



TECPORTO

Certificado

Certificamos que **Douglas Calegari Benicio**,
concluiu o treinamento de **NR 10 - Sistema Elétrico de Potência (SEP)**,
realizado nas dependências da empresa SUPLEY LABORATORIO DE ALIMENTOS E SUPLEMENTOS
NUTRICIONAIS LTDA,
com aproveitamento SATISFATÓRIO e carga-horária de **40 horas**.

09 de Julho de 2025.

RTP Tecnologia Ltda
CNPJ 33.128.260/0001-04



Douglas Calegari Benicio

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

