

►Todas as ferramentas elétricas portáteis devem ser aterradas ou possuir isolamento duplo.

►Não trabalhe com ferramentas elétricas se estiver com as mãos molhadas ou sobre piso úmido.

►Proteja o fio elétrico contra danos, evitando arrastá-lo pelo chão, força-lo sobre cantos vivos ou puxá-lo para desligar a ferramenta. Coloque-o fora de passagem de veículos e pedestres.

►Da mesma forma, ao utilizar uma ferramenta pneumática, proteja a mangueira contra danos e nunca a dobre para interromper o fluxo de ar

Melhoria contínua 14/06/2021

Melhoria contínua significa envolvimento de todas as pessoas da organização na busca constante e sistemática do aperfeiçoamento dos produtos e processos empresariais. O objetivo dessa proposta é melhorar o desempenho dos produtos e processos de trabalho, por meio do aprendizado e da criatividade.

No dia a dia, usa-se o Método PDCA (Planejar, Executar, Controlar e Agir Corretamente) para manter os padrões e metas estabelecidos.

Além disso, a empresa deve almejar constantemente atingir novas metas, para que elas se transformem em novos padrões, num ciclo contínuo.

Cabe salientar que quando a organização é receptiva a mudanças, menores são as resistências às melhorias. Para ter uma equipe disposta a melhorar continuamente, os empresários de pequenos negócios devem divulgar ações do tipo:

*Descartar ideias fixas e convencionais;

*Questionar práticas atuais que não atendem a seus propósitos, sem apresentar desculpas;

*Diante de um problema, utilizar a pergunta “POR QUÊ” pelo menos cinco vezes até encontrar a causa;



Como trabalhar de forma segura com andaimes? 15/06/2021

Os andaimes são muito importantes para a indústria da construção. São estruturas provisórias bastante utilizadas na construção civil para a realização de trabalhos em altura, que não podem ser executados em condições de segurança a partir do piso. São muito usados em serviços de demolição, construção, reforma, pintura, limpeza e manutenção.

Quais são os tipos existentes de andaimes?

- Fachadeiro;
- Fixo;
- Móvel;
- Andaimes em balanço;
- Andaime suspenso mecânico;

São considerados os mais perigosos, os andaimes que ficam suspensos nas fachadas dos prédios. Portanto, para se trabalhar com andaimes, deve haver bastante segurança, tanto para o trabalhador quanto para o equipamento.

Um dos aspectos mais importantes é a sua fixação. Antes de iniciar qualquer a atividade, o andaime precisa estar bem fixado. Os sistemas de fixação, sustentação e as estruturas de apoio dos andaimes (principalmente no casos dos suspensos) devem ser precedidos de projetos elaborados e acompanhados por profissional legalmente habilitado. No caso de não cumprimento desse procedimento, o risco poderá ser grande para os trabalhadores.

Ainda é comum encontrar em canteiros de obra trabalhadores suspensos em andaimes sem a utilização dos equipamentos de proteção, como cinto se segurança, linha de vida, trava queda, etc.

A importância da atividade física 16/06/2021

Atividade física é a maneira pela qual fazemos com que nosso corpo se movimente.
A atividade física busca tornar as pessoas mais auto-confiantes, menos deprimida e com mais resistência, levando a uma longevidade ou tempo de vida maior, diminuindo a morte precoce (antes dos 50 anos).
A inatividade faz com que as pessoas morram jovens, por problemas do coração na maioria das vezes. O coração é um músculo e por isso precisa estar sempre em forma.
Qualquer pessoa pode ficar em forma praticando uma atividade física após consultar um médico. É necessário que seja praticada devagar, especialmente no início, pois o corpo e a mente levam certo tempo para se acostumarem às tensões da atividade física.

PRATIQUE EXERCÍCIOS REGULARMENTE, PELO MENOS DE DUAS A QUATRO VEZES

POR SEMANA.



Como trabalhar de forma segura com andaimes? 17/06/2021

Os andaimes são muito importantes para a indústria da construção. São estruturas provisórias bastante utilizadas na construção civil para a realização de trabalhos em altura, que não podem ser executados em condições de segurança a partir do piso. São muito usados em serviços de demolição, construção, reforma, pintura, limpeza e manutenção.

Quais são os tipos existentes de andaimes?

- Fachadeiro;
- Fixo;
- Móvel;
- Andaimes em balanço;
- Andaime suspenso mecânico;
- Motorizado.

