

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

1. TREINAMENTOS DOS PROCEDIMENTOS OPERACIONAL PADRÃO DE SEGURANÇA (POP – 110, 111, 112 e 115)

Os treinamentos dos procedimentos operacionais padrão de segurança devem ser ministrados a todos os colaboradores do Grupo Equatorial, (próprios e parceiros) que, direta ou indiretamente, interajam em instalações elétricas e/ou trabalhem com diferença de nível acima de 2,0m (dois metros) do nível inferior, onde haja risco de queda em altura (em conformidade com os itens 10.2.1 – análise de risco, 10.11 – procedimentos de trabalho (NR 10), e 35.3.1, alíneas “B” - análise de risco – AR, “C” – procedimentos de trabalho e 35.6.6.2 inspeção rotineira.

O treinamento deverá ser ministrado por profissional de segurança do trabalho, podendo ser um multiplicador vinculado a empresa parceira ou a instituição de ensino devidamente homologada pelo Grupo Equatorial.

A **formação de multiplicadores em segurança do trabalho** é de competência exclusiva do Grupo Equatorial, sendo conduzida por colaboradores próprios designados como “**homologadores**”.

Somente serão reconhecidos como aptos a ministrar treinamentos os multiplicadores que tenham sido formalmente capacitados por esses homologadores, assegurando a padronização, a qualidade técnica e a conformidade com as diretrizes corporativas de segurança do trabalho do Grupo.

Em caso de desligamento de um colaborador homologador do Grupo Equatorial, este perderá automaticamente a condição de homologador, passando a ser considerado multiplicador.

O multiplicador só poderá ministrar treinamentos por meio de instituição de ensino homologada.

O multiplicador deverá manter atualizada, junto ao Grupo Equatorial, a informação sobre a instituição de ensino homologada à qual está vinculado para a realização de treinamentos.

O treinamento deve seguir a carga horária e periodicidade estabelecidas, conforme Tabela 1.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 1 - conteúdo programático dos treinamentos dos procedimentos operacionais de segurança.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
POPS – 110, 111, 112 e 115. Inicial (antes que o trabalhador inicie suas funções); ou por situação motivadora (evento de alto potencial, revisão do procedimento, mudança risco e retorno ao trabalho). (16 horas) inicial e reciclagem.	POP 110 – ANÁLISE PREMILINAR DE SEGURANÇA - Análise preliminar de risco e aplicação das medidas de controle; - Materiais necessários para execução da tarefa; - Equipamentos de proteção individual; - Inspeção em poste de madeira, concreto, poste auxiliar/ metálico/ contra poste e poste de fibra. - Posicionamento de escada singela e extensível e instalação de sistema para trabalho em altura; - Instalação e retirada do agulhão gancho metálico em poste de madeira, concreto e fibra; - Retirada de escada em postes de madeira, concreto, fibra e metálico; - Regras de ouro da Equatorial; - Teste de ausência de tensão na rede de média tensão, em cabines primárias, em circuitos secundários convencionais e com cabo multiplexado. - Instalação do aterramento temporário – rede primária, em cabines primárias, em circuitos secundários convencionais e com cabo multiplexado. - Sinalização de impedimento de reenergização;	Engenheiro de segurança do trabalho ou técnico de segurança do trabalho. Nota: 1) Homologados pela Gerência Corporativa de Segurança; e Certificados pelo Programa de Gestão e Segurança. Todos com comprovada *proficiência no assunto.
	POP 111 – ATIVIDADES PRELIMINARES DE SEGURANÇA PARA TRABALHO EM ALTURA EM POSTE DE RD - Análise preliminar de risco e aplicação das medidas de controle; - Análise de risco para montagem de escada, agulhão e gancho metálico; - Sinalização e delimitação da área de trabalho; - Montagem da linha de vida na escada; - Posicionamento da escada na estrutura; - Instalação da linha de vida, cintas, mosquetões e descensores na estrutura; - Preparação da escada com a corda para amarrar o topo; - Amarração de base e topo da escada no solo com auxílio de vara de manobra ou bastão telescópico; - Montagem da escada e do sistema para trabalho em altura no poste; - Montagem da vara de manobra de 5 elementos; - Montagem da vara telescópica; - Instalação da linha da vida através do agulhão; - Instalação da linha de vida através do gancho metálico;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	• Amarração do topo da escada do solo com uso da vara de manobra ou telescópica; • Simulação da implementação das regras de ouro. POP 112 – ATIVIDADES PRELIMINARES DE SEGURANÇA PARA TRABALHO ELÉTRICO • Análise preliminar de risco e aplicação das medidas de controle; • Simulação da aplicação das regras de ouro (abertura, bloqueio, teste de ausência de tensão, aterrar, sinalizar e proteger, quando aplicável). Incluir¹: Estudo de caso dos eventos acidentais (SEP, trabalho em altura, e análise preliminar de risco) ocorridos nos últimos 12 meses anteriores ao treinamento. POP 115 – INSPEÇÃO EM EQUIPAMENTO PROTEÇÃO INDIVIDUAL E COLETIVA • Inspeção de equipamento de proteção individual; • Inspeção de equipamento de proteção coletivo; • Inspeção dos laudos dielétricos; • Inspeção de veículo; • Equipamentos dos veículos implementos; • Desenvolver habilidades para compreender e identificar condições inseguras que podem ocorrer de forma natural ou não; • O desgaste de peças, rasgos, furos em equipamentos utilizados na atividade, bem como assegurar a integridade dos prazos de testes dielétricos em equipamentos como luvas e mangas isolantes. • Essa inspeção visa prevenir os acidentes ao identificar os riscos, além de proporcionar tomadas de decisão adequadas para eliminar ou mitigar os riscos de acidentes do trabalho; • A inspeção de segurança de EPI e EPC deverá seguir um checklist, contendo a relação dos itens a serem observados, verificando sua condição; AValiação de Aprendizagem Prática 1. Inspeção e instalação da linha de vida na escada e fixação da corda na longarina da escada para amarração de topo – tempo máximo: 6 minutos. Peso 40%. 2. Montagem da vara de manobra ou telescópica – tempo máximo: 5 minutos. Peso 10%. 3. Planejamento da atividade/preenchimento da APR, sinalização/delimitação da área de trabalho, inspeção nos equipamentos que serão utilizados (kit linha de vida, escada e vara de manobra), Levantamento da escada da forma adequada conforme procedimento, amarração da base da escada e topo do solo - tempo máximo: 15 minutos. Peso 30%. 4. Instalação da linha de vida através do agulhão ou gancho e trabalho em equipe e comunicação – tempo máximo: 8 minutos. Peso 20%. Abordagem prática dos itens 1 a 4 com duração 8 horas.	
--	--	--

