

Retro 2011

Abril/Maio/Junho



Eng.º José Luis Garcia Navarro com seu artigo "senta que lá vem a história" "provocou" a edição de nossa "quinta página".



Ilha Solteira (SP) realizou seu primeiro encontro de cipeiros na Câmara Municipal.



Em maio começa a construção do "fielzão", marcando assim as obras esportivas para a Copa de 2014.

Várias Normas Regulamentadoras foram alteradas e você pode conferir em nosso site.



Pallets Guararapes capacita seus primeiros cipeiros em Guararapes (SP).



LEAL Equipamentos realiza Workshop em Araçatuba e Presidente Prudente com apoio de Norminha. Mais de 300 profissionais foram recebidos nas duas tardes de muita informação.



NR 12 foi discutida em todo o Brasil, assim como em Novo Hamburgo (RS).



MAKRO comemora 1º de maio com muita festa e brincadeiras, na unidade de Araçatuba (SP).



UNIP realiza SIPAT e discute os riscos inerentes às atividades de seus colaboradores.



UNITOLEDO também realiza SIPAT no seu campus de Araçatuba (SP).

Dia 05 de maio de 2011 Norminha atinge sua 100ª edição.

2012 feliz

iniciando o download... Status: cinco dias baixados

Lançado mais uma nova etapa

Chegou 2012! Uma nova etapa foi lançada em nossas vidas! Queremos neste ano estreitar ainda mais o nosso relacionamento com o mundo da segurança e saúde do trabalho, meio ambiente e tudo que for relacionado ao trabalho, em benefício do trabalhador brasileiro.

Se você ainda não faz parte da Família "Norminha", não perca tempo, envie seu nome completo, sua função e nome de sua cidade para receber nossas edições que são editadas todas as quintas-feiras e estão disponibilizadas para visualização e fazer download em nosso site www.norminha.net.br E você que já faz parte, aumente seu relacionamento e divulgue suas ações e nos envie sempre informações a respeito de tudo que está acontecendo em sua empresa, para que todos possam tomar conhecimento e formarmos uma parceria de ideias.

Então está confirmado; todas as quintas-feiras estaremos aqui, para promover a SST com a intenção de tornar nosso País na maior rede prevencionista e nos posar de posição de orgulho!

Trabalho em Altura

A redação da nova NR 35 já foi aprovada e deverá ser divulgada oficialmente em março de 2012.

Ela estabelece os requisitos mínimos e as medidas de proteção para o trabalho em altura, envolvendo o planejamento, a organização e a execução.

Conheça o significado de algumas doenças na visão espiritualista

Algumas enfermidades podem estar relacionadas às dificuldades (inconscientes) que podemos estar vivenciando. Leia na página 05 desta edição, a continuação sobre as principais doenças e compreenda porque podem ser um caminho para a autoconscientização.

Cigarro, o mal que faz para as mulheres

Veja também na mesma página, artigo de Dermatologista sobre o mal que faz o cigarro na vida das mulheres.

800 mil empresas pagarão metade do SAT em 2012

Fonte: Ministério da Previdência

Oitocentas mil empresas se des tacaram na prevenção de acidentes e doenças ocupacionais e irão pagar somente a metade da alíquota do Seguro Acidente de Trabalho, o SAT. A medida faz parte da metodologia do Fator Acidental de Prevenção, FAP, que beneficia empresas que não registraram nenhum tipo de acidente. Ao todo, um milhão e oito mil empresas tiveram o FAP calculado pelo Ministério da Previdência Social. Noventa e dois por cento desse total teve bonificação na aplicação do fator. As alíquotas aplicadas são de um, dois e três por cento sobre a folha de salários das empresas para custear aposentadorias especiais e benefícios decorrentes de acidentes de trabalho.

Para o diretor do Departamento de Políticas de Saúde e Segurança Ocupacional, Remigio Todeschini, o FAP é um importante instrumento da Política Nacional de Segurança e Saúde do Trabalhador. Os resultados gerais mostram a consistência da metodologia do FAP que está sendo aplicada. Sem dúvida, ela é uma fotografia da acidentalidade hoje no Brasil.

"Rodrifer" começa 2012 com treinamento

A Rodrifer Estruturas Metálicas de Araçatuba (SP), empresa prestadora de serviços técnicos especializada em soluções sob medida para estruturas metálicas e coberturas, realizou durante todo o dia 02 de janeiro de 2012, treinamento com todos os colaboradores administrativos e operacionais, seguindo programação para que venha atender seus objetivos com segurança e qualidade e adequação às normas inerentes à sua atividade.

O evento foi realizado na Sala "Ramazzini" da Assessoria META de Segurança e Medicina do Trabalho, comandados por profissionais especificamente contratados para os assuntos desenvolvidos.



Parceria: A seriedade e pontualidade traduzem a marca registrada de satisfação dos clientes; o que impulsiona ao aprimoramento contínuo de tecnologias, e o crescimento profissional interno, onde podemos propor soluções personalizadas com práticas racionais de prazos, custos e métodos, ressaltou a direção da RODRIFER.



Harmonia: A sintonia do relacionamento entre empregador e empregados estimula o grupo RODRIFER a prestar serviços com mais segurança e bem estar aos colaboradores.

Funcionários da COCAL II doam mais de 400 brinquedos

No mês de dezembro foi realizada uma campanha para arrecadar brinquedos entre os colaboradores da COCAL II e MFG II para que sejam doados a crianças carentes da cidade de Nandiba (SP).

O evento teve sucesso absoluto e 435 brinquedos foram doados no dia 22 de dezembro com a presença do "Papai Noel", levando além de alegria, muito calor humano às crianças beneficiadas e seus familiares.

A campanha foi coordenada pela Relação Social da empresa Denise Borborema Mota Alves e pelo TST Renato Assis Barbosa.



Alegria: Papai Noel esteve presente na entrega dos brinquedos.



Felicidade: Ação deixa colaboradores satisfeitos e felizes com doação.



GOBRASIL
O PORTAL DAS BUREAS REGIONAIS
Indústria - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

(18) 3644-5473
(18) 9117-6952
Fale com
Caio Cochini - TST
Instruções técnicas e consultoria



EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
Venda e representação de Marluvas, Iris, Vectra, GM Couros e outros



EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS
(18) 3622-2281 - (18) 9781-4399
Seu negócio garantido!