São considerados os mais perigosos, os andaimes que ficam suspensos nas fachadas dos prédios. Portanto, para se trabalhar com andaimes, deve haver bastante segurança, tanto para o trabalhador quanto para o equipamento.

Um dos aspectos mais importantes é a sua fixação. Antes de iniciar qualquer a atividade, o andaime precisa estar bem fixado. Os sistemas de fixação, sustentação e as estruturas de apoio dos andaimes (principalmente no casos dos suspensos) devem ser precedidos de projetos elaborados e acompanhados por profissional legalmente habilitado. No caso de não cumprimento desse procedimento, o risco poderá ser grande para os trabalhadores.

Ainda é comum encontrar em canteiros de obra trabalhadores suspensos em andaimes sem a utilização dos equipamentos de proteção, como cinto se segurança, linha de vida, trava queda, etc. Cabe ao empregador fornecer os equipamentos necessários para que a atividade possa ser efetuada da forma mais segura possível e ao trabalhador reconhecer que sua atividade o expõe a um grande risco, sendo necessário que faça a correta utilização e manutenção de todos os equipamentos ofertados.

Os andaimes suspensos devem ser sustentados por meio de vigas, afastadores ou outras estruturas metálicas de resistência equivalente a no mínimo três vezes o maior esforço solicitante. É proibida a fixação de sistemas de sustentação dos andaimes por meio de sacos de areia, pedras ou outras improvisações.

A importância da inspeção de ferramentas e equipamentos 18/06/2021

A inspeção consiste na observação cuidadosa de suas ferramentas e equipamentos de trabalho, com o fim de descobrir, identificar riscos que poderão transformar-se em causas de acidentes do trabalho e também com o objetivo prático de tomar ou propor medidas que impeçam a ação desses riscos.

A inspeção se antecipa aos possíveis acidentes, mas quando repetidas, alcançam outros resultados: favorecem formação e o fortalecimento do espírito prevencionista que os colaboradores precisam ter. A inspeção de ferramentas é uma parte programada de cada tarefa. É tão indispensável para o trabalho a ser feito quanto a sua habilidade e qualificação para executá-lo. Verificar se as ferramentas e equipamentos estão em ordem é o primeiro. passo não apenas para uma operação segura, mas também para uma operação eficiente.

Quantas vezes ouvimos alguém dizer que um melhor trabalho poderia ter sido feito se ferramentas e equipamentos melhores fossem disponíveis? Ou se as ferramentas e equipamentos estivessem em melhores condições?

Mas quando falamos sobre uma pessoa que foi ferida por causa de uma destas falhas, o quadro muda rapidamente. Nada é mais importante em nossa operação do que evitar que alguém saia ferido. A perda de um olho, de um braço, de uma perna ou de uma vida é exatamente isto - uma perda. Não há peça de reposição que devolva a condição normal.

A responsabilidade por isto cabe a cada indivíduo. A manutenção de ferramentas e equipamentos pode até não ser de sua responsabilidade pessoal, mas a responsabilidade por inspecioná-la é sua. A inspeção é aenas o primeiro passo para evitar os acidentes e ferimetos causados por equipamento ou ferramenta defeituosa.

Que tal começar por inspecionar as suas ferramentas manuais? Elas são os equipamentos mais simples e servem como extensão da mão do homem para lhe facilitar as tarefas, diminuindo a força empregada por ele, aumentando o rendimento dos serviços e protegendo-o dos riscos de acidentes. Muitos são os acidentes causados por ferramentas defeituosas, inadequadas para o serviço, utilizadas de maneira errada e na maioria das vezes são improvisadas.

Manuseio, transporte e armazenagem de produtos químicos 19/06/2021



De acordo com as Normas Regulamentadoras do Ministério do Trabalho, a característica fundamental de um agente químico, pertencente a um determinado produto químico, está no tempo de exposição a que o empregado fica submetido ao agente químico e ao limite máximo ou tolerância em que este não produz qualquer dano à saúde do empregado.

Todo produto químico deverá trazer no lado externo de sua embalagem suas características físicas e químicas, bem como o cuidado com o seu manuseio, a maneira correta de transportá-lo e principalmente como deve ser armazenado e também o que fazer em caso de intoxicação com o produto.

Devemos diluir o produto nas quantidades recomendadas e usar os EPI's recomendados. Na dúvida contate o Serviço de Segurança.
Todo produto com qualidade deve conter em sua embalagem todos estes dados. Produtos químicos sem qualquer identificação externa não deve ser manipulado nem como teste . Sua identificação deve ser completa , clara e objetiva.

