

## Protetor solar ganha novas regras

Os produtos de proteção solar utilizados pela população brasileira ganharam novas regras para garantir a proteção da pele dos usuários. Uma das principais mudanças é que o valor mínimo do Fator de Proteção Solar (FPS) vai aumentar de 2 para 6 e a proteção contra os raios UVA terá que ser de no mínimo 1/3 do valor do FPS declarado.



EFICIÊNCIA: Níveis de testes para comprovar eficácia foram aumentadas.

O FPS mede a proteção contra os raios UVB, já o FP UVA mede a proteção contra os raios UVA. Para tais comprovações, as metodologias aceitas pela Anvisa foram atualizadas e foi estabelecida uma metodologia específica para a comprovação contra raios UVA, que, até então, não estava definida.

A resolução RDC 30/12, publicada nesta segunda-feira (4/6) pela Anvisa, também aumenta os níveis dos testes exigidos para comprovar a eficácia do protetor. Pela norma, alegações, como resistência à água, terão que ser comprovadas por metodologias específicas definidas no novo regulamento. Os fabricantes poderão indicar em seus rótulos as expressões "Resistente à água", "Muito Resistente à água", "Resistente à Água/suor" ou "à Água/transpiração", desde que comprovem essa característica.

O rótulo dos protetores solares terá mudança ainda em suas informações obrigatórias. A orientação sobre a necessidade de reaplicação será obrigatória para todos os produtos, mesmo aqueles mais resistentes à água. Além disso, fica vedada qualquer alegação de 100% de proteção contra as radiações solares ou a indicação de que o produto não precisa ser reaplicado.

O prazo de adequações dos fabricantes à norma é de dois anos. A nova regra segue os novos parâmetros para protetores solares adotados em todo o Mercosul.

Fonte: ANVISA

## FEQUIMFAR realiza oficina de mapa de riscos e sobre convenções tripartites em SST

Nos dias 31 de maio e 1 de junho, dirigentes da FEQUIMFAR- Federação dos Trabalhadores nas Indústrias Químicas e Farmacêuticas do Estado de São Paulo e dos Sindicatos filiados estiveram na Colônia de Férias, na Praia Grande, na oficina sobre Elaboração de Mapa de Risco e Convenções Tripartites de Segurança na Cadeia Produtiva do Plástico.

A abertura do evento teve a participação de Jurandir Pedro de Souza, tesoureiro da Federação dos Químicos, João Donizeti Scaboli, responsável pelo departamento de saúde do trabalhador da FEQUIMFAR, e Arnaldo Gonçalves, secretário de saúde e segurança da Força Sindical.

Jurandir disse que a FEQUIMFAR está sempre promovendo atividades de formação para preparar multiplicadores. "Desta vez, visamos o setor plástico, que possui características específicas e necessita de atenção", afirmou.

Arnaldo falou da importância da Força Sindical estar junto dos Químicos: "É sempre uma oportunidade para trocar experiências positivas, que servirão de exemplo para outros segmentos". Para ele, os Químicos da Força tem realizado um papel muito importante em diversas esferas, entre elas, no Conselho Nacional de Saúde, na Comissão Intersetorial de Saúde do Trabalhador e na Comissão Intermunicipal de Saúde e Segurança.

João Scaboli, responsável pelo evento, explicou que a oficina tem o objetivo de informar os dirigentes sobre Mapa de Risco, seu histórico e como desenvolvê-lo. Além disso, será apresentado como foi o processo de negociação das convenções coletivas em máquinas injetoras, sopradoras e moinhos, entre representantes dos trabalhadores, empregadores e governo.

Cerca de 40 lideranças dos Sindicatos filiados à Federação dos Químicos estiveram participando da oficina.

O evento teve duração de 12h/aulas e contou com a participação de 40 dirigentes sindicais da área de saúde representando 19 dos 33 sindicatos filiados à FEQUIMFAR.

Confira alguns momentos da capacitação nas fotos ao lado.



MULTIPLICAÇÃO: Evento da FEQUIMFAR capacitou filiados para implementação de medidas de segurança no trabalho.



## Implosão de ponte abre caminho para hidrovía Tietê-Paraná



PROGRESSO: Momento da explosão que marca expansão de hidrovía

O governador Geraldo Alckmin acompanhou no sábado (2), em Pongai, a implosão dos vãos da ponte da SP-333 (Rodovia Dr. Mário Gentil), que ampliará o canal de navegação do rio. A obra, com investimento de R\$ 27 milhões, integra o Programa de Modernização e Ampliação da Hidrovía Tietê-Paraná, do Departamento Hidroviário do Estado de São Paulo. "Para longas distâncias, acima de 400 quilômetros, a hidrovía é imbatível. Não polui, o custo é menor e evita acidentes. Nós queremos que a hidrovía Tietê-Paraná seja a mais importante da América latina", afirmou Alckmin.

A obra está sendo executada pelo DER (Departamento de Estradas de Rodagem) e foi iniciada em dezembro 2010. Para a expansão da área de navegação foi construída uma ponte em estrutura metálica com 120 m de extensão, que substituirá parte da antiga. Esta nova estrutura foi embarcada e içada ao local em 26 de maio.

No dia 02/06, ocorreu a implosão dos dois pilares e o respectivo tabuleiro. Após as vistorias, a nova estrutura será deslocada para os pilares externos triplicando, desta forma, o vão de navegação. O DER fará ajustes nas juntas de dilatação e prova de carga. A abertura ao tráfego de veículos, interrompido em 25 de maio, acontecerá em 25 de junho.

### REGIÃO

As pontes da SP-425 (entre Barboosa e José Bonifácio); Ferrovia Ayrosa Galvão (Pederneiras) e SP-595 (Ilha Solteira, Pereira Barreto) também terão os vãos ampliados e protegidos para evitar choques com embarcações.

### Sobre a Obra

"Estamos trabalhando a 01 ano e três meses na obra sem nenhum acidente com afastamento, pois foram executadas várias etapas da obra como trabalhos em espaço confinado em balsas, trabalhos em altura, trabalhos com equipe de mergulhadores, concretagem, armação, carpintaria e etc." firmou o Técnico de Segurança do Trabalho Paulo Fernando Ribeiro Conti, que está acompanhando a obra há mais de 1 ano pela empresa "Este Reestrutura Engenharia Ltda"



PREVENÇÃO: O TST Paulo Fernando Ribeiro Conti comemora segurança na obra junto ao Governador Geraldo Alckmin.



ESTRUTURA: No espaço que houve a implosão, será instalada conforme foto uma ponte de estrutura metálica que foi construída durante 8 meses no canteiro de obra.

Veja a implosão: <http://youtu.be/0oimxidfMvo>

## Sucesso nos cursos de capacitação em João Pessoa

Foi de excelência os cursos de capacitação sobre a NR 18 e de Licenciamento Ambiental realizados em João Pessoa (PB) nos dias 26 e 27 de maio passado.

O evento foi promovido pela equipe de produção de eventos em SST OPUS DEI EVENTOS e agregou vários profissionais do setor, que contou com a presença dos seguintes palestrantes: Luiz Alfredo da Costa, diretor regional da FENATEST, com larga experiência em SST, Sérgio Aras, TST e Téc. da SEMAM

Feira de Santana, Igor Xavier, presidente do SINTEST RN e a diretora de controle Ambiental da SEMAM JP Maria Aparecida Dias.

O Curso foi direcionado a profissionais, alunos e prevenicionistas em geral com 16 horas/aulas.



PRESEÇA: Capacitação sobre NR 18 e licenciamento ambiental reuniu profissionais da região de João Pessoa (PB) com objetivos de melhor empenho nas suas atividades.



SUCESSO: No encerramento da capacitação, todos participantes fizeram questão de posar para fotos.

## Seminário Nacional de Direito em Rio Preto (SP)

Presença de importantes juristas

A LFG, 1ª rede de ensino telepresencial do Brasil e da América Latina, convida para o Seminário Nacional de Direito que acontecerá no dia 16 de junho, das 8 às 18h30, no Ipê Park Hotel em São José do Rio Preto (SP).

O evento vai abordar temas atuais, leis importantes que estão passando por mudanças e assuntos que atendem aos interesses de estudantes e profissionais experientes da área.