MC
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO E FERRAGENS
(18) 3652-9703
Comercializa EPI, Ferragens, Ferramentas, Equipamentos de Sinalização, Instruções Técnicas e Consultoria
PENAPOLIS - SP



doisDi
joice@doisdi.com
(18) 8801-3114
luiz@doisdi.com
(18) 8801-3115
A ideia nasce da pergunta
Branding, Web, Impressos, Multimídia

doisdi.com



MultSeg
A Casa do EPI, equipamentos de segurança e sinalização de Birigui e Região
(18) 3641-8015
Birigui - SP
Avenida Santos Dumont 1745



Instituto de Psicologia Essência
Por um olhar transformador
Rua Afonso Pena, 1333 - Vila Mendocino - Araçatuba/SP
(18) 3301-9751



Misegtrab
Segurança do Trabalho, Cursos, Debates e Treinamentos
www.misegtrab.com.br - misegtrab@gmail.com
(11) 9634-1721 - 2605-5952

Extintores, Hidrantes, Alarmes, Projetos para Bombeiros e Treinamentos
(18) 3621-8300 - 3634-1679



ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO
Araçatuba - Birigui - Interior Paulista

Programa Célio de Oliveira
Segunda a Sexta - 08h00 às 13h00



DIFUSORA
144 800 Voz
Penapólis
www.difusoradepenapolis.com.br

Retro 2011

JANEIRO



Incubadora de Empresas de Araçatuba (SP) capacita Brigada de Incêndio logo no início de 2011. O treinamento foi ministrado pelo TST Marcos de Moura da Prefeitura de Araçatuba.



NR 12 começa 2011 com nova redação e movimentação do setor da SST.



ERJ Engenharia integrou e capacitou colaboradores em obra do SESI de Guararapes (SP). O treinamento foi ministrado pelo TST Tiago Carvalho dos Santos.



Caio Tenedini estreia coluna sobre comentário de artigos técnicos na edição de 13 de janeiro de 2011.



META Assessoria em Segurança e Medicina do Trabalho capacita colaboradores para formação de Auditores e qualificação para Interpretação, Implementação e Gerenciamento da OHSAS 1800:2007



Prefeitura de Bento de Abreu (SP) capacita Brigada de Incêndio em curso ministrado pela Vitally Assessoria, coordenado pelo TST Cristiano Franco Martinez.



Usina Santa Adélia, Unidade Pioneiros, realiza treinamento em espaços confinados em curso desenvolvido pelo Engenheiro de Segurança do Trabalho Márcio Cândido Araújo da Silva e pelo Técnico de Segurança do Trabalho Cleber Vargas Garcia de Oliveira.



Renacer Construções Elétricas através do seu SESMT, liderado pelo Técnico de Segurança do Trabalho Marcelo Gatti realizou no dia 20 de janeiro, em sua unidade de Araçatuba (SP), palestra de atendimento de emergência (Primeiros Socorros).



Portaria Nº 200 aprova em 21 de janeiro NR 34 (Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção e Reparação Naval).



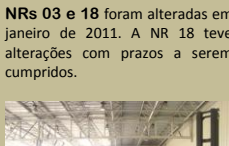
“Óleos Menu” de Guararapes (SP) promove movimentadíssima reciclagem no treinamento da Brigada de Emergência.



O **Diário Oficial** da União publicou em 27 de janeiro, a Portaria nº 202 que alterou a Norma Regulamentadora 22.



SINTESP inicia por Presidente Prudente (SP) construção de sua nova diretoria com objetivos de estender ação em todas suas regionais.



NRs 03 e 18 foram alteradas em janeiro de 2011. A NR 18 teve alterações com prazos a serem cumpridos.



BRASFRIGO renova APR e capacita novos empilhadeiras em Luziânia (GO).



MultSeg
A Casa do EPI, equipamentos de segurança e sinalização de Birigui e Região
(18) 3641-8015
Birigui - SP
Avenida Santos Dumont 1745

Instituto de Psicologia Essência
Por um olhar transformador
Rua Alfredo Pena, 1335 - Vila Memória - Araçatuba/SP
(18) 3301-9751

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS
(18) 3622-2281
(18) 9781-4399
SEU NEGÓCIO GARANTIDO
Avenida José Ferreira Batista, 3445
Araçatuba - SP

doisDI
A idéia nasce da pergunta
joice@doisdi.com - (18) 8801-3114
luiz@doisdi.com - (18) 8801-2115

GooBrasil
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer
Aqui você encontra o site que vai garantir seus interesses
www.gooBrasil.com.br

Retro 2011

Abril



SIPAT na Printbill de Birigui (SP) foi puro treinamento e com participação de colaboradores em todas as atividades.



O **Frigorífico Palmali** que abate aves realizou treinamento de formação de sua Brigada de Incêndio em sua unidade de Rancharia (SP).

Dia Internacional de Conscientização sobre ruído foi lembrado pelo CEREST em Jundiá (SP). 27 de abril.

12º Sábado de Capacitação Permanente no SINTESP será dia 28 de janeiro

Será realizado no dia 28 de janeiro de 2012 no Auditório do SINTESP, das 09 às 12h00 na Rua 24 de Maio, 104 – 5ª andar, República em São Paulo.

A organização faz parte de permanente campanha do SINTESP - Sindicato dos Técnicos de Segurança do Estado de São Paulo.

As inscrições devem ser encaminhadas para o seguinte e-mail: capacitacao@sintesp.org.br e informações pelo telefone (11) 3362-1104. Para a inscrição é necessário levar como taxa simbólica pacote de arroz de 5 Kg a ser entregue no 12º Sábado de Capacitação Permanente no SINTESP, sendo que após o evento tudo que for arrecadado será encaminhado para uma instituição de caridade sendo informado aos participantes durante a realização do evento.

O encontro tem como objetivo proporcionar um dia diferenciado, trazendo diversos temas do MUNDO DO TRABALHO para serem compartilhados com os Técnicos de Segurança, Alunos e demais prevenicionistas, que compreende a necessidade de um aprendizado constante!

Dessa forma, o presente Encontro, tem como objetivo iniciar um debate sobre as questões pertinentes do mundo prevenicionista, amadurecendo as responsabilidades envolvidas sempre em busca da melhor forma de atuação objetivando com ações deste tipo a redução dos riscos no ambiente de trabalho.