"Quando não conhecemos a substância química não devemos manuseá-la, pois não saberemos agir quando esta substância estiver prejudicando nosso organismo."

Dicas de segurança para operação com guindaste móvel 19/06/2021

A grande maioria dos acidentes envolvendo os guindastes são provocados por trabalhadores embaixo ou próximos a cargas suspensas, quando as mesmas caem devido a amarração, ganchos e estropos inseguros.

Os cabos e os prendedores devem ser examinados diariamente e inspecionados completamente pelo menos uma vez por semana e mais frequentemente ao aproximar de sua vida útil. O número de arames quebrados, a quantidade de desgastes dos arames externos e a evidência de corrosão são indicadores.

Se um cabo de 6 por 19 tiver seis arames partidos numa perna, esta seção de cabo estará seriamente comprometida. Os ganchos deterioram devido à fadiga e a má prática de içar a carga em um ponto, o que faz com que o gancho se abra. Se você encontrar um gancho nestas condições, substitua-o. Um gancho giratório minimiza o esforço e o desgaste provocado pelo giro da carga durante um içamento. Um gancho de segurança possui um trinco que impede o estropo de cair.

A operação de um sistema de guindar em terreno macio ou inclinado é perigosa. O guindaste deve estar sempre nivelado antes de ser colocado em operação. As sapatas de apoio dão uma estabilidade confiável somente quando usadas em terreno firme. A sobrecarga é uma causa frequente de acidentes sérios, como o tombamento, colapso da lança e falha de cabos. Todos os fabricantes estabelecem os limites de carga de segurança para diferentes ângulos de inclinação da lança. Os limites especificados na tabela de carga nunca devem ser excedidos, além das instruções de operações devem ser seguidas.

Antes de sair do guindaste, por qualquer razão, aplique os freios, calce as rodas, trave a lança e coloque as alavancas e controle em neutro.

Observe antes de iniciar os trabalhos as condições do terreno, inclinações e posicionamento do guindaste em relação à fiação aérea.

O ruído, vamos nos proteger? 21/06/2021

Vamos entender um pouco sobre o ruído e procurar eliminar este mal de nossos ambientes de trabalho. Primeiramente vamos falar de sons.

Quando ouvirmos um cantar de um pássaro, quando ouvirmos uma música suave e agradável aos nossos ouvidos, ou quando ouvimos um som de uma cachoeira.

Porém, se uma buzina de um carro dispara próximo da gente ou ouvimos determinadas músicas de rock estridentes, ou mesmo, aquela gota de água que cai sem parar em cima de um latão, nos despertando durante uma noite, dizemos que aquele “barulho” é ruim, é desagradável, nos incomoda.

Os sons se propagam no ar através de ondas que ao atingirem a membrana do tímpano fazendo-o vibrar e transmitir a outras partes do ouvido fazendo com que todo um mecanismo funcione para que possamos ouvir.

Quando essas ondas são muito fortes podem provocar o rompimento dessa membrana provocando lesões nos ouvidos. Um exemplo disso é o barulho provocado por uma detonação próxima da otite.

Quanto aos efeitos sobre a saúde, podemos citar três tipos:

- A surdez temporária. Corno exemplo, se nós estivermos num local barulhento por alguns minutos, notamos alguma dificuldade de ouvir, sendo normal o retorno desta audição, após alguns instantes.

- Surdez permanente. Acontece quando há exposição repetida durante longos períodos. No seu inicio a pessoa não percebe essa alteração da percepção auditiva. Com o passar dos anos as perdas progridem. Ver televisão, ou ouvir o rádio, em alto volume, são sinais evidentes dessa perda auditiva. - Trauma acústico.

É a perda auditiva causada por um barulho muito forte e repentino. Exemplo: uma Explosão.

A influência do calor no trabalho 22/06/2021

O calor excessivo pode ser considerado como um inimigo no nosso trabalho. Ele influi diretamente no nosso desempenho, fazendo com que o cansaço apareça precocemente, deixando nos muito das vezes até irritado.

Nosso organismo tem mecanismos de defesa contra o calor que são mecanismos termorreguladores. Eles fazem com que a pessoa comece a suar. A pele mantendo-se molhada pelo suor faz com que as pessoas sentem a sensação de frescor.

