

NR-10 - SEGURANÇA EM INSTALAÇÕES E SERVIÇOS COM ELETRICIDADE

Carga horária: 40 horas (teoria)

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO :

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:

- NRs;
- NR-10 (Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade);
- qualificação; habilitação; capacitação e autorização.

7. Equipamentos de proteção coletiva.**8. Equipamentos de proteção individual.****9. Rotinas de trabalho – Procedimentos.**

- instalações desenergizadas;
- liberação para serviços;
- sinalização;
- inspeções de áreas, serviços, ferramental e equipamento;

10. Documentação de instalações elétricas.**11. Riscos adicionais:**

- altura;
- ambientes confinados;
- áreas classificadas;
- umidade;
- condições atmosféricas.

12. Proteção e combate a incêndios:

- noções básicas;
- medidas preventivas;
- métodos de extinção;
- prática;

13. Acidentes de origem elétrica:

- causas diretas e indiretas;
- discussão de casos;

14. Primeiros socorros:

- noções sobre lesões;
- priorização do atendimento;
- aplicação de respiração artificial;
- massagem cardíaca;
- técnicas para remoção e transporte de acidentados;
- práticas.

15. Responsabilidades.