

Consórcio Intermunicipal de Saúde do Oeste de Santa Catarina

CIS-AMOSC

Auxiliar de Serviços Gerais

Edital de Concurso Público nº 001/2018

AG119-2018

DADOS DA OBRA

Título da obra: Consórcio Intermunicipal de Saúde do Oeste de Santa Catarina - CIS - AMOSC

Cargo: Auxiliar de Serviços Gerais

(Baseado no Edital de Concurso Público nº 001/2018)

- Língua Portuguesa
 - Matemática
- Higiene e Segurança no Trabalho
 - Conhecimentos Específicos

Gestão de Conteúdos

Emanuela Amaral de Souza

Diagramação/ Editoração Eletrônica

Elaine Cristina

Igor de Oliveira

Ana Luiza Cesário

Thais Regis

Produção Editorial

Suelen Domenica Pereira

Leandro Filho

Capa

Joel Ferreira dos Santos

SUMÁRIO

Língua Portuguesa

Interpretação de texto(s).	56
Sílaba e divisão silábica.	01
Classes gramaticais: Substantivo, gênero (masculino e feminino), número (singular e plural) e grau (diminutivo e aumentativo).	02
Classificação do substantivo (próprio, comum e coletivo).	02
Adjetivo (número e gênero).	02

Matemática

Solução de problemas envolvendo: adição, subtração, multiplicação e divisão de números naturais;	01
sistema monetário brasileiro;	41
medidas de comprimento, massa, capacidade e tempo.	37

Higiene e Segurança no Trabalho

Higiene pessoal, asseio corporal, importância no ambiente de trabalho.	01
Prevenção de doenças.	14
Medidas para prevenção de acidentes de trabalho.	20
Primeiros socorros.	21
Roupas adequadas para os trabalhos de limpeza e conservação, EPIs- Equipamentos de proteção individual. ...	34
Cuidados no manuseio de energia elétrica.	34

Conhecimentos Específicos

Faxina, limpeza, arrumação e higiene em geral.	01
Produtos, materiais, ferramentas e equipamentos de trabalho.	04
Coleta seletiva, separação e destinação correta do lixo.....	08

LÍNGUA PORTUGUESA

Acentuação	01
Classes de Palavras e suas Flexões.....	02
Coesão e Coerência	34
Colocação Pronominal.....	35
Concordância Verbal e Nominal	37
Crase	41
Estrutura das Palavras	43
Estrutura Textual.....	45
Frase, oração e período.....	46
Sintaxe da Oração e do Período	46
Termos da Oração	46
Coordenação e Subordinação	46
Funções da Linguagem	56
Interpretação Textual.....	56
Letra e Fonema	58
Ortografia	61
Pontuação.....	64
Redação	66
Regência Verbal e Nominal.....	68
Significado das Palavras.....	73
Denotação e Conotação	74
Polissemia	75
Tipologia e Gênero Textual	75
Variações Linguísticas.	76
Vozes do Verbo.....	77

ACENTUAÇÃO

Quanto à acentuação, observamos que algumas palavras têm acento gráfico e outras não; na pronúncia, ora se dá maior intensidade sonora a uma sílaba, ora a outra. Por isso, vamos às regras!

Regras básicas

A acentuação tônica está relacionada à intensidade com que são pronunciadas as sílabas das palavras. Aquela que se dá de forma mais acentuada, conceitua-se como sílaba tônica. As demais, como são pronunciadas com menos intensidade, são denominadas de átomas.

De acordo com a tonicidade, as palavras são classificadas como:

Oxítonas – São aquelas cuja sílaba tônica recai sobre a última sílaba. Ex.: *café – coração – Belém – atum – caju – papel*

Paroxítonas – São aquelas em que a sílaba tônica recai na penúltima sílaba. Ex.: *útil – tórax – táxi – leque – sapato – passível*

Proparoxítonas – São aquelas cuja sílaba tônica está na antepenúltima sílaba. Ex.: *lâmpada – câmara – tímpano – médico – ônibus*

Há vocábulos que possuem mais de uma sílaba, mas em nossa língua existem aqueles com uma sílaba somente: são os chamados monossílabos.

1.2 Os acentos

A) acento agudo (´) – Colocado sobre as letras "a" e "i", "u" e "e" do grupo "em" - indica que estas letras representam as vogais tônicas de palavras como *pá, caí, público*. Sobre as letras "e" e "o" indica, além da tonicidade, timbre aberto: *herói – médico – céu* (ditongos abertos).

B) acento circunflexo (^) – colocado sobre as letras "a", "e" e "o" indica, além da tonicidade, timbre fechado: *tâmara – Atlântico – pêsames – su-pôs*.

C) acento grave (`) – indica a fusão da preposição "a" com artigos e pronomes: *à – às – àquelas – àqueles*

D) trema (¨) – De acordo com a nova regra, foi totalmente abolido das palavras. *Há uma exceção: é utilizado em palavras derivadas de nomes próprios estrangeiros: mülleriano (de Müller)*

E) til (~) – indica que as letras "a" e "o" representam vogais nasais: *oração – melão – órgão – imã*

1.2.1 Regras fundamentais

A) Palavras oxítonas:

Acentuam-se todas as oxítonas terminadas em: "a", "e", "o", "em", seguidas ou não do plural(s):

Pará – café(s) – cipó(s) – Belém.

