



REGRAS DE SEGURANÇA QUE PRECISAM SER REFORÇADAS

Textos Técnicos/Didáticos
CEMIG Belo Horizonte

CEMIG



**GOVERNO
DE MINAS**

AQUI O TREM
PROSPERA.

Elas são simples, valiosas e salvam vidas.

Porém, por distração, descuido ou esquecimento, são deixadas de lado em muitas situações, causando possíveis acidentes e inconformidades em inspeções de segurança.

**Conheça regras básicas
de segurança que devem ser
cuidadosamente seguidas:**

Uso do EPI

Os equipamentos de proteção individual (EPIs) devem SEMPRE ser utilizados conforme recomendado.

Siga os treinamentos e as orientações de uso e conservação dos EPIs com dedicação e atenção!



Dicas de cuidados com o seu EPI

- ✓ Utilize seus EPIs somente durante as atividades de trabalho. Após finalizar o trabalho, higienize e guarde de maneira adequada.
- ✓ Mantenha a higienização correta dos EPIs, de acordo com as instruções de cada item para não danificá-los.
- ✓ Armazene os EPIs de forma adequada separado das demais vestimentas, em local arejado e sem umidade e longe de objetos que possam danificá-los, como por exemplo objetos pontiagudos.

Trabalho em altura

Somente execute trabalhos em altura após garantir que todas as medidas de proteção individual e coletiva foram atendidas.

É obrigatório do uso correto do conjunto cinturão paraquedista + talabarte e trava-quedas!





Dicas de cuidados com quedas

Já parou para observar como você anda e por onde você anda?

Quedas do mesmo nível (também chamadas de quedas de mesma altura ou quedas de própria altura) estão entre os acidentes de trabalho com maiores notificações e são causadas tanto por fatores do ambiente (exemplos: umidade do piso, desgaste do piso, pequenos desníveis, materiais pelo caminho) quanto do trabalhador (exemplos: idade, condição física, pressa, cansaço, desgaste do solado do calçado).

Fique atento para evitar acidentes:

- ✓ Não utilize calçados com solados danificados. Cuide dos seus EPIs e utilize-os corretamente.
- ✓ Atenção ao caminhar e ao encontrar pisos molhados, danificados, com sujeiras e/ou materiais como pregos, fios, cabos.
- ✓ Faça exercícios físicos regularmente! A prática é benéfica e contribui para a concentração, flexibilidade e fortalecimento muscular.

CEMIG



**GOVERNO
DE MINAS**

AQUI O TREM
PROSPERA.