

## Eletricistas sofrem choque e caem de poste em Osvaldo Cruz

Funcionário que desabou de uma altura de oito metros está em estado grave e com queimaduras nos dois braços

Heloise Hamada  
[www.fioriteira.com](http://www.fioriteira.com)

Dois eletricistas sofreram uma descarga elétrica na tarde do último dia 16, em Osvaldo Cruz (SP). Natônio Henrique Munhoz, 43 anos, e Elcy Gregório dos Santos, 49, trabalhavam na manutenção da rede elétrica do Bairro rural Aviação quando aconteceu o acidente.

Eles trabalham para a Cooperativa de Eletrificação Rural de Osvaldo Cruz (CeroC) e, segundo um outro funcionário, Donizete da Silva, o acidente teria acontecido porque Munhoz segurou em um gancho da rede elétrica.

"Ele estava próximo aos fios e caiu de uma altura de aproximadamente oito metros com a descarga elétrica. O Elcy estava a uns três metros e caiu também, pois a eletricidade desceu pelo poste", relata.

O Corpo de Bombeiros da cidade foi acionado para atender o caso. "Quando chegamos, eles estavam no chão, mas conscientes e orientados", conta o bombeiro João Paulo Credentio.

Os dois foram encaminhados para a Santa Casa de Osvaldo Cruz. Santos teve queimadura na mão esquerda e está fora de perigo. Já Munhoz está em estado grave, com queimaduras nos dois braços. Ele foi transferido para o Hospital Regional (HR) de Presidente Prudente.

Ainda conforme Silva, o acidente pode ter acontecido por descuido. "Ele deve ter achado que a rede estava desligada. Eles também estavam com os equipamentos de segurança, mas não passaram o cinto no poste", explica.

A distribuição de energia não foi prejudicada. "Nunca aconteceu esse tipo de acidente e a cooperativa vai tomar novas medidas para que isso não volte a acontecer", afirma Silva.

## Setor químico irá reunir cipeiros e profissionais do SESMT em encontro estadual

Organização é do Departamento de Saúde do Trabalhador da Fequimfar

O evento será realizado nos dias 23, 24 e 25 de agosto em Praia Grande (SP), quando estarão reunidos, pela terceira vez, grande parte dos membros de CIPAs e profissionais do SESMT do setor químico do estado de São Paulo, cujo objetivo é o de promover troca de experiências entre Cipeiros e os membros do SESMT; formação de membros de CIPA através da discussão de temas atuais e relevantes; atualizar e preparar os departamentos de saúde dos sindicatos filiados, possibilitando ações que reduzam ou eliminem os agravos à saúde decorrentes do trabalho.

A realização é do Departamento de Saúde do Trabalhador da Federação dos Trabalhadores nas Indústrias Químicas e Farmacêuticas do estado de São Paulo - FEQUIMFAR, entidade sindical que representa cerca de 165.000 trabalhadores dos Setores do Álcool/Etanol, Químico, Farmacêutico, Abrasivos, Plástico, Fertilizantes, entre outras categorias, em conjunto com seus 33 sindicatos filiados e a Central Força Sindical, a qual é filiada, nos seus 54 anos de história, e que tem como prioridade à saúde do trabalhador, e nesse contexto desenvolve estudos e debates sobre o tema, e também outros de grande importância, contribuindo assim para o desenvolvimento da sociedade como um todo, em especial à classe trabalhadora.

Entre as atividades que serão realizadas no evento, destacamos as palestras sobre "O meio ambiente do trabalho e a responsabilidade civil" que será apresentada por Dr. Cesar Augusto de Mello, Consultor Jurídico da Fequimfar, Professor Universitário e Advogado militante; "Doenças Relacionadas ao Trabalho Nexa Técnico Epidemiológico - NETEP" por Dra. Maria Maeno, Mé-

dica e Pesquisadora da Fundacentro; "O Avanço Tecnológico da Nanotecnologia e Suas Consequências" por Dra. Arline Arcuri, Doutora em Química pela USP e Pesquisadora Titular da Fundacentro; "Proteção de Máquinas - NR 12" por Sr. Roberto Giuliano, Engenheiro de Segurança do Trabalho da Fundacentro - SP e por Sr. Hildeberto B. Nobre Junior, Auditor Fiscal do Ministério do Trabalho e Emprego; "A Visão do Estado Quanto aos Acidentes no Trabalho, Doenças Profissionais e do Trabalho. Como melhorar essa situação?" por Dr. Koshiro Otani, Médico do Trabalho e Sanitarista da Secretaria do Estado de Saúde; "A Política Nacional de Segurança e Saúde do Trabalhador" por Rogério de Jesus Santos, Técnico de Segurança do Trabalho; Diretor do SINTESP e Assessor da Secretaria de Saúde da Força Sindical Nacional; e a "Oficina com os Grupos de Trabalho" sob coordenação de Lívia Ghirello, Técnica de Segurança do Trabalho e Assessora do Departamento de Saúde do Trabalhador da Fequimfar.

Todas as apresentações serão debatidas com os presentes como forma de integração e multiplicação de conhecimentos.

Os participantes do encontro serão definidos em conjunto com todos os sindicatos da categoria no estado de São Paulo, junto às empresas de suas regiões.

O Departamento de Saúde do Trabalhador da Fequimfar tem como Diretor Responsável João Donizetti Scaboli e na Presidência é o Sr. Sergio Luiz Leite.

É a FEQUIMFAR contribuindo com a evolução da SST.

## Curso em São José do Rio Preto (SP) Como Melhorar a Segurança do Trabalho nos Canteiros de Obra

Dirigido para Diretores, gerentes, supervisores e coordenadores de obras; Engenheiros e Técnicos de Segurança do Trabalho; Demais profissionais envolvidos em segurança do trabalho; Empresários do setor; será realizado em São José do Rio Preto (SP), no dia 07 de agosto de 2012 o curso "Como Melhorar a Segurança do Trabalho nos Canteiros de Obra" para recordar itens da NR 18, mostrar as alterações ocorridas e que serão implantadas à Norma através do CPN, mostrar ferramentas e métodos bem sucedidos implantados por construtoras e dar ferramentas para a elaboração do PCMAT.

A capacitação será realizada por Gianfranco Pampalon, Engenheiro civil e de segurança do trabalho, auditor fiscal do Trabalho desde 1985, professor universitário em cursos de pós-graduação na área de Segurança e Saúde do Trabalho e autor de várias publicações sobre prevenção de acidentes. É membro do Grupo de Trabalho da nova Norma Regulamentadora sobre Trabalhos em Altura.

Os assuntos a serem tratados serão: Análise da NR.18 (itens alte-

rados) e novidades que serão incorporadas à NR.18 (CPN); Ênfase na prevenção de acidentes com quedas, escavações e em instalações elétricas provisórias; Riscos com máquinas e equipamentos / novas tecnologias; Exemplos de proteções coletivas eficientes; Análise de acidentes ocorridos e como evitá-los; Critérios na qualificação de contratadas; Controle de documentação de contratadas; Implantação de CIPA em obras; Planejando a obra; Como elaborar um bom PCMAT (itens que não devem faltar) - exercício de avaliação de riscos em algumas situações de obras; Sistemas de Gestão Integrada (Qualidade, Segurança e Meio Ambiente) mudança de atitude p/ melhoria contínua; Exemplos positivos implantados por algumas construtoras.

O evento será no dia 07 de agosto, na Rua Joaquim Manoel Pires, 510 - São Manoel - São José do Rio Preto - S das 9h às 18h.

Interessados devem buscar informações e inscrições pelo telefone (17)3226-5626 ou pelo E-mail: [sindussjp@sindusconsp.com.br](mailto:sindussjp@sindusconsp.com.br) Evento do SINDUSCON/R.Preto

## João Pessoa terá formação de instrutor de CIPA

O curso que capacitará profissionais da SST para serem "instrutores para formação de cipeiros" será realizado em João Pessoa (PB), nos dias 11 e 12 de agosto, no Hotel Caiçara - Praia de Tambú.

Serão 12 horas de treinamento com objetivo de preparar o futuro instrutor para desenvolver cursos de CIPA.

O curso é voltado para técnicos e engenheiros de segurança do trabalho, médico do trabalho, alunos de SST e prevencionistas em geral e demais membros que formam o SESMT.

O mediador e apresentador do curso será o Consultor Edvaldo Nunes da Silva Filho, que é professor universitário de cursos de especialização em engenharia de segurança do trabalho, cursos técnicos de segurança do trabalho e bombeiro civil.

Interessados devem pedir informações detalhadas através do e-mail [opusdeeventos@gmail.com](mailto:opusdeeventos@gmail.com)

Lembre-se: as ações positivas do cipeiro é fundamentada na capacitação eficaz que ele recebe no curso de formação específica definido na NR5.

## Agora com seis páginas

A partir dessa edição, a Revista Norminha passa a ter seis páginas semanais, e aumenta a disponibilidade de divulgação das ações de profissionais e empresas ligadas aos nossos objetivos. Boa leitura!

### IMPRESSÃO (Cópia)

Todas as edições de Norminha podem ser impressas (cópias) em formato A3 para uso interno.

### No e-mail

E você continua com a possibilidade de receber todas as edições, gratuitamente no seu e-mail de preferência. Envie seu nome completo, função e cidade (estado) para: [contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)



A Casa da EPI  
Equipamentos de  
Segurança e  
Sinalização

BIRIGUI/SP  
**MultSeg**  
(18) 3641-8015

A idéia nasce da pergunta  
(18) 8801-3114



doisDI  
(18) 8801-2115  
[joice@doisdi.com](mailto:joice@doisdi.com) - [luiz@doisdi.com](mailto:luiz@doisdi.com)

**Misegtrab**  
(11) 9634-1721  
(11) 2605-5952

Segurança do Trabalho, Cursos, Sinalização e Treinamentos

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

(18) 9117-6952  
(18) 8129-7957



**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
[caio@vectrwork.com.br](http://caio@vectrwork.com.br)  
Representante Autorizado

## MTE faz consulta pública sobre condições sanitárias e de conforto nos locais de trabalho

O Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho, do Ministério do Trabalho e Emprego, recebe sugestões para proposta de alteração da Norma Regulamentadora nº 24. O prazo vai até o dia 23 de julho de 2012.

O Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) lançou consulta pública referente à proposta de alteração da Norma Regulamentadora nº 24, que trata sobre Condições Sanitárias e de Conforto nos Locais de Trabalho. A NR nº 24 se aplica a todo e qualquer local de trabalho e uma das principais inovações do texto trata sobre uniforme e vestimenta de trabalho. O objetivo é atualizar a norma atualmente em vigor, cuja atualização mais recente ocorreu em 1993.

Click no link abaixo e conheça e participe da proposta do novo texto da NR 24:

<http://www.norminha.net.br/Arquivo/s/Arquivos/PropostadeAlteradaNR-24TextodaConsultaPblica.pdf>

## SINTEST empossa nova diretoria e comemora 1ª Semana Municipal de SST em João Pessoa (PB)

Oficializada por Lei, a 1ª Semana Municipal de Segurança e Saúde no Trabalho de João Pessoa (PB), está em plena realização. A idealização do evento foi do SINTEST-PB (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado da Paraíba) e oficializada pela Câmara Municipal daquela Capital.

### POSSE

No dia 12 de julho ocorreu a posse da nova diretoria do SINTEST no auditório do SENAC, quando Antônio Canuto assumiu pela segunda vez a presidência da entidade classista. O evento reuniu grande parte dos Técnicos de segurança do Trabalho e autoridades locais

Entre vários ciclos de palestras técnicas que compõem a programação do evento, destacamos a apresentação sobre o "Andamento, diretrizes e perspectivas da criação do CONFETEST" por Ailton Nardelli, diretor da FENATEST; e sobre a "Lei Municipal de prevenção de acidentes de trabalho - um novo paradigma para a indústria da construção em João Pessoa", apresentada pelos auditores fiscais do MTE Carlos Alberto Castor de Pontes e Soraia Di Cavalcanti Pinheiro.



**SINTEST (PB):** Acima: Diretor Antônio Canuto (Camisa vermelha), Demétrio Barbosa (Presidente), Renato Zacarias, Abdon Yankel e Fabiano Sabino. Abaixo: Diretores Thais Regina (Vestido rosa), Jeferson Carlos, Ronaldo Lopez, Marize Menezes, Valentina Maia, Monica Mendonça, Kléber e Fábio Barbosa.



Ciclos de palestras estão sendo apresentados na 1ª Semana SST.



Profissionais da SST e público em geral acompanham evento em JP

Já neste dia 20 de julho o evento continua com as palestras "Segurança e meio ambiente" com exposição da Professora Eleide Correia de Melo Colaço, TST, Técnica e tecnóloga do meio ambiente; "Ergonomia básica na indústria" com o Mestre Engº de produção e Ergonomista Geraldo Colaço; "Controle da insalubridade - como e por que fazer" com exposição do Professor Mecânico, Bel. Em Direito, AFT Manuel Ferreira Campos e "NR 10 - Uma nova abordagem sintêmica" com Engº Eletricista e de Segurança do Trabalho José Edmilson de Souza Filho.

O encerramento da 1ª Semana Municipal de Segurança e Saúde no Trabalho de João Pessoa (PB) será neste dia 21 de julho, no Clube Cabo Branco, com início às 20h00 com a realização do 2º FORROTEST, que contará com 3 bandas de Forró.



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

## Presidente do Sintesp aponta papel político do TST na prevenção

Marcos Ribeiro  
Fonte: Revista Proteção  
Continuação da edição 162 (FIM)



Quando assumi a presidência do SINTESP, comecei, junto à diretoria, com uma idéia diferente. Queríamos mudar o conceito de trabalho. Alteramos o slogan: "ética, competência e dignidade" para "sindicato de resultado", ou seja, viemos com a idéia de fazer com que a entidade funcionasse como uma empresa, com metas e objetivos. A nossa intenção é fazer com que o sindicato seja modelo, tenha resultado, sempre com ética, competência e dignidade. Dentro desse trabalho, propomos uma mudança de mentalidade dos diretores. Somos um corpo, o corpo Sintesp. Somos 67 diretores, distribuídos em 1º regionais, quatro em cada regional e 27 diretores estaduais, dos quais sete são diretores executivos. Todos eles com a mesma mentalidade. O corpo Sintesp tem que estar saudável; não posso ter uma regional em Presidente Prudente com problemas, porque o corpo vai estar doente. Por isso, este ano fizemos uma convenção com diretores, ficamos dois dias juntos discutindo metas de trabalho para o Sintesp e mudanças de paradigma, ou seja, se o meu corpo não estiver saudável, eu estou doente. Em vez de nos criticarmos, porque não nos ajudamos? Claro que isso não muda da noite para o dia, mas a mensagem foi passada. Sabemos que é muito difícil atingir o profissional nos cantos de São Paulo. Mas o trabalho está sendo desenvolvido de forma coesa, ou seja, atingindo não somente a cidade de São Paulo, mas todas as regionais. Levamos conhecimento, orientação, qualificação para o nosso profissional. Estamos incentivando as regionais a formarem grupos de estudos específicos. Por exemplo, São José do Rio Preto, Catanduva, Araraquara, que são cidades com uma quantidade grande de TSTs, e que não conseguimos atingir diretamente, vamos tentar indiretamente. Montamos um grupo de estudos lá, que realiza treinamentos em evento por mês. O Sintesp dá apoio institucional, entra com o nome, indica palestrantes e eles recebem capacitação. Com isso, conseguimos atingir nossos objetivos. Temos uma convenção coletiva com 180 sindicatos. Por exemplo, o sindicato dos trabalhadores da construção civil precisa negociar somente com o Sinduscon. Já nós temos que negociar com todos os sindicatos patronais. Nossa renda anual é muito pequena perto do nosso crescimento. A demanda aumentou tanto que não conseguimos dar conta, pois não temos condição financeira para isso. Outra coisa, trouxemos nossas regionais para participar das reuniões mensais. Agora, eles estão vendo nossas dificuldades, estão muito mais abertos para o debate. O sindicato dos técnicos hoje está numa crescente para atingirmos um objetivo maior, para que a nossa categoria seja qualificada e reconhecida, e não tenhamos problemas amanhã. Também temos o projeto de realizar nossos cursos através de teleconferências, via internet, e criamos um instituto para dar cursos de especialização para nossos profissionais. Mas seria uma entidade independente do sindicato, de cunho acadêmico. #

## Falece Arnaldo da Costa Prieto, criador das NRs



PAI DAS NRs: Arnaldo da Costa Prieto.

Faleceu no dia 3 de julho aos 82 anos, de complicações cardíacas e renais, o ex-ministro do Trabalho e criador das Normas Regulamentadoras, Arnaldo da Costa Prieto. Gaúcho, de São Francisco de Paula, engenheiro civil formado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, com pós-graduação em Economia, exerceu vários cargos públicos, até chegar a ministro do

Trabalho e da Previdência Social em 1974, e ainda naquele mesmo ano, com a divisão de seu ministério em dois, assumiu a pasta Trabalho até 1979.

Em sua gestão, a Fundacentro ganhou sua estruturação definitiva e as Normas Regulamentadoras tiveram todo o seu apoio para a sua elaboração e aprovação, sendo pela primeira vez aplicada durante a construção da Usina de Itaipu, na década de 70.

Seu desejo em acompanhar de perto a realidade vivida pelos trabalhadores o levou a visitar locais em que as situações de trabalho eram as piores possíveis. No período em que atuou como ministro do Trabalho, Prieto foi ainda um incentivador dos Congressos de Prevenção de Acidentes de Trabalho, da criação dos centros regionais da Fundacentro e da sede nacional em São Paulo.

Todos os EPIs

Assistência Técnica

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

(18) 3652-9703 - Penápolis - SP

A Casa do EPI Equipamentos de Segurança e Sinalização

BIRIGUI/SP

MultSeg

(18) 3641-8015

## "Midori Atlântica" capacita brigadistas nas unidades de Alto Alegre e Barbosa

Colaboradores da "Midori Atlântica Brasil" das unidades de Alto Alegre (SP) e Barbosa (SP), receberam curso de capacitação para formação das brigadas de incêndio, conforme determina a Instrução Técnica 17 do Corpo de Bombeiros do Estado de São Paulo.

As duas Brigadas de Incêndio foram treinadas pelo Técnico de Segurança do Trabalho Dorico Gonçalves Dias, que coordenou todas as aulas teóricas e práticas.



**BARBOSA:** Antonia Bispo da Silva, Leonardo Izidoro Benati, Maria Lucia de Almeida, Robson Lucas da S. Fogaça, Liliame Ramos Alves, Gustavo Ap. Oliveira Miranda, Raquel R. A. Costa, Silvana da Silva, Elaine Pereira Gomes, Juliano D. Oliveira, Juliana C. Borges, Rafael Ruan da Silva, Vinicius Nakano.



**ALTO ALEGRE:** Eder Marcos Voltani, Pedro Vitor Leonel, Ailton Ribeiro, Reginaldo Lopes de Souza, Arlon Xavier de Prado, Joel Monteiro dos Santos, Jose Evangelista dos Santos Silva, Edilson Alves, Roney Tomas Estevan, Bruno Leonardo Suizo de Oliveira, Eder Marcos Voltani, Maria Eunice Santos da Costa, Milene da Silva Adario, Edilson Alves, Danielly da Silva Brito, Marlene da Piedade Grego, Sueli Barbosa de A. Santos.

Os colaboradores também foram treinados para atendimento de emergência e elaboração de Plano de Abandono que semestralmente a empresa realiza junto a todos os empregados das unidades.

## Afinal, quem é o bode expiatório?



O tema é recorrente: a professora chama a atenção de um aluno por causa de alguma estripulia na sala de aula e a primeira coisa que ele responde é "não fui eu". Então, a culpa da bagunça recai sobre aquele estudante que geralmente é mais ingênuo ou menos popular da turma. São em momentos como este que os bodes expiatórios costumam a aparecer.