Esta regra também é aplicada aos seguintes casos:

Monossílabos tônicos terminados em "a", "e", "o", seguidos ou não de "s": *pá – pé – dó – há*

Formas verbais terminadas em "a", "e", "o" tônicos, seguidas de *lo, la, los, las*: *respeitá-lo, recebê-lo, compô-lo*

B) Paroxítonas:

Acentuam-se as palavras paroxítonas terminadas em: i, is: *táxi – lápis – júri*

us, um, uns: *vírus – álbuns – fórum*

l, n, r, x, ps: *automóvel – elétron – cadáver – tórax – fórceps*

ã, ãs, ão, ãos: *imã – imãs – órgão – órgãos*

ditongo oral, crescente ou decrescente, seguido ou não de "s": água – pônei – mágoa – memória

#FicaDica

Memorize a palavra *LINURXÃO*. Para quê? Repare que esta palavra apresenta as terminações das paroxítonas que são acentuadas: **L, I N, U (aqui inclui UM = fórum), R, X, ã, ão**. Assim ficará mais fácil a memorização!

C) Proparoxítona:

A palavra é proparoxítona quando a sua antepenúltima sílaba é tônica (mais forte). Quanto à regra de acentuação: **todas** as proparoxítonas são acentuadas, independentemente de sua terminação: *árvore, paralelepípedo, cárcere*.

1.2.2 Regras especiais

Os ditongos de pronúncia aberta "ei", "oi" (*ditongos abertos*), que antes eram acentuados, *perderam o acento* de acordo com a nova regra, mas *desde que estejam em palavras paroxítonas*.

FIQUE ATENTO!

Alerta da Zê! Cuidado: Se os ditongos abertos estiverem em uma palavra oxítona (*herói*) ou monossílaba (*céu*) ainda são acentuados: *dói, escarcéu*.

Antes	Agora
<i>assembléia</i>	<i>assembleia</i>
<i>idéia</i>	<i>ideia</i>
<i>geléia</i>	<i>geleia</i>
<i>jibóia</i>	<i>jiboia</i>
<i>apóia (verbo apoiar)</i>	<i>apoia</i>
<i>paranóico</i>	<i>paranoico</i>

1.2.3 Acento Diferencial

Representam os acentos gráficos que, pelas regras de acentuação, não se justificariam, mas são utilizados para diferenciar classes gramaticais entre determinadas palavras e/ou tempos verbais. Por exemplo:

Pôr (verbo) X por (preposição) / pôde (pretérito perfeito de Indicativo do verbo "poder") X pode (presente do Indicativo do mesmo verbo).

Se analisarmos o "pôr" - pela regra das monossílabas: terminada em "o" seguida de "r" não deve ser acentuada, mas nesse caso, devido ao acento diferencial, acentua-se, para que saibamos se se trata de um verbo ou preposição.

Os demais casos de acento diferencial não são mais utilizados: *para (verbo), para (preposição), pelo (substantivo), pelo (preposição)*. Seus significados e classes gramaticais são definidos pelo contexto.

Polícia para o trânsito para realizar blitz. = o primeiro "para" é verbo; o segundo, preposição (com relação de finalidade).

#FicaDica

Quando, na frase, der para substituir o "por" por "colocar", estaremos trabalhando com um verbo, portanto: "pôr"; nos outros casos, "por" preposição. Ex: *Faço isso por você. / Posso pôr (colocar) meus livros aqui?*

1.2.4 Regra do Hiato

Quando a vogal do hiato for "i" ou "u" tônicos, for a segunda vogal do hiato, acompanhado ou não de "s", haverá acento. Ex.: *saída – fâisca – baú – país – Luís*

Não se acentuam o "i" e o "u" que formam hiato quando seguidos, na mesma sílaba, de l, m, n, r ou z. *Ra-ul, Lu-iz, sa-ir, ju-iz*

Não se acentuam as letras "i" e "u" dos hiatos se estiverem seguidas do dígrafo **nh**. Ex: *ra-i-nha, ven-to-i-nha.*

Não se acentuam as letras "i" e "u" dos hiatos se vierem precedidas de vogal idêntica: *xi-i-ta, pa-ra-cu-u-ba*

Não serão mais acentuados "i" e "u" tônicos, formando hiato quando vierem depois de ditongo (nas paroxítonas):

Antes	Agora
bocaiúva	bocaiuva
feiúra	feiuura
Sauípe	Sauipe

O acento pertencente aos encontros "oo" e "ee" foi abolido:

Antes	Agora
crêem	creem
lêem	leem
vôo	voo
enjôo	enjoo

#FicaDica

Memorize a palavra CREDELEVÊ. São os verbos que, no plural, dobram o "e", mas que não recebem mais acento como antes: **CRER, DAR, LER e VER.**

Repare:

O menino crê em você. / Os meninos creem em você.

Elza lê bem! / Todas leem bem!

Espero que ele dê o recado à sala. / Esperamos que os garotos deem o recado!

Rubens vê tudo! / Eles veem tudo!