O ambiente térmico pode ser descrito por meio de quatro parâmetros: temperatura, umidade, movimentação do ar e o calor radiante, podendo ser natural (sol) ou artificial (forno).

A medição destes fatores ambientais serve para avaliar se um indivíduo está próximo ou não de sua capacidade de existência. Estas avaliações são realizadas pelos Técnicos e o resultado é comparado com dados previstos na legislação.

A principal forma de proteção ao calor, como já dito è através do suor. Outro mecanismo é a evaporação do próprio suor, pelas vias respiratórias e pelas vias urinárias. Portanto a perda de água e sais minerais é intensa em ambientes quentes, sendo necessária a reposição sempre.

O desequilíbrio crônico entre as perdas e a reposição ocasiona os seguintes sintomas: desidratação, cãibras, fadiga prematura, esgotamento, lesões da pele, baixa produtividade, internação (temperatura do corpo superior a 40 graus C).

Trabalho em equipe 23/06/2021

Uma das principais características procuradas hoje no mercado é saber trabalhar em equipe. Essa capacidade é bastante benéfica para o ambiente corporativo, pois permite que as tarefas sejam cumpridas com mais rapidez e eficiência, além de estimular o aprimoramento das habilidades de cada profissional.

Além disso, a interação da equipe agrega valor ao serviço e gera confiança entre os colaboradores, o que proporciona um ambiente empresarial mais saudável, positivo e produtivo. Assim, os membros do grupo se sentem motivados e preparados para assumir desafios que ajudem a organização a crescer.

Para destacar-se na carreira, é fundamental desenvolver habilidades essenciais para o trabalho em equipe. Afinal, um profissional capaz de gerir e motivar os colegas, buscando sempre os melhores resultados e o desenvolvimento do grupo tem mais chances de ocupar uma posição de liderança dentro do empreendimento.

Quer saber como melhorar sua capacidade de trabalhar em equipe? Confira nossas dicas:

- Aprenda a administrar conflitos
- Melhore a comunicação
- Seja proativo
- Busque inovar sempre
- Haja com confiança e seja confiável
- Respeite a autonomia de cada profissional

Primeiros socorros para os olhos 24/06/2021

QUEIMADURAS QUÍMICAS: São queimaduras provocadas por manuseio de produtos químicos como os solventes orgânicos, tintas, graxas e óleos. Os danos provocados podem ser extremamente sérios. A seguir algumas orientações que o ajudarão em casos de primeiros socorros:

- Lave os olhos com água imediatamente, de forma contínua e suave. Coloque a cabeça debaixo de uma torneira ou coloque a água nos olhos usando um recipiente limpo;
- Não coloque tapa-olho;
- Os recipientes de “sprays” representam fontes cada vez mais comuns de acidentes químico com os olhos. Os danos são ampliados pela força de contato. Se esses recipientes contiverem produtos cáusticos ou irritantes, devem ser usados com cuidado e mantido afastado das crianças.
- Procure a área de saúde para atendimento médico.

PARTÍCULAS NOS OLHOS: É caracterizado pela presença de minúsculos fragmentos em suspensão no ar.

São resultantes de processos mecânicos, isto é, o atrito de objetos e materiais usados em algum processo produtivo e também resultantes dos ventos. Alguns cuidados:

- Não esfregue os olhos em hipótese alguma.
- Procure a área de saúde para atendimento médico.

CORTES E PERFURAÇÕES: São resultantes de pequenos ferimentos nas proximidades dos olhos ou no olho propriamente dito. Neste caso requer um cuidado maior e imediato por parte daquele que vai socorrer.

- Faça uma bandagem leve e procure um especialista imediatamente;
- Nunca lave os olhos;
- Nunca tente remover qualquer objeto que esteja cravado no olho.
- Procure a área de saúde para atendimento médico.

Proteção das mãos 25/06/2021

A maioria dos acidentes envolvendo mãos é causada por pontos de pinçamento. Os pontos de pinçamento tem o mau hábito de nos pegar quando não estamos prestando atenção. Podemos evitá-los ficando atentos com relação a sua existência e então tomar os cuidados adequados. Um bom cuidado é usar luvas adequadas quando estivermos levantando ou movimentando objetos. Outras medidas de segurança incluem tirar um tempo para remover ou dobrar pontas protuberantes. Naturalmente, as proteções das máquinas e as ferramentas especiais para executar uma determinada tarefa devem ser usadas. Quando você não toma cuidado com o maquinário com o qual terá que trabalhar, ou quando você remove uma proteção e não a coloca no lugar novamente, você está aumentando as chances de ser ferido. Apostar em você nestas situações é perder na certa.

