

Dicas de Segurança

Dicas úteis para prevenção de incêndios e situações de pânico

Prevenção contra incêndios e pânico

- Procure conhecer as condições de segurança do seu local de trabalho e moradia;
- Não se esqueça de verificar a posição de todas as saídas. É importante também conhecer o funcionamento dos extintores e equipamentos de combate a incêndios e conservá-los sempre em condições de utilização;
- Quando se hospedar em algum hotel, ir ao cinema ou boates, procure identificar as saídas de emergência e a localização dos equipamentos de proteção. Preocupe-se com sua segurança;
- As portas corta-fogo dos edifícios servem para evitar a entrada de fumaça e calor na escada. Não as fixe com calços ou outros materiais;
- Não coloque materiais combustíveis ou inflamáveis dentro das escadas;
- Não utilize volume de carga elétrica superior a capacidade instalada. Evite o uso de benjamins (os conhecidos "T"s) sobrecarregando uma única tomada;
- Fios descobertos sem isolamento causam curtos-circuitos;
- Não use tomadas defeituosas e nem faça ligações elétricas improvisadas ("gambiarras"). Fusíveis quando queimam é sinal de que algo está com defeito. Nunca os substitua por arame ou moeda;
- Não faça ligações diretas, nem reforce fusíveis. Faça, periodicamente, revisão das instalações elétricas;
- Desligue a chave geral de luz ao sair para viajar ou quando a residência for ficar muito tempo desabitada;
- Sempre desligue o ferro ao afastar-se do local onde estiver passando roupas;
- Lembre-se: **criança + fósforo = queimaduras + incêndio**. Crianças não devem brincar com fósforos, líquidos inflamáveis, velas ou outros objetos que possam provocar fogo. Nunca deixe crianças sozinhas trancadas em casa;
- Evite o acúmulo de material inservível ou perigoso: papel, madeira, tintas, plásticos, etc;
- Cuidado com álcool, gasolina, removedores, ceras e aerossóis;
- Mantenha-os longe de fontes de calor e do alcance de crianças;
- Não ascenda velas encima de objetos combustíveis;
- Não jogue cigarros ou fósforos no assoalho, cestos de papéis, jardins ou pela janela. Evite fumar na cama antes de dormir;
- Apague completamente os cigarros jogados na lixeira;
- Ao sentir cheiro de gás de cozinha (GLP), não risque fósforos, nem ascenda a luz. Você poderá causar uma explosão. Abra imediatamente todas as portas e janelas para ventilar o ambiente e procure o local de vazamento, passando espuma de sabão. Nunca procure vazamentos com um fósforo;
- Após utilizar o fogão verifique se os registros de gás estão fechados;
- Não instale cortinas, panos de prato ou outros materiais que possam pegar fogo próximos ao fogão;
- Ao sair de casa, nunca deixe panelas no fogo e feche o registro de gás;

- Ao utilizar o forno, primeiro acenda o fósforo, abra a tampa e em seguida ligue o gás;
- Instale seu botijão de gás fora da cozinha, em local ventilado e com mangueira adequada (em PVC transparente com **tarja amarela** e com gravação **NBR 8613** e **prazo de validade**);
- Não solte balões, pois poderá provocar uma grande incêndio;
- Dê passagem ao Bombeiro, a emergência pode ser sua residência.

Praias, Rios e Lagoas

- Cuidado com os excessos de comida e bebida, jamais caia na água com o estômago cheio;
- Olho nas crianças! Se elas se perderem dos pais, o guarda-vida terá de dividir sua atenção;
- Dê atenção para as placas e avisos de locais perigosos para o banho, muitas pessoas já pagaram com a vida por esse pouco caso;
- Não se exponha ao sol por muito tempo. Fique debaixo do guarda-sol e molhe-se de vez em quando. Beba muita água;
- Se for socorrer alguém, leve sempre um material flutuante e grite por ajuda;
- Se você perceber que vai se afogar, ou se não estiver se sentindo bem, não fique com vergonha: **Grite por socorro!**
- Não fique na praia, rio ou lagoa quando houver trovoadas e raios, é muito perigoso;
- Lembre-se que o mar tem maré baixa e maré alta. O lugar que antes era raso pode ficar fundo rapidamente;
- Quando estiver nadando, não lute contra a correnteza. Nade cortando na diagonal;
- Não siga os que se dizem grandes nadadores. O mar já levou a vida de muitos deles. Cada um na sua!
- Pratique esportes no horário e local permitidos;
- Preserve a natureza! Coloque o lixo em sacos e jogue-o nos lugares certos. Não polua!