O bode expiatório é alvo favorito dos zombeteiros e daqueles que querem fazer alguém se submeter ao ridículo, recebendo arbitrariamente as culpas pelos erros dos outros, explica o escritor e professor Ari Riboldi no livro O bode expiatório - Origem de palavras, expressões e ditados populares com nomes de animais.

O professor de Língua Portuguesa e Literatura em Porto Alegre (RS) informa que a expressão teve origem em um ritual anual da tradição judaica, chamado de Dia da Expição (Iom Kippur, em hebraico), que pode ser lido no capítulo 16 do Levítico, livro do Antigo Testamento da Bíblia.

Sacerdotes levavam dois bodes ao templo de Jerusalém para que um deles fosse escolhido, em sorteio, para ser sacrificado e queimado junto com um touro no altar dos sacrifícios. O sangue de ambos era colocado nas paredes do templo.

O outro animal, livrado do sacrifício, tornava-se o bode expiatório, que virava um símbolo de purificação e expiação dos pecados e culpas. O sacerdote colocava as mãos sobre a cabeça do bode para confessar todos os pecados de israel. Em seguida, o povo também depositava os seus erros no animal, que depois era abandonado ao relento no deserto. Dessa forma, acreditavam que se acalma o demônio e o povo ficava livre dos males cometidos.

Aqui você encontra o site que tanto procura

O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS

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

goobrasil.com.br

Extintores, Hidrantes, projetos para Bombeiro, Treinamentos e Alarme

ESGALHA

SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

ARAÇATUBA - SP

(18) 3621-9300

BIRIGUI - SP

(18) 3634-1679

(18) 9117-6952  
(18) 8129-7957

EPSEG

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

caio@vectrawork.com.br

Representante Autorizado

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

EQUIPE

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Avenida José Ferreira Batista 3445

Araçatuba - SP

## Pronatec oferece cursos gratuitos no Senac Araçatuba

Já estão abertas as inscrições para cursos gratuitos oferecidos pelo Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico e Emprego (Pronatec), no Senac Araçatuba. São 485 vagas, com cursos nas áreas de administração e negócios, iniciação em informática, marketing e vendas, saúde e bem-estar, como: Auxiliar Administrativo, Auxiliar de Faturamento, Operador de Computador, Cuidador de Idosos, Garçon Básico, Depilador, Maquiador, Manicure e Pedicure, Vendedor e Recepcionista.

Para participar, os candidatos devem ser beneficiários do Programa Bolsa Família, que integra o Plano Brasil Sem Miséria do Ministério do Desenvolvimento Social (MDS), ou trabalhadores que estejam solicitando o Seguro Desemprego por três vezes ou mais no período de dez anos, com a possibilidade da obrigatoriedade de matrícula vinculados ao Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), ou participantes do Programa Soldado Cidadão - Praças ou outros Militares que estejam na iminência de receberem baixa do Serviço Militar através do Ministério da Defesa (MD).

Os cursos são de Formação Inicial e Continuada (FIC) - a partir de 160 horas, e serão ministrados pelo Senac Araçatuba. Os interessados que atendam os pré-requisi-

tos acima, devem efetuar a pré-matricula na Secretaria de Ação Social, no Poupatempo ou no Tiro de Guerra - TG 02-010.

Todos os participantes receberão assistência estudantil, correspondente ao valor de R\$ 1,00 para cada hora/aula de estudo. Os valores serão depositados em conta corrente do inscrito na Caixa Econômica Federal.

O Pronatec é um programa de formação profissional coordenado pelo Ministério da Educação (MEC), que tem como um dos principais objetivos ampliar as possibilidades de inserção no mercado de trabalho. Com a iniciativa, o Governo Federal pretende capacitar 1,1 milhão de pessoas até o final de 2014.

**Serviço:** Inscrições para Pronatec - Beneficiários do Programa Bolsa Família. De 16 a 25 de julho de 2012 na Secretaria de Ação Social - Rua XV de Novembro, nº 170.

Inscrições para Pronatec - Beneficiários do Seguro Desemprego de 16 a 25 de julho de 2012. Inscrições: Poupatempo - Rua Tenente Alcides Theodoro Santos, nº 70, Bairro Santana.

Inscrições para Pronatec - Soldado Cidadão de 16 a 25 de julho de 2012. Inscrições: Tiro de Guerra - TG 02/010 - Rua Chiquita Fernandes, nº 1.223, Higienópolis

## Primeira foto postada na web faz 20 anos



PRIMEIRA NO WWW: Foto do grupo musical Les Horribles Cernettes foi a primeira imagem publicada na web

Por incrível que pareça, a foto das meninas do Les Horribles Cernettes, um grupo musical de comédia que surgiu no Cern, a Organização Europeia para a Pesquisa Nuclear e maior laboratório de física de partículas do mundo, é parte importante da história da internet. Há 20 anos, essa era a primeira imagem publicada na web.

A foto foi tirada pelo cientista Silvano de Gennaro em 18 de julho de 1992, no CERN Hardronic Festival, um festival de rock realizado dentro do laboratório em Genebra. Segundo o site The Telegraph, ele esperava as cantoras saírem do palco para tirar uma foto para a capa do disco do grupo. Ele pediu a elas para que se inclinassem e sorrissem e tirou a foto em sua câmera Canon EOS 650.

Em uma página no site do Cern, o cientista conta como a foto foi parar na web. "O meu colega Tim Berners-Lee pediu-me algumas fotos digitalizadas 'das meninas do Cern' para publicá-las em algum tipo de sistema de informação que ele tinha acabado de inventar, a chamado World Wide Web", escreveu. "Eu tinha apenas uma vaga ideia do que era, mas eu digitalizei algumas fotos no meu Mac e enviei por FTP para o hoje famoso 'info.cern.ch'", relembra, comemorando a autoria da primeira imagem clicada em um navegador de internet.

Uma das ex-integrantes do grupo, Colette Marx-Nielsen, hoje com 50 anos, disse para a revista americana Motherboard que as pessoas não conseguem entender a importância da foto. "As vezes eu mostro e digo 'eu estou na primeira foto da World Wide Web', mas as pessoas realmente não se importam", afirmou Colette.

A idéia nasce da pergunta

doisDI

(18) 8801-3114

(18) 8801-2115

joice@doisdi.com - luiz@doisdi.com

Misegtrab

(11) 9634-1721

(11) 2605-5952

Segurança do Trabalho, Cursos, Debates e Treinamentos

misegtrab.com.br

misegtrab@gmail.com

## 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

### PRINCIPIOS DE SEGURANÇA NO ARRANJO FÍSICO

Os princípios de segurança são válidos em qualquer situação, pois sua obediência implica a certeza de eliminar as condições inseguras no trabalho.

#### Princípio de integração

Homens, materiais e máquinas devem estar bem integrados e a instalação toda operar como uma unidade, uma "macromáquina", com todas as suas "engrenagens" bem ajustadas.

O arranjo físico será tanto mais íntegro quanto maior for a probabilidade de não ocorrer um acidente, ou seja, quando se tem a certeza de que ele minimiza as condições inseguras, sejam elas provenientes do próprio arranjo ou outra tecnologia qualquer.

Para atingir esse ponto ideal, que garante a solução ótima, sobretudo nos aspectos de segurança, deve - se estudar, minuciosamente, para o projeto do arranjo físico, cada um dos eventos que nele interferem.

#### Princípio da distância mínima

Esse princípio visa atender aos objetivos das três entidades envolvidas no processo e mais interessadas: o consumidor, o trabalhador e o empresário.

- Consumidor: deseja comprar um produto funcional de alta qualidade e a preço acessível. Para que isso aconteça, deve - se procurar evitar que a matéria prima se locomova muito de uma operação para outra, até transformar - se em produto acabado. Assim fazendo, efetua - se a redução de uma série de custos, além de aumentar a certeza de que o produto não se danificará pelo excesso de manuseio desnecessário;
- Trabalhador: a aplicação desse princípio em relação ao trabalhador diminui sensivelmente as condições inseguras geradas por manuseio de matérias primas e produtos semi - acabados ou acabados a distâncias desnecessárias;
- Empresário: o empresário tem sempre em mente minimizar suas despesas para poder maximizar os seus lucros. Quando da análise de um projeto, se os outros fatores são iguais, o melhor arranjo físico é aquele em que o produto se movimentar o menos possível. Devem - se manter apenas os movimentos indispensáveis e reduzir ao mínimo a distância entre operações subsequentes.

### TIPOS DE ARRANJO FÍSICO

São quatro os tipos básicos de arranjo físico:

- Posicional;
- Funcional;
- Linear;
- Celular.



Na próxima edição, iremos abordar e especificar os tipos de Arranjo Físicos.

#### No seu e-mail gratuitamente!

Receba edições de Norminha, toda quinta-feira em seu e-mail, gratuitamente.

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

contato@norminha.net.br



norminha.net.br

Segurança e Saúde Ocupacional  
À serviço da segurança, higiene e saúde ocupacional, meio ambiente e outros; divulgando ações de profissionais e empresas.

**Não perca esta oportunidade e faça parte da Família da SST que mais cresce no Brasil!**

### 27 de Julho: Não percam o 18º sábado de capacitação no SINTESP

O tradicional sábado de capacitação desenvolvido pelo SINTESP a título de 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, será neste dia 27 de julho.

Reserve sua vaga pelo e-mail: capacitacao@sintesp.org.br

## Santos e região discutiram em seminário técnico a NR 35; proteção das mãos e saúde da pele

Técnicos de Segurança do Trabalho e demais profissionais da SST de Santos (SP) e região, discutiram no último dia 13 de julho, em seminário técnico proteção contra quedas, proteção das mãos e saúde da pele.

O evento obteve sucesso absoluto e foi aberto pelo Presidente do SINTESP - Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no estado de São Paulo, Marco Ribeiro.

A apresentação de "Proteção Contra Quedas" ficou a cargo de Carlos Souza, que é TST, formado em alpinismo industrial, especialista na linha de equipamentos de proteção contra quedas e faz parte do elenco de profissionais da Hércules Equipamentos.