As proteções para as mãos não são nada de novo. Elas tem sido consideradas importantes há anos. Apesar dos cuidados que tomamos, nossas mãos poderão receber pequenos ferimentos de tempos em tempos. Todo cuidado deve ser dado. Para não arrancar as peles das suas mãos, verifique com cuidado o local que você vai passar movimentando um objeto, certifique-se que as portas e corredores são largos o suficiente.

Riscos dos vapores 26/06/2021

Vapor é a fase gasosa de uma substância, que em condições normais de temperatura e pressão é sólida ou líquida.

Exemplos : Vapores de água, vapores de gasolina, vapores de naftalina, etc.

A principal diferença entre gases e vapores está na concentração de vapores chamados de saturação, a partir do qual, qualquer aumento na concentração transformará o vapor em líquido ou sólido.

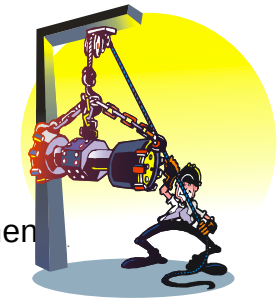
No ser humano sua atuação sobre o organismo pode ser dividida em irritantes anestésicos e asfixiantes.

As boas condições de ordem, limpeza e asseio geral, ocupam uma posição chave num sistema de proteção ocupacional.

Os “vapores” se comportam de maneira diferente, tanto no que diz respeito do período de permanência no ar, quanto às possibilidades de ingresso no organismo em relação aos “gases”.

A via preferencial de contaminação por gases é a via respiratória e por isto sua ação no organismo é muito rápida.

Içamento de cargas 27/06/2021



Principais cuidados antes de iniciar o içamento:

- planeje o trabalho;
- verifique e siga os procedimentos
- só execute o trabalho se você possuir conhecimento/treinamen
- só opere máquinas nas quais você está habilitado;
- isole a área de trabalho, impedindo a circulação de curiosos;
- utilize placas do tipo "cuidado içamento de cargas e homens trabalhando acima desta área";
- não esqueça de usar os EPI; e
- não esqueça da PTP.

Principais desvantagens de quem executa o içamento sem treinamento:

- maior risco de acidentes;
- maior cansaço; e
- execução de forma mais difícil; e
- ritmo de trabalho mais lento.

Requisitos para manutenção de equipamentos de içamento de carga

Somente profissionais credenciados e qualificados devem efetuar as seguintes atividades:

- consertos; - reparos; - limpeza; e - ajustes. Estas atividades devem ser efetuadas com a máquina parada; exceto se movimento for indispensável, como por exemplo: lubrificação.

Principais dispositivos que devem estar presentes e funcionando em equipamentos utilizados no içamento:

- buzina; - alarme visual e sonoro.

Cuidados gerais

- em ambientes abertos e, na presença de chuva, ventos, etc. interromper os trabalhos;
- mantenha as ferramentas e materiais organizados;
- tomar cuidado especial com redes elétricas;
- respeite a carga máxima dos equipamentos; e
- tenha uma visão ampla de toda a carga.

Recordação de incidente de nº 795 28/06/2021

Data	Empresa	Local	Gerência	Classific.	Descrição
03/03/2017	GUARDIÃ VIGILANCIA	Portaria MMIC	Ger. de Custos e Finanças	FAC	O Empregado (vigilante) da empresa contratada Guardiã ao fechar a porta da camionete prensou seu 1º quirodáctilo direito (polegar) na porta do veículo, causando pequeno corte superficial na falange distal.





O QUE SERÁ FEITO PARA ELIMINAR AS CAUSAS DA OCORRÊNCIA?
Realizar DDS com o tema percepção de risco sobre o abertura e fachamento de porta de veiculos na portaria, para os empregados da área de vigilância (segurança patrimoial)DF 5 Reconhecimento Instrução de Trabalho
Realizar instrução de trabalho de abordagem e inspeção de veículos e equipamentos na entrada e saída na portaria e incluir (a obrigação de utilizar a maçaneta para abri e fechar a porta).IT 10 Percepção / Reconhecimento de Risco-

Consumo consciente de energia elétrica 29/06/2021

Atualmente é impossível viver sem ela, apesar de cara, não podemos deixar de usar a energia elétrica, mas podemos tentar otimizar ao máximo o seu uso. Além de economizar na conta de luz, utilizar eletricidade de forma racional é importante para o consumidor e toda a população

Talvez essa não seja uma tarefa muito fácil, com as temperaturas cada vez mais altas. Porém este é mais um motivo para nos atentarmos em buscar soluções e maneiras de controlar o uso da energia. Dentre as atitudes importantes em relação ao assunto, temos a opção de nos reeducarmos, mudando alguns hábitos simples em nossas casas, além de escolhermos eletrodomésticos e eletroeletrônicos adequados.

