



NR10 - Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade

CERTIFICADO

NR10 - Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade

CENTRO ESPECIALIZADO EM SEGURANÇA DO TRABALHO
RUA MONTE CARMELO Nº 08 BENTO RIBEIRO RJ - CEP: 21555-120
local do treinamento:
Avenida Nilo Peçanha, prédio 40B - 2º andar.
Centro de Itaguaí, CEP: 23810-505
CNPJ: 35.560.646/0001-08

ACEST SEGTRABALHO - CENTRO ESPECIALIZADO EM SEGURANÇA DO TRABALHO CNPJ: 35.560.646/0001-08, Empresa especializada na FORMAÇÃO TREINAMENTO DE TEORIA E PRÁTICA NA CAPACITAÇÃO OPERACIONAL, HABILITAÇÃO E ATUALIZAÇÃO NORMATIVAS de profissionais para o mercado de trabalho e prevencionista, conforme Lei federal nº 14.681 confere a:

LUIS CLAUDIO MARTINS - 074.029.657-40

o treinamento de NR10 básico em Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade (Formação) do dia 24 a 29 de abril de 2026, com carga horária de 40 hs, realizado em nosso Centro de treinamento, conforme NR 10 – segurança em instalações e serviços em eletricidade da portaria da 3214 de 1978 e NBR 5410 e NBR 14039, registrado na CEST - livro drive consultado pela área industrial N° 00029042026.

Conteúdo Programático:

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) NRs; 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. Responsabilidade.

INSTRUTOR: Genilson da Silva França
Técnico de Seg. do Trabalho MTE 168.6
enfermagem Coren RJ: 22380015 Tec.
Eletrotécnico Mecânica/ Direção Detran -
equipamento Móveis/Bombeiro Civil
RG: CBMERJ 05-073/2025

Instrutor:
Genilson da Silva França
Téc. de Seg. do Trabalho RG: MTE/168.6/
Téc. em Enfermagem COREN-RJ: n.º
2238015-TE/Téc. em Eletrotécnica CRT-
RJ: 03023684774/
Bombeiro Civil Nota CBMERJ: 067/nº31

Carlos Eduardo Souza dos Santos
Engenheiro Eletricista
CREA-RJ 2018109282

Instrutor:
Engenheiro Eletricista
Carlos Eduardo Souza dos
Santos
CREA/RJ 2018109282

Luís Claudio

Participante:

João Bosco de Faria
Engenheiro Mecânico
Eng. de Segurança do Trabalho
CREA-RJ 1990102398

Responsável Técnico:
Engº Mecânico e de
seg. do Trabalho:
João Bosco de Faria
CREA/RJ - 1990102398