Cuidado! Há o verbo vir: *Ele vem à tarde! / Eles vêm à tarde!*

As formas verbais que possuíam o acento tônico na raiz, com "u" tônico precedido de "g" ou "q" e seguido de "e" ou "i" não serão mais acentuadas:

Antes	Depois
apazigúe (apaziguar)	apazigue
averigúe (averiguar)	averigue
argúí (arguir)	argui

Acentuam-se os verbos pertencentes a terceira pessoa do plural de: *ele tem – eles têm / ele vem – eles vêm (verbo vir)*

A regra prevalece também para os verbos *conter, obter, reter, deter, abster*: *ele contém – eles contêm, ele obtém – eles obtêm, ele retém – eles retêm, ele convém – eles convêm.*

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SACCONI, Luiz Antônio. *Nossa gramática completa Sacconi*. 30.^a ed. Rev. São Paulo: Nova Geração, 2010.

Português linguagens: volume 1 / Wiliam Roberto Cereja, Thereza Cochar Magalhães. – 7.^a ed. Reform. – São Paulo: Saraiva, 2010.

SITE

<http://www.brasilecola.com/gramatica/acentuacao.htm>

CLASSES DE PALAVRAS E SUAS FLEXÕES

1.1 Adjetivo

É a palavra que expressa uma qualidade ou característica do ser e se relaciona com o substantivo, concordando com este em gênero e número.

As praias brasileiras estão poluídas.

Praias = substantivo; brasileiras/poluídas = adjetivos (plural e feminino, pois concordam com "praias").

MATEMÁTICA

Números Naturais, Inteiros, Racionais e Reais	01
Mmc e Mdc	07
Razão e Proporção	11
Regra de Três Simples e Composta	16
Porcentagem	20
Juros.....	23
Gráficos e Tabelas	26
Sistema de Medidas Decimais.....	37
Sistema Monetário Brasileiro	41
Geometria Plana.....	45

NÚMEROS NATURAIS, INTEIROS, RACIONAIS E REAIS

Os números naturais são o modelo matemático necessário para efetuar uma contagem. Começando por zero e acrescentando sempre uma unidade, obtemos o conjunto infinito dos números naturais

Expressões Numéricas

Nas expressões numéricas aparecem adições, subtrações, multiplicações e divisões. Todas as operações podem acontecer em uma única expressão. Para resolver as expressões numéricas utilizamos alguns procedimentos:

Se em uma expressão numérica aparecer as quatro operações, devemos resolver a multiplicação ou a divisão primeiramente, na ordem em que elas aparecerem e somente depois a adição e a subtração, também na ordem em que aparecerem e os parênteses são resolvidos primeiro.

Exemplo 1

$$10 + 12 - 6 + 7$$

$$22 - 6 + 7$$

$$16 + 7$$

$$23$$

Exemplo 2

$$40 - 9 \times 4 + 23$$

$$40 - 36 + 23$$

$$4 + 23$$

$$27$$

Exemplo 3

$$25 - (50 - 30) + 4 \times 5$$

$$25 - 20 + 20 = 25$$

Números Inteiros

Podemos dizer que este conjunto é composto pelos números naturais, o conjunto dos opostos dos números naturais e o zero. Este conjunto pode ser representado por:

$$Z = \{\dots, -3, -2, -1, 0, 1, 2, \dots\}$$

Exercício Resolvido

(PREF. MARÍLIA/SP – Agente de Controle de Endemias – Nível Fundamental - VUNESP/2017) Com o intuito de alertar quanto aos cuidados necessários para o combate à proliferação de mosquitos, dois Agentes de Controle de Endemias visitaram, em separado, aproximadamente, 30 casas por dia, com uma média de 5 pessoas em cada casa. Sabendo-se que eles não visitaram as mesmas casas, o número total de pessoas visitadas em 12 dias de trabalho, por esses dois agentes, foi de, aproximadamente,

- A. 3600.
- B. 3000.
- C. 1800.
- D. 1200.
- E. 720.

Resposta: A.

Cada agente 30 casas então os dois: 60 casas
 $60 \cdot 5 = 300$ pessoas
 Em 12 dias: $300 \cdot 12 = 3600$

EXERCÍCIOS

01. (MGS – Artífice – Nível Fundamental – NOSSO RUMO/2017) Assinale a alternativa que apresenta o resultado da expressão algébrica abaixo.

$$2(14 + 12) \cdot 9 \div 3$$

- A. 156
- B. 300
- C. 221
- D. 180

Resposta: A.

$$2(14 + 12) \cdot 9 \div 3$$

$$2(26) \cdot 9 \div 3 = 468 \div 3 = 156$$

02. (MPE/GO - Secretário Auxiliar – Cachoeira Dourada – Nível Fundamental – MPE/2017) Em um certo dia,

o ônibus que sai da cidade A com destino à cidade C, passando pela cidade B, estava com seus 45 lugares totalmente ocupados. Sabe-se que alguns passageiros vão apenas até a cidade B e pagam por essa viagem R\$ 13,00, enquanto os demais vão até o destino final, a cidade C, cujo preço da passagem é de R\$ 20,00. Nesse dia, após conferir o valor total arrecadado com a venda dos bilhetes de passagem, o motorista anotou em sua planilha R\$ 781,00. Diante dessas informações, pode-se dizer que o número de passageiros que desembarcaram na cidade C superou o número de passageiros que foram até a cidade B em:

- A. 10
- B. 11
- C. 15
- D. 17
- E. 20

Resposta: B.

$$45 \cdot 13 = 585$$

Como arrecadou 781, o que falta foi para a cidade C.
 $781 - 585 = 196$
 $196 / 7 = 28$ pessoas foram até C.
 $45 - 28 = 17$ foram até B.
 $28 - 17 = 11$

03. (MPE/GO - Secretário Auxiliar – Ceres – Nível Fundamental – MPE/2017) Leticia, Livia e Luana vão jogar três rodadas de um jogo. O combinado é que o perdedor da rodada deve dar a cada um dos demais jogadores exatamente a quantia de dinheiro que cada um tem naquela rodada. Sabe-se que Leticia perdeu a primeira rodada, Livia perdeu a segunda e Luana perdeu a terceira. Sabendo-se ainda que ao final das três rodadas cada jogadora ficou com R\$ 40,00, é correto afirmar que Luana começou a primeira rodada do jogo tendo:

MATEMÁTICA

- A. 20,00.
- B. 15,00.
- C. 30,00.
- D. 35,00.
- E. 40,00.

Resposta: A.

Vamos começar do final:

3ª rodada

Para terminar todas com 40, sendo que Luana perdeu a rodada

Leticia tinha 20

Lívia 20

Luana 80 (pois ela da 20 para Leticia e 20 para Lívia)

2ª Rodada

Lívia perdeu

Se Luana terminou a 2ª rodada com 80, ela começou com 40

Leticia terminou com 20, então tinha 70

E Luana terminou com 80, então tinha 40

1ª rodada

Leticia perdeu a rodada.

Se Lívia terminou com 70, então tinha 35

Luana terminou com 40, então tinha 20

04. (PREF. DE SALVADOR/BA – Auxiliar de Desenvolvimento Infantil – Nível Fundamental - FGV/2017)

Odete comprou um saco contendo 8 dúzias de balas. A seguir, ela fez saquinhos menores com 7 balas cada um.

Tendo feito o maior número possível de saquinhos, o número de balas que sobrou foi

- A. 1.
- B. 2.
- C. 3.
- D. 4.
- E. 5.

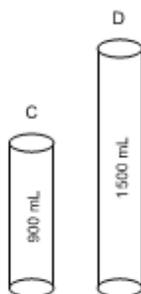
Resposta: E.

$8 \cdot 12 = 96$ balas

$96/7 = 13$ sobram 5 balas

05. (CÂMARA DE SUMARÉ/SP – Ajudante Administrativo – Nível Fundamental - VUNESP/2017)

Um supermercado vende certo suco em 2 tipos de frasco: C e D. Uma pessoa comprou 6 frascos do tipo D. Se tivesse comprado a mesma quantidade de suco apenas no frasco C, o número de frascos teria sido



- A. 15.
- B. 12.
- C. 10.
- D. 9.
- E. 8.

Resposta: C.

$1500 \cdot 6 = 9000$ ml de suco

$9000/900 = 10$ frascos

06. (PREF. DE SANTO EXPEDITO/SP – Motorista – Nível Fundamental – PRIME CONCURSOS/2017)

Calcule $(9 + 8 + 7 + 6 - 5) \times (4 + 3 - 2 - 1)$ e assinale a alternativa que corresponde ao resultado:

- A. 100
- B. 96
- C. 80
- D. 200

Resposta: A.

$25 \times 4 = 100$

07. (FCEP – Agente de Serviços Gerais Interno – AMAUC/2017)

Efetuada-se a adição da expressão $7 - 9 + 8$, obtemos como resultado:

- A. 6
- B. 10
- C. 16
- D. 17
- E. 24

Resposta: A.

Vamos fazer as somas primeiro:

$7 + 8 = 15$

$15 - 9 = 6$

08. (FCEP – Agente de Serviços Gerais Interno – AMAUC/2017)

Considere a expressão: O valor de A é:

- A. 9
- B. 6
- C. 3
- D. 1
- E. 0

Resposta: D.

Fazemos a multiplicação primeiro, depois a divisão, a soma e a subtração:

$$\frac{3 + 9 \div 3 - 3}{3} = \frac{3 + 3 - 3}{3} = \frac{3}{3} = 1$$

HIGIENE E SEGURANÇA NO TRABALHO

Higiene pessoal, asseio corporal, importância no ambiente de trabalho.	01
Prevenção de doenças.	14
Medidas para prevenção de acidentes de trabalho.	20
Primeiros socorros.	21
Roupas adequadas para os trabalhos de limpeza e conservação, EPIs- Equipamentos de proteção individual.	34
Cuidados no manuseio de energia elétrica.....	34

HIGIENE PESSOAL, ASSEIO CORPORAL, IMPORTÂNCIA NO AMBIENTE DE TRABALHO.

Higiene – Em um sentido mais simples é limpeza, asseio. Agora em uma forma mais abrangente é um conjunto de conhecimentos (métodos e técnicas de desinfecção, de esterilização, etc...) que, quando aplicados, previnem contra doenças, promovendo o bem-estar físico e mental. Prologando assim, a vida e conservando a saúde.