O primeiro passo pode vir de pequenas ações de consumo consciente de energia elétrica. Essas ações podem ser divididas em três níveis: pessoal, em casa e, em seguida, no trabalho e na escola ou faculdade.

Exemplo de ações pessoais:

- Aproveitar a luz solar e evitar acionar luzes em ambientes que poderiam ser naturalmente iluminados;
- Evitar banhos demorados e ajustar a chave de potência do chuveiro para um nível confortável de acordo com a estação do ano;
- Evitar dormir com a TV ligada;

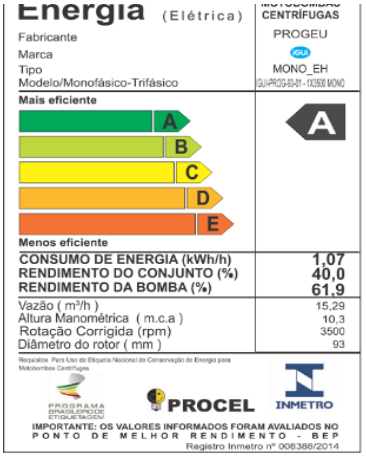
Exemplo de ações em casa:

- Observe a vedação da geladeira,
- Dê preferência para lâmpadas fluorescentes compactas,
- Regule o termostato da geladeira para uma posição conveniente

Exemplo de ações no trabalho

- Desligue os computadores ou configurem modos de economia de energia
- Regule o termostato do ar condicionado para uma temperatura agradável, em torno de 23 e 24 graus
- Recomende a troca das lâmpadas, dê preferência para a iluminação natural
- sugira a realização de palestras de conscientização sobre a importância da economia de energia,

Dessa forma, pequenas ações replicadas em grande escala terão um impacto significativo no meio ambiente.





Noções gerais de prevenção de incêndio 30/06/2021

O fogo é indiscutivelmente uma necessidade à vida moderna, e que mantido sob controle presta grandes serviços a todos nós, desde o simples fogão até as operações industriais.

Sabe-se que o fogo é resultado de uma reação química de três elementos:

***COMBUSTIVEL** *** OXIGÊNIO** ***CALOR**

A extinção de um incêndio consegue-se através de um dos seguintes processos

Resfriamento

Consiste em reduzir a temperatura do material incendiado até abaixo do seu ponto de fulgor, quando então a combustão **cessa.**

Ex.: Jogar água sobre um pedaço de papel ou madeira em chamas.

Abafamento

Consiste na retirada parcial do oxigênio das proximidades do corpo combustível que está queimando.

Ex.: Cobrir com pano ou areia um pequeno foco de fogo.

Remoção ou Diluição

Consiste em remover o material que está em combustão ou outros que possam alimentar ou propagar o fogo.

Ex: Fechar um válvula em uma tubulação cortando alimentação do material combutível, realizar um aceiro.

Recomendações Gerais:

- Ao detectar um incêndio, providencie que seja desligada imediatamente a rede elétrica. Nunca utilize extintor de água, espuma ou hidrantes quando o fogo for em rede elétrica energizada.
- Não fume e nem produza chamas em locais proibidos, bem como, não atire pontas de cigarros nos locais RISCOINSTR é proibido fumar.
- Não utilize materiais inflamáveis para lavar o chão.
- Mantenha livres as áreas de extintores e hidrantes e as vias de acesso a eles.
- Após ter utilizado o extintor, comunique o fato imediatamente à Supervisão ou Segurança do trabalho, para que o mesmo seja substituído.
- Procure não armazenar líquidos inflamáveis nas áreas, requisite apenas o necessário para o uso diário.
- Só é permitido a retirada dos equipamentos de combate a incêndio das caixas de hidrantes para combater sinistros.

Observação:

O uso de hidrantes, só é permitido para os membros da Brigada de Emergência, ou mediante autorização da Segurança do trabalho.