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 1.1 - Material didático para o treinamento prático

Descrição item	Quantidade (unidade)
Formulário de análise preliminar de risco, procedimentos operacionais padrão de segurança 110, 111, 112 e 115.	1
Vara de manobra seccionável com 5 elementos.	1
Vara telescópica.	1
KIT linha de vida com descensor, fitas e cordas de poliamida com tamanho mínimo de 3 (vezes) o tamanho da estrutura.	1
Rolo de cordas de poliamida com no mínimo 12 metros de cada rolo.	6
Escada extensível com no mínimo 7,5 metros cada.	6
Agulhões.	2
Ganchos.	2
Lonas.	6
Rolos de fita de delimitação da área de trabalho.	6
Cones.	30

2. TREINAMENTO DE CIPA

O treinamento de CIPA deverá ser disponibilizado para o representante nomeado da NR5 e para os membros da CIPA, titulares e suplentes, antes da posse, com carga horária vinculada ao grau de risco da empresa e deve ser distribuída em, no máximo, oito horas diárias.

No treinamento para trabalhadores do Grupo Equatorial deverá ser apresentado o plano de trabalho do CIPA ATUANTE.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instruendo/trabalhador.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Tabela 2 - carga horária versus modalidade de ensino.

Grau de risco do estabelecimento	Carga horária	Modalidade
1	8	8 horas integralmente EAD ou 8 horas presenciais.
2	12	8 horas EAD + 4 horas presenciais.
3	16	8 horas EAD + 8 horas presenciais.
4	20	12 horas EAD + 8 horas presenciais.