A higiene (gr. *hygieinós*, pelo fr. *hygiène*) é então, uma prática de grande importância pelos benefícios proporcionados.

No âmbito hospitalar, ela é considerada como um conjunto de procedimentos que tem a finalidade de assegurar a proteção e bem-estar físico e psicológico dos pacientes, evitando enfermidades.

Profilaxia – Em um sentido mais simples é a prevenção de doenças. Em uma forma mais complexa, podemos definir como a aplicação de métodos e técnicas, de forma individual e coletiva, com a intenção de manter e restaurar a saúde.

A sua prática é feita por todos que através do uso do conhecimento promovem a saúde, evitam doenças ou incapacidades e também prolongam a vida pessoal ou alheia.

A profilaxia tem como foco a prevenção de doença em nível populacional através de várias medidas que vão desde procedimentos mais simples, como o uso de medicamentos, até aos mais complexos.

Um exemplo de profilaxia é a vacina, que faz com que o sistema imune reconheça os elementos externos que podem atingi-lo e assim desencadeiam uma reação de defesa.

A profilaxia (gr. *prophylaxis* = precaução) é então, diversas medidas como lavar as mãos ou até usos de antibióticos e medicamentos.

O técnico em enfermagem deve preparar-se para ministrar tratamentos adequados e orientar a prevenção para evitar novas contaminações.

Fonte: <http://www.tecnicoemenfermagem.net.br/o-que-e-higiene-e-profilaxia/>

Higiene Ocupacional Riscos Ambientais

Consideram-se riscos ambientais os agentes físicos, químicos e biológicos existentes nos ambientes de trabalho que, em função de sua natureza, concentração ou intensidade e tempo de exposição, são capazes de causar danos à saúde do trabalhador. A disciplina que estuda os agentes de riscos ambientais é a *Higiene Ocupacional*, e na legislação brasileira se dá através do Programa de Prevenção de Riscos Ambientais - PPRA. O PPRA tem por finalidade antecipar, reconhecer, avaliar e, consequentemente, controlar as ocorrências de riscos ambientais existentes ou que venham a existir no ambiente de trabalho quais sejam, os agentes físicos, químicos e biológicos que, em função de sua natureza, concentração ou intensidade e tempo de exposição,

sejam capazes de causar danos à saúde dos trabalhadores.

As etapas da prevenção e controle dos riscos ambientais são:

Antecipação

Esta etapa tem uma grande importância, pois envolve a análise de projetos de novas instalações, métodos ou processos de trabalho, ou de modificação dos já existentes, visando identificar os riscos potenciais e introduzir medidas de proteção para sua redução ou eliminação. A antecipação é considerada uma abordagem ideal para a prevenção de riscos, pois inclui: avaliação dos efeitos sobre a saúde dos trabalhadores e impacto ambiental, antes da concepção e da instalação do processo/atividade, através de:

- tecnologia mais segura e mais limpa ("produção mais limpa");
- materiais e produtos menos nocivos;
- local adequado do ponto de vista ambiental;

Identificação / Reconhecimento

A identificação dos riscos é um passo fundamental na prática de higiene do trabalho, pois permite o planejamento de uma avaliação confiável e define as melhores estratégias de controle.

Esta etapa baseia-se no reconhecimento dos agentes ambientais que afetam a saúde dos trabalhadores, o que implica o conhecimento dos produtos envolvidos no processo, métodos de trabalho, fluxo de processo, layout das instalações, número de trabalhadores expostos, etc. Esta etapa compreende também o planejamento da abordagem do ambiente a ser estudado, seleção dos métodos de coleta, bem como dos equipamentos de avaliação.

Avaliação

Processo que mede/dimensiona/avalia os riscos para segurança e saúde dos trabalhadores decorrentes das fontes de riscos no local de trabalho. É um processo que nos permite dimensionar a exposição dos trabalhadores e tirar conclusões sobre o nível de risco para saúde humana. É uma análise sistemática de todos os aspectos relacionados com o trabalho e permite identificar:

- Aquilo que é suscetível de causar lesões ou danos.
- A possibilidade de eliminar os perigos.
- As medidas de prevenção ou proteção para controlar os riscos.

O objetivo da avaliação da exposição é determinar a magnitude, frequência e duração da exposição dos trabalhadores a um agente de riscos e agir preventivamente na fonte geradora destes riscos. Geralmente são realizadas para estimar a exposição dos trabalhadores aos riscos ambientais a fim de obter informações para projetar ou mensurar a eficiência de medidas de controle.

Prevenção e Controle

Processo que envolve desenvolvimento e implementação de estratégias para eliminar ou reduzir a níveis aceitáveis a presença de agentes de riscos ambientais no local de trabalho. De acordo com os dados obtidos nas fases anteriores, o controle se atém a propor e adotar medidas que visam à eliminação ou minimização do risco presente no ambiente.

A priorização para implementar medidas de controle dos riscos deve levar em consideração:

- Consequências da exposição.
- Número de trabalhadores expostos.
- Fatores administrativos.

