

DICAS DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS DURANTE A QUARENTENA:



**É INEVITÁVEL UM MAIOR USO DE
CELULARES, MICROONDAS, FORNO
ELETRICO, FOGÃO A GÁS, CHUVEIRO E
OUTROS APARELHOS ELETRODOMÉSTICOS
DURANTE A QUARENTENA, ACARRETANDO
COM ISSO A POSSIBILIDADE DE ACIDENTES
DOMÉSTICOS, QUE SERÃO TRATADOS NAS
PAGINAS ABAIXO, DE FORMA OBJETIVA**



JOÃO MONTARDO
cursos e treinamentos em segurança do trabalho

1. NA COZINHA:

- CUIDADOS COM GLP: **BUTJÃO PARA O LADO DE FORA**, VERIFIQUE VAZAMENTOS COM ESPUMA, NÃO USE LIQUINHO (NÃO TEM VALVULA DE SEGURANÇA) NUNCA USE FOGAREIRO DIRETO NO BUTJÃO.
- EVITE QUEDAS** , USE TAPETES ANTIDERRAPANTE OU PISO ANTIDERRAPANTE, CUIDADO COM VASOS PROXIMO A ESCADAS, EVITE ESCADAS DE ABRIR (SEM ESTABILIDADE) USE ESCADA DE MÃO OU ANDAIME.-CUIDADO COM **CRIANÇAS OU IDOSOS COM MOBILIDADE REDUZIDA NA COZINHA**, MEXENDO NO FOGÃO E APARELHOS! CABOS DE PANELA PARA DENTRO SEMPRE, CUIDADO COM QUINAS CORTANTES, **PANELA DE PRESSÃO**(NUNCA COLOQUE DIRETO EMBAIXO DAGUA, LIMPE AS VALVULAS DE SEGURANÇA E TROQUE A BORRACHA DE VEDAÇÃO 01 VEZ AO ANO.
- **NA COZINHA ESTÃO A MAIORIA DOS APARELHOS ELÉTRICOS COM RESISTÊNCIA, JARRAS ELÉTRICAS, CAFETEIRAS, SANDUICHEIRAS , DICA IMPORTANTE, NÃO DEIXE NA TOMADA SE NÃO ESTIVER USANDO**

2. **BANHEIRO**- GUARDE REMÉDIOS E PRODUTOS QUÍMICOS OU DE BELEZA LONGE DO ALCANCE DE CRIANÇAS, TAPETES ANTIDERRAPANTE E BARRA DE APOIO NO BANHEIRO(IDOSOS), NUNCA TOQUE EM CELULAR CARREGANDO SE MOLHADO.

3. **QUARTO**- CUIDADO COM CRIANÇAS PRÓXIMO A JANELAS, USE TRAVAS OU REDES DE PROTEÇÃO, USE TAPETE ANTIDERRAPANTE E PROTETOR DE ARESTAS., USE CHINELOS DE BORRACHA,, DESLIGUE O AR CONDICIONADO SE NÃO ESTIVER USANDO (ALTO INDICE DE INCÊNDIO COM AR CONDICIONADO)

4. **NA SALA**: EVITE “Ts” e BENJAMIM, NÃO CARREGUE CELULARES EM CIMA DE SOFA OU CADEIRAS, COLOQUE NO CHAO MESMO, MANTENHA BEBIDAS E ORNAMENTOS DE VIDRO LONGE DE CRIANÇAS(**ABORDAREMOS UM CAPITULO ESPECÍFICO PARA CELULARES**)

5. NA ÁREA DE SERVIÇO:

PRODUTOS DE LIMPEZA EM LOCAL SEGURO E FECHADO, LONGE DE CRIANÇAS, **USE EPI** ADEQUADO PARA O CONTATO COM PRODUTOS QUÍMICOS, ABRA AS JANELAS QUANDO USAR PRODUTOS VOLÁTEIS.- NÃO MISTURE PRODUTOS QUE SOBRRARAM, LEIA O ROTULO DE INFORMAÇÕES DOS PRODUTOS, NUNCA MISTURE PRODUTO: **AGUA SANITARIA COM AMÔNIA,ALCOOL GEL, VINAGRE , VINAGRE COM BICARBONATO OU AGUA OXIGENADA** E O OUTROS PRODUTOS DE LIMPEZA EM GERAL(LIBERAÇÃO DE GASES IRRITANTES E TOXICOS)

