



63b46e01-5188-49bd-b21b-44925c269684



# Certificado

Certificamos que **Gilberto Costa Rocha**,  
concluiu o treinamento de **NR 10 - Segurança no Sistema Elétrico de Potência (SEP)**,  
realizado nas dependências da empresa NTS - Nova Transportadora do Sudeste S/A,  
com aproveitamento **SATISFATÓRIO** e carga-horária de **40 horas**.

24 de Outubro de 2022.

TECPORTO Treinamento e Tecnologia Ltda  
CNPJ nº 18.311.306/0001-24



Gilberto Costa Rocha

# *Conteúdo Programático*

## Curso: NR 10 - SEP

1. Organização do Sistema Elétrico de Potência - SEP.

2. Organização do trabalho:

- a) programação e planejamento dos serviços;
- b) trabalho em equipe;
- c) prontuário e cadastro das instalações;
- d) métodos de trabalho; e
- e) comunicação.

3. Aspectos comportamentais.

4. Condições impeditivas para serviços.

5. Riscos típicos no SEP e sua prevenção:

- a) proximidade e contatos com partes energizadas;
- b) indução;
- c) descargas atmosféricas;
- d) estática;
- e) campos elétricos e magnéticos;
- f) comunicação e identificação; e
- g) trabalhos em altura, máquinas e equipamentos especiais.

6. Técnicas de análise de Risco no SEP

7. Procedimentos de trabalho - análise e discussão.

Carga horária: 40 horas

8. Técnicas de trabalho sob tensão:

- a) em linha viva;
- b) ao potencial;
- c) em áreas internas;
- d) trabalho a distância;
- e) trabalhos noturnos; e
- f) ambientes subterrâneos.

9. Equipamentos e ferramentas de trabalho (escolha, uso, conservação, verificação, ensaios).

10. Sistemas de proteção coletiva.

11. Equipamentos de proteção individual.

12. Posturas e vestuários de trabalho.

13. Segurança com veículos e transporte de pessoas, materiais e equipamentos.

14. Sinalização e isolamento de áreas de trabalho.

15. Liberação de instalação para serviço e para operação e uso.

16. Treinamento em técnicas de remoção, atendimento, transporte de acidentados.

17. Acidentes típicos - Análise, discussão, medidas de proteção.

18. Responsabilidades.



Osmar Ribas Junior

MTE 0104417/SP

CREA 2013070799

Eletrotécnico | Téc. Segurança do Trabalho

Engenheiro Mecânico

**Instrutor e Responsável Técnico**