Já para discutir "Proteção das Mãos", a apresentação foi feita por Marcos Almeida, que é especialista na linha de equipamentos para proteção aos membros superiores, com três anos de serviços técnicos em soluções para proteção contra acidentes nas mãos, braços e dedos e faz parte do elenco de profissionais da Ansell Brasil.



**CAPACITAÇÃO:** Palestrantes fizeram excelentes apresentações.

O palestrante sobre "Saúde da Pele" foi Moises Tavares, especialista em soluções para saúde da pele, com 9 anos de serviços técnicos em soluções para a promoção à saúde da pele, fazendo parte do elenco de profissionais da Gojo América Latina.

No encerramento do evento ficou bem claro que os participantes tiveram um debate com excelente instruções técnicas e de grande valia às atividades de prevenção que estão sendo aplicadas em suas empresas.

O Seminário foi uma realização da Regional do SINTESP em Santos (SP), que tem na Vice-presidência Paulo Sérgio Novais.



**Público** teve participação efetiva no seminário técnico.



**CONHECIMENTO:** Seminário possibilitou atualização.



**ABERTURA:** Marco Ribeiro, Presidente do SINTESP em solenidade de abertura do Seminário Técnico em Santos (SP).



**ATUALIZAÇÃO:** proteção contra quedas, proteção das mãos e saúde da pele foram os assuntos debatidos tecnicamente no evento de Santos, promovido pela regional do SINTESP daquela região do litoral paulista.

A Casa do EPI  
Equipamentos de  
Segurança e  
Sinalização

**BIRIGUI/SP**  
**MultSeg**  
(18) 3641-8015

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

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Avenida José Ferreira Batista 3445  
Araçatuba - SP

**Misegtrab**

(11) 9634-1721  
Segurança do Trabalho,  
Cursos, Debates  
e Treinamentos

(11) 2605-5952

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

Extintores, Hidrantes,  
projetos para Bombeiro,  
Treinamentos e Alarme

**ESGALHA**  
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
ARAÇATUBA - SP  
(18) 3621-9300  
BIRIGUI - SP  
(18) 3634-1679

**TRANSEN**  
AQUECEDOR SOLAR  
CONTRATA

### AUXILIAR EM SEGURANÇA DO TRABALHO

#### Requisitos:

- Curso técnico em segurança do trabalho CONCLUÍDO;
- Não é necessário ter experiência;
- Conhecimento do pacote Office;
- Bom relacionamento interpessoal;
- Dinamismo, iniciativa e comprometimento completam o perfil da vaga.

**Horário de Trabalho:**  
07h30 às 11h30

INTERESSADOS ENVIAR O CURRÍCULO POR E-MAIL PARA O ENDEREÇO:

[seguranca@transsen.com](mailto:seguranca@transsen.com) ATÉ O DIA 23/07/12 COM O ASSUNTO: "aux.seg"

Para divulgar vagas em sua empresa basta enviar dados para:

[contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

A divulgação é gratuita

(18) 9117-6952  
(18) 8129-7957

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
[caio@vectrwork.com.br](http://caio@vectrwork.com.br)  
Representante Autorizado

### Workshop NR20 pelo Brasil

Estão programados vários Workshops sobre a NR 20 pelo Brasil e você pode aproveitar e participar no da sua região.

Serão realizados no dia 03 de agosto em Curitiba (PR); dia 30 de agosto em Salvador (BA); dia 14 de setembro em Belo Horizonte (MG) e no dia 20 de setembro em Campinas (SP).

Em todas as localidades o evento será realizado das 9 às 17h para apresentação da nova NR20, capacitação no contexto da nova NR, estratégias para implementação; análise de riscos, plano de resposta a emergências, controle de fontes de ignição e áreas classificadas e armazenamentos de envazados.

Interessados poderão obter informações detalhadas sobre os eventos pelo e-mail

[treinamento@protecaoeventos.com.br](mailto:treinamento@protecaoeventos.com.br)



Nova NR 20 é tema de Workshop em Curitiba, Salvador, Campinas e BH

### Alimentos que vão secar sua barriga



**Batata** - É verdade, esse vegetal é rico em carboidratos, mas sacia três vezes mais do que uma fatia de pão branco. Além disso, também é rica em amido resistente, que ajuda o corpo a queimar gordura.



**Pinhão** - Os pinhões ajudam a deixar o coração mais saudável e ainda reprimem os hormônios da fome e queimam gordura da barriga devido aos ácidos graxos. Um estudo apontou que trocar gorduras saturadas pelas saudáveis ajudou pessoas obesas a perderem peso sem reduzirem a ingestão de calorias ou aumentarem a prática de exercícios.



**Queijo de cabra** - Esse queijo contém ácido graxo que ajuda você a se sentir saciado. Comer uma fatia dele também vai auxiliar você a queimar mais gordura.



**Feijão branco** - Meia-xícara desse tipo de feijão possui cerca de 4 g de amido resistente, carboidrato saudável que estimula o metabolismo.

A idéia nasce da pergunta

(18) 8801-3114  
**doisDI**  
(18) 8801-2115  
[joice@doisdi.com](http://joice@doisdi.com) - [luiz@doisdi.com](http://luiz@doisdi.com)

Todos os EPIs

**MC**  
Assistência Técnica  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
(18) 3652-9703 - Penápolis - SP

Aqui você encontra o site que tanto procura

**GoBrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
[goBrasil.com.br](http://goBrasil.com.br)

Para receber edições de Norminha gratuitamente no seu e-mail basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade (estado) para: [contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

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

(18) 9117-6952  
 (18) 8129-7957  
**EPSEG**  
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
[caio@vectrowork.com.br](mailto:caio@vectrowork.com.br)  
 Representante Autorizado

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

Todos os EPIs  
  
**MC**  
 Assistência Técnica  
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
 (18) 3652-9703 - Penápolis - SP

## Sucesso absoluto no seminário que discutiu resíduos da construção civil em Rio Preto

O Sindicato da Construção Civil de Rio Preto (SP) promoveu no dia 12 de Julho o "Seminário Resíduo da Construção Civil: Soluções e Oportunidades", que foi realizado no auditório do SENAC de São José do Rio Preto, das 8 às 13 horas.

O encontro contou com o apoio da Secretaria de Meio Ambiente (SMA) daquela municipalidade, e pretende reunir gestores de municípios e de órgãos públicos, construtoras e incorporadoras, além do pessoal envolvido no transporte, reciclagem e descarte dos resíduos de construção.

No primeiro painel foi apresentadas as políticas públicas para os resíduos, com palestra de João Luiz Potenza, diretor do Centro de Projetos da Coordenadoria de Planejamento Ambiental da SMA.

Na sequência, Milton Norio Sogabe, da Cetesb, falou sobre licenciamento de aterros inertes. No mesmo painel, André Aranha Campos, coordenador do Comitê de Meio Ambiente do Sinduscon-SP (Comasp) falou sobre resolução 307 do Conama.

O engenheiro César Augusto Passarelli, presidente do Grupo Gestor do Município, falou sobre as ações que o município de São José do Rio Preto tem implantado na gestão dos resíduos da construção.

No segundo painel, foram apresentadas e discutidas iniciativas pa-



**UNIÃO:** 180 profissionais da Região de Rio Preto (SP) buscam soluções eficazes para resíduos da construção civil.



ra redução, reutilização e reciclagem. Levi Torres, coordenador da Associação Brasileira para Reciclagem de Resíduos da Construção Civil e Demolição, fez a primeira palestra. Carlos Roberto de Luca, diretor da Associação Brasileira de Drywall, falou sobre resíduos de gesso.

Os resíduos de impermeabiliza-



ção foi o tema da apresentação de Eliene Ventura Costa, integrante do Instituto Brasileiro de Impermeabilização. O painel encerrou com a apresentação do empresário Hilton Hugo da Silva Fabbri, diretor da Hugo Engenharia Ltda., apresentando a bem sucedida iniciativa de sua empresa sob o tema gestão de resíduos em canteiro de obras.

Motivação com saúde e bom humor  
**Fábio Laís**  
 Consultor, Palestrante, Hunting, Professor e Cronista  
[fabio\\_lais@hotmail.com](mailto:fabio_lais@hotmail.com)  
**Qualidade de Vida**

Amigo(a) leitor(a),

O texto da semana passada sobre Turnover rendeu muitos comentários. Muita gente reencaminhou e "retweetou". Sendo assim e conforme eu havia prometido, vamos falar mais sobre este assunto.

Porque existem tantas demissões nas organizações. Muita gente pede demissão e muita gente é demitida. Desta forma, a rotatividade de colaboradores aumenta cada vez mais, aumentando o índice que chamamos de Turnover. E quais seriam os principais fatores incidentes desse Turnover.

Levando-se em conta a realidade brasileira, onde temos empresas de diferentes negócios, tamanhos e estágios de evolução, de modo geral, os principais fatores são: instabilidade econômica; desregulamentação ou melhoria de desempenho em determinados setores; crescimento econômico e expansão internacional do mercado brasileiro; mudanças tecnológicas e de modelos de gestão; agilidade da concorrência e perda de mercado; insucesso dos negócios; ambiente e imagem organizacional; falta de diretrizes da empresa; ausência de expectativa ou falta de política e estratégias para crescimento, aprendizagem e carreira; liderança; rotina sem desafios; além de salário e falta de reconhecimento.

Um dos maiores autores sobre Gestão de Pessoas, Idalberto Chiavenato, aponta que a rotatividade "não é uma causa, mas o efeito de algumas variáveis externas e internas".

**DESMOTIVAÇÃO:** Esta é, sem dúvida, uma grande razão para a rotatividade de funcionários dentro de uma organização. Ela pode gerar demissão voluntária ou involuntária, dependendo apenas de quem vai "cansar" primeiro do desconforto gerado pela insatisfação.

Se fizéssemos um levantamento com colaboradores a respeito das causas da desmotivação no ambiente de trabalho, teríamos certamente centenas de motivos citados. A falta de reconhecimento por parte da chefia ou liderança (desinteresse pela opinião, ideias e necessidades do colaborador), a ausência de benefícios, maus tratos (falta de educação, valores e princípios) e exploração de mão de obra (trabalho em excesso e exposição a atividades insalubres) certamente estariam entre os mais votados.