Prevenção e Causas dos Acidentes de Trabalho

CONDIÇÕES QUE INFLUENCIAM NA HIGIENE E NA SEGURANÇA DO TRABALHO

Ambiente de trabalho: físico e psicológico
Tempo: jornadas de trabalho extensas, horas extras, etc.
Aspectos sociais: status

RISCOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

Tipos de problemas que o trabalho pode gerar:

Danos que se manifesta de forma aguda,
Danos que se manifestam de forma insidiosa como as doenças profissionais típicas e relacionadas ao trabalho.

CLASSIFICAÇÃO DOS FATORES DE RISCOS NOS AMBIENTES DE TRABALHO

AMBIENTAL

físico: ruído, vibração, calor, frio, luminosidade, umidade, etc.
químico: substâncias químicas, tóxicas no ambiente de trabalho
biológico: bactérias, fungos, parasitas, vírus, etc.

SITUACIONAL

Instalações deficientes de ajustes
Ferramentas inadequadas, que aumentam o esforço físico
Equipamentos defeituosos, sem proteção e manutenção
Materiais insuficientes, inadequados, etc.
Operações perigosas e sem proteção, etc.

HUMANO OU COMPORTAMENTAL decorrente da ação ou omissão humana: stress, relacionamentos conflituosos, atividade laboral desmotivadora, pressão por produção, não observância das normas de segurança, etc.

OS AGENTES E OS RISCOS À SAÚDE DO TRABALHADOR

RISCOS FÍSICOS

Ruído;
Vibração;
Calor;
Frio;
Radiações ionizantes;
Radiações não ionizantes;
Umidade;
Pressões anormais

A) Ruído

É uma onda sonora ou um complexo de ondas sonoras, causando sensação de desconforto e uma gradual perda de sensibilidade auditiva humana.

Para que o som seja percebido deve estar inserido dentro da faixa de frequência captável pelo ouvido humano e deve haver uma variação de pressão para a percepção e dessa forma, é composto por frequência e intensidade.

A frequência é medida em Hertz (Hz), e a intensidade é quantidade de som recebida pelo ouvido humano, sendo medida em decibel (dB).

Há três Normas Regulamentadoras relativas à questão do ruído. São elas: NR 6 que se refere a Equipamentos de Proteção Individual; a NR 7 que se refere a exames médicos ocupacionais, incluindo recomendações de exames audiômetros e a NR 15 refere-se às atividades e operações insalubres, considerando também os limites relativos à exposição ao ruído.

O ruído é um agente físico que pode afetar de forma significativa a qualidade de vida;

É medido por meio da utilização de um instrumento – decibímetro: decibel ou dB;

Limite máximo de ruído para 8hs de jornada de trabalho em ambientes ruidosos – 85 decibéis – Portaria/MT nº 3.214/78;

Excesso de intensidade do ruído com exposição prolongada à níveis de ruídos acima de 85 dB (8 horas) – danos ao sistema nervoso e surdez – Instalação de Perda Auditiva Induzida pela Ruído (PAIR), sendo esta irreversível devido destruição de células auditivas.

A perda auditiva por exposição continuada a níveis elevados de pressão sonora é sempre neurosensorial por causar danos às células de CORTI. É irreversível e quase sempre similar bilateralmente.

É passível de não progressão, uma vez cessada a exposição ao ruído. O surgimento da doença está relacionado com o tempo de exposição ao agente agressor, às características físicas do ruído e a susceptibilidade individual.

É comum a coexistência de vários outros fatores que podem agredir diretamente o órgão auditivo e influir no desenvolvimento da perda auditiva por meio da interação com os níveis de pressão sonora ocupacional ou não ocupacional.

Destacam-se, entre eles: agentes químicos: solventes, fumos metálicos, gases asfixiantes; agentes físicos: vibrações, radiação e calor; agentes biológicos: vírus, bactérias, etc.

O trabalhador pode apresentar perda auditiva e alterações importantes na qualidade de vida do trabalhador

Portador de diabetes tem maior susceptibilidade ao ruído.

Pode apresentar irritabilidade, hipertensão, isolamento e perda da autoimagem.

Comprometimento das relações interpessoais: família, trabalho e sociedade.

A influência do ruído na saúde e no desempenho do trabalhador

Aumento da produção de hormônios da tireoide;

Aumento de batimentos cardíacos;

Contração de vasos sanguíneos;

Aumento da produção de adrenalina;

Ansiedade e irritabilidade

Tensão;

Insônia e cansaço;

Alterações nos ciclos menstruais;

Impotência;

Baixa concentração;

Baixo rendimento no trabalho;

Hipertensão arterial;

Acidentes

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS
Auxiliar de Serviços Gerais

Faxina, limpeza, arrumação e higiene em geral.	01
Produtos, materiais, ferramentas e equipamentos de trabalho.	04
Coleta seletiva, separação e destinação correta do lixo.	08

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Auxiliar de Serviços Gerais

FAXINA, LIMPEZA, ARRUMAÇÃO E HIGIENE EM GERAL.

São inúmeros os fatores que influenciam o trabalho dos profissionais de uma empresa. A temperatura do ambiente, a organização, o barulho, o espaço, como também, a limpeza e higiene do local de trabalho, exercem influência sobre a produtividade dos colaboradores.