Sua programação está definida assim: 09h00 - Recepção e entrega de material aos participantes; 09h15 - Abertura do 12º Sábado de Capacitação Permanente; 09h20 - PALESTRA - TEMA: “PNSST - Política Nacional de Segurança e Saúde do Trabalho. O histórico, a trajetória, a luta das entidades de defesa dos trabalhadores em prol desta política e qual o impacto no mundo do trabalho”. PALESTRANTE: Armando Henrique, Técnico de Segurança do Trabalho há 39 anos, Diretor Executivo Estadual do SINTESP, Diretor da Força Sindical, Vice-Presidente da FENATEST, Consultor Técnico, Palestrante e Ins-titutor de Segurança do Traba-lho, Eleito Sindicalista Prevenicio-nista pelo COBRAEMT/99, Eleito Prê-mio Destaque por duas vezes pela

AAPSA, Eleito Prevenicionista pelos leitores pela Revista CIPA no ano de 2005 e 2006, Autor dos Livros Paradigmas de uma Profissão, de metodologias simplificadas de Análise de Riscos, PPRa, Integração da Segurança do Trabalho na Qualidade Total, Auditoria Padrão de Segurança e Portaria nº 3275 do MTE – Funções do Técnico de Segurança Comentadas.

Por volta das 11h20 haverá DEBATE TÉCNICO tendo como mediador Rogério de Jesus - Diretor Estadual SINTESP sendo a mesa composta por Mirdes de Oliveira - Diretora SINTESP, Altair Teixeira - Diretor SINTESP e Paulino Gama - Diretor SINTESP.

O encerramento está previsto para as 12h00.

Manual de Proteção a Explosivos

A ABPEX especializada em prevenção de explosões, editou ao longo dos últimos 6 anos um pequeno livro (de bolso) que se converteu na mais importante ferramenta de consulta de todos os profissionais de elétrica, instrumentação, segurança, processos e operação das empresas que tem áreas sujeitas a riscos de explosão pela presença de gases/vapores de inflamáveis ou poeiras combustíveis do Brasil.

O documento que era impresso, agora é virtual, estando à disposição de todos os interessados, sem custo, para consulta ou para download em português ou em espanhol.

Como todos os assuntos relativos a áreas classificadas agora são conduzidos por normas internacionais IEC, utilizadas pela maioria dos países da América do Sul, estamos solicitando que divulgue esta informação para todos os profissionais do Brasil envolvidos com estes assuntos com os quais essa entidade tenha contato (se esta entidade estiver relacionada com outros estados ou ainda com países do Mercosul, também poderão acessar este documento, haja visto que está disponível também em espanhol).

O site onde se encontra o Manual de Bolso de Instalações Elétricas em Atmosferas Explosivas – MBIEAEX é: <http://www.project-explo.com.br/mbieaex/>

Misegtrab
Segurança do Trabalho, Cursos, Debates e Treinamentos
www.misegtrab.com.br - misegtrab@gmail.com
(11) 9634-1721 – 2605-5952

Programa Célio de Oliveira
Segunda a Sexta - 09h00 às 13h00
DIFUSORA
RUA 820 VILA PENAPOLIS
www.difusoradepenalpolis.com.br

Metrô de SP abre concurso

Inscrições abertas até 23 de janeiro de 2012, com vagas para Médico do Trabalho, Engenheiro de Segurança, Auxiliar de Enfermagem do Trabalho, Técnico de Segurança e outros

A Companhia do Metrô de São Paulo – Metrô abriu concurso público para 63 vagas em cargos de nível fundamental, médio, superior e cadastro de reserva. Os salários variam de R\$ 1.304,04 a R\$ 5.473,35.

Os postos de nível superior são para advogado júnior, analista desenvolvimento gestão júnior - arquitetura, analista desenvolvimento gestão júnior - ciências da computação, analista desenvolvimento gestão júnior - ciências sociais, analista desenvolvimento gestão júnior - desenho industrial, analista desenvolvimento gestão júnior - administração de empresas, analista desenvolvimento gestão júnior - bibliotecária, analista desenvolvimento gestão júnior - contábeis, analista desenvolvimento gestão júnior - comunicação social, analista desenvolvimento gestão júnior - economia, analista desenvolvimento gestão júnior - geologia, analista desenvolvimento gestão júnior - matemática ou estatística, analista desenvolvimento gestão júnior - psicologia, engenheiro júnior - ambiental, engenheiro júnior - civil, engenheiro júnior - elétrica, engenheiro júnior - eletrônica, engenheiro júnior - mecânica, engenheiro segurança trabalho e médico trabalho.

As vagas de nível médio são para assistente administrativo júnior, assistente administrativo júnior (gestão de segurança), assistente administrativo júnior (secretária), auxiliar enfermagem trabalho, oficial logística almoxarifado I, operador transporte metroviário I, técnico segurança trabalho, técnico sistemas metroviários - agrimensura, técnico sistemas metroviários - civil, técnico sistemas metroviários (corretiva ou restabelecimento) - elétrica, técnico sistemas metroviários (corretiva ou restabelecimento) - eletrônica, técnico sistemas metroviários (corretiva) - mecânica (cr), técnico sistemas metroviários (manutenção) - elétrica, técnico sistemas metroviários (manutenção) - eletrônica, técnico sistemas metroviários (manutenção) - mecânica (3), técnico sistemas metroviários (materiais) - elétrica, técnico sistemas metroviários (materiais) - eletrônica e técnico sistemas metroviários (materiais) - mecânica.

As inscrições podem ser feitas pelo site www.concursosfcc.com.br entre os dias 2 e 23 de janeiro, até às 16h. A taxa é de R\$ 45 para nível fundamental, R\$ 65 para nível médio e R\$ 95 para nível superior.

Palestra técnica sobre proteção contra quedas

A palestra será realizada no auditório do SINTESP, Rua 24 de Maio 104 – 5ª andar – República São Paulo no dia 19 de janeiro de 2012, das 15h00 às 17h00, com a presença do expositor Carlos de Oliveira Souza TST, Alpinista Industrial Nível I e especialista em linha de equipamentos de proteção contra quedas.

As inscrições serão 02 kg de alimentos não perecíveis (menos sal) e deve ser reservadas no e-mail eventos@sintesp.org.br

Serão apresentados os seguintes assuntos: Introdução de trabalho em altura; dimensionamento de equipamentos; referências normativas; fator de queda; suspensão inerte; zona livre de queda; equipamento de proteção contra quedas; técnicas de restrição em altura, técnicas de movimentação vertical com equipamentos de proteção contra quedas e técnicas de posicionamento em altura. Não perca esta oportunidade.

(18) 3644-5473
(18) 9117-6952
Fale com Caio Cuchetti - TST Instruções técnicas e consultoria
EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
Venda e representação de Marluvas, Irlis, Vectra, GM Couros e outros

Extintores, Alarmes, Projetos para Bombeiro e Treinamentos
(18) 3621-9300 – 3634-1679

ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO
Araçatuba - Birigui - Interior Paulista

EQUIPAMENTOS MC
DE PROTEÇÃO E TREINAMENTO
(18) 3652-9703
Comercializa EPI, Ferragens, Ferramentas, Equipamentos de Sinalização, Instruções Técnicas e Consultoria
PENAPOLIS - SP

Quadros da NR 4

Entrega deverá ser até dia 30 de janeiro

Como preencher os QUADROS III, IV, V E VI DA NR-4, Mapa de Avaliação Anual de Acidentes de Trabalho, Doenças Ocupacionais e Agentes de Insalubridades.