O evento terá as presenças confirmadas de Luiz Flávio Gomes, um dos mais importantes juristas do País, fundador da rede LFG, doutor em direito penal, autor de dezenas de livros e conferencista atuante com palestras em todo Brasil e Europa, assistida por mais de 1 milhão de pessoas e de mais 7 palestrantes/doutrinadores que vão expor seus conhecimentos para os participantes, entre eles, André Luiz Paes de Almeida (Direito do Trabalho - Nova Lei do Aviso Prévio), Flavio Murilo Tartuce (Direito Civil Transformações do Direito de Família), Fernanda Marinela de Sousa Santos (Direito Administrativo - Nova Lei da Copa), Renato Brasileiro de Lima (Direito Penal - Nova Lei de Prisões), Alexandre Cotrim Gialluca (Direito Empresarial - EIRELI - Nova

empresa individual), Renato Montans (Direito Civil - Reforma do CPC) e Paulo Sumariva (Violência nos Estádios de Futebol e Estatuto do Torcedor).

A solicitação de credenciamento deve ser encaminhada ao e-mail [lais@lacedapress.com.br](mailto:lais@lacedapress.com.br), assim como a pauta que será trabalhada durante a cobertura.

Serviço:  
Seminário Nacional de Direito  
Local: Ipê Park Hotel  
Endereço: Rodovia Washington Luís, Km 428  
Horário: das 8 às 18h30  
Informações: (17) 3222-1168 -Lacerda Comunicação.



SEMINÁRIO: São José do Rio Preto (SP) irá abrigar o I Seminário Nacional de Direito no Ipê Park Hotel.



MARCO: Momento em que a solenidade de implosão foi iniciada, marcando assim uma nova etapa para a hidrovía Tietê/Paraná.

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

**MC**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
AQUIRA SEU EPI COM ASSESSORIA TÉCNICA GARANTIDA!  
(18) 3652-9703 - PENÁPOLIS - SP

**doisDI**  
A ideia nasce da pergunta  
[jotice@doisdi.com](mailto:jotice@doisdi.com) - (18) 8801-3114  
[lutz@doisdi.com](mailto:lutz@doisdi.com) - (18) 8801-2115

**Misegtrab**  
Segurança do Trabalho, Cursos, debates e Treinamentos  
[www.misegtrab.com.br](http://www.misegtrab.com.br)  
[misegtrab@gmail.com](mailto:misegtrab@gmail.com)  
(11) 9634-1721 ENTRE EM CONTATO  
(11) 2605-5952

A Casa do EPI, Equipamentos De Segurança E Sinalização  
**MultSeg**  
BIRIGUI - SP  
(18) 3641-8015

**Goobrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
[www.goobrasil.com.br](http://www.goobrasil.com.br)  
Aqui você encontra o site que procura

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
(18) 3644-5473 - (18) 9117-6952  
Caio Cachoni  
Técnico de Segurança Responsável  
BIRIGUI - SP

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

**Minha Nova camiseta**  
[www.minhanovacamiseta.com.br](http://www.minhanovacamiseta.com.br)

### PrevenSul termina com encontros de TSTs

Fonte: Redação Revista Proteção  
No último dia da 15ª PrevenSul, participantes de 13 estados brasileiros movimentaram os corredores da feira. Um dos eventos mais solicitados, tendo participantes disputado espaço no auditório, foi o 1º Seminário Interestadual dos Técnicos de Segurança do Trabalho. De acordo com o presidente do Sintesp, Adir de Sousa, a presença do grande número de profissionais da área de SST mostra o atual momento do tema no Brasil.

“É o reflexo de que os jovens, os estudantes querem participar, buscar conhecimento. Apesar de vivermos um momento político econômico meio conturbado, o mercado tem propiciado emprego aos trabalhadores. Com isso, os novos profissionais estão cientes da importância de se atualizarem e, assim, oferecerem condições mais seguras aos nossos trabalhadores”, analisa Adir.



**DIFUSORA**  
AM 820 KHz Penápolis  
**Programa Célio de Oliveira**  
Segunda a sexta: Ao vivo das 08h00 às 13h00  
Informação, música, negócio e futebol paulista  
www.difusoradepapolis.com.br

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

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

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
(18) 3644-5473 - (18) 9117-6952  
Caio Cachoni  
Técnico de Segurança Responsável  
BIRIGUI - SP

**DIFUSORA**  
AM 820 KHz Penápolis  
**Programa Célio de Oliveira**  
Segunda a sexta: Ao vivo das 08h00 às 13h00  
Informação, música, negócio e futebol paulista  
www.difusoradepapolis.com.br

**MC**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
AQUIRA SEU EPI COM ACESSORIA TÉCNICA GARANTIDA!  
(18) 3652-9703 - PENÁPOLIS - SP

**doisDI**  
A ideia nasce da pergunta  
joc@doisdi.com - (18) 8801-3114  
luiz@doisdi.com - (18) 8801-2115

A Casa do EPI, Equipamentos de Segurança e Sinalização  
**MultSeg**  
BIRIGUI - SP  
(18) 3641-8015

### Encontro de TST em Santos será dia 22 de junho

Santos (SP) e região terá seu Encontro dos Técnicos de Segurança do Trabalho, no dia 22 de junho de 2012, a partir das 08h30 na Rua São Paulo 2426 na cidade de Santos.

Os temas que serão apresentados serão: “Introdução a legislação previdenciária” com Rogério de Jesus Santos e “Política Nacional da Segurança e Saúde no Trabalho” por Armando Henrique.

O evento é voltado aos TSTs, estudantes e demais profissionais da área de SST.

O evento é uma organização do SINTESP, através de sua Regional de Santos e as inscrições podem ser feitas junto ao e-mail: [sintespsantos@sintesp.org.br](mailto:sintespsantos@sintesp.org.br)  
Participe e se atualize!

**ENCONTRO DOS TÉCNICOS DE SEGURANÇA DO TRABALHO DE SANTOS E REGIÃO**  
Dia 22 de Junho de 2012  
A partir das 08h30  
Rua São Paulo 2426 - Santos - SP  
Palestra: Anos Técnicos de Segurança do Trabalho, Evoluções e perspectivas da área de Segurança do Trabalho.  
Palestra: Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho.  
Programação:  
08:30 - Recepção e Alentura  
09:00 - Palestra - Introdução a legislação previdenciária  
10:30 - Café da manhã  
11:00 - Palestra Política Nacional de SST  
12:30 - Encerramento  
INSCRIÇÕES  
E-mail: [sintespsantos@sintesp.org.br](mailto:sintespsantos@sintesp.org.br)

### Agentes do stress térmico nos postos laborais serão discutido em Campo Grande (MS)

Com objetivos de Identificar os agentes do Stress Térmico no ambiente de trabalho; Analisar os agentes quanto a insalubridade (NR-15), a ergonomia (NR-17) e a absenteísmo; Propor soluções administrativas, coletivas e individuais para eliminação e ou minimização dos efeitos da exposição a esses agentes agressivos nos processos e ambientes laborais; será realizado em Campo Grande (MS) o Curso sobre “Agentes do stress térmico nos postos laborais”.

O curso será ministrado por Elizabeth Spengler Cox de Moura Leite, Engenheira de Segurança do Trabalho, Mestre com Dissertação na área de Higiene do Trabalho, Presidente da ANEST - Associação Nacional de Engenharia de Segurança do Trabalho, Diretora Técnica da ASMET - Associação Sul-matogrossense em Engenharia de Segurança do Trabalho, Docente Titular da UFMS, e docente convidada da UNIDERP, UNILINS, UNAMA e UNIGRAN, Conselheira do Crea-MS, membro do Colégio das Entidades Nacionais CDEN-Confea e professora convidada pela Fundacentro e perita judicial das Varas Trabalhistas da 24ª região do Tribunal Regional do Trabalho.

Voltado para Engenheiros, médicos, enfermeiros, técnicos e demais profissionais vinculados à área de segurança no trabalho e dirigentes sindicais, o curso tem apenas 24 vagas.

Informações detalhadas 8h às 12h e 13h às 17 h; Fone: (67) 3321-6910 - Fone/fax 3321-2486; E-mail: [erms@fundacentro.gov.br](mailto:erms@fundacentro.gov.br)

As inscrições podem ser feitas por e-mail, telefone ou fax, até o dia 13 de junho. Os candidatos selecionados terão suas inscrições confirmadas pelo ERMS no dia 14/6. Fichas de inscrição faltando os dados solicitados entrarão na lista de espera.