Nota 01

- O treinamento realizado integralmente na modalidade de ensino à distância (grau de risco 1) deve contemplar os riscos específicos do estabelecimento;
- O integrante do SESMT fica dispensado do treinamento da CIPA;
- O engenheiro ou técnico de segurança que atuará como instrutor da CIPA deverá possuir treinamento em metodologia do ensino.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 3 - conteúdo programático do treinamento de CIPA.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
CIPA. Periodicidade: Anual.	• Estudo do ambiente, das condições de trabalho, bem como dos riscos originados do processo produtivo; • Noções sobre acidentes e doenças relacionadas ao trabalho decorrentes das condições de trabalho e da exposição aos riscos existentes no estabelecimento e suas medidas de prevenção; • Metodologia de investigação e análise de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho; • Incluir¹: Estudo de caso dos eventos acidentais dos últimos 12 meses que antecedem o treinamento. • Princípios gerais de higiene do trabalho e de medidas de prevenção dos riscos; • Noções sobre as legislações trabalhista e previdenciária relativas à segurança e saúde no trabalho; • Noções sobre a inclusão de pessoas com deficiência e reabilitados nos processos de trabalho; • Organização da CIPA e outros assuntos necessários ao exercício das atribuições da comissão; • Prevenção e combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no trabalho; • Planejamento e estabelecimento do calendário de reuniões ordinárias; • Elaboração e divulgação de ata de reunião; • Como identificar perigos e avaliar riscos, bem como a adotar medidas de prevenção implementadas pela organização; • Como levantar e registrar a percepção dos riscos dos trabalhadores; • Como verificar os ambientes e as condições de trabalho e identificar situações que possam trazer riscos para a segurança e saúde dos trabalhadores; • Como elaborar e acompanhar plano de trabalho que possibilite a ação preventiva em segurança e saúde no trabalho.	Engenheiro ou técnico de segurança do trabalho e que conheça o processo produtivo, os riscos e os tipos de acidentes da empresa.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

3. TREINAMENTO DE PRIMEIROS SOCORROS

O treinamento de primeiros socorros deverá ter uma carga horária mínima de 8 horas, com periodicidade de aplicação anual, seguindo o conteúdo programático previsto na **tabela 04**, baseada no anexo B da ABNT NBR 14276:2020 Brigada de incêndio e emergência - requisitos e procedimentos, NR10, NR-11, NR-12, NR-33 e NR-35. Periodicidade anual, carga horária 8 horas.

O treinamento visa assegurar que o trabalhador esteja apto a executar o resgate de forma a reduzir o tempo de suspensão inerte do acidentado, sua exposição aos perigos existentes e prestar primeiros socorros, especialmente por meio de reanimação cardiorrespiratória.

Os profissionais que serão responsáveis pela execução das medidas de salvamento devem possuir aptidão física e mental compatível com a atividade que desempenhará.

O plano de emergência da unidade de negócio deverá ser utilizado como referência durante o treinamento. O plano de emergência deverá utilizar o anexo E da ABNT NBR 15219:2020 e deverá ser revisado bianualmente.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instrutor/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Tabela 4 - conteúdo programático do treinamento de primeiros socorros.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Primeiros socorros. Periodicidade: Anual. Carga horária: 8 horas.	1 - Avaliação inicial: a) Avaliação do cenário, mecanismo de lesão e número de vítimas; 2 - Vias aéreas: a) Causas de obstrução e liberação; 3 - RCP - Ressuscitação cardiopulmonar: a) Ventilação artificial e compressão cardíaca externa; 4 - AED / DEA: a) Desfibrilação semiautomática externa; 5 - Estado de choque: a) Classificação prevenção e tratamento; 6 – Hemorragias: a) Classificação e tratamento; 7 – Fraturas: a) Classificação e tratamento; 8 – Ferimentos: a) Classificação e tratamento; 9 – Queimadura: a) Classificação e tratamento; 10 - Emergências clínicas: a) Reconhecimento e tratamento; 11 - Movimentação, remoção E transporte de vítimas: a) Avaliação e técnicas; 12 - PRÁTICA DE PRIMEIROS SOCORROS: - abordagem prática dos itens 1 a 11 com duração 4 horas. Exceto o item 3, aplicar este apenas se houver equipamento DEA no estabelecimento. 13 - Primeiros socorros na NR-10: a) noções sobre lesões; b) priorização do atendimento; c) aplicação de respiração artificial; d) massagem cardíaca;	Bombeiro civil (lei 11.901/2009 e ABNT NBR14608:2021), bombeiro militar, auxiliar/técnico em enfermagem do trabalho, enfermeiro do trabalho ou médico do trabalho, ou profissional com formação em técnicas de emergência pré-hospitalar de acordo com a NBR 14276:2020 item 3.24. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	e) técnicas para remoção e transporte de acidentados; f) práticas. 14 - Primeiros socorros na NR-10 S.E.P.: Treinamento em técnicas de remoção, atendimento e transporte de acidentados. 15 - Primeiros socorros na NR-12: Noções sobre prestação de primeiros socorros. 16 - Primeiros socorros na NR-35: Noções de técnicas de resgate e de primeiros socorros.	
--	--	--