1. ACIDENTES COM VÍTIMA - Quadro III
SETOR = relacionar todos os setores da empresa. Ex.: escritório (10), oficina (20) etc.

Obs.: a soma do total de empregados dos setores deve ser lançada no campo TOTAL DO ESTABELECIMENTO.

Nº ABSOLUTO = número de empregados acidentados com ou sem afastamento (excluir os acidentados de trajeto).

Nº ABSOLUTO C/ AFASTAMENTO ≤ 15 DIAS = afastamentos iguais ou inferiores a 15 dias.

Nota: Considera-se afastamento a ausência por jornada integral de trabalho.

Nº ABSOLUTO C/ AFASTAMENTO > 15 DIAS = afastamento superior a 15 dias.

Nº ABSOLUTO SEM AFASTAMENTO = número de empregados que retornaram ao serviço no mesmo dia ou no dia seguinte ao do afastamento (perda parcial da jornada de trabalho).

ÍNDICE RELATIVO/TOTAL DE EMPREGADOS = resultado da divisão do número de acidentes pelo número total de empregados do setor/estabelecimento, multiplicado por cem.

Fórmula: Ind. Rel./ Total Empr. = nº acidentes X 100 nº empregados.

DIAS / HOMEM PERDIDOS = é a somados dias efetivamente perdidos por acidentes com afastamento.

TAXA DE FREQUÊNCIA = aplicar a seguinte fórmula: Taxa de Frequência = N X 1.000.000 H

N = número de acidentes com lesão ou número absoluto do quadro; H = homens / hora de exposição ao risco (é a soma das horas trabalhadas no ano, por setor/estabelecimento). 1.000.000 = constante da fórmula.

ÓBITOS = mencionar o respectivo número.

ÍNDICE DE AVALIAÇÃO DA GRAVIDADE = divisão do número de dias / homem perdidos pelo número de acidentes com lesão, ou número absoluto do quadro.

2. DOENÇA OCUPACIONAL – Quadro IV

Preencher no caso de doenças profissionais adquiridas pelo exercício da atividade.

TIPO DE DOENÇA = denominação da doença

NÚMERO ABSOLUTO DE CASOS = quantidade de empregados acidentados.

SETORES DE ATIVIDADE DOS PORTADORES = local de ocorrência. Ex.: oficina, laboratório etc.
NÚMERO RELATIVO E CASOS (% TOTAL EMPREGADOS) = estabelecer a relação proporcional entre o total de empregados e o número de casos de incidência da moléstia.
NÚMERO DE ÓBITOS = quando ocasionado pela doença.
Nº TRABALHADORES TRANSFERIDOS PARA OUTRO SETOR = empregados transferidos para outras seções, por motivo de saúde
Nº DE TRABALHADORES DEFINITIVAMENTE INCAPACITADOS = empregados aposentados por invalidez causada pela doença.

3. INSALUBRIDADE – Quadro V

Identificação de agentes insalubres.

SETOR = local onde existe o agente.
AGENTES IDENTIFICADOS = causadores da insalubridade.

Menciona-se os agentes Químicos ou Físicos, tais como ruído, chumbo, calor, frio etc.
INTENSIDADE OU CONCENTRAÇÃO = grau de insalubridade: Máximo, Médio ou Mínimo, conforme o caso.

Obs.: se a avaliação puder ser feita por meio de aparelho de medição, colocar o número correspondente à leitura.
Nº DE TRABALHADORES EXPOSTOS = número de empregados do setor.

4. ACIDENTES SEM VÍTIMA – Quadro VI

Refere-se à estatística dos acidentes do trabalho na empresa.

SETOR = local de trabalho onde ocorreu o acidente.

Nº DE ACIDENTES = acidentes ocorridos no período.
PERDA MATERIAL AVALIADA = custo total da paralisação provocada pelo acidente, incluindo: pagamento ao empregado (até 15 dias), reparo de máquina (se houve quebra), prejuízos causados à produção pela paralisação.

Inserir número inteiro que represente em milhares de reais (R\$) o valor avaliado. Despreza-se a fração de milhar, se houver.

ACID. SEM VÍTIMA = demonstrar em forma de fração ordinária, com o número de empregados.

ACID. COM VÍTIMA acidentados sem afastamento do trabalho sobre o número de empregados acidentados com afastamento.

TOTAL DO ESTABELECIMENTO = número total de empregados.

Para o ano de 2012, estabeleça programa estatístico, pois ao chegar no final do ano os quadros estarão providencialmente preenchidos.

Retro 2011

Março/Abril



Com a colaboração do SESMT, SESTR, CIPA e CIPATR, a **Usina Atena**, unidade de Martinópolis (SP), realizou no período de 21 a 25 de março a sua SIPAT e SIPATR de 2011, envolvendo os diversos setores da área industrial e agrícola.



Toma posse o novo Presidente do SINTESP (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de São Paulo) Marcos Antonio de Almeida.



As empresas penapolense Canta Claro, Asperbrás e Shopping Bag se reuniram e desenvolveram curso de Operadores de Empilhadeira aos seus funcionários para aumentar as condições de segurança nas suas atividades. O curso foi desenvolvido pelo TST Rogério Braz.



“Óleos Menu” de Guararapes comemora sua 29ª SIPAT com sucesso!



Enersul vence Prêmio de Qualidade no Trabalho. Prêmio é do Sesi de Mato Grosso do Sul.



TipToe Indústria de Calçados de Birigui (SP) capacita brigada de emergências nas unidades dos estados de São Paulo e Mato Grosso do Sul.



Minuano, Goiás Verde e **Brasfrigo**; empresas situadas em Luziânia (GO) realizaram treinamento para formação de brigadistas, em conjunto.

O curso foi ministrado pelos Sargentos Vitorino, Edmar, Nunes e Eric do Corpo de Bombeiros daquela cidade Goiânia.