A taxa de inscrição se resume na doação de 5 kg de alimentos não perecíveis, diversificados, para doação a entidade assistencial.

#### Onde vai ser?

O curso será realizado nos dias 20, 21 e 22 de junho de 2012, das 17h00 às 19h45, com carga de 8 horas no Escritório de Representação da Fundacentro do MS - ERMS, Rua Geraldo Vasques, 66 - Vila Costa Lima, em Campo Grande (MS).

A organização do evento está a cargo do Escritório de Representação da FUNDACENTRO do Mato Grosso do Sul, Asmet e Anest.



Campo Grande sediará curso SST

### Vereadora na Paraíba apresenta projeto SST

Medida visa prevenção na construção civil

No último dia 28 de maio, a Câmara Municipal de João Pessoa foi palco de audiência pública promovida pela vereadora Sandra Marrocos, com o objetivo de apresentar projeto de lei de sua autoria que estabelece ações de prevenção de acidentes do trabalho na construção civil. Pelo texto proposto, a prefeitura só concederá o alvará de construção quando forem apresentados os projetos das proteções coletivas e instalações elétricas necessárias ao desenvolvimento da obra.

A intenção do projeto de lei é que as situações de quedas de altura, soterramento e choque elétrico - responsáveis pela maior parte dos acidentes graves e fatais no setor - sejam identificadas e prevenidas desde o início da obra. O alvará de construção, portanto, é um instrumento poderoso de que o município pode lançar mão para subverter a cultura do improvisado e a insegurança ainda reinantes no setor da construção. Que o exemplo seja seguido.

### Três lagoas (MS) irá discutir análise ergonômica do trabalho

O evento será realizado nos dias 25 de junho de 2012, das 13h00 às 17h00; 26 e 27 de junho, das 08h00 às 12h00 e das 13h00 às 17h00, com carga horária total de 20 horas.

O local do curso será no CRASE - Coração de Mãe, Avenida Dr. Clodoaldo Garcia, 2355 - Santos Dumont na cidade de Três Lagoas (MS).

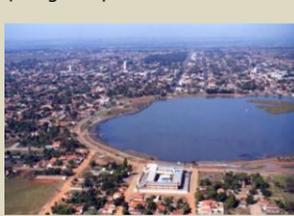
A taxa de inscrição será 5 kg de alimentos não perecíveis para doação a entidade assistencial. Informações devem ser obtidas das 08h00 às 12h00 e das 13h00 às 17h00 junto ao telefone (67) 3321-6910 - Fone/fax 3321-2486, E-mail: [erms@fundacentro.gov.br](mailto:erms@fundacentro.gov.br). As inscrições serão aceitas até o dia 14 de junho. Os candidatos selecionados terão suas inscrições confirmadas pelo ERMS no dia 15/6. Fichas de inscrição faltando os dados solicitados entrarão na lista de espera.

O objetivo do curso de “Análise Ergonômica do Trabalho” (AET) será para apresentar os conceitos e aplicações da Ergonomia; Instrumentalizar os participantes para identificar fatores de risco e implementar programas de prevenção e controle no ambiente Laboral; Apre

sentar ferramentas de avaliação em Ergonomia; Aplicar os conceitos por meio de exercícios práticos durante o curso.

O curso será ministrado por Deise Guadalupe de Lima Vagula-Graduada em Educação Física, Mestre em Ergonomia, Doutora em Engenharia de Produção e Professora Adjunta da UFMS.

Voltado para Engenheiros, médicos, enfermeiros, técnicos e demais profissionais vinculados à área de segurança e saúde no trabalho, dirigentes sindicais e pessoal do setor de recursos humanos, o curso tem 40 vagas disponíveis.



**ERGONOMIA:** Três lagoas (MS) vai receber profissionais da SST para discutir análise ergonômica do trabalho

### CEREST promove palestra sobre SST para futuros Enfermeiros em Araçatuba

Os futuros profissionais da saúde do curso de Enfermagem do Unisalessiano de Araçatuba (SP), receberam orientações técnicas sobre segurança e saúde ocupacional, em palestra proferida pelo TST Carlos Mercado, do CEREST - Centro de Referência em Saúde do Trabalhador de Araçatuba (SP).

O evento foi realizado no dia 24 de maio passado, e, segundo a Coordenadora do CEREST, Isabel Teresa Martim, descreve como objetivo a preparação dos futuros profissionais da saúde sobre prevenção e medidas a serem adotadas em caso de acidentes, capacitando-os para a implementação de medidas preventivas. O CEREST vem fazendo parcerias para divulgar a SST.



CONCEITOS: O TST Carlos Mercado apresentou comentários sobre os conceitos básicos de segurança do trabalho e os principais riscos ocupacionais na área da saúde.

### Curso de Psicologia aplicada em segurança e saúde no trabalho será em São Paulo

O SINTESP - Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no estado de São Paulo fará realizar um Curso de “Psicologia Aplicada em Segurança e Saúde no Trabalho” nos dias 23 e 30 de junho de 2012 (sábados) das 08h00 às 17h00, Rua 24 de maio 104, 5º andar - República - São Paulo (Capital).

O instrutor do curso será Rene Alves Cavalcanti, que é Técnico de Segurança do Trabalho, psicólogo, mestre em formação profissional, docente em cursos de formação de TST, diretor de desenvolvimento profissional do SINTESP e estuioso em saúde mental do trabalho.

O objetivo do curso é dividir experiência, fornecer informações, possibilitar reflexões, levar os prevenicionistas a refletir sua postura, ver os aspectos abordados com relação a si a aos demais e contribuir para a compreensão dos aspectos psicológicos envolvidos nas questões de segurança e saúde no trabalho.

O público alvo são os técnicos de segurança do trabalho, profissionais de RH, Cipeiros e consultores.

Informações e inscrições (11) 3362-1104 (ramal 38) ou [treinamento@sintesp.org.br](mailto:treinamento@sintesp.org.br). O investimento é de 150 reais (sócios).

**Segurança do Trabalho**  
CURSO  
**PSICOLOGIA APLICADA EM SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO**  
Data: Junho 23 e 30 de 2012  
Institutor: Rene Alves Cavalcanti  
Objetivo: O curso tem como objetivo dividir experiência, fornecer informações, possibilitar reflexões, levar os prevenicionistas a refletir sua postura, ver os aspectos abordados com relação a si a aos demais e contribuir para a compreensão dos aspectos psicológicos envolvidos nas questões de segurança e saúde no trabalho.  
Público Alvo: Técnicos de Segurança do Trabalho, Profissionais de Recursos Humanos, Cipeiros e Consultores.  
Investimento: R\$ 150,00 (sócios)  
VAGAS LIMITADAS

### Palestra: Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho Será no Senac Jabaquara (SP) com Armando Campos

Será realizada no dia 21/6/2012, das 14h00 às 18h00, no Senac Jabaquara (Capital paulista) palestra gratuita sobre “Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho” a ser comandada pelo engenheiro Armando Campos, o qual abordará os principais itens da Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho, sua repercussão e impacto para as ações de governo, empresas e trabalhadores.

A política foi recentemente implementada pela Presidente Dilma e está sendo disseminada em todo o país e é preciso que todos os profissionais do setor tenham melhor conhecimento sobre o assunto e colaborar com sua manutenção.

Informações e inscrições no Senac Jabaquara, Av. do Café, 298 - Jabaquara, São Paulo - SP  
E-mail: [jabaquara@sp.senac.br](mailto:jabaquara@sp.senac.br)  
Telefone: (11) 2146-9150

Esta é uma oportunidade para que profissionais ligados à Segurança e Saúde do Trabalhador possam discutir e participar mais de perto do plano nacional de apoio à SST.

#### Apresentador:

Armando Campos, Mestre em sistema de gestão, engenheiro mecânico, engenheiro de segurança do trabalho, com especialização em seguridade integral na Fundação Mapfre da Espanha.



Armando Campos

### Na COPEL teve capoeira no dia do desafio

No Dia do Desafio, realizado no último dia 30 de maio, colaboradores da COPEL em Araçatuba (SP) compareceram em massa no pátio da empresa para exercitarem.

Na oportunidade o Mestre “Senzala”, professor de capoeira comandou as atividades com alongamento e a seguir treinou os colaboradores a alguns passos da capoeira. Vários colaboradores da COPEL demonstraram habilidades com a arte e fizeram algumas apresentações no meio da roda.

