



Serviço Público Federal  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense  
Pró-Reitoria de Ensino

<b>DISCIPLINA:</b> Higiene, Segurança do Trabalho, Legislação e Normas	
<b>Vigência:</b> a partir de 2020/1	<b>Período letivo:</b> 4º ano
<b>Carga horária total:</b> 60h	<b>Código:</b>
<b>Ementa:</b> Interpretação das normas e procedimentos de segurança, dentro da ética trabalhista. Desenvolvimento de conhecimentos práticos sobre as normas que regem a segurança do trabalho. Introdução à higiene de trabalho. Definição dos riscos ocupacionais e dos acidentes de trabalho. Avaliação dos causadores de prejuízo à saúde dentro dos ambientes de trabalho. Levantamento de condições de higiene e segurança do trabalho em uma organização produtiva. Discussão de métodos utilizados para avaliação de condições de trabalho e de prevenção individual e coletiva.	

## Conteúdos

### UNIDADE I - Medidas de Proteção Coletiva

- 1.1 Proteção de máquinas
- 1.2 Proteção individual e coletiva
- 1.3 Sinalização de segurança: cores (Norma Regulamentadora 26)
- 1.4 Segurança no trânsito/ sinalização do trânsito

### UNIDADE II – Doenças Ocupacionais, CIPA e SESMT

- 2.1 Doenças Ocupacionais
- 2.2 CIPA - Comissão Interna de Prevenção de Acidentes
- 2.3 SESMT - Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho

### UNIDADE III - Segurança nos Trabalhos com Eletrônica e Eletricidade (Norma Regulamentadora 10)

- 3.1 Causas de acidentes de eletricidade atmosféricas, estáticas, dinâmicas.
- 3.2 Consequências
- 3.3 Medidas de proteção

### UNIDADE IV - Prevenção e Combate ao Incêndio

- 4.1 Definição de fogo / triângulo de fogo
- 4.2 Propagação do fogo
- 4.3 Pontos de combustibilidades
- 4.4 Técnicas de extinção
- 4.5 Agentes extintores
- 4.6 Extintores portáteis
- 4.7 Brigada de Incêndio
- 4.8 Plano de Abandono
- 4.9 Plano de Prevenção de Incêndio

### UNIDADE V - Primeiros Socorros

- 5.1 Caixa de primeiros socorros
- 5.2 Parada cardíaco-respiratória



Serviço Público Federal  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense  
Pró-Reitoria de Ensino

- 5.3 RCP
- 5.4 Queimaduras
- 5.5 Transporte de acidentados
- 5.6 Fraturas, entorses e luxações

### **Bibliografia básica**

BARSANO, Paulo Roberto. **Segurança do Trabalho** - Guia Prático e Didático. São Paulo: Érica, 2012.  
CAMPANHOLE, Hilfo Lobo. **Consolidação das Leis e Trabalho e Legislação**. São Paulo: Atlas, 1998.  
SANTOS JUNIOR, Joubert Rodrigues dos. **NR-10 - Segurança em Eletricidade - Uma Visão Prática**. São Paulo: Érica, 2013.

### **Bibliografia complementar**

GONÇALVES, Eduardo Abreu. **Segurança no Trabalho em 1.200 perguntas e Respostas**. 2. ed. São Paulo: LTR, 1998.  
PAOLESCHI, Bruno. **CIPA - Guia Prático de Segurança do Trabalho**. São Paulo: Érica, 2009.  
PIAZA, Fábio de Toledo. **Informações Básicas sobre Segurança e Saúde no Trabalho**. São Paulo: CIPA, 1997.  
CAMILLO JR, A. B. **Manual de Proteção e Combate a incêndios**. Editora SENAC, 6. ed. 2006.  
BRASIL. Lei nº 13.425, de 30 de março de 2017. **Estabelece diretrizes gerais sobre medidas de prevenção e combate a incêndio e a desastres em estabelecimentos, edificações e áreas de reunião de público**; altera as Leis nos 8.078, de 11 de setembro de 1990, e 10.406, de 10 de janeiro de 2002 - Código Civil; e dá outras providências. Diário Oficial União, Poder Legislativo, DF, 31 mar. 2017. Seção 1, p. 1.  
Saliba, Tuffi Messias. **Curso básico de segurança e higiene ocupacional** / Tuffi Messias Saliba; colaboradora Maria Beatriz de Freitas Lanza. 8. ed. São Paulo: LTr, 2018.