EQUIPAMENTOS MC
DE PROTEÇÃO E FERRAGENS

Comercializa EPI, Ferragens, Ferramentas, Equipamentos de Sinalização com Instruções Técnicas e Consultoria

(18) 3652-9703
MSN: mcprotecao@hotmail.com
PENÁPOLIS - SP

Goobrasil
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS

Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

Aqui você encontra o site que vai garantir seus interesses

www.goobrasil.com.br

ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Extintores, Hidrantes e Alarmes

Araçatuba (SP)
(18) 3621-9300

Birigui (SP)
(18) 3634-1679

Projetos para bombeiro, Treinamentos

MultSeg

A Casa do EPI, equipamentos de segurança e sinalização de Birigui e Região

(18) 3641-8015
Birigui - SP
Avenida Santos Dumont 1745

DIFUSORA
AM 820 KHz Penápolis

Programa Célio de Oliveira

08h00 às 13h00
Segunda a Sexta-feira

Informação, música, negócio, futebol paulista

Birigui - SP
EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Venda e representação
Marluvas, Íris, Vectra, GM Couros

(18) 3644-5473
(18) 9117-6952

Caio Cachoni
Instruções Técnicas

Instituto de Psicologia Essência

Por um olhar transformador

Rua Afonso Pena, 1330 - Vila Mendonça - Araçatuba/SP

(18) 3301-9751

Artigo Técnico em SSO
COMENTÁRIO TÉCNICO DE AÇÕES PRÁTICAS DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Caio Tenedini
Engenheiro de Segurança do Trabalho, Consultor em gestão de SSO / OHSAS18001 e Auditor em conformidade em NRS - SSO

E-mail: caiomario77@terra.com.br

Caro leitor...
“Mais importante que fornecer informações estatísticas de acidentes, é analisar todos os casos reais, de modo a planejar ações futuras para a efetivação da prevenção”.

“FERRAMENTAS MANUAIS”

No Brasil existem cerca de 35 milhões de trabalhadores no setor agrícola. Segundo a Fundacentro, cerca de 64% das operações de risco na agricultura, estão ligadas às atividades de colheita e tratos culturais, onde se registram 56% dos acidentes.

Entre os principais fatores causadores de acidentes, estão os equipamentos manuais. Somente o uso do facão, OU podão como é conhecido em algumas regiões, é responsável por 65% das ocorrências com ferramentas manuais registradas.

- Na zona rural, os equipamentos manuais são usados:
- na residência (chave de fenda, alicate, martelo, etc.);
 - na oficina (serrote, furadeira, serra circular, etc.);
 - no plantio (enxada, trado, motosserra, etc.);
 - na colheita (foice, facão, alicate, etc.), e
 - em outros serviços (construções rurais, tratos culturais, etc.)



No corte manual da cana-de-açúcar, por exemplo, o trabalhador rural se sujeita a uma série de riscos de acidentes, próprios da operação, dos quais destacamos: cortes nas mãos, pernas e pés, provenientes da utilização do facão, foice ou podão. Além de lombalgias (dores lombares), dores musculares, lesões oculares, irritação da pele, quedas e ferimentos.

Principais Causas dos Acidentes

- Ato inseguro (falha humana); Ferramentas defeituosas; - Ferramenta imprópria para o serviço; - Uso incorreto da ferramenta; - Má conservação da ferramenta, e - Guarda em local inseguro ou inadequado.

Como ATO INSEGURO, podem ser listados:
Operar sem autorização; Utilizar equipamento de maneira imprópria ou operar em velocidades inseguras; Usar equipamento inseguro (com conhecimento); Lubrificar, limpar, regular ou consertar máquinas em movimento, energizadas ou sob pressão; Misturar indevidamente, Utilizar ferramenta imprópria ou deixar de utilizar a ferramenta própria; Tornar inoperantes ou inseguros os dispositivos de segurança; Usar mãos e outras partes do corpo imprópriamente; Assumir posição ou postura insegura; Fazer brincadeiras de mau gosto; Não usar o Equipamento de Proteção Individual (E.P.I.) disponível; Descuidar-se no pisar e na observação do ambiente; Deixar de prender, desligar, sinalizar, etc.

Medidas Preventivas
Seguem-se algumas medidas necessárias à prevenção de acidentes:

1. Arrumar cuidadosamente as ferramentas em painéis apropriados: sente-se a falta da ferramenta; não há acúmulo sobre a bancada; e não ficam abandonadas no chão. Ou guardá-las no estojo próprio.
2. Vistoriar regularmente as ferramentas, antes do início do trabalho; escolher e usar as adequadas e encaminhá-las para manutenção, sempre que necessário.
3. Ao transportar um conjunto de ferramentas, utilizar uma caixa de ferramentas com alça, uma sacola resistente ou um cinturão-porta-ferramentas; nunca conduza ferramentas afiadas ou pontiagudas no bolso.
4. Proteja-se de: lascas (com óculos de segurança ou máscaras), incêndios (não use roupas muito folgadas e de tecido inflamável, como os sintéticos), escalo (principalmente se usar ferramentas grandes e cabelo comprido), marteladas (olhe e cuide do seu dedo), amputações (não use anéis, pulseiras, cordões, etc. quando estiver trabalhando), choques elétricos (não use uma chave de fenda para ver se um circuito elétrico está em carga).
5. Concentre-se no seu trabalho: evite brincadeiras, conversas, a pressa e o mau humor.
6. As ferramentas deverão ter cabos corretos, com encaixes justos, de tamanho apropriado e livre de lascas.
7. Manter as ferramentas de corte constantemente afiadas, pois quando as lâminas estão gastas (rombudas), requerem pressão excessiva e "marteladas" para funcionarem; movimento a lâmina, sempre, em direção oposta ao corpo humano.
8. Os lados de um rebolo de esmeril poderão quebrar-se, caso utilizemos sua superfície lateral para afiar ferramentas; apenas no rebolo tipo copo, é que podemos utilizar a sua superfície lateral para isso.
9. A chave de fenda é, das ferramentas manuais caseiras ou de oficina, a que mais se apresenta como causas de acidentes, devido à sua manutenção inadequada; na sua afiação, por exemplo, deve-se usar uma lima, ao invés do rebolo de esmeril.
10. Uma ferramenta para cortar madeira, possui canto de corte fino e deve ser utilizado para afiá-la, uma pedra de amolar, com um pouco de água. (Fonte: www.seetreinne.com.br)

Misegtrab
Segurança do Trabalho, Cursos, debates e Treinamentos

www.misegtrab.com.br
misegtrab@gmail.com
(11) 9634-1721 / 2605-5952

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

(18) 3622-2281
(18) 9781-4399

SEU NEGÓCIO GARANTIDO

Avenida José Ferreira Batista, 3445
Araçatuba - SP

doisDI.com

joice@doidi.com (18) 8801-3114
luiz@doidi.com (18) 8801-3115

A idéia nasce da pergunta
Branding, Web, Impressos, Multimídia

Receba edições de Norminha em seu e-mail.
Envie seu nome completo, função e nome de sua cidade para:
contato@norminha.net.br

Retro 2011

Fevereiro/Março



Empreendedores, alunos da turma 23 do SENAC Presidente Prudente (SP) de TST posam para foto junto ao coordenador Antonio Tadeu da Costa. Os alunos Tacyelle Miranda e Guilherme Garcia, do curso de técnico em segurança do trabalho criaram um site para divulgar SST:

www.seguranca23.webnode.com.br



CIPA da Prefeitura de Araçatuba (SP) recebe capacitação e toma posse em evento no Salão Vermelho da municipalidade.