A ideia foi aprovada e a apresentação será feita periodicamente para contribuir com a saúde e manter a rotina do trabalho mais harmonioso.

Os membros do SESMT e cipeiros foram os organizadores do evento.

Parabéns pela iniciativa e compromisso com a cidade na disputa no Dia do Desafio.



DESAFIO PARTICIPATIVO: Colaboradores da COPEL Engenharia, unidade de Araçatuba (SP), entraram de “corpo e alma” em exercícios de alongamento no Dia do Desafio e ensaiaram passos de capoeira.

### Sogamt lança livro em encontro sobre Ergonomia

A Sociedade Gaúcha de Medicina do Trabalho (SOGAMT) promove Reunião Científica e Lançamento de Livro “Índice TOR-TOM 2ª. Edição - As 25 Aplicações Práticas do Método TOR-TOM”. O evento acontece dia 13 de junho, na AMRIGS, em Porto Alegre.

A temática do evento será “Esclarecendo Situações Polêmicas em Relação ao Risco Ergonômico - Um Fluxograma Prático de Ferramentas de Avaliação a Utilizar nas Diversas Situações de Trabalho”. O tema será ministrado pelo Profº Dr. Hudson de Araújo Couto, Diretor Científico da Associação Mineira de Medicina do Trabalho, ex-Diretor Científico da Anamt, Membro Titular da Academia Mineira de Medicina.

As inscrições podem ser feitas pelo site [www.ergoltda.com.br](http://www.ergoltda.com.br) ou pelos fones (31) 3261-3736 / (51) 3392441 ou 3310510, com Leticia.



Participação foi efetiva unindo competição com saúde.



Mestre “Senzala” dá instruções aos colaboradores.

**MORE COM MUITO MAIS SEGURANÇA E LAZER**  
CASAS DE 2 e 3 QUARTOS (COM OU SEM SUÍTE)  
(18) 3622-2281  
AV. JOSÉ FERREIRA BAPTISTA, 3.445  
IPANEMA - ARAÇATUBA  
REALIZAÇÃO E CONSTRUÇÃO:  
**RODOBENS**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Fotomodelo da fachada Moradas Engenharia  
**MORADAS ARAÇATUBA**  
**TERRA NOVA ARAÇATUBA**  
Memorial de Incorporação Imobiliária registrado sob o R-02, na matrícula nº 73.832, no Oficial de Registro de Imóveis de Araçatuba-SP e a Rerificação do Memorial de Incorporação Imobiliária averbada sob AV-03 na mesma matrícula.  
Foto das piscinas Terra Nova

## “Segurança e qualidade de vida” foi tema da 1ª SIPAT da RIGESA em Araçatuba

A empresa MWV Rigesa em conjunto com a CIPA gestão 2011/2012 realizou na semana de 21 a 25 de maio, sua 1ª SIPAT com o Tema "Segurança e Qualidade de Vida". O evento ocorreu nas dependências da empresa, unidade de Araçatuba (SP), com expressiva participação de todos os colaboradores, bem como de colaboradores terceirizados. No primeiro dia do evento todos os colaboradores ganharam uma camiseta alusiva ao tema.

As palestras foram ministradas por profissionais qualificados e os temas foram: dia 21/05 "Primeiros Socorros" (1º Sgt PM do Corpo de Bombeiros de Araçatuba, César Roberto Menqui), dia 22/05 "Riscos Associados aos Produtos Químicos" (Renato Lima Costa - Técnico em Química), 24/05 "A Importância da Atividade Física para Qualidade de Vida" (Prof. Luis Carlos Oliveira), 25/05 "Faça a Diferença" (Prof. Pedro Pereira de Souza).

Em parceria com o Senac de Araçatuba, a coordenadora do curso de Estética Sandra Valeria Marques Sanches, juntamente com a podóloga Fabiana Vieira de Arruda e seus alunos ofereceram aos colaboradores da empresa MWV Rigesa e terceirizados, sessões de massagem quick, limpeza de pele e sessões de reflexologia.

A Uniodonto em parceria com o Dr. Gustavo H. E. Marchetti ministrou dicas de higiene bucal.

Houve sorteio de brindes em todas as palestras, além de ter sido desenvolvido um concurso de frases envolvendo o tema prevenção de acidentes e segurança do trabalho.



**CAMISA:** Logo no início da SIPAT todos os colaboradores receberam uma camiseta alusiva ao tema, os quais usaram durante toda a programação.



**PRÊMIOS:** Cipeiros foram os mediadores nas entregas dos prêmios aos participantes.



**CERTIFICADO:** Todos os palestrantes receberam um certificado de agradecimento pelas apresentações, a exemplo do 1º Sargento do Corpo de Bombeiros, César Roberto Menqui.



**PARTICIPAÇÃO:** Em todas as apresentações, a participação dos colaboradores e terceirizados foram de completa atenção, uma vez que os temas foram escolhidos conforme as expectativas de interesse.



**HISTÓRIA:** A Primeira Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho da unidade de Araçatuba da MWV Rigesa entra para a história da empresa e deixa um marco de excelência em sua organização.

A Comissão Interna de Prevenção de Acidentes é organizada e coordenada com total apoio da direção, que permite real participação nas atividades dos programas preventivistas que a organização mantém em sua grade da segurança e saúde no trabalho.

## SIPAT foi empolgante na ALMAD de Araçatuba

O período de 21 a 26 de maio passado foi glorioso para todos da ALMAD Agroindústria, filial de Araçatuba (SP). A SIPAT 2012 foi contagiante e empolgou todos colaboradores na prevenção de acidentes e decisiva na renovação de ânimos para a implementação de melhores condições de trabalho para o engrandecimento de vida de empregados e empresa.

A semana teve encerramento no dia 26/05 na Chácara Retomada, com a presença de todos colaboradores, oportunidade em que participaram de diversas atividades, como palestras sobre motivação na prevenção de acidentes, DST/AIDS – mitos e verdades, debates sobre doenças, gincana, "quem sabe sabe", muita alegria, um delicioso churrasco de confraternização e um bate bola no gramado do recinto.

Na oportunidade a nova CIPA tomou posse e seus membros dirigiram mensagens de compromisso aos presentes.



**GRITO DA SEGURANÇA:** Diretor Presidente e seus colaboradores se reuniram para o "grito da segurança", registrando assim o encerramento das atividades da SIPAT 2012, que logo a seguir foi comemorada com um delicioso churrasco de confraternização.

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
(18) 3644-5473 – (18) 9117-6952  
**Caio Cachoni**  
Técnico de Segurança Responsável  
BIRIGUI - SP

**ESGALHA**  
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
Araçatuba e Birigui (SP)  
(18) 3621-9300 – (18) 3634-1679  
Projetos Bombeiros, Treinamentos, Extintores, Hidrantes e Alarques

**Misegtrab**  
Segurança do Trabalho, Cursos, debates e Treinamentos  
[www.misegtrab.com.br](http://www.misegtrab.com.br)  
[misegtrab@gmail.com](mailto:misegtrab@gmail.com)  
(11) 9634-1721 ENTRE EM CONTATO  
(11) 2605-5952

A Casa do EPI, Equipamentos De Segurança E Sinalização  
**MultSeg**  
BIRIGUI - SP  
(18) 3641-8015

**Goobrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
[www.goobrasil.com.br](http://www.goobrasil.com.br)  
Aqui você encontra o site que procura

**MC**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
AQUIRUA SEU EPI COM ACESSORIA TÉCNICA GARANTIDA!  
(18) 3652-9703 – PENÁPOLIS - SP

**DIFUSORA**  
AM 820 KHz Penápolis  
Programa Célio de Oliveira  
Segunda a sexta: Ao vivo das 08h00 às 13h00  
Informação, música, negócio e futebol paulista  
É só acessar e ouvir!  
[www.difusoradepropolis.com.br](http://www.difusoradepropolis.com.br)

**doisDI**  
A ideia nasce da pergunta  
[joice@doisdi.com](mailto:joice@doisdi.com) - (18) 8801-3114  
[luz@doisdi.com](mailto:luz@doisdi.com) - (18) 8801-2115

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
(18) 3622-2281 – (18) 9781-4399  
Avenida José Ferreira Batista 3445 - Araçatuba - SP



Novos cipeiros assumem compromisso de prevenção.



Campeão de gincana comemora com gerente.



