

<b>Planem</b>	<b>Relatório de Treinamento FO-07-09</b>	<b>Revisão 00</b> <b>Página: ____/____</b>
---------------	--	---

<b>Título do Treinamento:</b>	
<b>NR10 – ELETRICIDADE</b>	
<b>Local de realização:</b>	
<b>Conteúdo programático:</b> 1. introdução à segurança com eletricidade. 2. riscos em instalações e serviços com eletricidade: a) o choque elétrico, mecanismos e efeitos; b) arcos elétricos; queimaduras e quedas; c) campos eletromagnéticos. 3. Técnicas de Análise de Risco. 4. Medidas de Controle do Risco Elétrico: a) desenergização. b) aterramento funcional (TN / TT / IT); de proteção; temporário; c) equipotencialização; d) seccionamento automático da alimentação; e) dispositivos a corrente de fuga; f) extra baixa tensão; g) barreiras e invólucros; h) bloqueios e impedimentos; i) obstáculos e anteparos; j) isolamento das partes vivas; k) isolação dupla ou reforçada; l) colocação fora de alcance; m) separação elétrica. 5. Normas Técnicas Brasileiras - NBR da ABNT: NBR-5410, NBR 14039 e outras; 6. Regulamentações do MTE: a) NRs; b) NR-10 (Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade); c) qualificação; habilitação; capacitação e autorização. 7. Equipamentos de proteção coletiva. 8. Equipamentos de proteção individual. 9. Rotinas de trabalho - Procedimentos. a) instalações desenergizadas; b) liberação para serviços; c) sinalização; d) inspeções de áreas, serviços, ferramental e equipamento; 10. Documentação de instalações elétricas. 11. Riscos adicionais: a) altura; b) ambientes confinados; c) áreas classificadas; d) umidade; e) condições atmosféricas. 12. Proteção e combate a incêndios: a) noções básicas; b) medidas preventivas; c) métodos de extinção; d) prática; 13. Acidentes de origem elétrica: a) causas diretas e indiretas; b) discussão de casos; 14. Primeiros socorros: a) noções sobre lesões; b) priorização do atendimento; c) aplicação de respiração artificial; d) massagem cardíaca; e) técnicas para remoção e transporte de acidentados; f) práticas. 15. Responsabilidades.	
<b>Nome do instrutor:</b>	<b>Assinatura do instrutor:</b>
<b>Período de realização:</b>	<b>Duração: 40:00 HORAS</b>

Nome dos participantes	Data	Assinatura

<b>Avaliação da eficácia do treinamento</b>	
<b>Treinamento eficaz: (    ) Sim    (    ) Não    Abrir SACPM: (    ) Sim    (    ) Não</b>	
<b>Observações:</b>	
<b>Avaliador:</b>	<b>Data:    /    /</b>