Hospimetal de Araçatuba, fabricante de móveis hospitalares capacita e dá posse aos novos membros da CIPA.



Sob coordenação da Técnica de Segurança do Trabalho Elizângela Maciel Vilas Boas, a Prefeitura de Penápolis (SP) implementou na Secretaria de Obras a Semana de Integração e Sensibilização no Trabalho.



"Poupa Tempo" dimensionou e treinou Brigada Contra Incêndio nas unidades de Presidente Prudente (SP), Franca (SP) e Rio Claro (SP). A empresa responsável pelos treinamentos foi a TACSEGE – Consultoria & Assessoria que tem na direção Nilson Flausino Dias (Técnico de Segurança do Trabalho e Higienista Ocupacional) e Luciana Palmira Rabello (TST).



23 novos TSTs foram "colocados" no Mercado em Presidente Prudente (SP) em formatura no Senac daquela cidade.



ZBN em Araçatuba (SP) adotou bate-papo para aumentar autoestima no trabalho



CTPP (Comissão Tripartite Paritária Permanente) da SIT (Secretaria de Inspeção do Trabalho) do MTE (Ministério do Trabalho e Emprego) começou em Fevereiro de 2011 a "construção da NR 36" – Trabalho em Altura.



SINDALCO realiza seu 2º Encontro de Cipeiros e membros do SESMT do setor Químico da região de Araçatuba (SP) em concorrido evento, na sua sede.



Usina Lins (SP) realiza com sucesso absoluta sua 4ª SIPAT sob o comando do seu SESMT que era composto por Daniel Roberto Madureira (TST), Renato de Assis Barbosa (TST), Enio Mancini (Engº de Segurança do Trabalho), João Miguel Garcia (Médico do Trabalho), Paulo Gilberto Bazan (Auxiliar de Enfermagem).



SIPAT na RAIZEN de Bento de Abreu (SP) foi um sucesso! Participação dos colaboradores foi formidável.



CIPA do Senac Araçatuba (SP) homenageou suas colaboradoras no Dia Internacional da Mulher com curso de automaquiagem.



A Federação dos Trabalhadores em Estabelecimentos de Saúde do estado de São Paulo, com a participação de todos os seus sindicatos de bases, realizou em várias cidades do interior paulista o Seminário Estadual Pela Implantação da NR 32 Articulada com as demais Normas Regulamentadoras.



Construção foi discutida em Araçatuba (SP).

Retro 2011

Abril



Ato Ecumênico marca início de safra da Usina Antena de Martinópolis (SP).



FIMAP de Birigui (SP) promove SIPAT com participação de todos os seus colaboradores.



MAKRO realiza com sucesso sua SIPAT na unidade de Araçatuba (SP).



21 de abril de 2011 **Fábio Lais** começa a conquistar leitores e seguidores de Norminha através de belíssimas crônicas e mensagens de qualidade.

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS
(18) 3622-2281
(18) 9781-4399
SEU NEGÓCIO GARANTIDO
Avenida José Ferreira Batista, 3445
Araçatuba - SP

Birigui - SP
EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
Venda e representação
Marluvas, Íris,
Vectra, GM Couros
(18) 3644-5473
(18) 9117-6952
Caio Cachoni
Instruções Técnicas

DIFUSORA
AM 820 KHz
Penápolis
Programa
Célio de
Oliveira
08h00 às 13h00
Segunda a Sexta-feira
Informação, música,
negócio, futebol paulista

doisDI
A idéia nasce da pergunta
joice@doisdi.com - (18) 8801-3114
luz@doisdi.com - (18) 8801-2115

Misegtrab
Segurança do Trabalho, Cursos,
debates e Treinamentos
www.misegtrab.com.br
misegtrab@gmail.com
(11) 9634-1721 / 2605-5952

Goobrasil
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer
Aqui você encontra o site que vai garantir seus interesses
www.goobrasil.com.br

MultSeg
A Casa do EPI, equipamentos de segurança e sinalização de Birigui e Região
(18) 3641-8015
Birigui - SP
Avenida Santos Dumont 1745

EQUIPAMENTOS MC
DE PROTEÇÃO E FERRAGENS
Comercializa EPI, Ferragens, Ferramentas, Equipamentos de Sinalização com Instruções Técnicas e Consultoria
(18) 3652-9703
MSN: mcprotecao@hotmail.com
PENÁPOLIS - SP

ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO
Extintores, Hidrantes e Alarmes
Araçatuba (SP)
(18) 3621-9300
Birigui (SP)
(18) 3634-1679
Projetos para bombeiro, Treinamentos

Instituto de Psicologia Essência
Por um olhar transformador
Rua Afonso Pena, 1338 - Vila Mendonça - Araçatuba/SP
(18) 3301-9751

Motivação com saúde e bom humor, com
Fábio Lais
Consultor,
Palestrante, Hunting,
Professor e Cronista
fabio_lais@hotmail.com
Qualidade de Vida

INÍCIO DO ANO E FIM DO MUNDO

Amigo(a) leitor(a),
Como diria Galvão Bueno: "Bem amigos leitores, falamos agora em definitivo diretamente de 2012. Vai começar o ano! Haja coração amigo!"

Pois é, até semana passada tudo era festa, presentes, sininhos tocando, muita comida e bebida... Agora é para valer!

Chegou a hora de você cumprir o que prometeu. Se não prometeu nada para 2012, mesmo assim deve ter muita coisa pendente de promessas antigas.

Vai começar por onde? Pelo regime, pela academia, pelo curso de inglês, pela faxina no armário, vai parar de fumar, vai fazer uma doação, vai viajar, vai estudar, vai pedir a noiva em casamento, vai se separar, vai pedir perdão, vai voltar pra igreja, vai pedir demissão, vai procurar um novo emprego, vai realmente deixar de pegar no pé de alguém, vai fazer o serviço ou vai desocupar a moita?

Enfim, se continuar igual, o resultado vai ser igual. A menos que seu 2011 tenha sido ESPETACULAR, algo precisa ser melhorado para que seu 2012 também melhore.