Gincana "Escravos de Jó" envolveu todos colaboradores.



Finalistas do "Escravo de Jó" foram determinados.



Diretor Presidente pediu soma para progresso da empresa.



Motivação despertou participação e envolvimento dos presentes.



Palestra participativa envolve colaboradores.



Cipeiros foram identificados com selo em capacete.



"Mito e verdade" envolveu colaboradores com conhecimento.

## Regional do SINTESP Campinas tem seminário programado para junho

A Regional do SINTESP em Campinas (SP) tem Seminário sobre Saúde e Segurança no Trabalho programado para ser realizado no dia 15 de junho de 2012, das 08h30 às 12h00.

O evento será realizado no Espaço Cultural João do Prum, Rua Barão de Jaquara 636, no centro de Campinas (SP).

Serão apresentadas as "Tratativas sobre o Dissídio Coletivo de 2012" sob o comando do Presidente do SINTESP Marco Antônio Ribeiro e "Ergonomia no Ambiente de Trabalho" a ser apresentado por Helder Prado Sousa - Fisioterapeuta, Ergonomista do CEREST/Piracicaba (SP). O evento é aberto a todos os profissionais de SST da região de Campinas.

Os interessados devem providenciar as inscrições que são gratuitas a serem reservadas através dos e-mails:

[sintespcampinas@sintesp.org.br](mailto:sintespcampinas@sintesp.org.br) e/ou [pradocorrea@bol.com.br](mailto:pradocorrea@bol.com.br) ou ainda pelo telefone (19) 9801-0587 /ID 55\*82\*1800 com Luiz Corrêa.

Você que é Técnico de Segurança do Trabalho e pertence à região de Campinas (SP), deve participar; e se ainda não é sindicalizado, aproveite a oportunidade para integrar à instituição que os representa e que negocia anualmente com mais de 270 sindicatos patronais com objetivos da manutenção dos direitos básicos da categoria.

Participe e filie-se ao SINTESP.

**SEMINÁRIO SAÚDE E SEGURANÇA NO TRABALHO**  
15 DE JUNHO DE 2012 - DAS 8:30 ÀS 12:00  
LOCAL: Espaço Cultural João do Prum - Rua Barão de Jaquara 636, Centro - Campinas.  
PROGRAMAÇÃO:  
Palestra: Trabalho Seguro e Dissídio Coletivo de 2012. Palestrante: Presidente do SINTESP.  
Palestra: Ergonomia no Ambiente de Trabalho. Palestrante: Helder do Prado Sousa - Fisioterapeuta - Ergonomista - CEREST/Piracicaba.  
INSCRIÇÕES:  
Através dos e-mails: [sintespcampinas@sintesp.org.br](mailto:sintespcampinas@sintesp.org.br) e/ou [pradocorrea@bol.com.br](mailto:pradocorrea@bol.com.br) ou 19 9801-0587 /ID 55\*82\*1800 com Luiz Corrêa.

## Printbill Embalagens realizará evento em comemoração a Dia Mundial do Meio Ambiente

Esse ano a empresa conta com a participação de tribo indígena durante o evento em Birigui (SP)

[frisson.assessoria@yahoo.com.br](mailto:frisson.assessoria@yahoo.com.br)

A Printbill Embalagens realizará no próximo dia 16 de Junho a partir das 8h00 um evento para colaboradores e familiares no Viveiro Reflorestar nas dependências da empresa em Comemoração ao Dia Mundial do Meio Ambiente. A apresentação contará com a participação da tribo de índios Kaingang, que demonstrarão suas danças típicas e um pouco de sua cultura. Na ocasião, também haverá feira artesanal com produtos produzidos pela tribo, além de exposição de árvores, frutas e sementes da floresta brasileira, apresentadas pelo voluntário e ambientalista Marcos dos Santos. O tema foi escolhido no intuito de agregar conhecimento aos participantes sobre outras culturas e conscientizá-los sobre a importância de preservar a natureza para a sobrevivência de todos os povos.

**Dia Mundial do Meio Ambiente**  
Dia 05 de Junho é o Dia Mundial do Meio Ambiente. Nossa comemoração será no dia: 07/06/2012. Convidamos você a participar!!! Sua presença é muito importante para nós!  
16/06/2012  
Horário: 08h/12h  
Local: Viveiro Reflorestar Printbill  
Entrada: 1 kilo de alimento não perecível  
pb PRINTBILL  
Apresentações: danças e rituais típicos da tribo dos KAINGANG. Exposições de árvores, frutas e sementes da Floresta Brasileira e feira artesanal. Haverá degustação de frutas e castanhas nativas.

Os participantes ainda contribuirão com a entrada de 1 kg de alimento não perecível, que devem ser entregues à própria tribo indígena Kaingang.

"Na Printbill é uma realidade nossa preocupação com a educação ambiental da sociedade.

Iniciativas como essa são importantes e fazem parte de nossa história, além disso, atraem as pessoas para a informação. Mais um ano comemoramos esse dia de maneira especial e engajada aqui na empresa" explica a Gerente de Recursos Humanos, Alessandra Pache Rodrigues

**CURSO**  
**APH**  
**ATENDIMENTO PRÉ HOSPITALAR**  
**SUPORTE BÁSICO DE VIDA**



**Data e horário** : 13 de Julho – (sexta-feira) das 08:00 às 17:00 horas  
**Aula Prática**: 14 de Julho – (sábado) das 08:00 às 17:00 horas

**Carga horária** : 16 horas

**Instrutor**: LUIZ DE BRITO PORFÍRIO - Técnico de Segurança do Trabalho e Socorrista

**Objetivo**: Ampliar conhecimentos na busca de uma melhoria contínua de sua capacitação completo.

**Justificativa**: Aplicar as técnicas de suporte básico de vida e imediatas, utilizando-se dos recursos disponíveis no momento.

**Público alvo**: Técnico de Segurança do Trabalho e trabalhadores com interesse em técnicas de suporte básico de vida, em situação de urgência ou emergência.

**Conteúdo Programático**: \*Introdução e definição \*Aspectos legais do socorrista \*Análise de cena / Biosegurança \*Análise primária \*Casos clínicos \*RCP (novo protocolo) \*Traumas \*Técnicas de imobilizações \*Transportes

**Local**: SINTESP – Rua 24 de maio, 104 – 5º andar – República – São Paulo.

**Inscrição**: treinamento@sintesp.org.br

**Investimento**: Associado em dia: R\$150,00 – Demais: R\$300,00.

**Incluso**: apostila e certificado



**Comitê Permanente Regional - PR**

O CPR-PR é um fórum que reúne diversas entidades ligadas à indústria da construção, adotando o diálogo como via lógica e eficaz para superação de problemas no setor. Trata-se de um organismo quadripartite (Governo, Trabalhadores, Empresários e Apoio Técnico), ou seja, cada uma das suas 4 bancadas detém o mesmo poder decisório, sendo esta formatação pioneira no país. Norteado por um regimento interno, o Comitê define suas atividades e metas por meio de reuniões ordinárias, extraordinárias e grupos de trabalho.

Jorge Moraes do SINTRACOM Maringá fez campanha de prevenção de Saúde e Segurança no Trabalho na manhã de 04 de junho em Maringá (PR).



Motivação com saúde e bom humor

**Fábio Laís**

Consultor, Palestrante, Hunting, Professor e Cronista

fabio\_lais@hotmail.com

**Qualidade de Vida**

Amigo(a) leitor(a),

Chegamos à 60ª semana desta coluna. Ininterruptamente! Tin-tin! Nessa onda do "politicamente correto", temos escutado tanta barbaridade, tanta gente se sentindo ofendida, querendo processar, denunciar. Você entra numa loja de sapatos, escolhe o modelo, a atendente pergunta "qual cor?". Você responde: "uma cor afro-escuro, qual você tem?" Tá difícil!

Ser politicamente correto significa, muitas vezes, ser falso na ida ou na vinda, na pergunta ou na resposta.

Alguém chega até você e diz: "Nossa, você está cada vez mais gordo, hein!". Essa pergunta foi politicamente correta? Sim ou não? Por mais que seu cofrinho já esteja ficando à mostra quando se abaixa ou que você já esteja fazendo xixi pelo método braille, o que devemos responder? Devemos ser sinceros ou não:

- (a) Sim, realmente estou cada dia mais gordo. Obrigado por perceber!
- (b) Sim, mas o que você tem a ver com isso. Não é da sua conta!
- (c) Sim e você está cada vez mais feia, chata e mal educada.
- (d) Não! É impressão sua!
- (e) Sim, pelo menos eu posso emagrecer, mas feiura, que é o seu caso, é bem mais difícil!
- (f) Ser politicamente correto e apenas rir, afinal, se responder à altura, você é que ficará como agressor e mal educado.