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

4. PREVENÇÃO E COMBATE À PRINCÍPIOS DE INCÊNDIO

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Prevenção e Combate a Incêndios	a) noções básicas; b) medidas preventivas; c) métodos de extinção; d) prática.	Bombeiro civil (lei 11.901/2009 e ABNT NBR14608:2021), bombeiro militar. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Credenciamento ao Corpo de Bombeiros do Estado onde atua.

5. TREINAMENTO DE NR-10 BÁSICO – CURSO BÁSICO SEGURANÇA EM INSTALAÇÕES E SERVIÇOS EM ELETRICIDADE

Treinamento mandatório, em conformidade com a CLT art. 180 e 181 e NR-10 itens 10.6.1.1, 10.8.8, 10.8.8.1 a 10.8.8.4, devendo ter carga horária mínima de 40 horas, seguindo o conteúdo programático previsto na **tabela 05**.

a) Conforme item 10.8.8.2 da NR-10, deve ser realizado um treinamento de reciclagem bianual e sempre que ocorrer alguma das situações a seguir:

- I. Troca de função (quando a troca de função implicar em mudança de riscos ocupacionais, conforme NR-07) ou mudança de empresa;
- II. Retorno de afastamento ao trabalho ou inatividade, por período superior a três meses;
- III. Modificações significativas nas instalações elétricas ou troca de métodos, processos e organização do trabalho;
- IV. Envolvimento em acidente.

b) Conforme item 10.8.8.3 da NR-10 a carga horária e o conteúdo programático dos treinamentos de reciclagem devem atender as necessidades da situação que o motivou, fica definido como conteúdo programático para reciclagem de NR 10 (básico e complementar – SEP) conforme abaixo.

Se a motivação da reciclagem for por vencimento do prazo de 2 anos exigido pelo item 10.8.8.2 da NR-10, deverá realizar a reciclagem nas instituições de ensino homologadas pela Gerência de

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Segurança Corporativa do Grupo Equatorial, a carga horária mínima deverá ser de 16 horas com base na **tabela 07**.

- c) Se o trabalhador contratado já tiver o treinamento básico de 40h com menos de dois anos, ou treinamento básico de 40h com mais de dois anos e treinamento de reciclagem com menos de dois anos, ele deverá ser submetido apenas ao treinamento de reciclagem para atendimento ao item 10.8.3.1 da NR-10.
- d) Esta capacitação é parte integrante do registro - atestado de capacitação e autorização assinado pelo líder e pelo trabalhador, entregue uma via para o trabalhador e arquivada cópia na pasta do trabalhador pela área de segurança do trabalho.
- e) O treinamento prático deverá ser precedido pela análise preliminar de risco.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

Na avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instruendo/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Deve emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 5 - conteúdo programático do treinamento de NR-10 básico.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR-10 básico - curso básico em segurança em instalações e serviços com eletricidade. Periodicidade: bianual. Carga horária 40 horas.	1 – Introdução à segurança com eletricidade;	Engenheiro eletricista, técnico eletrotécnico, todos com comprovada *proficiência no assunto e cursos de segurança do trabalho, proteção e combate à incêndios e primeiros socorros. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	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 – 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 do alcance; m) separação elétrica.	
	4 – Normas técnicas brasileiras ABNT NBR 5410, 14039 e outras.	
	5 – Documentação de instalações elétricas.	
	6 – Rotinas de trabalho – procedimentos: a) instalações desenergizadas; b) liberação para serviços; c) sinalização; d) inspeções de áreas, serviços, ferramental e equipamento.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	7 – Técnicas de análise de risco.	
	8 – Regulamentações do M T E. 1 HORA a) NR (NR 04, NR 05, NR 06, NR 10, NR 12, NR 18 e NR 35); b) NR-10 (Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade); c) qualificação; habilitação; capacitação e autorização.	
	9 – Equipamentos de proteção coletiva.	
	10 – Equipamento de proteção individual.	
	11 – Riscos adicionais: a) altura; b) ambientes confinados; c) áreas classificadas; d) umidade; e) condições atmosféricas.	
	12 – Acidentes de origem elétrica: a) causas diretas e indiretas; b) discussão de casos.	
	13 – Responsabilidades.	
	14 – Proteção e combate a incêndios: a) noções básicas; b) medidas preventivas; c) métodos de extinção; d) prática.	
	15 – 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.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