Tem gente que diz "Ah, assim tá bom! Se pelo menos continuar assim tá bom! Tanto comendo, tanto bebendo, tá bom!" Jesussss! Como o trecho que consta na carta de Laudicéia "Seja quente ou seja frio, não seja morno que eu te vomito!"

É preferível o erro à omissão, o fracasso à hesitação, o escândalo ao marasmo. Existem grandes livros e filmes sobre a alegria, a tristeza, a tragédia, as vitórias, o fracasso, mas ninguém narra o ócio, a acomodação, o não fazer, o remanso. Colabore com aquele que um dia poderá querer escrever sobre a sua vida. Acerte, erre, tente, lute, falhe, vença, perca, mas faça!

Você não se esqueceu das contas do começo do ano, não é mesmo?! Agora é hora de dar "bom princípio" ao Governo. Você já reparou se os ônibus da sua cidade são bonitos, limpinhos e confortáveis? Já imaginou você lá dentro? Dentro de alguns meses é isso que poderá ocorrer se não sobrou nada no Banco para pagar o imposto. Tem IPVA, IPTU, IPIQ, I que não acaba mais. A gente é que fica falando "iiiihhhh". Fora as rematriculas, materiais, uniformes, roupas novas (mais largas), e por aí vai.

Você está preocupado achando que em 2012 o mundo vai acabar? Se você realmente acredita nisso, então não se preocupe com as dívidas para 2013. "Chega o aço" nas compras a perder de vista e delicie-se comprando tudo que couber em casa, na garagem, no guarda-roupa e no estômago.

Mas se você não crê nessa lenda do povo Maia, trabalhe! Sue, torça a camisa e continue suando. Faça cada dia melhor do que o outro, pois como diria Cazuza "O tempo não pára!"

Fico imaginando um "digitador" dos Maias redigindo as previsões, de repente ele grita para o seu superior: "Chefe, acabou o espaço no HD para mais informações. Só deu para ir até 2012!". Ai o chefe responde: "Ah, já está bom! Que se dane! Um dia isso vai dar uma confusão danada, mais tudo bem!"



Feliz 2012!

Abracos, saúde e sucesso!
Fábio R. Lais
www.turnoverconsultoria.blogspot.com

Para receber gratuitamente edições de Norminha em seu e-mail de preferência, basta enviar seu nome completo, função e nome de sua cidade para: contato@norminha.net.br

Cigarro, o mal na pele especial para mulheres

Dra. Ligia Kogos - Dermatologista

Vale a pena mostrarmos o mal que esse hábito faz à pele e à aparência, para animarmos as pessoas a cumprirem a lei antifumo. Para as mulheres o dano é ainda maior, já que para elas a beleza é mais importante e seu organismo frágil sofre triplicamente com o cigarro.



Irmã fumante e não fumante

Sobrancelhas ficam finas e com falhas. Cílios parecem menores do que já foram no passado. Celulite então logo surge quando há menor circulação sanguínea nas áreas dos quadris e coxas. O fumo prejudica consideravelmente a chegada de sangue na região, aí então até mesmo nas mais magrinhas, podem ter início alterações progressivas: flacidez, menos firmeza, ondulações profundas e os temidos furinhos em "casca de laranja". O aspecto mais frouxo e flácido pode surgir na área da cintura e abdômen, tirando a vontade de colocar um biquíni!

A cicatrização fica mais lenta e difícil, as arranhaduras e feridas demoram a fechar e ainda por cima deixam manchas escuras de recordação, que demoram em desaparecer.

Que fazer? Gritar? Não faça isso! A voz da fumante com o passar do tempo vai ficando mais grossa e rouca, assemelhando-se à voz de uma mulher mais velha! Mas as unhas, essas ficam mais moles, fracas e desfolham facilmente graças à menor nutrição sanguínea que recebem na matriz.

Enquanto você não decide (ou não consegue) largar definitivamente esse terrível vício, vá antagonizando, ainda que em parte, os efeitos danosos do cigarro, usando revitalizadores como a Vitamina C local, o Ácido Glicólico e Retinoico, além de estimuladores de colágenos como o glycan (pentaglycan e glicosaminoglycan).

Alimente-se equilibradamente, repondo sais e minerais como Zinco, a Vitamina C, o Ácido Fólico e os complexos de aminoácidos para os cabelos, como a Biotina, a Queratina. Mas, se possível, já jogue o maço fora assim que terminar de ler este artigo, você vai ver, será um presente magnífico para sua pele!



Câncer: Com mais mulheres fumando, o tabagismo se tornou a principal causa de câncer de bexiga entre a população feminina.

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS
(18) 3622-2281 – (18) 9781-4399
Seu negócio garantido!



Você sabia, por exemplo, que o cigarro praticamente "come" o colágeno que está na camada mais profunda, sendo que esse colágeno é responsável pela firmeza, hidratação, viço e sustentação da cutis?

Mesmo em mulheres jovens, na faixa dos 30 anos, que já fumem há cerca de três anos, é possível detectar os sinais clínicos que traduzem essa queima de colágeno: perda do frescor, aspecto mais pálido e abatido, pele amarelada e sem vida, olheiras fundas ou bolsas inchadas sob os olhos, marcas de expressão com rugas finas nas laterais dos olhos, da face e em torno dos lábios, sulcos que se aprofundam e traçam uma linha triste dos cantos do nariz aos cantos da boca.



As pálpebras parecem sempre inchadas pela manhã e leva-se algumas horas para se ficar apresentável. Nas fotos principalmente, o pescoço pode aparecer mais flácido, com pregas verticais, especialmente após os 40 anos. As mãos tornam-se sempre muito secas, grossas e os vasos começam a ficar visíveis mais precocemente, já que as camadas profundas da pele se afinam e ficam mais transparentes.

Como a circulação sanguínea no couro cabeludo também logo se torna deficiente, já que a nicotina estreita os vasos, tornando a chegada de sangue mais difícil, deparamo-nos frequentemente com a queda de cabelo nas regiões da testa e alto da cabeça, os fios vão ficando mais finos e frágeis, o couro cabeludo cada vez mais visível próximo à testa. O crescimento dos fios fica mais lento e, se o cabelo já foi agredido, por procedimentos químicos como a descoloração e os alisamentos, aumentam as possibilidades de os fios partirem com mais facilidade. Assustador, não acham?