Vejam mentiras politicamente corretas que sempre ouvimos, ou seja, fazem parte do nosso cotidiano:

- Advogado: Esse processo é rápido (vai demorar).
- Ambulante: Qualquer coisa volta aqui que a gente troca (amanhã já era).
- Anfitrião: Já vai? Ainda é cedo! (some daqui!).
- Bêbado: Sei perfeitamente o que estou dizendo (não enche o saco).
- Casal sem Filhos: Visite-nos sempre; adoramos suas crianças (odiamos seus filhos).
- Dentista: Não vai doer nada (vai doer, seja macho).
- Desiludida: Não quero mais saber de homem (o que será que uma mulher quer dizer nessa hora).
- Devedor: Amanhã, sem falta! (preciso de tempo pra pensar).
- Encanador: É muita pressão que vem da rua (não sei, vamos quebrar tudo logo).
- Mecânico: Só vou poder te dar o preço depois que abrir tudo (ajoelhou, agora reza!).
- Namorada: Pra dizer a verdade, você foi o primeiro que fez isso comigo (se colar ele vai se achar).
- Namorado: Você foi a única mulher que eu realmente amei (libera logo!).
- Orador: Serei breve (vai ser demorado).
- Pobre: Se eu fosse milionário espalhava dinheiro pra todo mundo (ah tá!).
- Recém-Casado: Até que a morte nos separe (ainda se acham perfeitos).
- Sapateiro: Depois alarga no pé (leva logo esse).
- Sogra: Em briga de marido e mulher não me meto (mas não mexe com meu filho).
- Vagabundo: Há 3 anos que procuro mas não acho nada (tem dó de mim).
- Viciado: Essa vai ser a última (um dia será mesmo).

Os homens adorariam ouvir algumas frases (politicamente corretas) de suas mulheres:

- 1) Tem comida demais em casa. Vamos comprar só cerveja.
- 2) Eu acho que você deveria passar a noite na farra com seus amigos? Você merece isso!
- 3) Humm, esse seu bafo de cachaça me deixa doidinha!
- 4) Eu sei que é mais apertado aqui atrás, mas, por favor, tenta de novo!
- 5) Pode deixar que eu troco o óleo, lavo o carro e calibro os pneus.
- 6) Rápido querido! Vem ver! A filha do vizinho está só de calcinha na janela novamente.
- 7) Porque você não esquece essa história de "Dia dos Namorados" e compra alguma coisa pra você?
- 8) Vamos assinar o canal Sexy Hot?
- 9) Que tal fazermos algo, eu, você e aquela minha amiga gostosa?
- 10) Que peido incrível! Faz de novo!

Mulheres: mandem seu top 10 de frases (politicamente corretas) que gostariam de ouvir dos maridos. Se forem publicáveis, prometo incluir nas próximas colunas.

Enfim, o discurso politicamente correto faz parte das nossas vidas. Ora nós nos beneficiamos, ora somos prejudicados. Às vezes, ser politicamente correto é mais preconceituoso do que ser espontâneo. Em muitos casos, traz forte carga de falsidade e ironia. Por outro lado, ser politicamente correto também pode ser a melhor saída para não ser desleal com alguém, evitar transtornos e desconfortos. O detalhe é saber usar o velho e famoso "desconfiômetro" para saber quando estão sendo politicamente corretos conosco e quando devemos também fazer uso deste artifício. O bom senso deve prevalecer, acima de tudo.

Abraços, saúde e sucesso!

FÁBIO R. LAÍS  
 fabio\_lais@hotmail.com  
[www.turnoverconsultoria.blogspot.com](http://www.turnoverconsultoria.blogspot.com)

**DST foi tema de palestra na Diase Construções em Contagem (MG)**

A empresa Diase Construções Ltda, proporcionou aos colaboradores presentes no canteiro de obras em Contagem/MG, no dia 6 de junho uma palestra para abordar as doenças sexualmente transmissíveis e AIDS.

A palestra foi ministrada pela aluna de enfermagem Danielle Pereira Fernandes Rodrigues, a mesma repassou aos colaboradores informações sobre os sintomas, precauções e métodos para que o contágio com as doenças sexualmente transmissíveis e AIDS sejam evitados.

O evento contou com a participação de cerca de 150 colaboradores e com o apoio da Escola Santa Rita (31) 3391 0277 e teve como objetivo garantir a saúde dos colaboradores presentes no canteiro de obras.

O evento foi promovido pelo SESMT da empresa que vem desenvolvendo várias programação em prol à saúde dos colaboradores.



**PARTICIPAÇÃO**: Colaboradores de frente de trabalho em Contagem (MG) da Diase Construções receberam informações adequadas sobre a DST.

Receba edições de Norminha gratuitamente em seu e-mail.

Basta informar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade para:

contato@norminha.net.br



Colaboradores ficaram atentos às informações.



**EQUIPE**: Da esquerda para direita: Robson Brys Volz (Engenheiro Residente), a palestrante Danielle Pereira; Fernanda de Oliveira Almeida (técnica de segurança do trabalho), Sebastião Maciel Filho (Engenheiro de Produção) e Laury Lares França (técnica de segurança do trabalho).  
 Esse foram os profissionais responsáveis pela organização da palestra que levou informações precisas aos colaboradores.

**"A Crise em Debaat – Trabalho à distância – Trabalhador virtual, resultado real"**

A AATSP (Associação dos Advogados Trabalhistas de São Paulo) promove a palestra "A Crise em Debaat – Trabalho à distância – Trabalhador virtual, resultado real – Lei nº 12.551/2011", no dia 14 de junho, às 19 horas, na sede da entidade (Avenida Ipiranga, 1267, 3º andar).

O expositor será o juiz Homero Batista Mateus da Silva, titular da 88ª Vara do Trabalho de São Paulo, mestre e doutor em Direito do Trabalho pela USP, professor doutor do Departamento de Direito do Trabalho e Seguridade Social da USP.

Os debatedores serão o professor associado da USP, Otávio Pinto e Silva, mestre e doutor livre docente em Direito do Trabalho, advogado trabalhista e conselheiro da AATSP; o advogado Ricardo DAGRE Schmid, diretor da Comissão de Direito Coletivo do Trabalho da AATSP; e o advogado Ricardo Pereira de Freitas Guimarães, professor, especialistas, mestre e doutorando da PUC em Direito do Trabalho.

Após o debate haverá lançamento do livro "Direito do Trabalho na Prática – Da admissão à demissão", de João Cordeiro e Adriano Mota.

Informações na sede da entidade, pelo site [www.aatsp.com.br](http://www.aatsp.com.br), ou pelos telefones (11) 3326-3944 ou 3229-8389.

**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

caiomario77@terra.com.br

**MOVIMENTAÇÃO, TRANSPORTE, MANUSEIO E ARMAZENAMENTO DE MATERIAIS – PARTE V**  
**MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE MATERIAIS**

**Lâmina ou pranchas**

Embora na movimentação de lâminas de algum peso, geralmente se empreguem procedimentos mecânicos, a manipulação, armazenagem ou montagem na indústria nem sempre são feitas mecanicamente.

A primeira preocupação, portanto, é proteger o indivíduo que executa a manipulação, isto é dotá-lo de luvas apropriadas, botas ou sapatos com perneiras de segurança e capacete.

A segunda providência é prever o peso aproximado da chapa que se deseja movimentar, evitando assim dores lombares, o que pode ocorrer por superesforço e/ou pisadas em falso, entre outros.

Neste tipo de movimento é importante que a operação seja orientada por um, e somente um entre os participantes da operação.

**Perfis, pré-fabricados e tubos**

Entre os acidentes na manipulação de perfis e tubos, destaca-se o aprisionamento de mãos e pés entre eles, na retirada ou armazenagem sem as condições devidas. É muito importante empilhar esses materiais de modo correto e utilizar os EPI's adequados à atividade.