-EQUIPAMENTO ELÉTRICOS, MAQUINA DE LAVAR, SECADORA, NUNCA MANIPULE DESCALÇO, USE **CALÇADOS SECOS E SE POSSIVEL EM CIMA DE UM TAPETE ISOLANTE.**



CUIDADOS GERAIS NO AMBIENTE DOMÉSTICO

JOÃO MONTARDO
cursos e treinamentos em segurança do trabalho

6. GARAGEM , CHURRASQUEIRAS, SACADAS E PISCINAS:

NÃO ACUMULE PRODUTOS INFLAMAVÉIS , LATAS DE SPRAY DE TINTA, DESODORANTES, BUTJÕES DE GÁS, TINTAS, SOLVENTES, PLASTICOS, ISOPOR, EM NÃO TENHA FAZER ALCOOL GEL EM CASA, JAMAIS USE ALCCOL ISOPROPILICO OU ETANO COMBUSTIVEL, O INDICADO PARA ASSEPSSIA DAS MÃOS É ALCCOL GEL 70%.- GARAGEM OU EMBAIXO DE CHURRASQUEIRAS, USE ACENDEDORES PARA COMEÇAR O FOGO, NUNCA USE ALCOOL OU OUTRO LIQUIDO INFLAMAVÉL (REFLUXO E EXPLOSÃO).

NÃO DEIXE CRIANÇAS SOZINHAS NA GARAGEM COM CARRO LIGADO (INTOXICAÇÃO, ATROPELAMENTOS).

REDES DE PROTEÇÃO EM SACADAS, POÇOS DE LUZ , CERCAS OU GRADIL AO REDOR DE PISCINAS, CRIANÇAS AO ALCANÇE DE 01 BRAÇO, USE COLETES FLUTUADOR NUNCA BÓIAS INFLÁVEIS QUE POSSAM SER PERFURADAS , PROTEÇÃO NO RALO DE PISCINA, PISO ANTIDERRAPANTE OU BORRACHA NA BORDA.



7. CUIDADOS COM ELETRODOMÉSTICOS

-FOGÕES ELÉTRICOS: DESLIGUE DA TOMADA PARA FAZER MANUTENÇÃO E LIMPEZA.

-FOGÕES A GÁS: DESLIGUE PARA LIMPEZA E MANUTENÇÃO, MESMO GÁS CENTRAL, AO SENTIR CHEIRO DE GÁS, SAIA DO LOCAL E CHAME OS BOMBEIROS, ABRA AS JANELAS E PORTAS, NÃO LIGUE NEM DESLIGUE NENHUM APARELHO OU LÂMPADAS, AVISE O SINDICO OU PORTEIRO DO PRÉDIO OU EMPRESA IMEDIATAMENTE.



CUIDADOS GERAIS NO AMBIENTE DOMÉSTICO

JOÃO MONTARDO
cursos e treinamentos em segurança do trabalho

7. CUIDADOS COM ELETRODOMÉSTICOS

-FOGÕES COOKTOP: BOTIJÃO DE GÁS SEMPRE PARA O LADO DE FORA, NUNCA DENTRO DE PIAS OU BALCÕES (COOKTOP) VERIFIQUE VAZAMENTOS COM ESPUMA NESTES LOCAIS:

- 1.NO REGULADOR COM O BOTIJÃO**
- 2. NO REGULADOR COM A MANGUEIRA**
- 3. NA MANGUEIRA COM A ADMISSÃO DO GÁS NO FOGÃO**

- CASO TENHA QUE SAIR E DEMORAR ALGUNS DIAS, DEIXE FECHADO A VÁLVULA REGULADORA, , AO RETORNAR CASO SINTA **CHEIRO DE GÁS, ABRA AS JANELAS, NÃO LIGUE NEM DESLIGUE NADA**, CHAME OS BOMBEIROS, NÃO FUME PRÓXIMO E SO USE O CELULAR LONGE DO LOCAL DO VAZAMENTO.