Outra autora, Cecília Bergamini, diz que "o fracasso da maioria de nossas empresas não está na falta de conhecimento técnico. E, sim, na maneira de lidar com as pessoas". É bastante comum, empresários afirmarem que seus funcionários não desempenham seu trabalho com qualidade por não terem habilidade técnica. Esquecem que a origem de um trabalho desqualificado pode estar no tratamento que a direção da empresa oferece aos subordinados.

Segundo artigo de José Nilson de Melo, são 16 fatores que podem originar desmotivação no local de trabalho:

- Política da empresa - Se a política adotada pela entidade empregadora condiciona a progressão na carreira de um trabalhador, este poderá ficar desmotivado, sendo o seu esforço pessoal diminuído.
- Expectativas mal definidas - Se exigir rapidez numa determinada tarefa, não se pode, em simultâneo, exigir qualidade.
- Regras desnecessárias - É ridículo proibir atividades que não prejudicam o desempenho do trabalhador.
- Processos de trabalho mal orientados - Quando uma pessoa tem tarefas repetitivas, certamente que a desmotivação surge.
- Reuniões improdutivas - Perde-se tempo se os colaboradores são obrigados a estarem presentes em reuniões sem resultados ou se o assunto das mesmas não lhes diz respeito.
- Falta de estratégia - Quando se anda "ao sabor do vento", sem nenhuma orientação por parte de um superior, os resultados não são os melhores.
- Mudanças contínuas - Se o seu chefe passa a vida a alterar o plano de estratégia, poderá estar a contribuir para a sua impaciência e conseqüentemente a real desmotivação.
- Concorrência interna - Certas empresas gostam de "confrontar" os seus colaboradores, ou seja, criar um clima de concorrência. Este tipo de atitude tende a acabar com o espírito de equipe.
- Desonestidade - Este é um fator bastante forte para originar a desmotivação, assim como a hipocrisia.
- Retenção de informação - Quando são omitidas determinadas informações, os colaboradores sentem que lhes estão a esconder alguns fatos e entendem essa atitude como falta de confiança.
- Respostas desencorajadoras - Se são dadas negações sucessivas ou respostas desencorajadoras a um trabalhador, este poderá sentir-se inútil e deixar de ter iniciativas.
- Sub-aproveitamento - Os colaboradores podem perder a motivação se têm poucas tarefas para desempenhar ou se estas forem menos importantes que outro colaborador, que está ao seu nível.
- Desempenhos medíocres - Quando consideram que trabalhos de outros, com fraca qualidade, são valorizados, os colaboradores não se esforçam para obter um bom desempenho.
- Comodismo - Se está acomodado a um cargo, poderá deixar de fazer esforços.
- Controle excessivo - A desmotivação surge quando um colaborador é tratado como uma criança e quando todos os seus atos são controlados. Além do mais, o controle excessivo contribui para a perda do sentido de responsabilidade.
- Injustiça - A produtividade diminui drasticamente quando um colaborador considera ter sido injustiçado.

### COMO ANDA SUA EMPRESA EM RELAÇÃO A TUDO ISSO?

Comente, mande sua opinião e principalmente, compartilhe essas informações. Na próxima semana, continuarei falando sobre outros fatores que podem provocar o aumento do índice de Turnover nas Organizações.

Abraços, saúde e sucesso!

**FÁBIO R. LAIS**  
[fabio\\_lais@hotmail.com](mailto:fabio_lais@hotmail.com)  
[www.turnoverconsultoria.blogspot.com](http://www.turnoverconsultoria.blogspot.com)

## Como ser um bom cipeiro

Por Nestor Waldhelm Neto - <http://www.segurancadotrabalhonwn.com/2012/07/como-ser-um-bom-cipeiro.html>

Ser membro da CIPA é ser representante de alguém, e representar alguém nunca é fácil. Hoje estou deixando algumas dicas de como ser um bom cipeiro.

Ao longo do texto teremos uma noção de como os cipeiros devem se comportar nessa função que é importante para a gestão de segurança do trabalho, como também, para a própria segurança no ambiente de trabalho.

Tem dicas para presidentes, vice-presidentes, bem como para os membros eleitos ou indicados pelo empregador.

### Para Presidentes e Vice-Presidentes da CIPA

Seja ativo: Se você é uma pessoa passiva e foi eleito ou indicado para a CIPA (presidente ou vice) pode crer sua gestão tem tudo para dar errado! Se você quer ser bem sucedido nessa empreitada só tem uma saída, romper para uma nova etapa comportamental em sua vida, deixe a timidez e a passividade de lado, e assuma a posição de liderança que lhe foi confiada! Não tenha medo de ir além, vá com inteligência e sensatez e tudo aos poucos irá fluir como se deve.

Saiba ouvir: Para ser um bom presidente de CIPA você tem que ouvir, escutar é muito importante.

Às vezes as autoridades falam muito e ouvem pouco, isso é um erro. Quem sabe ouvir consegue ir além, consegue ver de outro ponto de vista, e o trabalho dessa pessoa tende a ficar melhor.

Então fica a dica, saiba ouvir, quem ouve mais aprende mais, e tem maiores chances de sucesso, seja de qual ramo de atuação for.

Toda vez que alguém lhe der uma dica pare, analise, e só depois tomem uma atitude, decisão ou dê seu parecer.

Não se sinta a última Coca Cola do mundo.

Frase dita por Abraham Lincoln "Se quiser por à prova o caráter de um homem, dê-lhe poder".

Na CIPA também é assim. Tem muito funcionário bom de serviço que é só ser colocado na CIPA se acha "o rei da cocada preta". Em uma das filiais da empresa tinha um funcionário que era ótimo, mais foi só ser eleito na CIPA que começou se achar maior do que os outros, quis mandar demais, se impor demais, e não deu outra, em poucos meses encabeçou uma greve que não tinha pé nem cabeça e teve que sair da empresa.

Toda pessoa que é posto em cargo de liderança como é o caso da CIPA, deveria pensar de acordo com uma frase que vi no filme do Homem Aranha, "quanto maiores são os poderes, maiores são as responsabilidades"

Saiba delegar: Quem está no comando não pode querer executar o tempo todo. Quem executa demais mostra que não está pronto para ser líder, ou seja, está na função errada!

Uma das grandes virtudes dos grandes líderes é saber delegar responsabilidades aos outros com inteligência e coerência.

Saber delegar às vezes é muito mais difícil do que executar. Quem chega em casa mais estressado, o patrão ou os empregados?

Notamos então que saber delegar tarefas não é para qualquer um. Se você quer ser um líder cipeiro de sucesso aprenda a delegar, como já vimos não é fácil, mas se outros já conseguiram, conseguirá também.

Saiba conversar: CIPA não gera remuneração então saber conversar é fundamental, saber pedir, sem exigir, saber pedir com jeito e ao mesmo tempo com a autoridade que lhe foi dada.

Ganhe o respeito: Respeito não se impõe, respeito se conquista, frase famosa e verdadeira. Não adianta falar grosso ou gritar, as pessoas só te respeitarão se merecer isso. Se tiver alguma qualidade especial, amigo, competente, exigente, correto, justo, essas são algumas características que poderão te

fazer ser respeitado e até admirado em sua empresa, e se conseguir até a CIPA caminhará melhor.

Dê feedback: Quem consegue dar respostas as pessoas envolvidas consegue extrair mais empenho e motivação das pessoas e com isso colhe mais resultados positivos.

E o contrário também é verdadeiro. Quem não responde as pessoas envolvidas não consegue motivar e não consegue resultados satisfatórios.

### Para todos os cipeiros

Trabalhe mesmo depois de eleito. Muitos cipeiros, principalmente os que adquirem estabilidade através da CIPA ficam preguiçosos depois de eleitos, isso é uma das principais causas que fizeram com que as CIPAs ficassem desacreditadas, existe verdadeiro preconceito a respeito de CIPA atualmente. A culpa é dos cipeiros preguiçosos, são uma minoria, que sujam a imagem de uma maioria, infelizmente.

Se você foi eleito ou indicado é por que alguém acreditou em você, viu algo bom em você! Que tal honrar essas pessoas sendo ainda mais aplicado no trabalho do que antes! Faça com que tenham orgulho por terem te escolhido ou indicado, seja merecedor da confiança que depositaram em você!

Esqueça a estabilidade: Trabalhe com estabilidade ou sem estabilidade, você continua sendo empregado da empresa. Lembre-se a estabilidade não foi criada para ser um bem pessoal do cipeiro, ela foi criada para apoiar o cipeiro e proteger contra possíveis represalias vindas do empregador por causa de sua função na CIPA.

Não envolva amizade com trabalho. Ter amizade é muito bom e importante. Mas, no trabalho um clima de profissionalismo é muito importante. Portanto, assuma a responsabilidade nem que para isso tenha que desagradar alguém.

Busque estar perto do SESMT.

Mantenha contato constante com o pessoal da segurança do trabalho da empresa. Eles são especialistas na dúvida, jogue e responsabilidades de decisões importantes para eles. Busque aprender com eles. Não estou dizendo que precisa depender do SESMT. A CIPA precisa ter vida própria, mas, às vezes a opinião de um especialista faz toda diferença na hora da dúvida.

Mantenha a organização: Atas de reunião em dia, Cronograma de Trabalho em ordem e bem acompanhado, reuniões realizadas na data prevista no calendário de reuniões, tudo isso contribui para uma CIPA funcionar como se deve. A palavra chave é organização, a organização cabe em qualquer lugar, e pode fazer toda diferença entre um trabalho bem sucedido ou mal sucedido.

Divulgue os resultados obtidos: A divulgação fará com que mais pessoas saibam "O que é CIPA e para que serve" e assim é provavelmente mais pessoas queiram participar em uma próxima oportunidade.

**Curso de CIPA:** Um bom curso de CIPA é o começo de uma CIPA de sucesso. Então muito cuidado na hora de escolher quem ministrará o curso, e já que estamos falando em curso da CIPA que tal cumprir as 20 horas de treinamento previstas na NR5? Isso parece muito óbvio, mas, não é! Muitas empresas fazem um curso de CIPA com menos da metade da carga exigida, e depois perguntam, por que minha Cipa não funciona?