DIFUSORA
AM 820 KHz Penápolis

Programa Célio de Oliveira
08h00 às 13h00
Segunda a Sexta-feira

Informação, música, negócio, futebol paulista

doisDI

A idéia nasce da pergunta
joice@doisdi.com - (18) 8801-3114
luiz@doisdi.com - (18) 8801-2115

Birigui - SP
EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Venda e representação
Marluvas, Íris, Vectra, GM Couros
(18) 3644-5473
(18) 9117-6952
Caio Cachoni
Instruções Técnicas

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

(18) 3622-2281
(18) 9781-4399
SEU NEGÓCIO GARANTIDO

Avenida José Ferreira Batista, 3445
Araçatuba - SP

ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Extintores, Hidrantes e Alarmes
Araçatuba (SP)
(18) 3621-9300
Birigui (SP)
(18) 3634-1679

Projetos para bombeiro, Treinamentos

EQUIPAMENTOS MC
DE PROTEÇÃO E FERRAGENS

Comercializa EPI, Ferragens, Ferramentas, Equipamentos de Sinalização com Instruções Técnicas e Consultoria
(18) 3652-9703
MSN: mcprotecao@hotmail.com
PENÁPOLIS - SP

MultSeg
A Casa do EPI, equipamentos de segurança e sinalização de Birigui e Região
(18) 3641-8015
Birigui - SP
Avenida Santos Dumont 1745

Conheça o significado de algumas doenças na visão espiritualista

Fonte: Monica Buonfiglio – www.terra.com.br – Foto: Getty Images (Continuação - FIM)

Leia a seguir sobre as principais doenças e compreenda por que podem ser um caminho para a autoconscientização.

Algumas doenças podem estar relacionadas aos problemas que estamos vivenciando.



Fígado
Os distúrbios hepáticos surgem quando alguém está com dificuldade em se desintoxicar, discriminar ou avaliar, separar o que é venenoso daquilo que não é, já que o fígado avalia o que nos serve ou não, o que é útil ou inútil. Qualquer tipo de excesso (bebida, sexo, alimentação) irá desencadear em problemas no fígado.



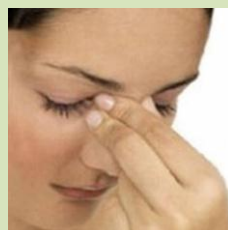
Impotência e frigidez
Em qualquer dificuldade sexual existe o fator medo. O sexo oferece desejo e ao mesmo tempo, medo, pois o êxtase significa a perda de controle. Quem é muito rígido com si mesmo pode ter dificuldades em se entregar, ser dependente ou dominado por alguém.



Olhos
A dificuldade em "enxergar" com clareza faz com que se "observe a distância". Ao usar os óculos, se enxerga aquilo que é importante para si, vendo sob seu aspecto em profundidade ou não.



Pâncreas
Órgão onde é produzida a insulina (sucos digestivos), ou seja, sua redução leva a diabetes. Neste caso, simboliza a dificuldade em se entregar ao amor. Aquele que não é "doce" com a vida pode se tornar intolerante ao açúcar.



Pulmão / aparelho respiratório
Em alguns casos, pode indicar o sentimento de "troca" (inspirar e expirar o ar) refletindo desde um simples resfriado a um problema de asma ou bronquite. É comum quando nasce o segundo filho, que o primeiro apresente alguma enfermidade nos pulmões.



Gagueira
Quem gagueja, não consegue "se soltar" ou ser receptivo. A pressão pode torna-se cada vez maior, dependendo do meio em que ele convive, especialmente se existe um repressor na família. O gago é inibido e tem medo de ser criticado ou expressar seus sentimentos sem magoar ninguém. Por isso, quando o gago canta, não gagueja, pois está livre para expor sua emoção.



Infeções
O sufixo "ite" revela um processo inflamatório em outros (colite, hepatite, entre outros) e indica a existência de uma guerra interior no seu corpo. A palavra inflamação, em inglês inflammation, significa "o ato de por fogo" e significa a vontade inconsciente de explodir para descarregar um conflito interno (note o rosto de um adolescente com espinhas).



Ouvidos
Ouvir é de certa maneira um ato de obediência e humildade. A criança desobediente ouve: "você está me ouvindo bem?". Ou seja, ela tem a falta de disposição para se tornar obediente. Inflamações acontecem em crianças muito mais do que em adultos, época em que precisam aprender a obedecer.



Pressão baixa / alta
A pressão sanguínea expressa o dinamismo do ser humano. Quem tem pressão baixa tem dificuldade em enfrentar os problemas, ou seja, precisa viver sem nenhum tipo de "pressão". Em alguns casos, a pessoa desmaia, para se retirar do mundo consciente e assim, evitar os problemas. Ao contrário, quando a pressão está alta, indica que a pessoa vive sob uma "pressão contínua" ou está sempre perto de um tipo de conflito.



Seios
Os seios representam o símbolo máximo da mulher e, por extensão, a maternidade e o cuidado com a prole. Refletem a necessidade da ternura e proteção. Quem tem problemas nos seios indica que é extremamente protetora da família (especialmente dos filhos) e dos amigos.



Gripes e resfriados
Nessa ocasião, a comunicação fica impossível e a primeira coisa que falamos ao estar com gripe é: "não se aproxime, estou resfriado", ou seja, uma maneira eficaz de se isolar. Quem tem dor de garganta diz: "não consigo engolir" (idem a uma situação externa). As dores no corpo sinalizam a limitação dos movimentos, que no dia a dia não conseguimos mais suportar.



Laringe e garganta
Sintomas que aparecem nesta região, geralmente atingem uma pessoa teimosa. É importante também liberar a sua criatividade. Fale, exponha suas ideias, mesmo correndo o risco de não serem aceitas.



Ossos / articulações
Se você sente dores nos ossos, significa que é muito crítico com aqueles que o rodeiam, sejam estes amigos, familiares ou colegas de trabalho. Não persista em algo muito complicado para não trazer mais problemas com os ossos de seu corpo.



Problemas menstruais
Esses problemas revelam que a mulher não está de acordo com a "regra" imposta a ela mensalmente. Neste período, não se pode fazer o que se deseja ou ser independente. Quanto mais se "luta" contra as regras impostas, ela terá mais dores das cólicas.



Roer unhas
Quem rói unhas deseja inconscientemente eliminar a agressão e o combate. Existe certo medo do quanto poderia ser agressivo no momento necessário para enfrentar uma luta e por isso, acaba roendo suas unhas. Quando faz isso, sem que perceba, elimina a agressividade que existe dentro de si.

Uma simples mensagem para uma vida cheia de glórias



Que a felicidade sempre permaneça na vida de todos, e que a harmonia possa governar no seio das famílias
Wilson Celio Maioli - Diretor



norminha.net.br
Segurança e Saúde Ocupacional