CUIDADOS GERAIS NO AMBIENTE DOMÉSTICO

JOÃO MONTARDO
cursos e treinamentos em segurança do trabalho

-FRITADEIRA EM CHAMAS:

NUNCA JOGUE ÁGUA, ABAFE COM UMA TAMPA, PROTEJA O BRAÇO COM UM PANO DE PRATO MOLHADO, FECHÉ O REGISTRO DO GÁS, SE FOR FRITADEIRA ELÉTRICA, DESLIQUE DA TOMADA OU NO DISJUNTOR, CASO TENHA UM EXTINTOR ABC USE COM CAUTELA, PODE ESPALHAR MAIS AS CHAMAS, USE A UMA DISTÂNCIA DE 2 MTS, FIQUE ABAIXADO, DE JATOS CURTOS PARA A NUVEM DE PÓ SE ESPALHAR ABAFANDO , USE O EXTINTOR DO CARRO.

-CHUVEIROS:

TALVEZ O APARELHO QUE MAIS RESULTA EM ACIDENTES NO AMBIENTE DOMÉSTICO, CASO TROQUE SEU CHUVEIRO ELÉTRICO (DE 3.500 A 5.500 WATTS) POR UM ELETRÔNICO (7.500 WATTS), CONTRATE UM **PROFISSIONAL**, NÃO USE TOMADAS (SÃO PROIBIDAS PARA CHUVEIROS - NBR 5410), O CORRETO É HAVER **ATERRAMENTO** NA RESIDÊNCIA (EVITA CHOQUES SE ALIADO A UTILIZAÇÃO DE **DDR** OU **IDR**, APARELHO INDISPENSÁVEL PARA EVITAR CHOQUES ELÉTRICOS)

MICROONDAS:

NUNCA COLOQUE NADA METÁLICO OU ALUMINIZADO, EVITE AQUECER LÍQUIDOS, PODE HAVER ACÚMULO DE ENERGIA, SENDO LIBERADA QUANDO RETIRADA DO APARELHO, HAVENDO VIOLENTA EXPANSÃO DE VAPOR(01 COPO DE ÁGUA SE MULTIPLICA 1.700 COPOS NA FASE DE VAPOR) NÃO AQUEÇA OVOS E LEGUMES COM CASCA, TAMBÉM ACUMULAM VAPORES E PODEM EXPLODIR QUANDO RETIRADOS, USE SOMENTE PLÁSTICOS ADEQUADO AO APARELHO, QUE TEM MARCAÇÃO ESPECIFICA (ONDAS) OU ORIENTAÇÃO ESCRITA.



CUIDADOS GERAIS NO AMBIENTE DOMÉSTICO

JOÃO MONTARDO
cursos e treinamentos em segurança do trabalho

8. CUIDADOS COM CELULARES

NUNCA DEIXE CELULARES CARREGANDO EM CIMA DE CAMAS, CADEIRAS ESTOFADAS, SOFÁS, EMBAIXO DO TRAVESSEIRO OU PERTO DE MATERIAIS DE FÁCIL COMBUSTÃO,

JAMAIS USE O CELULAR CONECTADO NA TOMADA COM AS MÃOS MOLHADAS E PÉS DESCALÇOS, CUIDADO COM PULSEIRAS E CORRENTES METÁLICAS (POTENCIALIZAM O CHOQUE), O CHOQUE ELÉTRICO PODE SER FATAL,.

EVITE DEIXAR O CELULAR NO PAINEL OU DENTRO DO CARRO, NO SOL, EM DIAS MUITO QUENTES, PODE GERAR SUPERAQUECIMENTO DA BATERIA, HAVENDO O RISCO DO MESMO EXPLODIR, OBSERVE SINAIS COMO: AQUECIMENTO EXCESSIVO DO CELULAR E CARREGADOR, DISPLAY SOLTANDO(BATERIA EM CURTO) RUÍDOS E CHEIRO DE QUEIMADO.

JAMAIS FALE AO CELULAR DIRIGINDO OU CAMINHANDO EM VIAS DE MUITO TRÂNSITO, ACIDENTES DEVIDO AO USO DO CELULAR JÁ DESPONTAM NAS PESQUISAS COMO PRINCIPAIS CAUSAS DE ACIDENTES.