Ora, se nem o curso foi ministrado como se deve como pode funcionar... Lembre-se, o que começa mal tende a terminar mal, então comece a CIPA com um bom curso e respeitando a carga horária do curso, por favor!

A CIPA é o lugar do trabalhador ativo então é o seu lugar, acredite nisso e sucesso! Se você não é cipeiro considere imprimir a página e levá-la para sua CIPA, se é cipeiro que tal compartilhar com os outros integrantes.

Fazer uma CIPA ativa é bom para todos, então vamos contagiar!

## Proteção térmica será tema de debate técnico em agosto

Está programado para dia 09 de agosto de 2012, no Auditório do SINTESP, Rua 24 de maio, 104, 5º andar em São Paulo (capital) das 15 às 17h00, debate Técnico para discutir "Proteção Térmica, como se proteger".

O conteúdo programático em referências normativas, riscos, novas tecnologias e solução para proteção térmica.

O mediador será João Corder, Técnico de Segurança do Trabalho, especialista na linha de equipamentos de proteção térmica, com 6 anos de serviços técnicos em soluções para proteção térmica, fazendo parte do elenco de profissionais da Hércules Equipamentos.

Interessados devem procurar por informações mais detalhadas pelo telefone (11) 3362-1104 ou pelo e-mail [eventos@sintesp.org.br](mailto:eventos@sintesp.org.br)



**SEGURANÇA:** Proteção térmica será tema de debate técnico no SINTESP. O evento é aberto a profissionais de SST e outros ligados ao setor que queiram conhecer melhor a prevenção.

## Com base nas tabelas de preços divulgadas pelas montadoras, vamos apresentar todos os carros Zero Km à venda no Brasil

São 560 modelos, do Ford KA 1.0L Flex por R\$21.240 ao Lamborghini Aventador por R\$2.800.000  
Apresentação por ordem dos valores: Parte 05 - R\$39.760 a R\$41.693 (preços tabelados em junho/2012)



**Fiat Punto Attractive 1.4 Flex**

R\$39.760  
Motor: 4 cilindros em linha  
Potência: 86 cv  
Peso: 1.101 kg  
Porta-malas: 280 l  
Velocidade máxima: 163 km/h  
Equipamentos de série: acabamento cinza na parte central do painel de instrumentos, adesivo Design Giugiaro nas portas traseiras, alertas de limite de velocidade e manutenção programada, apoios de cabeça traseiros rebaixados e com regulagem de altura, banco do motorista com regulagem de altura, bancos dianteiros com regulagem milimétrica do encosto, bolsa porta-objetos nas portas dianteiras e traseiras, bolsa porta-revistas no encosto dos bancos dianteiros, bolsas nas laterais do encosto dos bancos dianteiros (incompatíveis com side bag).



**Kia Picanto 1.0 EX Flex**

R\$39.900  
Motor: 1.0 Flex  
Potência: 80 cv  
Peso: 1.340 kg  
Porta-malas: 292 l  
Velocidade máxima: não divulgada  
Equipamentos de série: antena eletrônica no teto, ar-condicionado manual, bancos dianteiros com porta revistas nas costas, cabo para iPod, banco do motorista com regulagem de altura, rádio CD/MP3, sistema de som com 4 alto-falantes, travamento elétrico das portas, volante com regulagem de altura e controle de som, teto solar, vidros elétricos.



**Lifan 620**

R\$39.980  
Motor: 1.6 l 16V gasolina  
Potência: 106 cv  
Peso: 1.150 kg  
Porta-malas: 650 l  
Velocidade máxima: 176 km/h  
Equipamentos de série: direção hidráulica, freios ABS, duplo airbag na dianteira, ar-condicionado, CD player com MP3 e entrada USB, controle do sistema de som no volante, seis alto-falantes, antena embutida no vidro traseiro, rodas de liga leve, ajuste elétrico dos espelhos retrovisores externos, acionamento elétrico dos vidros, barras de proteção lateral, aviso de fechamento incorreto das portas, ajuste de altura no banco do motorista, volante com regulagem de altura, immobilizador eletrônico, revestimento dos bancos com couro ecológico, porta-copos dianteiros e traseiros, faróis de neblina, sensor de estacionamento, travamento central das portas e chave com telecomando.



**Renault Sandero Stepway**

R\$40.270  
Motor: 1.6 l 16 V  
Potência: 112 cv  
Peso: 1.117 kg  
Porta-malas: 320 l  
Velocidade máxima: 177 km/h  
Equipamentos de série: ar-condicionado, ar quente, banco do motorista com regulagem em altura, direção hidráulica com regulagem de altura do volante, vidros elétricos, acelerador eletrônico, bolsa tipo 'canguru' atrás do encosto dos bancos dianteiros, computador de bordo, porta-objetos, aerofólio integrado, protetor inferior do cârter, para-choque dianteiro de impulsão, rodas de liga leve aro 16", faróis de neblina, pré-disposição para som completa.



**Fiat Strada Working CD 1.4 Flex**

R\$40.560  
Motor: Motor Fire 1.4 8V Flex  
Potência: 86 cv  
Peso: 1.110 kg  
Caçamba: 580 l  
Velocidade máxima: 164 km/h  
Equipamentos de série: apoios de cabeça com regulagem de altura, controle eletrônico da aceleração, ganchos para amarração de carga na caçamba, tampa da caçamba removível com chave, protetor de caçamba, rodas de aço estampado 5.5 x 14", computador de bordo e alerta de limite de velocidade.



**Fiat 500 Cult Evo 1.4 8V**

R\$40.590  
Motor: 4 cilindros Flex  
Potência: 88 cv  
Peso: 1.061 kg  
Porta-malas: 185 l  
Velocidade máxima: 172 km/h  
Equipamentos de série: direção elétrica Dual Drive, air bag duplo, freios com ABS + EBD, ESP, Hill Holder, ESS (sinalização de frenagem de emergência), ASR, ar-condicionado, computador de bordo, My Car, trip computer A e B, rádio CD com MP3 e entrada auxiliar, seis alto-falantes, faróis dianteiros com regulagem elétrica de altura, predisposição para fixação de cadeira infantil ISOFIX, banco do motorista com easy-entry, memória e regulagem de altura, banco traseiro bipartido, retrovisores externos elétricos, função Sport, vidros e travas elétricos, chave canivete com telecomando de abertura e fechamento das portas, follow me home, comando elétrico de abertura do porta-malas e da tampa de combustível, volante com regulagem de altura, rodas de liga leve 15 polegadas.



**Fiat Strada Trekking CE 1.4 Flex**

R\$40.590  
Motor: Fire 1.4 8V Flex  
Potência: 86 cv  
Peso: 1.051 kg  
Caçamba: 800 l  
Velocidade máxima: 164 km/h  
Equipamentos de série: alertas de limite de velocidade e manutenção programada, apoios de cabeça com regulagem de altura, bancos dianteiros com regulagem milimétrica do encosto, computador de bordo, direção hidráulica faróis de neblina, ganchos para amarração de carga na caçamba, para-choque traseiro com estribos anti derrapantes, protetor de caçamba, rodas de aço estampado 5.5 x 14", suspensão elevada e com chave, volante com regulagem de altura.



**Chevrolet Agile 1.4 LTZ**

R\$41.017  
Motor: 1.4 Econo.Flex  
Potência: não divulgada  
Peso: 1.033 kg  
Porta-malas: 327 l  
Velocidade máxima: não divulgada  
Equipamentos de série: rodas de liga leve, faróis de neblina, acendimento automático dos faróis, freio ABS, direção hidráulica, computador de bordo, airbag, ar-condicionado com display digital e painel com modelo noturno.



**Volkswagen Gol G5 1.6 Rallye**

R\$40.874  
Motor: 1.6 l  
Potência: 104 cv  
Peso: 1.003 kg  
Capacidade de carga: 440 kg  
Velocidade máxima: 182 km/h  
Equipamentos de série: acionamento elétrico dos vidros dianteiro e traseiros mecânicos, alavanca do câmbio revestida em couro sintético, antena no teto, auxílio estacionamento, banco do motorista com ajuste de altura, coluna de direção com ajuste de altura e profundidade, desembaçador traseiro, direção hidráulica, farol de neblina e de longo alcance integrados, immobilizador eletrônico, rodas de liga leve de 15", sensor de estacionamento traseiro, spoiler traseiro, desembaçador do vidro traseiro.



**Nissan Versa 1.6 SL Flex**

R\$41.290  
Motor: 1.6 16 V  
Potência: 111 cv  
Peso: não divulgado  
Porta-malas: 460 l  
Velocidade máxima: 189 km/h  
Equipamentos de série: computador de bordo com funções autonomia, média de consumo e consumo instantâneo, relógio, dois odômetros parciais; conta-giros; desembaçador do vidro traseiro; direção elétrica progressiva; tampa de combustível com abertura interna; travas elétricas das portas e porta-malas com acionamento por controle remoto; alarme de advertência sonora para chave no contato e lanternas acesas; travamento automático das portas e do porta-malas com o veículo em movimento, abertura interna do porta-malas, freios ABS com distribuição eletrônica da frenagem (EBD) e assistência à frenagem, roda de liga de aro 15" com, faróis de neblina.



**Chevrolet Meriva Joy 1.4**

R\$40.310  
Motor: 1.4 Econo.Flex  
Potência: 105 cv  
Peso: 1.253 kg  
Porta-malas: 390 l  
Velocidade máxima: não divulgada  
Equipamentos de série: faróis com refletores de superfície complexa, calotas integrais, direção hidráulica, sombreiros com espelho, travas elétricas, ar-condicionado, banco do motorista com regulagem de altura e banco traseiro com encosto reclinável e bipartido.



