

CÁLCULO DE IBUTG - LOCAL DE DESCANSO MESMO LOCAL DE TRABALHO

CICLO	Ttrabalho	Tdescanso
		0
60	x	
Jornada de 8h de Trabalho		
Min Trab em 1h	#DIV/0!	Trabalho
	#DIV/0!	Descanso
Min em 8hs	#DIV/0!	Trabalho
8	#DIV/0!	Descanso
Hs Trab Por Dia	#DIV/0!	Trabalho
	#DIV/0!	Descanso

Recomendação		
Trabalhar		min
Descansar		min

AMBIENTES INTERNOS E EXTERNOS SEM

IBUTG =	0,7 tbn + 0,3	
IBUTG =	0,7	+
IBUTG =	0 °C	
Tipo de Trab		
kcal/h		

AMBIENTES EXTERNOS COM CARGA

IBUTG =		
IBUTG =	0,7	+
IBUTG =	0 °C	
Tipo de Trab		
kcal/h		

1. Em função do índice obtido, o regime de trabalho intermitente será definido no Q

QUADRO N.º 1

REGIME DE TRABALHO INTERMITENTE COM DESCANSO NO PRÓPRIO LOCAL DE TRABALHO (por hora)	TIPO DE A	
	LEVE	MODERADO
Trabalho contínuo	até 30,0	até 26,7
45 minutos trabalho 15 minutos descanso	30,1 a 30,5	26,8 a 28,0
30 minutos trabalho 30 minutos descanso	30,7 a 31,4	28,1 a 29,4
15 minutos trabalho 45 minutos descanso	31,5 a 32,2	29,5 a 31,1
Não é permitido o trabalho, sem a adoção de medidas adequadas de controle	acima de 32,2	acima de 31,1

CARGA SOLAR

tg
0,3

A SOLAR

0,7 tbn + 0,1 tbs + 0,2 tg
0,1 + 0,2

Quadro N.º 1.

ATIVIDADE	
LEVE	PESADA
	até 25,0
	25,1 a 25,9
	26,0 a 27,9
	28,0 a 30,0
0,1	acima de 30,0