**Terra, minerais e escórias**

Sendo a pá a ferramenta fundamental para mover esse tipo de material, obviamente as lesões, como mau jeito, ferimentos nas mãos, etc., são provocadas por ela. O melhor meio para eliminar esses tipos de acidentes é manter sempre as ferramentas em bom estado de conservação. Os EPI's, devem ser selecionados em relação ao tipo x risco do agente caracterizado.

**Barris e Tambores**

Esses materiais são movimentados com facilidades, uma vez que podem ser rolados, tomando-se a preocupação especial de fazê-lo pelo centro do barril, pois pelo fundo, pode originar cortes e esmagamentos de mãos ao passar em portas ou passagens estreitas. Para ser depositado sobre veículos, tanto os tambores como os barris devem ser amarrados pelas extremidades, puxados e rolados sobre planos inclinados. Nessa operação, é aconselhável prover calçamento com cunhas para evitar o deslizamento.

**EQUIPE**



**NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS**

(18) 3622-2281 – (18) 9781-4399  
 Avenida José Ferreira Batista 3445 – Araçatuba - SP

**doisDI**

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

**DIFUSORA**

AM 820 KHz Penápolis

**Programa Célio de Oliveira**

Segunda a sexta: Ao vivo das 08h00 às 13h00

Informação, música, negócio e futebol paulista

É só acessar e ouvir!  
[www.difusoradepenaspolis.com.br](http://www.difusoradepenaspolis.com.br)

**Misegtrab**

Segurança do Trabalho, Cursos, debates e Treinamentos

[www.misegtrab.com.br](http://www.misegtrab.com.br)  
 misegtrab@gmail.com

(11) 9634-1721 ENTRE EM CONTATO  
 (11) 2605-5952

**Goobrasil**

O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS

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

[www.goobrasil.com.br](http://www.goobrasil.com.br)

Aqui você encontra o site que procura

**MC**

**EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO**

AQUIRUA SEU EPI COM ASSESSORIA TÉCNICA GARANTIDA!

(18) 3652-9703 – PENÁPOLIS - SP

**EPSEG**

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

(18) 3644-5473 – (18) 9117-6952

**Caio Cachoni**

Técnico de Segurança Responsável  
 BIRIGUI - SP

**ESGALHA**

SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Araçatuba e Birigui (SP)

(18) 3621-9300 – (18) 3634-1679

Projetos Bombeiros, Treinamentos, Extintores, Hidrantes e Alarres

A Casa do EPI, Equipamentos de Segurança e Sinalização



**MultSeg**

BIRIGUI - SP  
 (18) 3641-8015

**Em discussão a futura NR sobre abate de carnes**

O Grupo de Trabalho das Agroindústrias, da Confederação Nacional da Indústria, debate as condições de trabalho nas linhas de produção do setor agroindustrial e elaborou sugestões para o segmento, encaminhadas ao Grupo de Trabalho Tripartite da futura NR sobre Abate e Processamento de Carnes e Derivados.

Em sua opinião, quais importantes aspectos devem constar na nova Norma?

Para participar da discussão, acesse [www.protecao.com.br/forum](http://www.protecao.com.br/forum), registre-se e comente. Você também pode conferir os debates já existentes e criar novos tópicos. Sua opinião é importante para nós e para a constante evolução da Saúde e Segurança do Trabalho!



## Japonesa posa nua para financiar sonho paraolímpico

Ela sofreu acidente de trabalho quando tinha 21 anos



A Japonesa Maya Nakanishi, atleta paraolímpica, fez ensaio sensual para bancar ida aos Jogos paraolímpicos de Londres 2012.

Maya, 26 anos, teve a perna direita amputada na altura do joelho quando tinha 21 anos, em um acidente de trabalho.

A linda japonesa Maya detém os recordes asiáticos nos 200m e no salto em distância.

O ensaio sensual da japonesa foi publicado em um calendário.

É claro que a nossa luta diária é para que os acidentes não ocorram, mas Maya serve como exemplo positivo aos que sofreram acidentes e não enxergam um futuro pela frente.

A superação é um trunfo de poucos, a prevenção é uma arma de todos!



**SUPERANDO BARREIRAS:** Maya Nakanishi, que sofreu acidente de trabalho, perdeu parte da perna esquerda, encontrou na sensualidade uma saída para conquistar novos horizontes nos jogos paraolímpicos.

## É possível morrer de dor? (Parte 1.2)

Como a dor atua no corpo humano?

Quase um terço do mundo tem dor e 80% já sentiu o tal incômodo; saiba por quê

Se você sente dor, saiba que não está sozinho.

Estatísticas mundiais indicam que cerca de 30% da população sofre com algum tipo de mazelabr desse tipo. No Brasil, isso representa cerca de 50 milhões de habitantes que

carregam alguma dor.

Não é por nada que é este o principal motivo que leva as pessoas ao consultório médico - 80% delas estão lá porque sentiram alguma espécie de dor. Ou seja: dor (quase) todo mundo já sentiu, em maior ou

menor grau. Mas o que é exatamente essa sensação? Como a dor é desencadeada no corpo humano? Quando se torna necessária a busca de tratamento? Dá para medir a dor?



**Dor aguda ou crônica, qual é a sua?**

Três meses. Esse é o período máximo em que você pode chamar sua dor de aguda - depois disso, lamentamos informar que ela provavelmente se tornou crônica. Especialistas divergem na hora de dizer se essa dor no ombro que está incomodando você é aguda ou crônica. A aguda teria de persistir apenas por um período dentro do limite do aceitável para a cura daquele problema. O período de três meses foi dado por Newton Barros, vice-presidente da Associação Médica Brasileira e coordenador da Comissão de Dor e de Medicina Paliativa na Associação Médica Brasileira. Se a pessoa se machuca - um mau jeito na coluna, uma cirurgia ou dor de dente, e essa dor é solucionada, é uma dor aguda - que funciona como um sinal de aviso.

Já a dor crônica não tem finalidade, ela deixa de ser um aviso de um problema e passa a ser a própria doença. "A dor crônica é fruto de uma alteração do sistema nervoso, como se a dor ficasse 'gravada'."



**A dor é um alerta**

Você aí que acha que sentir dor é algo ruim, acredite: seria pior sem ela. A dor é um sinal de alerta, de que algo está errado, seja ela causada por uma doença, uma inflamação ou uma defesa.

Perceber rapidamente que, ao colocar o dedo em um café quente é preciso tirá-lo dali para evitar estragos maiores, é resultado de um estímulo - a dor - que vai até o cérebro e provoca reações de defesa e proteção, explica Lucia Miranda Monteiro dos Santos, chefe do Serviço de Tratamento de Dor e Medicina Paliativa do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Sem esta percepção, dificilmente saberíamos defender ou proteger nosso corpo - quem não sente dor, não sabe que algo anda mal e, no caso do café fervente, a pele queimaria sem que percebêssemos. E aí o estrago estaria feito.



**De onde vem essa dor?**

Nociceptores, não por acaso, lembram nocivo. Eles são os responsáveis pela sensação de dor, que pode ser provocada por estímulos térmicos (queimadura), mecânicos (pancadas) ou químicos (ardência causada por um medicamento em um corte, por exemplo). A função desses receptores, segundo Alan Fein, professor de biologia da University of Connecticut Health Center, é transmitir informações aos neurônios sobre a lesão. "Os receptores individuais podem ser considerados como uma 'caixa-preta', que transforma o estímulo em um sinal apropriado para as células nervosas subsequentes", explica o especialista no livro Nociceptores - as células que sentem dor.



**O corpo se defende**

Processado tão rapidamente quanto o "caminho de ida" da dor, há o de volta: o cérebro passa a produzir substâncias, as endorfinas, que servem para aliviar o sentimento de dor. A endorfina - também liberada após atividades físicas vigorosas - "atrapalha" a comunicação entre os transmissores e receptores e funciona como um analgésico natural. Nem sempre ela dá conta de sanar a dor. Ai que entram os medicamentos.



**O estresse que alivia**

Você já viu a cena: um jogador de futebol sofre uma pancada durante uma partida decisiva. Depois de rolar pelo chão na tentativa de buscar um pênalti, ele levanta e segue o jogo. E basta acabar a partida para que ele volte a rolar pelo chão - agora sim com a dor esperada para a pancada sofrida. Quem o ajudou a não sentir dor foi o estresse. Durante todo o tempo em que o atleta continuou jogando, ele esteve sob a proteção de uma analgesia induzida pelo estresse.