A higiene refere-se a técnicas e métodos como, limpeza, conservação e cuidados que quando implementados, evitam doenças. As pessoas passam horas seguidas no ambiente de trabalho, um único espaço pode ser dividido entre inúmeros profissionais, por conta disso, implementar a higiene e seus métodos em tais locais é fundamental.

Um ambiente de trabalho limpo, além de favorecer a saúde e necessidades fisiológicas dos indivíduos (a base da pirâmide de Maslow), também beneficia o desenvolvimento, a conduta e a alta performance da empresa, visto que, ao trabalhar em um local que promove bem-estar, os colaboradores se sentem motivados e exercem suas funções de forma eficaz. Além disso, a limpeza do espaço também previne acidentes e garante a manutenção dos equipamentos da organização.

Problemas causados pela falta de limpeza no ambiente de trabalho

Um local de trabalho com escassez de limpeza e higiene pode causar problemas, tanto para a empresa quanto para os profissionais. Saiba mais:

- Proliferação de doenças infecciosas e degenerativas;
- Queda na qualidade de vida dos colaboradores;
- Minimização da produtividade;
- Deterioração dos equipamentos e materiais;
- Queda na motivação;
- Enfraquecimento da higiene pessoal dos profissionais;
- Depreciação dos produtos/serviços;
- Sensação de cansaço e desânimo entre os colaboradores.

Para que o ambiente de trabalho esteja sempre limpo e higiênico, todos devem colaborar com a manutenção do mesmo. Isso não significa que todos os dias a empresa deve se mobilizar para realizar faxinas e grupos de limpeza; a higiene e arrumação do espaço deve sim ser feita diariamente, mas, através de pequenas ações que são capazes de influenciar o resultado como um todo.

Nesse sentido, o método 5s é eficaz para manter a limpeza e ordem do ambiente de trabalho. Ele consiste na ideia de que todas as pessoas que compõem uma empresa, a partir do momento que se empenham em melhorar o ambiente de trabalho, podem auxiliar no desenvolvimento da organização.

O 5s consiste em:

- 1º S Seiri – Senso de Utilização;
- 2º S Seiton – Senso de Ordenação;
- 3º S Seisou – Senso de Limpeza;
- 4º S Seiketsu – Senso de Padronização;
- 5º S Shitsuke – Senso de Autodisciplina.

Nota-se que o 3º senso diz respeito a limpeza. Nele, o ato de limpar deve ser parte da rotina de trabalho do colaborador. Ou seja, o profissional deve manter o seu setor limpo, bem como ajudar na higiene dos espaços comuns, como, descobrir e eliminar focos de sujeira, evitar poluir a empresa, preservar materiais e equipamentos, etc.

Ações para manter o ambiente de trabalho limpo

Outras medidas podem ser tomadas para que todos possam ajudar na arrumação e higiene da organização, tais como:

Manter as áreas comuns da empresa livres de itens como caixas, ferramentas e materiais desnecessários;

Estipular um local adequado para fazer a armazenagem destes itens;

Não comer na mesa de trabalho, evitando assim, a proliferação de germes e insetos;

Não acumular lixo e sujeira na mesa de trabalho;

Limpar móveis e equipamentos com produtos adequados.

Benefícios da limpeza no ambiente de trabalho

A arrumação, limpeza e higiene da empresa traz vantagens tanto para a mesma, como para seus profissionais. Entenda:

Favorece a qualidade de vida e saúde do quadro de colaboradores;

Aproveita de forma eficaz o local de trabalho;

Gera credibilidade para a empresa entre os profissionais, clientes e o mercado como um todo;

Promove o relacionamento interpessoal entre os colaboradores;

Propicia a conservação dos equipamentos e materiais utilizados na organização;

Facilita a localização dos equipamentos e materiais;

Gera conscientização e disciplina;

Minimiza os acidentes de trabalho;

Reduz perdas, desperdícios e custos operacionais;

Contribui com o meio ambiente;

Auxilia na otimização do tempo;

Promove a criatividade entre as equipes;

Maximiza a alta performance e entrega de resultados.

A limpeza do ambiente de trabalho é um aspecto muitas vezes ignorado pelos colaboradores, mas se cada profissional tomar consciência da importância de tal ação e auxiliar na higiene e organização da empresa diariamente, resultados extraordinários, como saúde e qualidade do trabalho serão alcançados.

LIMPEZA OU DESINFECÇÃO?

Apesar de serem próximas, as técnicas são aplicadas de maneiras diferentes. Uma elimina uma quantidade maior de micro-organismos do que a outra, mas, mesmo com as diferenças as técnicas têm um objetivo comum: higienizar ambientes e objetos para que se evite doenças e riscos à saúde.

A limpeza é a atividade que remove sujeiras visíveis aos olhos. Normalmente, essa ação é feita com água, detergente e fibra (quando feita em ambientes), realizando, assim, a remoção da sujeira ou gordura residual (material orgânico mais fino).