6. TREINAMENTO DE NR-10 SEP – CURSO COMPLEMENTAR SEGURANÇA NO SISTEMA ELÉTRICO DE POTÊNCIA (SEP) E EM SUAS PROXIMIDADES

Treinamento mandatório, em conformidade com a CLT art. 181 e NR-10 itens 10.7.2, 10.8.8, 10.8.8.1 a 10.8.8.4, deverá ter uma carga horária mínima de 40 horas, seguindo o conteúdo programático previsto na **tabela 06**.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instruendo/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 6 - conteúdo programático do treinamento de NR-10 complementar.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR-10 SEP - curso complementar segurança no sistema elétrico de potência (SEP) e em suas proximidades. Periodicidade bianual. Carga horária 40 horas.	1 - Organização do sistema elétrico de potência – SEP.	Engenheiro eletricista, técnico eletrotécnico, todos com comprovada *proficiência no assunto e cursos de segurança do trabalho, proteção e combate à incêndios e primeiros socorros. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	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 - Riscos típicos no SEP e sua prevenção: a) proximidade e contato 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.	
	4 - Procedimentos de trabalho: NP.00030. EQTL - Diretrizes de segurança para trabalho em altura; NP.00078. EQTL. Análise preliminar de riscos; POP.00110. EQTL. Atividades preliminares de segurança; POP.00111. EQTL. Atividades preliminares de segurança para trabalho em altura em poste RD; POP.00112. EQTL. Atividades preliminares de segurança para trabalho elétrico; POP.00115. EQTL. Inspeção em equipamento proteção individual e coletiva.	
	5 - Técnicas de trabalho sob tensão: a) em linha viva; b) ao potencial; c) em áreas internas; d) trabalho à distância; e) trabalhos noturnos; e	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	f) ambientes subterrâneos.	
	6 - Equipamentos e ferramentas de trabalho (escolha, uso, conservação, verificação, ensaios).	
	7 - Liberação de instalação para serviço e para operação e uso.	
	8 - Aspectos comportamentais.	
	9 - Condições impeditivas para serviços.	
	10 - Técnicas de análise de risco no SEP.	
	11 - Procedimentos preliminares de segurança.	
	12 - Sistemas de proteção coletiva.	
	13 - Equipamentos de proteção individual.	
	14 - Posturas e vestuários de trabalho.	
	15 - Segurança com veículos e transporte de pessoas, materiais e equipamentos.	
	16 - Sinalização e isolamento de áreas de trabalho.	
	17 - Acidentes típicos - análise, discussão, medidas de proteção.	
	18 – Responsabilidades.	
	19 - Treinamento em técnicas de remoção, atendimento e transporte de acidentados.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Conforme item 10.8.8.2 da NR-10, deve ser realizado um treinamento de reciclagem bianual e sempre que ocorrer alguma das situações a seguir:

- I. Troca de função (quando a troca de função implicar em mudança de riscos ocupacionais, conforme NR-07) ou mudança de empresa;
 - II. Retorno de afastamento ao trabalho ou inatividade, por período superior a três meses;
 - III. Modificações significativas nas instalações elétricas ou troca de métodos, processos e organização do trabalho;
 - IV. Envolvimento em acidente.
-
- a) Conforme item 10.8.8.3 da NR-10 a carga horária e o conteúdo programático dos treinamentos de reciclagem devem atender as necessidades da situação que o motivou, fica definido como conteúdo programático para reciclagem de NR 10 (básico e complementar – SEP) conforme tabela 7.
 - b) Se a motivação da reciclagem for por vencimento do prazo de 2 anos exigido pelo item 10.8.8.2 da NR-10, deverá realizar a reciclagem nas instituições de ensino homologadas pela Gerência de Segurança Corporativa do Grupo Equatorial, a carga horária mínima deverá ser de 8 horas com base na Tabela 06 – item 06
 - c) Se o trabalhador contratado já tiver o treinamento SEP 40 horas com menos de dois anos, ou treinamento SEP 40h com mais de dois anos e treinamento de reciclagem com menos de dois anos, ele deverá ser submetido apenas ao nosso treinamento de reciclagem para atendimento ao item 10.8.3.1 da NR-10.
 - d) Esta capacitação é parte integrante do registro - Atestado de Capacitação e Autorização assinado pelo líder e pelo trabalhador, entregue uma via para o trabalhador e arquivada cópia na pasta do trabalhador pela área de segurança do trabalho.
 - e) O treinamento prático deverá ser precedido pela análise preliminar de risco.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instruendo/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