Em momentos emocionalmente intensos, como acidentes e quedas, o cérebro produz substâncias, como adrenalina e serotonina, que funcionam como mediadores de modulação. Ou seja: o organismo reage tão intensamente que praticamente mascara a dor. Assim, quando você se acalma, a dor volta a cumprir sua função de avisar que algo não vai bem.

Essa reação é natural e ocorre da mesma forma em todos os seres vivos, explica Lucia Miranda Monteiro dos Santos, anestesiológica. "Essa analgesia existe para que, diante de uma situação de perigo, você possa se concentrar em se defender, atacando ou fugindo, sem ficar paralisado pela dor. É uma chance de sobrevivência."



**Dois tipos de dores**

Existem dois tipos de dores, a nociceptiva e a neuropática. Dor nociceptiva é a causada por estímulo de terminal sensitivo, pode ser tanto dos órgãos internos como dos externos (músculos, pele, vísceras, pulmão) - são as dores que sofremos na maioria dos casos, quando não há lesão de um nervo. Já a dor neuropática é causada por lesão do nervo do sistema nervoso. Um nervo é como um fio de luz que, se desencapado, pode dar choque, como exemplifica o médico Newton Barros, vice-presidente da Associação Médica Brasileira e coordenador da Comissão de Dor e de Medicina Paliativa na Associação Médica Brasileira. "Em pacientes com diabetes, por exemplo, a capinha dos nervos (bainha de mielina) é lesionada e isso provoca dor."



**Dor todos os dias**

Há pessoas que sofrem com dores por anos, o tempo todo, ou em crises intercaladas, as chamadas dores recorrentes - são os 30% da população que sofre com dores, já que as agudas não são computadas: as crises vêm e passam. As dores crônicas impactam fortemente a vida dos pacientes, que sofrem alterações emocionais, ansiedade e depressão.

Newton Barros, vice-presidente da Associação Médica Brasileira, lembra que essas pessoas podem até se isolar socialmente porque o mal estar é tão grande que a dor se torna o fator mais importante de seu dia a dia.

Curar a doença da dor crônica é complicado, admite o especialista. Não basta um comprimido ou uma cirurgia, é imprescindível uma equipe multidisciplinar.

O tratamento, explica Barros, envolve desde psicólogos até grupos terapêuticos com as famílias. A má notícia é que entre 10% e 20% dos pacientes com dor crônica não apresentam melhora. "A grande maioria melhora, mas jamais falarei em cura para um paciente que sofre de dor crônica há anos. Nós podemos melhorar sua qualidade de vida, mas não falamos em cura", diz o médico.



**Para cada intensidade, há um tratamento**

Como é de se imaginar, não se trata uma martelada no dedo com um remédio para câncer. Como os três níveis ou graus de intensidade da dor (fraca, de 0 a 4, moderada, de 4 a 7, e forte, de 7 a 10), há a mesma divisão para os analgésicos. Os médicos alertam, no entanto, que não se pode encerrar estes como um tratamento padrão, uma vez que cada paciente tem particularidades.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, existe uma escala analgésica criada para pacientes com câncer, mas que é também utilizada para outros pacientes. Ela é dividida em níveis, como explica Newton Barros, vice-presidente da Associação Médica Brasileira: Fraca: anti-inflamatórios. Moderada: anti-inflamatórios com opióides fracos, como paracetamol e codeína. Forte: os mesmos para dores fracas e mais opióides fortes, como a morfina e a metadona.

Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo

### Palestra Técnica PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA E DETECÇÃO DE GASES

**Data e Horário:** dia 14/06/12 (quinta-feira) das 15:00 às 17:00  
**Sede SINTESP:** Rua 24 de Maio, 104 5º andar

**Justificativa:** levar aos participantes conhecimentos básicos sobre a importância do uso correto de equipamentos de proteção respiratória no desempenho de funções onde haja contaminantes no ar respirado.

**Palestrante:** João Antonio Munhoz: Químico Industrial, especialista em Proteção Respiratória e Detecção de Gases em ambientes de trabalho, 35 anos de experiência no campo de sua especialidade, assessor de empresas, instrutor de diversos cursos dessas áreas na Unesp, ABPA e outras entidades. Participante como ouvinte e instrutor em diversos eventos ligados à área.

Inscrições: [eventos@sintesp.org.br](mailto:eventos@sintesp.org.br)  
**Vagas Limitadas**

#### CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Respiração Humana.
- Contaminantes possíveis de estarem presentes.
- Respiradores Descartáveis.
- Respiradores com Peça semifacial e filtros.
- Respiradores com peça facial inteira e filtros.
- Respiradores de fuga.
- Respiradores para espaços confinados e linha de ar.
- Respirador autônomo de ar comprimido.



**Memória da dor**

Uma criança coloca a mão em uma panela quente, sente dor e chora. A partir daí, é provável que ela não queira mais encostar-se a panelas por um bom tempo. É que, além de um sinal de alerta, a dor tem uma função sentimental, explica Lucia Miranda Monteiro dos Santos, anestesiológica com área de atuação em dor. Há, ao mesmo tempo, o registro do estímulo da dor no cérebro, de quantificação da dor e um registro emocional do que nos causou a má sensação - uma forma de tentar nos preservar de cometer o mesmo erro de novo. "Ao sentir dor, pensamos: 'Ai, isso é ruim'. Assim, nosso cérebro grava essa experiência e que, por exemplo, não podemos encostar-nos a uma chapa quente", afirma.



**Não basta doer: tem que doer duas vezes**

Pá, pá, pá, aaaaa! Você já reparou que a martelada no dedão dói duas vezes? É que existem dois caminhos da dor, um mais rápido (na hora da pancada) e outro mais lento (aquele que faz o dedão latejar). O conduzido pelo chamado feixe neoespinotalâmico sai da periferia (o dedão), vai à medula, ao cérebro e volta, modulando a dor e trazendo o reflexo de tirar o dedo, levá-lo a boca. Já o caminho pelo feixe paleoespinotalâmico faz várias "paradas" pelo sistema nervoso. Há várias conexões na medula e demora um pouquinho mais para percebermos esta dor, que é a da sensação de que está latejando.

## 8º Fórum Técnico de Debates

**Data:** 28 de junho de 2012 (quinta-feira)

**Horário:** das 8h às 13h

**Local:** Auditório do Palácio do Trabalhador (Sindicato dos Metalúrgicos de São Paulo e Mogi das Cruzes), Rua Galvão Bueno 782, Liberdade (próximo Metrô São Joaquim)

**Publico Alvo:** Técnicos de Segurança das Metalúrgicas e interessados discutirão temas atuais que interferem no dia-a-dia da saúde do trabalhador, priorizando a qualidade e a segurança dos ambientes de trabalho e chamando a atenção da sociedade para a necessidade de propostas concretas no combate aos acidentes e doenças do trabalho.

O tradicional evento realizado pelo DSST do Sindicato dos Metalúrgicos de São Paulo e Mogi das Cruzes em parceria com o Sintesp - Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo, nesta 8ª edição, discutirá o recém-criado Plansat - Plano Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho sob a ótica do movimento sindical e o controle social dos trabalhadores focado nas ações da NR 12 - Segurança no Trabalho em Máquinas e Equipamentos.

#### Programação

8h00 às 9h00 - Café da manhã  
9h00 às 9h30 - Abertura  
9h30 - Apresentação da Política do Plansat: o papel do movimento sindical - Palestrante: Armando Henrique (Técnico de Segurança do Trabalho, Diretor do SINTESP e Consultor Técnico)  
10h30 - A segurança e Saúde à Luz da NR 12: controle social - Palestrante: Edimo Luis Silva (Tecnólogo Mecânico - especialista em Higiene Industrial - Auditor de diversos sistemas de gestão - membro do Comitê Permanente da ABNT - ABIMAQ)  
11h30 - Discussão plenária  
12h30 - Encerramento

**NÃO PERCA ESTA OPORTUNIDADE**



**GoBrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
[www.goBrasil.com.br](http://www.goBrasil.com.br)  
Aqui você encontra o site que procura

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
(18) 3644-5473 - (18) 9117-6952  
**Caio Cachoni**  
Técnico de Segurança Responsável  
BIRIGUI - SP

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
(18) 3622-2281 - (18) 9781-4399  
Avenida José Ferreira Balista 3445 - Araçatuba - SP