**Volkswagen Gol G5 1.6 Power I-Motion**

R\$40.827  
Motor: 1.6 l  
Potência: 104 cv  
Peso: 973 kg  
Capacidade de carga: 440 kg  
Velocidade máxima: 192 km/h  
Equipamentos de série: bolsa para bagagem no encosto do banco dianteiro direito, câmbio automatizado de cinco marchas, display multifuncional - I-System, immobilizador eletrônico, pacote de porta-objetos, revestimento das portas laterais com tecido, tomada de 12 volts, quatro alto-falantes, vidros elétricos, antena no teto, coluna de direção com ajuste de altura e profundidade, farol de neblina, spoiler traseiro, vidro traseiro aquecível, display multifuncional - I-System.



**Volkswagen Voyage 1.6 Comfortline**

R\$40.753  
Motor: 1.6 l Flex  
Potência: 104 cv  
Peso: 1.017 kg  
Capacidade de carga: 440 kg  
Velocidade máxima: 193 km/h  
Equipamentos de série: vidros dianteiros elétricos, antena no teto, bolsa porta-objetos no verso do encosto dianteiro no lado do passageiro, coluna de direção com regulagem de altura e profundidade, direção hidráulica, farol de neblina, spoiler traseiro, vidro traseiro aquecível.



**Chevrolet Cobalt LT**

R\$41.430  
Motor: 1.4 Flex  
Potência: 102 cv  
Peso: 1.072 kg  
Porta-malas: 563 l  
Velocidade máxima: 170 km/h  
Equipamentos de série: ar-condicionado, direção hidráulica, desembaçador traseiro, chave canivete, trava elétrica das portas e porta-malas, banco do motorista com regulagem de altura, airbag duplo frontal, coluna de direção com regulagem de altura, freios ABS, vidros elétricos nas portas dianteiras e alarme antifurto.



**Volkswagen Saveiro Trooper CE 1.6**

R\$41.693  
Motor: 1.6 l Total Flex  
Potência: 104 cv  
Peso: 1.067 kg  
Capacidade de carga: 668 kg  
Velocidade máxima: 179 km/h  
Equipamentos de série: antena no teto, bagageiro no teto, coluna de direção de regulagem de altura de profundidade, direção hidráulica, ganchos para amarração de carga, farol de neblina, spoiler traseiro, I-System, bagageiro no teto.

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



**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Avenida José Ferreira Batista 3445  
Aracatuba - SP

Aqui você encontra o site que tanto procura



**Goobrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
[goobrasil.com.br](http://goobrasil.com.br)

**Local do Evento:**  
SINDUSCON  
R. Dona Veridiana, 55 - Santa Cecília

**40 Grande Comemoração dos anos de criação do SESMT**  
DIA 27 DE JULHO DE 2012

EVENTO GRATUITO

**Programação**

08:30 - Recepção e Café da Manhã ao Som de Violino

9:30 - Cerimonial

10:00 - Homenagem aos Profissionais do SESMT.

10:30 - Histórico do SESMT: passado, presente e perspectivas para o futuro do serviço.  
Apresentação: Leonídio Francisco Ribeiro Filho

11:00 - O papel dos integrantes do SESMT segundo seus representantes  
Apresentação: SINTESP - ANENT - APAEST - ABRAPHISET - ANAMT

11:30 - Palestra Motivacional: "O quê te move?"  
Maria de Lourdes Neves

12:30 - Bolo e Encerramento

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

## FUNDACENTRO também irá comemorar no Paraná

### Comemoração dos 40 anos do SESMT Serviço Especializado

**Local - Rua da Glória 175 Térreo**

**Horário 19h30min Horas**

**Data - 27 de Julho Sexta Feira**

#### Programação

Entidades Convidadas: - SINTESPAR - APES - MÉDICOS DO TRABALHO - ENFERMEIROS, Ministério do Trabalho, Ministério Público do Trabalho, Secretaria de Estado da Saúde do Estado do Paraná - CES, Centro de Saúde do Trabalhador.

Centrais Sindicais,

CLT, CENTRAL ÚNICA DOS TRABALHADORES, CENTRAL - FORÇA SINDICAL UGT- UNIÃO GERAL DOS TRABALHADORES, CTB, CENTRAL DOS TRABALHADORES DO BRASIL, CGTB, CENTRAL GERAL DOS TRABALHADORES DO BRASIL, NCS - NOVA CENTRAL SINDICAL DOS TRABALHADORES.

Após a fala dos convidados, Show Musical da Prevenção - cantores Orlando Brasil e Sílvia Ruann.

Inscrições: Enviar ficha para os e-mails: [mafalenapacifico@hotmail.com](mailto:mafalenapacifico@hotmail.com) ou [maria.madalena@fundacentro.gov.br](mailto:maria.madalena@fundacentro.gov.br)



Realização -



**Profissionais da SST participem!**

(18) 9117-6952  
(18) 8129-7957

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL  
[caio@vectrwork.com.br](http://caio@vectrwork.com.br)  
Representante Autorizado

A Casa do EPI  
Equipamentos de  
Segurança e  
Sinalização

**BIRIGUI/SP**

**MultSeg**  
(18) 3641-8015

**Misegtrab**

(11) 9634-1721  
(11) 2605-5952

Segurança do Trabalho,  
Cursos, Debates e  
Treinamentos

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

**NA PRÓXIMA EDIÇÃO:** Volkswagen Fox 1.6 Prime I-Motion; Chevrolet Montana 1.4 Sport; Volkswagen SpaceFox; Renault Symbol Privilege 1.6 16V Hi-Flex; Chevrolet Meriva Maxx 1.4 entre outros.

## NR 35 TRABALHO EM ALTURA

## Curso de atualização técnica será em SP

Será realizado em São Paulo, na sede do SINTESP (Sindicato dos Técnicos de segurança do Trabalho no estado de São Paulo), Curso de atualização técnica sobre a NR 35 (Trabalho em altura) para que os interessados possam entender a nova norma, suas exigências, objetivos e como aplicá-la em suas empresas.

Será apresentado um modelo documental de Programa para Gerenciamento dos Riscos para Trabalhos em Altura - PRGTA.

A NR 35 foi publicada em 23 de março de 2012, através da Portaria 313. A nova norma estabelece "os requisitos mínimos", que vão desde o planejamento, organização e execução da atividade, garantindo a segurança dos envolvidos direta e indiretamente.

Algumas obrigações foram definidas, tanto para o empregador como para os empregados, além de outras exigências importantes, de origem técnica, onde uma parte delas entra em vigor após setembro de 2012 e o restante após março de 2013.

Vale lembrar que, em breve, "o descumprimento de grande parte dessas exigências acarreta em multas pesadas às empresas".

O objetivo desse curso é capacitar os profissionais técnicos para a implementação adequadamente da norma, mediante apresentação dos requisitos desta, discussão dos principais pontos polêmicos, análise da aplicabilidade em determinados segmentos de trabalho e estratégias viáveis para desenvolvimento das exigências legais, além dos aspectos relacionados a proteção e capacitação dos trabalhadores autorizados.

A capacitação vai atingir técnicos e engenheiros de segurança do trabalho, demais profissionais do SESMT, estudantes da área, profissionais de manutenção e outras áreas que trabalham em altura.

O curso será de 25 a 27 de julho, das 09 às 18h00, envolvendo parte teórica e prática. A parte teórica será realizada na sede do SINTESP, Rua 24 de maio, 104, 5º andar e a prática na empresa ABPA, Praça da República, 473.

O instrutor do curso será Jorge Gimenez Berrueto, TST com 30 anos de experiência no mercado; advogado com especialização em direito trabalhista, previdenciário, ambiental e perícias judiciais, entre outras atividades que as credenciam para mediar as informações e capacitação dos participantes.

Interessados devem buscar informações detalhadas sobre o curso pelo telefone (11) 3362-1104 ramal 22/38 ou pelo e-mail [treinamento@sintesp.org.br](mailto:treinamento@sintesp.org.br)



**CAPACITAÇÃO:** Curso proporcionará aos participantes conhecimentos e técnicas para gerenciar os riscos para trabalho em altura.

É necessário manter o controle das ações e respeitar os prazos pela prevenção.

## Cadeiras ergonômicas chegam ao setor de costura

Cerca de 80 mil trabalhadores do setor de confecções das cidades de São Paulo e Osasco receberão cadeiras ergonômicas. As características foram especificadas por laudo elaborado pela Fundacentro. A medida consta em cláusula da Convenção Coletiva de Trabalho negociada entre o Sindicato das Costureiras de São Paulo e Osasco e três sindicatos patronais: Sindicato da Indústria do Vestuário Masculino no Estado de São Paulo, Sindicato da Indústria do Vestuário Feminino e Infante-Juvenil de São Paulo e Região, e Sindicato da Indústria de Camisas para Homem e Roupas Brancas de São Paulo.

Sete mil empresas terão prazo de um ano para cumprir o acordo, a contar da data da assinatura, 27 de junho de 2012.

"Foi uma conquista tripartite. Nossa ideia é que as empresas do setor se unam em grupos para comprar as cadeiras de um mesmo fabricante, para que o custo seja menor", conta Ricardo Serrano, pesquisador da Fundacentro.

A descrição técnica das cadeiras ergonômicas deve ser criteriosamente embasada no laudo da Fundacentro. "Há exigências como a qualidade da matéria-prima empregada na confecção do produto. A empresa também deve exigir dos fabricantes laudos técnicos em conformidade com as normas da ABNT como o de impacto e o de densidade de espuma", acrescenta Serrano.

A troca de cadeiras se inspirou em ação realizada nas indústrias do setor de calçados em Birigui/SP. Nessa cidade, a negociação envolveu 256 empresas e 22 mil trabalhadores. "A experiência de Birigui mostra que o afastamento por dores na coluna passou de primeiro lugar para quinto após a implantação das cadeiras", garante a presidente do Sindicato dos Trabalhadores na Indústria de Calçados de Birigui, Milene Rodrigues.

"Os resultados já obtidos com o uso dessa cadeira mostram claramente a importância da inovação para o campo da Segurança e Saúde no Trabalho", completa o presidente da Fundacentro, Eduardo de Azeredo Costa.



