



## HIGIENE, SAÚDE E SEGURANÇA - 1ª SÉRIE

### OBJETIVOS

Garantir conhecimentos necessários para os estudantes quanto às medidas de higiene, de proteção à saúde e segurança no trabalho. Promover a identificação e avaliação de perigos, riscos potenciais e causas originárias de incêndio e as formas adequadas de combate ao fogo; bem como conhecimento de medidas de proteção do meio ambiente, de legislações e normas de segurança e dos elementos básicos de prevenção a acidentes no trabalho, à exposição a riscos inerentes a algumas profissões e ações de prevenção e primeiros socorros

### EMENTA

- Evolução da segurança e medicina do trabalho.
- Acidentes de trabalho.
- Causas e consequências dos acidentes de trabalho.
- Estatísticas dos acidentes.
- Noções de Legislação Acidentária.
- Riscos ambientais.
- Equipamentos de proteção individual e coletiva e sistemas de proteção.
- Normas regulamentadoras específicas.
- Prevenção e combate a incêndios.
- Noções de ergonomia.
- Primeiros socorros.
- Estudo do ambiente de trabalho e aplicações específicas.

COMPETÊNCIAS:	HABILIDADES:	BASE TECNOLÓGICA:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Aplicar os conhecimentos gerais de higiene e segurança no trabalho na prática profissional de modo a garantir a saúde física, mental e emocional do trabalhador.</li><li>• Promover o respeito às relações sociais e políticas.</li><li>• Planejar, gerir e coordenar os processos produtivos do mundo do trabalho com sustentabilidade.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer o histórico da segurança do trabalho.</li><li>• Interpretar, analisar e contextualizar normas regulamentadoras –Legislação.</li><li>• Prevenir acidentes característicos.</li><li>• Conhecer e aplicar os conhecimentos gerais sobre prevenção e combate a incêndios.</li><li>• Avaliar riscos ambientais e profissionais.</li><li>• Utilizar as noções gerais de higiene do trabalho.</li></ul>	<p><b>Introdução à Higiene e Segurança no Trabalho</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Histórico da segurança e medicina do trabalho.</li><li>• Conceitos de Higiene e Segurança.</li></ul> <p><b>Proteção contra acidentes de trabalho</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Definições de acidente de trabalho.</li><li>• Causas de Acidentes.</li><li>• Estatísticas de Acidentes.</li><li>• Riscos ambientais e medidas de proteção contra acidentes.</li></ul> <p><b>Noções de Legislação rela-</b></p>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
Secretaria de Estado da Educação  
Subsecretaria de Estado de Educação Básica e Profissional  
Gerência de Ensino Médio

**tiva à Segurança do Trabalho**

- Consolidação Das leis do Trabalho – CLT.
- Introdução à Normalização – NR's.
- Insalubridade e periculosidade.
- Exigências legais dos programas de saúde e prevenção de acidentes em uma obra (NR07 e NR18). Embargo e Interdição (NR03).

- Prevenção contra incêndios (N23)

**Equipamentos e sistemas de proteção contra acidentes**

- Exigências legais.
- Seleção do EPI.
- Tipos de EPI.
- Uso adequado do EPI .
- Sistemas de proteção coletiva.

**Normas regulamentadoras**

- Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (NR05).
- Prevenção de Riscos Ambientais (NR09)
- Segurança em Instalações e Serviços em Eletricidade (NR10)
- Segurança no Trabalho em máquinas e equipamentos (NR12).
- Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção (NR18).
- Condições Sanitárias e de Conforto nos Locais de Trabalho (N24)
- Segurança e Saúde no Trabalho em Espaços



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
Secretaria de Estado da Educação  
Subsecretaria de Estado de Educação Básica e Profissional  
Gerência de Ensino Médio

		<p>Confinados (N33)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Segurança no Trabalho em Altura (NR35).</li></ul> <p><b>Noções de ergonomia</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• O Ambiente de Trabalho e as Doenças.</li><li>• Aspectos Psicológicos Aspectos Físicos – LER/DORT Fadiga e estresse.</li><li>• Prevenção e combate a incêndios.</li></ul> <p><b>Tópicos complementares em Saúde e Segurança do Trabalho</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• normas regulamentadas e situações específicas ao curso.</li></ul>
--	--	--

**BIBLIOGRAFIA BÁSICA:**

BAROLI, Gildo. **Manual de prevenção de incêndios**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1981. GANASATO, J. M. O. **Riscos químicos**. São Paulo: Fundacentro, 1989.  
GONÇALVES, Edwar Abreu. **Manual de segurança e saúde no trabalho**. 5. ed. São Paulo: Ltr, 2011. 1205 p.

**BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:**

LIDA, Itiro. **Ergonomia: projeto e produção**. 2. ed. rev. ampl. São Paulo: E. Blücher, 2005. 614p.  
ZÓCCHIO, Álvaro. **Prática da prevenção de acidentes: abc da segurança do trabalho**. 1. ed. São Paulo: Atlas, 2002. 220 p