USE CARREGADORES ORIGINAIS, COM HOMOLOGAÇÃO DA ANATEL QUE SÃO PROJETADOS E CONFORMIDADE COM AS CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS DE CADA CELULAR, SE MOLHAR O CELULAR NÃO LIGUE E NÃO USE SECADOR, DEIXE SECAR ALGUMAS HORAS E LEVE EM OFICINA TÉCNICA ESPECIALIZADA.

NÃO JOGUE ÁGUA EM CELULAR EM CHAMAS, A BATERIA É FEITA DE ÍON DE LÍTIO, REAGE VIOLENTAMENTE EM CONTATO COM ÁGUA, AFASTE-SE, A QUEIMA É MUITO RÁPIDA E LIBERA ALTAS TEMPERATURAS(ATÉ 800 GRAUS), USE AO REDOR DAS CHAMAS EXTINTOR ABC OU CO₂ , SE HOUVER; CHAME OS BOMBEIROS E CASO HAJA MUITA FUMAÇA, SAIA PARA LOCAL SEGURO E AGUARDE A CHEGADA DOS BOMBEIROS.

RETIRE DA TOMADA APÓS ATINGIR A CARGA TOTAL (100%) PODE GERAR SUPERAQUECIMENTO DA BATERIA, CELULARES MAIS MODERNOS POSSUEM DISPOSITIVOS INTRÍNSECOS QUE CORTAM A ENERGIA APÓS ATINGIR A CARGA MÁXIMA, LIMPE-O SOMENTE COM ALCOOL ISIPROPÍLICO.

SE POSSÍVEL USE CAPA DE PROTEÇÃO(SECA) ,EMBORA NÃO EVITE O SUPERAQUECIMENTO, AJUDARÁ A MINIMIZAR OS IMPACTOS DE QUEDAS, IRÁ DIMINUIR O CONTATO COM A PELE SUADA OU MOLHADA ASSIM COMO EM CASO DE EXPLOSÃO OU CHOQUE ELÉTRICO SERÁ MENOR CONTATO DA PELE COM O CELULAR EM CHAMAS OU ENERGIZADO.

OS MESMOS CUIDADOS DEVEM SER USADOS PARA POWER BANK, NOTE, TABLET E APARELHOS ELÉTRICOS COM BATERIA DE ÍON DE LÍTIO.

CELULARES E CARREGADORES ORIGINAIS, USADOS DE FORMA CORRETA, COM DEVIDOS OS CUIDADOS RARAMENTE OCASIONAM ACIDENTES

AS DICAS DE PREVENÇÃO AQUI PRESENTES NÃO ESGOTAM O ASSUNTO, FORAM ABORDADAS DE FORMA BÁSICA PARA MINIMIZAR ALGUM PROVÁVEL ACIDENTE DEVIDO A UM MAIOR FLÚXO DE PESSOAS NAS SUAS RESIDÊNCIAS, UMA MAIOR DEMANDA ELÉTRICA, MAIOR TEMPO NAS REDES SOCIAIS E CELULAR, ESPERO TER AJUDADO DE ALGUM FORMA!

“ PASSAMOS HOJE POR SITUAÇÕES JAMAIS VISTAS, MAS SOMOS HUMANOS, SOMOS RESILIENTES, VAMOS SUPERAR TODOS OS CONTRATEMPOS, RENASCEREMOS COMO A FENIX DAS CINZAS DESSA PANDEMIA MAIS FORTES, MAIS PREPARADOS, MAIS UNIDOS QUE NUNCA”

Primeiros Socorros - Lei Federal 13722/2018
NR 5 - CIPA
NR 9, Anexo II - Exposição ao Benzeno
NR 10 - Segurança em Eletricidade.
NR 11 - Empilhadeira
NR 12, Anexo V - Operadores de Motosserra
NR 17 - Ergonomia
NR 18, 11 - Soldagem e corte
NR 18, 28 - Integração e Seg. na Constr. Civil
NR 20 - Inflamáveis e Combustíveis
NR 23 - Brigada de Incêndio
NR 33 - Espaço Confinados
NR 35 - Trabalho em Altura
NR 36 - Frigorífico
Plano de Abandono
Palestras para SIPATs
TPCI