Fonte: <http://www.cb.es.gov.br/modules/multimenu/view.php?menuid=06&contentid=7>

Dicas seguras para

A utilização do seu fogão e botijão de gás.

A cada dois anos, seu fogão deve ser regulado e revisado, a fim de sanar qualquer defeito que ponha em risco sua segurança;

Quando não estiver utilizando o fogão, mantenha o registro geral de gás fechado;

Na instalação de botijão, utilize somente mangueira de plástico transparente com tarja amarela, contendo a gravação da NBR 8613 e o seu prazo de validade. O regulador também deverá possuir a gravação NBR;

Só compre botijões com seu lacre de garantia de peso e característica do gás. Certifique-se que o lacre não esteja violado. Nunca aceite botijões danificados;
Todo botijão de gás em uso deve, preferencialmente, ficar do lado de fora da casa. Caso não seja possível, deverá ficar em local aberto e ventilado. Nunca coloque o botijão em compartimento fechado, como armário da pia;
O gás é odorizado intencionalmente, para que seja acusada a ocorrência de vazamentos. Utilize sempre espuma de sabão para detectar vazamentos; e cuide para que em casa com criança, as panelas fiquem com as asas escondidas, para evitar que a curiosidade delas provoque acidentes.

Fonte: http://www.puc-rio.br/parcerias/cipa/saud_lar.html

****Dicas de Segurança – Uso de EPI's

Obrigações do Empregador

Cabe ao empregador cumprir as seguintes disposições legais contidas no item 6.6.1 – NR-06-EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL EPI, da Portaria 3214, do MTE.

1. Adquirir o adequado ao risco de cada atividade;
2. Exigir seu uso
3. Fornecer ao trabalhador somente o aprovado pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho
4. Orientar e treinar o trabalhador sobre o uso adequado, guarda e conservação
5. Substituir imediatamente, quando danificado ou extraviado
6. Responsabilizar-se pela higienização e manutenção periódica
7. Comunicar ao MTE qualquer irregularidade observada.

• Comentários

Antes de realizar a doação dos EPI's, o empregador deverá criar medidas de proteção coletiva que possam eliminar ou neutralizar as ações dos riscos ou agentes ambientais presentes nos ambientes de trabalho.

Ao empregador caberá comprovar a inviabilidade técnica que justifique a opção pelo EPI.

Caberá ao empregador criar um documento, normalmente denominado de "*Termo de Responsabilidade*", para que o empregado assine no ato do recebimento do EPI e durante as reposições necessárias no período em que permanecer na Empresa.

Este documento, deverá conter no mínimo: nome do empregado, data de admissão, registro, discriminação do EPI (modelo, marca, CA, entre outros).

O **Treinamento** pode ser realizado no ato da entrega ou em situações à serem definidas pelo empregador, e para tanto, o treinamento deverá ser registrado em formulário específico.

Na higienização deverá o empregador garantir meios para realizá-la periodicamente.

» Obrigações do Empregado

1. Usar apenas para finalidade à que se destina;
2. Responsabilizar-se pela guarda e conservação
3. Comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para o uso
4. Cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado

• Comentários

Caso o empregado, sem uma razão técnica justificável, insista em não cumprir os requisitos de segurança, complementado pelas normas internas da empresa, poderá ser advertido e até mesmo dispensado por justa causa.

O empregado deverá assinar o 'Termo de Responsabilidade', elaborado pelo empregador, documento contido na ficha de controle de entrega do EPI, onde reconhece o recebimento e declara a sua responsabilidade no que diz respeito à guarda e conservação do mesmo.

Cabe ao empregado, usuário do EPI, requisitar sua substituição sempre que ocorrer uma eventualidade que impossibilite seu uso.

A administração moderna, prevê a participação do empregado na escolha do EPI que proporcione maior conforto, desde que esteja tecnicamente adequada aos riscos.

Fonte: <http://www.ocupacional.com.br/seguranca.php>

Prevenção de Acidentes com Produtos Tóxicos

PREVENÇÃO DE ACIDENTES COM PRODUTOS TÓXICOS

A manipulação, o armazenamento e o descarte inadequados dos produtos químicos podem prejudicar sua saúde e o meio ambiente.



É importante lembrar que todas as substâncias podem causar intoxicações!

O que os produtos químicos podem causar?

- danos à saúde
- danos ao ambiente
- incêndios e explosões

**SE O PRODUTO QUÍMICO FOR
MANIPULADO COM SEGURANÇA, NÃO
HAVERÁ RISCO A SUA SAÚDE!
PREVINA-SE!**



Como um produto químico ingressa no seu corpo?

