

# Plano Pedagógico - NR 21: Segurança no Trabalho a Céu Aberto

---

## Objetivo Geral:

Capacitar os participantes sobre os principais aspectos da NR 21 (Trabalho a Céu Aberto), abordando os riscos, medidas de prevenção, responsabilidades legais e práticas seguras para garantir a saúde e segurança dos trabalhadores em ambientes externos.

---

## Estrutura do Curso:

### Aula 01: Introdução à NR 21 e Segurança do Trabalho

- **Objetivo:** Apresentar os conceitos básicos de Segurança e Saúde no Trabalho (SST) e a importância da NR 21.
  - **Conteúdo:**
    - O que é SST e sua base legal (CLT e NRs).
    - Introdução às Normas Regulamentadoras (NRs) e o papel da NR 21.
    - Riscos específicos do trabalho a céu aberto (insolação, calor, frio, umidade, ventos, doenças endêmicas).
    - Medidas preventivas (abrigo, EPIs, pausas, água potável).
    - Condições sanitárias e alojamentos (estrutura, higiene, segurança).
    - Responsabilidades da empresa e do trabalhador.
  - **Atividade:** Quiz sobre os conceitos básicos da NR 21.
- 

### Aula 02: Trabalho em Regiões Pantanosas ou Alagadas

- **Objetivo:** Especificar os cuidados e medidas de segurança para trabalhos em áreas pantanosas e alagadas.
- **Conteúdo:**
  - Combate a vetores (mosquitos, doenças como dengue e malária).
  - Vacinação e medicação profilática.
  - Uso de EPIs (repelentes, roupas adequadas, calçados).
  - Treinamento e conscientização dos trabalhadores.
  - Planos de emergência e infraestrutura adequada.
  - Condições sanitárias e moradia dos trabalhadores.
- **Atividade:** Discussão em grupo sobre casos reais e elaboração de um plano de emergência.

---

### Aula 03: Fundamentos da Segurança do Trabalho

- **Objetivo:** Compreender os conceitos legais e práticos relacionados à segurança do trabalho.
  - **Conteúdo:**
    - Conceitos legais (erro, falha, desvio, incidente).
    - Tipos de acidentes e doenças ocupacionais.
    - Papel da CIPA (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes).
    - Mapa de risco e Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR).
    - Semana Interna de Prevenção de Acidentes (SIPAT).
  - **Atividade:** Elaboração de um mapa de risco para um ambiente de trabalho simulado.
- 

### Aula 04: Classificação de Riscos Ambientais

- **Objetivo:** Identificar e classificar os riscos ambientais no trabalho.
  - **Conteúdo:**
    - Diferença entre risco e perigo.
    - Métodos de análise de risco (APR, ROP, FMEA, Ishikawa).
    - Tipos de riscos ambientais (físicos, químicos, biológicos, ergonômicos, mecânicos).
    - Medidas de controle e uso de EPIs.
  - **Atividade:** Análise de um caso prático e identificação dos riscos presentes.
- 

### Aula 05: Riscos Psicossociais e Estresse no Trabalho

- **Objetivo:** Reconhecer os riscos psicossociais e o estresse no ambiente de trabalho.
  - **Conteúdo:**
    - Definição de riscos psicossociais (RPS).
    - Causas (pressão, ambiente tóxico, tarefas repetitivas).
    - Consequências (ansiedade, depressão, doenças).
    - Prevenção e medidas de apoio psicológico.
    - Síndrome de Burnout e Distímia.
  - **Atividade:** Dinâmica de grupo para identificar situações de estresse e propor soluções.
- 

### Aula 06: Cultura de Segurança no Ambiente de Trabalho

- **Objetivo:** Promover a cultura de segurança no ambiente de trabalho.
  - **Conteúdo:**
    - Estágios de maturidade da cultura de segurança (Modelo de Rudson).
    - Segurança comportamental e ações práticas.
    - Agentes estressores ambientais e individuais.
    - Autoavaliação de segurança e bem-estar.
  - **Atividade:** Elaboração de um plano de ação para melhorar a cultura de segurança na empresa.
- 

### **Aula 07: Comunicação e Percepção de Risco**

- **Objetivo:** Melhorar a comunicação e a percepção de riscos no ambiente de trabalho.
  - **Conteúdo:**
    - Diferença entre falar e comunicar.
    - Elementos da comunicação (emissor, receptor, mensagem, feedback).
    - Percepção de risco e suas origens (naturais, involuntárias, intencionais).
    - Atos inseguros x condições inseguras.
  - **Atividade:** Simulação de situações de comunicação e análise de falhas.
- 

### **Aula 08: Noções de Sinalização**

- **Objetivo:** Compreender a importância da sinalização de segurança no trabalho.
  - **Conteúdo:**
    - NR-26 e suas aplicações.
    - Cores e significados na sinalização (vermelho, amarelo, azul, verde, etc.).
    - Tipos de sinalização (perigo, proibição, obrigatoriedade, emergência).
    - Visibilidade e métodos de comunicação complementares.
  - **Atividade:** Identificação de sinalização em um ambiente simulado e criação de placas de sinalização.
- 

### **Metodologia:**

- **Aulas expositivas:** Com uso de slides, vídeos e exemplos práticos.
- **Dinâmicas de grupo:** Para discussão e aplicação dos conceitos.

- **Atividades práticas:** Simulações, elaboração de planos e mapas de risco.
- **Quiz e avaliações:** Para reforçar o aprendizado e verificar a compreensão dos participantes.