

Código do curso	LSP351
Nome do curso	NR-10 - Curso Básico - Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade - 40h
Duração	5 dias
Público-alvo	Trabalhadores da área industrial e marítima que lidam diretamente ou indiretamente com eletricidade.
Pré-requisitos	- RG e CPF; - Passaporte (expatriados); - Certificado do Ensino Fundamental; - Atestado de Saúde Ocupacional (ASO) ou Atestado de boas condições de saúde física e mental.
Objetivo	Qualificar o trabalhador de área industrial e marítima que lida diretamente ou indiretamente com eletricidade.
Conteúdo	<p>Teoria - 36 Horas</p> <p>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) NR's; 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.</p> <p>Prática - 4 Horas</p> <ul style="list-style-type: none">• Combate a Incêndio;• Primeiros Socorros. <p>Referência Técnica: NR 10; NBR 5410; NBR 14039.</p>
Exame	Prova de múltipla escolha com aproveitamento mínimo de 60%. Validade: 2 anos