Já a desinfecção é o processo capaz de eliminar a maioria dos organismos causadores de doenças, com exceção dos esporos. O método é classificado em: desinfecção de alto nível, nível intermediário e baixo nível.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Auxiliar de Serviços Gerais

Uma limpeza ou desinfecção feita de maneira inadequada, pode causar riscos à saúde. E, por isso, é preciso tomar muito cuidado na hora de higienizar os ambientes. Para te ajudar e sanar as dúvidas, a HIGTOP preparou um passo a passo sobre a importância da higienização dos ambientes. Confira:

– A HIGIENE

Os efeitos de uma higiene bem elaborada são obtidos através de um ou mais métodos de higienização, dependendo das condições disponíveis de aplicação e do tipo de sujeira a ser removida. Conheça outros métodos de limpeza:

Sanitização (mais utilizado em áreas alimentícias)

Reduzir o número de microrganismos a níveis toleráveis.

Assepsia

Ação preventiva para evitar contaminação ou retorno dos micro-organismos.

Antissepsia

Termo utilizado para superfícies vivas externas como pele, algumas mucosas, etc..

Desodorizante:

Produto que tem em sua formulação substância com atividade antimicrobiana capaz de controlar odores desagradáveis.

Bacteriostático:

Produto que inibe o crescimento ou multiplicação do microrganismo sem chegar necessariamente a matar.

Bactericida:

Elimina de forma letal as bactérias.

Princípios Ativos:

Componente que na formulação é responsável com, pelo menos, uma determinada ação do produto.

Coadjuvantes / Adjuvantes:

Componentes complementar que melhora as propriedades do produto.

– PRINCÍPIO ATIVOS PARA DESINFECÇÃO:

Conheça os componentes que irão te ajudar nessa hora:

Hipoclorito de Sódio (Cloro Inorgânico):

Inativo em presença de matéria orgânica; corrosivo para metais; odor, etc. Concentração de uso: desinfecção 0,02% a 1,0%.

Cloro Orgânico:

Mais estável que o cloro inorgânico. Indicação: descontaminação de superfícies, potabilização da água, Sanitização de FLV e Alvejante de roupas.

Compostos quaternários de amônio:

É pouco corrosivo, tem baixa toxicidade e baixíssimo odor. Indicação: superfícies fixas em geral. Concentração: 250 a 5000ppm.

Álcool:

Bactericida, virucida, fungicida e tuberculocida. Não é esporicida. Fácil aplicação e ação imediata. Indicação: mobiliário em geral. Concentração de uso: 70%.

Ácido Peracético:

Desinfetante para superfícies fixas. Tem uma ação bastante rápida sobre os microrganismos, inclusive sobre os esporos bacterianos em baixas concentrações de 0,001 a 0,2%. É efetivo em presença de matéria orgânica.

– CONCEITO PPM (Partes por milhões):

O conceito PPM (partes por milhões) é a medida que mostra a concentração de princípios ativos na solução.

Como calcular:

% do ativo x 10.000 dividido pela diluição.

Ex: O Seven Desinfetante Superconcentrado Hospitalar possui 15% ativo (Quaternário de amônia). Ou seja, ele puro possui $15 \times 10.000 = 150.000\text{PPM}$.

Diluidor 1:100 = 1500PPM.

– A ÁGUA (VEÍCULO):

Pode não parecer, mas, a qualidade da água interfere diretamente no processo de limpeza/lavagem dependendo da concentração da mesma. A água normalmente é obtida de três fontes, são elas:

Precipitação: água da chuva.

A água de precipitação, em linhas gerais é pura, até que a mesma entre em contato com a atmosfera. Ótima para limpeza.

Superfície: rios, lagos, represas, nascentes, minas a flor da terra.

A água de superfície é fortemente poluída, contém: celulose, produtos de decomposição, sólidos em suspensão, microrganismos e sílicas.

Subsolo: poços em geral.

Normalmente por ter contato com as camadas rochosas do subsolo, poderemos encontrar todos os tipos de sais possíveis e imagináveis. São águas com características mais duras. Todos esses minerais ou sais minerais, afetam o processo de limpeza / lavagem em geral dependendo da concentração existente na água.

QUANTO A DUREZA, AS ÁGUAS SÃO CONSIDERADAS:

De 0 a 40 ppm de CaCO_3 => água macia, ideal para lavagem. De 40 a 90 ppm de CaCO_3 => água de dureza moderada.

De 90 a 150 ppm de CaCO_3 => água dura.

Acima de 150 ppm de CaCO_3 => água muito dura.

– COMPOSIÇÃO BÁSICA DE UM PRODUTO DE LIMPEZA

Saber identificar a composição química de diferentes produtos de limpeza é um critério importante para a escolha dos mesmos. Além disso, identificar a composição deles te ajuda na hora armazenamento e uso adequado de diferentes produtos.

TENSOATIVO:

Composto que diminui a tensão superficial da água e auxilia na formação de emulsões (sujeira + água).

Para penetrar na superfície e Interfaces dos corpos (adsorção), a molécula do agente tensoativo contém uma parte polar ou hidrofílica, solúvel em água, e uma parte lipofílica, solúvel em gordura. Exemplos: tensoativos aniônicos; tensoativos não-iônicos; tensoativos anfóteros; tensoativos catiônicos

SOLVENTES:

Tem a função de solubilizar as sujeiras principalmente oleosas contribuindo para baixar a tensão superficial da água, potencializando a ação do tensoativo. Exemplos: glicóis, delimoneno, água zax e querosene.