- Ao respirar ar contaminado.
- Ao ingerir ou beber produtos contaminados.
- Ao derramar sobre a pele produtos químicos.
- Ao tocar algo contaminado pelo produto.

Como prevenir acidentes químicos?

- Obedeça as normas de segurança.
- Informe-se sobre os riscos do produto que você está utilizando, lendo previamente sua ficha de segurança (deve ser fornecida pelo fabricante).
- Utilize os equipamentos de proteção individual recomendados.
- Transporte os produtos com segurança.
- Manuseie adequadamente produtos perigosos.
- Organize o local de trabalho, evitando deslocamentos desnecessários.
- Facilite a circulação do local.
- Mantenha a limpeza: defina procedimentos adequados de controle de derramamento e descarte. **Recolha imediatamente todos os produtos derramados, mesmo pequenas quantidades!**
- Armazene os produtos químicos em local apropriado e seguro. **Não armazene juntos materiais incompatíveis!**
- Mantenha o menor estoque possível.
- Identifique corretamente os produtos, utilizando rótulos com linguagem clara e símbolos indicativos dos principais danos possíveis.
- Em todos os locais onde houver produtos químicos perigosos, coloque sinais e avisos visíveis e compreensíveis.
- Diminua ao máximo a duração de atividades que liberem produtos para o ambiente.
- Reduza ao máximo o uso de chamas vivas.
- Equipe o laboratório com sistema de ventilação geral e localizada (capelas) e equipamentos de emergência. Realize sua manutenção periódica.
- Trabalhe nas capelas sempre que manipular produtos voláteis ou que liberem gases tóxicos.
- Remova reativos e resíduos assim que terminar uma atividade.
- Defina o descarte dos resíduos. Eles devem ser identificados e acondicionados de forma apropriada. **Diminua o uso de produtos, visando reduzir a geração de resíduos!**

Como proceder no caso de derramamento de líquidos?

Medidas gerais: Efetue rapidamente sua neutralização, adsorção e eliminação, evitando sua evaporação. Utilize equipamentos de proteção individual, como máscaras, luvas e avental, de acordo com as características do produto (consulte a ficha de segurança do produto).

- **Líquidos inflamáveis:** adsorva com carvão ativado ou outros adsorventes específicos. Nunca use serragem ou outros produtos inflamáveis
- **Ácidos:** adsorva o mais rápido possível, pois tanto o contato direto, como os vapores gerados, podem causar danos às pessoas, instalações e equipamentos. Caso não disponha de produtos comerciais adsorventes-neutralizadores,

neutralize com bicarbonato de sódio e, a seguir, lave abundantemente a superfície com água e detergente.

- **Álcalis:** caso não disponha de produtos adsorventes-neutralizadores comerciais, neutralize com água com pH ligeiramente ácido. A seguir, lave abundantemente a superfície com água e detergente.
- Outros líquidos podem ser adsorvidos com serragem.
- **Mercúrio:** espalhe enxofre sobre o local ou recolha por aspiração com pipeta Pasteur, guardando o metal recolhido em recipiente hermeticamente fechado. É importante recuperar o mercúrio derramado ou neutralizá-lo, para evitar que se torne uma fonte de contaminação permanente.
- **Lembre sempre da possibilidade de geração de gases e vapores tóxicos ou inflamáveis!**
- O produto recolhido por adsorção deve ser considerado resíduo e eliminado segundo procedimento estabelecido pelo laboratório.

Como proceder no caso de acidente com possibilidade de contaminação do ar?

A atmosfera pode ser contaminada pelo derramamento de um reativo, vazamento de um gás, etc.

Se a contaminação for pequena:

- abra todas as janelas
- ligue as capelas, com abertura total

Se a contaminação for importante:

- evacue o local
- desligue todos os aparelhos com chama
- abra as janelas
- chame o serviço de emergência

- **No caso de contaminação da pele e olhos:** Lave o local abundantemente com água, durante 10 a 15 minutos. Retire a roupa e objetos atingidos pelo produto. Não tente neutralizar. Procure o serviço médico o mais rápido possível, levando o rótulo ou ficha de segurança do produto.
- **Caso ocorram tonturas ou perda de consciência:** proteja-se com máscara antes de aproximar-se da vítima. Transfira o acidentado a um local seguro e ventilado, afrouxe a roupa e tudo que puder oprimi-lo e deixe-o recostado sobre o lado esquerdo. Chame o serviço médico.

Fonte: Instituto de Toxicologia - PUCRS