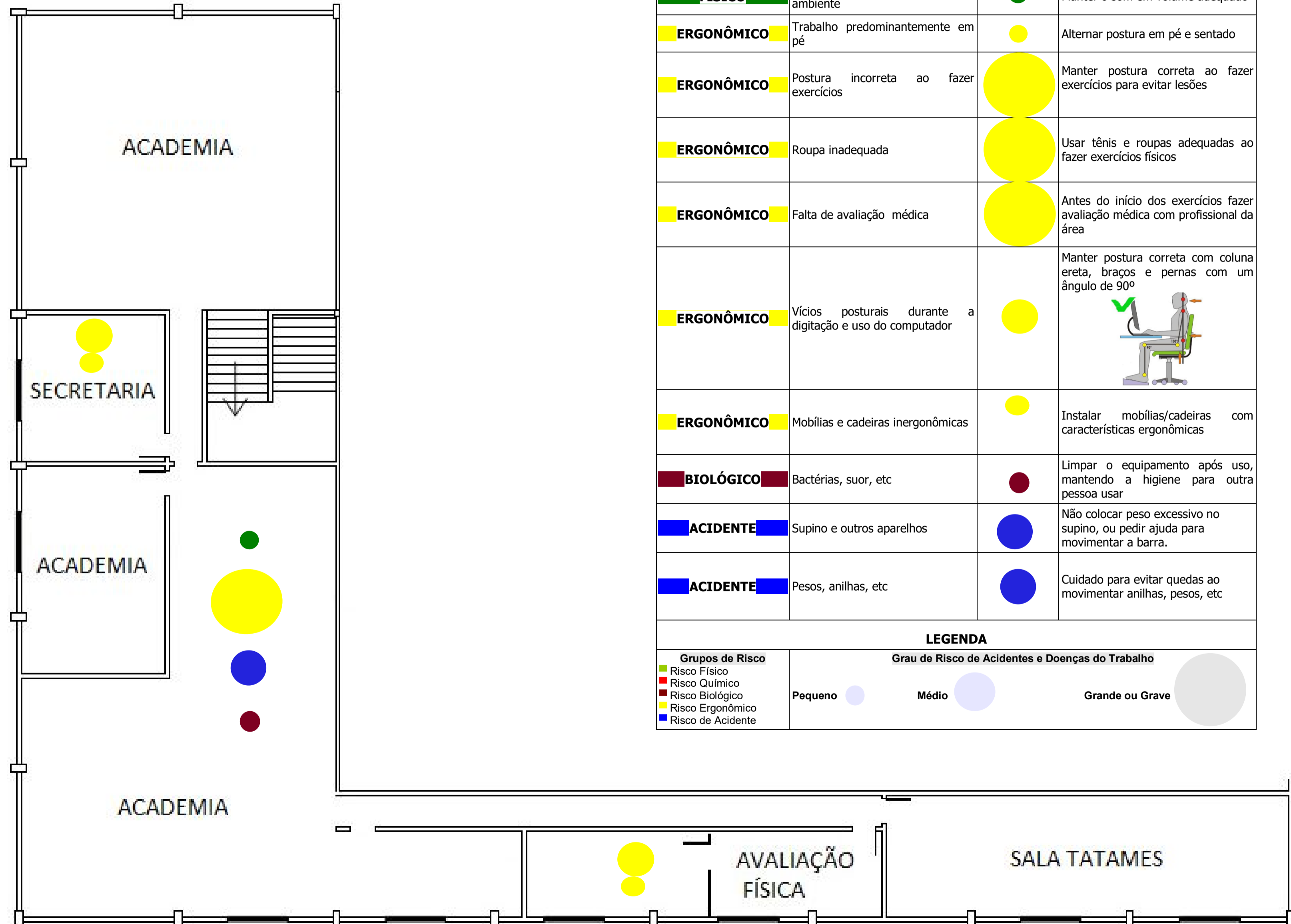


LOCAL/AMBIENTE

GINÁSIO – PVTO. SUPERIOR

Nº DE SERVIDORES EXPOSTOS

5



RISCOS	AGENTES/FONTES	GRAU de RISCO	RECOMENDAÇÕES para PREVENIR ACIDENTES
FÍSICO	Ruído proveniente do som ambiente	●	Manter o som em volume adequado
ERGONÔMICO	Trabalho predominantemente em pé	●	Alternar postura em pé e sentado
ERGONÔMICO	Postura incorreta ao fazer exercícios	●●●	Manter postura correta ao fazer exercícios para evitar lesões
ERGONÔMICO	Roupa inadequada	●●●	Usar tênis e roupas adequadas ao fazer exercícios físicos
ERGONÔMICO	Falta de avaliação médica	●●●	Antes do início dos exercícios fazer avaliação médica com profissional da área
ERGONÔMICO	Vícios posturais durante a digitação e uso do computador	●	Manter postura correta com coluna ereta, braços e pernas com um ângulo de 90°
ERGONÔMICO	Mobílias e cadeiras inergonômicas	●	Instalar mobílias/cadeiras com características ergonômicas
BIOLÓGICO	Bactérias, suor, etc	●	Limpar o equipamento após uso, mantendo a higiene para outra pessoa usar
ACIDENTE	Supino e outros aparelhos	●●	Não colocar peso excessivo no supino, ou pedir ajuda para movimentar a barra.
ACIDENTE	Pesos, anilhas, etc	●●	Cuidado para evitar quedas ao movimentar anilhas, pesos, etc

LEGENDA

Grupos de Risco	Grau de Risco de Acidentes e Doenças do Trabalho		
<ul style="list-style-type: none"> ● Risco Físico ● Risco Químico ● Risco Biológico ● Risco Ergonômico ● Risco de Acidente 	Pequeno ●	Médio ●●	Grande ou Grave ●●●