**ERGONOMICO:** Conquista é cláusula de Convenção Coletiva em São Paulo e Osasco.

O presidente da Fundacentro avalia que a introdução de cadeiras ergonômicas trouxe ganhos para todos. Os trabalhadores tiveram redução importante do adoecimento e de dores resultantes de lesões osteomusculares. O aumento em produtividade ainda possibilitou aumento salarial nas negociações de dissídios subsequentes. "Para os empresários, houve diminuição dos afastamentos com aumento da produtividade, o que levou à maior competitividade e ao aumento de vendas. Para o Governo, aumentou a arrecadação e diminuiu o gasto da previdência e com atenção médica", conclui Costa.

Os empregadores também perceberam as melhorias. "Tivemos uma evolução. Após a implantação das cadeiras ergonômicas, os trabalhadores trabalham muito mais satisfeitos, têm mais saúde e rendem mais", avalia o vice-presidente do Sindicato das Indústrias dos Calçados e Vestuários de Birigui, Wagner Aécio Poli.

Além da especificação das cadeiras ergonômicas, a Fundacentro desenvolveu inovações como tampo, pedal, mesas auxiliares e iluminação de LED para máquinas de costura. "Todos os protótipos foram testados em situações reais de trabalho na linha de produção. O trabalhador valida a ação realizada", diz Ricardo Serrano.

A empresa em que Wagner Poli é diretor, Pé com Pé Calçados, abriu

espaço para a realização de testes com os protótipos desenvolvidos pela Fundacentro. "A maneira como tudo foi construído é muito positiva, pois levou em conta as opiniões de todas as partes. Não foi algo imposto, estamos abertos a melhorias", explica Poli.

Toda a ação realizada pela Fundacentro segue princípios ergonômicos. "Na ergonomia, você tem que observar muito como o trabalhador trabalha", afirma Serrano. "As soluções são trazidas pelos trabalhadores. Observamos o posto de trabalho para chegar à resolução dos problemas."

## Ampliação

Todo esse trabalho começou em 2002, quando o Sindicato dos Trabalhadores na Indústria de Calçados de Birigui procurou a Fundacentro para que realizasse uma análise ergonômica. Ricardo Serrano produziu um laudo ergonômico sobre o posto de trabalho. "Isso foi importante porque as empresas adotaram o laudo da Fundacentro", avalia Milene Rodrigues.

O trabalho realizado ganhou proporção nacional por meio da Conacovest - Confederação Nacional dos Trabalhadores nas Indústrias do Setor Têxtil, Vestuário, Couro e Calçados, que se tornou parceira da Fundacentro para ampliar a ação.

Fonte: [www.fundacentro.gov.br](http://www.fundacentro.gov.br)

## NR 35, uma nova gestão no cuidar das pessoas que trabalham em altura no Brasil

Por Eli Almeida - Campina Grande/PB

Um ganho importante para o trabalhador brasileiro, o Ministério do Trabalho e Emprego, após estudos das necessidades de ampliação das medidas de prevenção contra quedas, aprovou a Norma Regulamentadora 35 que trata do trabalho em altura. O texto da NR 35 foi aprovado no dia, 23 de março de 2012 e publicada no Diário Oficial da União em 27 de março.

A NR do trabalho em altura está sendo considerado por profissionais de segurança do trabalho como uma ferramenta fundamental na gestão de acidentes com quedas. Antes os profissionais se limitavam apenas a alguns itens da NR 18.

Não ganha apenas as pessoas que trabalham em altura. O setor de segurança ocupacional também adquiriu, sem dúvida alguma, uma excelente ferramenta de controle, tanto para as pessoas, quanto para

seus postos de trabalho, neste caso, atividades realizadas em altura.

É um salto, bastante grande, que damos na prevenção dos trabalhadores, na maneira de cuidar das pessoas neste segmento ocupacional. O mundo do trabalho evoluiu, não poderíamos permanecer com uma Norma Regulamentadora arcaica, caso da NR 18, que tratava resumidamente esta problemática.

Podemos definir que a NR 35 é um início de um novo jeito de se fazer gestão de segurança e saúde ocupacional no Brasil. Esperamos que de agora em diante, nós profissionais de segurança do trabalho, empresários, trabalhadores e governo conseguimos mudar o rumo da história de lesões sérias e até fatais em atividades executadas em altura em nosso país.

## 15 de julho, Dia do homem: saiba como prevenir o câncer de próstata

Por: DANIELLE BARG <http://vidaeestilo.terra.com.br/homem/dia-do-homem-saiba-como-prevenir-o-cancer-de-prostata.8c5d326795688310VgnVCM500009ccbe0aRCRD.html>

Quando se fala a combinação de palavras "toque" e "retal", muitos homens fazem até careta com medo da possível experiência incômoda que o tal exame que ajuda a diagnosticar o câncer da próstata pode trazer. Mas, neste Dia do Homem, comemorado em 15 de julho, vale reforçar a importância de cuidar da saúde antes que a doença chegue.

As estimativas mostram que 60 mil casos novos de câncer de próstata surgem no Brasil por ano, mas, para o chefe de Oncologia Clínica do Centro Avançado de Oncologia do Hospital São José, Fernando Maluf, o número pode ser ainda maior. "Existem dados que mostram que um em cada seis brasileiros tem ou terá câncer de próstata ao longo da vida, mas este número pode ainda estar abaixo do real", observa.

Segundo ele, o índice é alto e se equipara com alguns países da Europa e com os Estados Unidos, provavelmente em decorrência dos hábitos alimentares. "Já foi feita a relação da incidência da doença com dietas ricas em gordura de carne vermelha. Por outro lado, dietas compostas por vegetais e alimentos ricos em licopeno, como o tomate, são preventivas", reforça Maluf.

O especialista ressalta que homem vive em média sete anos menos do que a mulher, o que pode ser explicado pela dificuldade de procurar um médico quando não estão com problemas de saúde, apenas por rotina. Por isso, o oncologista desmistifica o monstro que vive na cabeça de muitos homens com relação à esta experiência. "O toque retal dura apenas segundos. É um exame simples, praticamente indolor e muito pouco incômodo, feito com anestésico local. Na nossa visão médica, o medo é muito desproporcional em relação ao exame", pontua.

De acordo com Ricardo Caponero, oncologista da Clínica de Oncologia Médica, a observação de sinais e sintomas deve existir sempre, independente da idade. "Crianças devem ser avaliadas em relação a sangramentos, manchas roxas (equimoses) e alteração na coloração da pupila dos olhos. Nos adultos, a observação de sintomas continua sendo importante, sem nenhum exame sendo necessário até o início da atividade sexual". Confirma abaixo mais informações sobre a doença e saiba como identificá-la precocemente, preservando uma vida com saúde e qualidade.

## Detecção e sintomas

A importância da prevenção deste tipo de problema mora justamente na dificuldade de detecção - segundo os especialistas ouvidos, o início da doença é totalmente assintomático.

Os primeiros sinais começam a aparecer quando a doença já está avançada ou com metástases nos ossos, causando dor, segundo Caponero. "Eventualmente pode ser observada a presença de sangue no sêmen", ressalta. Outros sintomas comuns são a dificuldade em urinar, sangue na urina, obstrução renal e aumento no número de micções.

De acordo com Maluf, o termo "prevenção" não é o mais adequado no caso do câncer de próstata, e sim, "rastreamento", pois os exames ajudam a diagnosticar o problema e não prevenir. Daí a importância do acompanhamento: caso a doença seja identificada em estágio inicial e aliada ao tratamento adequado, as chances de cura são de quase 100% dos casos.

Os dois exames geralmente realizados no rastreamento são o toque retal e o PSA, recomendados anualmente ou a cada dois anos para homens a partir de 50 anos e a partir dos 40 para quem tem histó-

co familiar da doença ou negros, que, segundo Maluf "têm um câncerc com características mais agressivas do que os brancos". Segundo os especialistas ouvidos, são raros os casos antes dos 50 anos, e incidência maior acontece entre 60 a 65 anos.

## Exame de toque, um tabu

Ambos os especialistas reiteram a importância e eficácia do exame de toque. "O exame de toque retal é importante e não deve ser abandonado a despeito do PSA, pois eles são complementares".

Caponero explica que ele pode ser feito na posição ginecológica, com o paciente deitado de lado com as pernas flexionadas sobre o tórax, ou, o que é mais apropriado, com o paciente com joelhos e cotovelos apoiados na mesa de exame. "Utiliza-se um lubrificante ou anestésico local e o médico introduz o dedo indicador através do ânus e avalia a próstata em busca de alterações de volume, simetria ou consistência".

Embora pareça muito inconveniente, o oncologista afirma que o desconforto físico não é tão acentuado, "uma vez que as fezes normais têm espessura maior do que a de um dedo indicador". E acrescenta: "o desconforto é mais psicológi-

co e, por isso, para aliviá-lo, o mais importante é uma conversa franca sobre a importância e real necessidade do exame".

## Tratamentos e chances de cura

O tratamento para este tipo de câncer vai depender da idade do paciente, segundo explica Caponero. Além disso, são considerados aspectos como qualidade de vida e agressividade da doença. Os especialistas são unânimes em afirmar que as chances de cura estão completamente relacionadas ao diagnóstico precoce. Para os casos mais leves, o único tratamento indicado é a observação vigilante. "Em alguns casos, a doença é tão indolente que talvez consigamos postergar o tratamento", explica Maluf.

Já os casos localizados são tratados por meio de cirurgia ou radioterapia e, por fim, os casos de doença mais avançada, quando ela evolui para o corpo e para os ossos, a orientação são os tratamentos hormonais. "Eles visam diminuir a produção de testosterona, que é o hormônio que alimenta o câncer".

**Vida sexual:** Com relação à ereção, pode haver a diminuição de 30% a 50%, ou a perda total em casos mais raros. "Mas vale lembrar que existem estratégias para tratar a disfunção sexual".

A idéia nasce da pergunta



(18) 9117-6952  
(18) 8129-7957



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



Extintores, Hidrantes, projetos para Bombeiro, Treinamentos e Alarme



Aqui você encontra o site que tanto procura



Todos os EPis



Misegtrab



A Casa do EPI Equipamentos de Segurança e Sinalização