7. CONTEÚDO DE RECICLAGEM NR 10 – (BÁSICO E COMPLEMENTAR)

Tabela 7 - conteúdo programático reciclagem NR 10.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO		FORMAÇÃO REQUERIDA
Reciclagem em NR-10 Periodicidade: Bianual. Carga horária Mínimo de 16 horas.	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) extrabaixa 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 do alcance; m) separação elétrica.	Engenheiro eletricista, técnico eletrotécnico, todos com comprovada *proficiência no assunto e cursos de segurança do trabalho, proteção e combate à incêndios e primeiros socorros. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	Rotinas de trabalho – procedimentos: a) instalações energizadas; b) instalações desenergizadas; c) liberação para serviços; d) sinalização; e) inspeções de áreas, serviços, ferramental e equipamento.		
	Equipamentos de proteção coletiva.		
	Equipamento de proteção individual.		
	Riscos adicionais: a) altura; b) ambientes confinados;	c) áreas classificadas; d) umidade; e) condições atmosféricas.	
	Acidentes de origem elétrica: a) causas diretas e indiretas; b) discussão de casos.		
	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.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

8. TREINAMENTO DE NR 11, 12 E 34 OPERAÇÃO MÁQUINAS DE GUINDAR CARGAS E PESSOAS, MOTOSSERRA, MOTOPODA, EMPILHADEIRA, TRATOR, ESCAVADEIRA, PLATAFORMA MÓVEL DE TRABALHO AÉREO.

Treinamento mandatório, em conformidade com a CLT Art. 183 e NR-11 item 11.1.5, art. 186 e NR-12 itens 12.16.2 e 12.16.3 deverá ter uma carga horária conforme o conteúdo programático previsto nas **tabelas 08.0⁽¹⁾; 08.1⁽²⁾; 08.2; 08.3; 08.4; 08.5 e 08.6.**

Tabela 08.1: Conteúdo programático do treinamento NR 12 e 34 - curso complementar de operações de movimentação de cargas (carga horária 16 horas (50% teoria e 50% prática)).

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instrutor/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instrutor/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Conforme item 12.16.8 da NR-12, o Grupo Equatorial observando as melhores práticas do mercado e definiu que deve ser realizado bianualmente os treinamentos de NR 12, anexo XII com carga horária de (8 horas) e sempre que ocorrerem modificações significativas nas instalações e na

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

operação de máquinas ou troca de métodos, processos e organização do trabalho. Portanto a realização do treinamento de reciclagem em si, sua carga horária e conteúdo programático devem atender as necessidades da situação que o motivou:

Tabela 8 - situações que motivam a obrigatoriedade de reciclagem da NR 12, item XII – guindastes veiculares e cestas aéreas.

Descumprimentos de procedimentos de trabalho que são considerados, elegíveis para motivar a reciclagem da NR 12 Anexo XII, (8 horas). Nota: 12.16.8.1 O conteúdo programático da capacitação para reciclagem deve atender às necessidades da situação que a motivou, com carga horária mínima, definida pelo instruendo/trabalhador e dentro da jornada de trabalho.
1. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho: Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho que o equipamento (NR 12 – guindauto ou cesto aéreo) está sendo operado por um trabalhador não qualificado.
2. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho: Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho falta de planejamento adequado ou não preenchimento da APR específica. 12.1.7. É obrigatório, imediatamente antes do início da realização de: a) reunião de segurança sobre a operação com os envolvidos, contemplando as atividades que serão desenvolvidas, o processo de trabalho, os riscos e as medidas de proteção, conforme análise de risco, consignado num documento a ser arquivado contendo o nome legível e assinatura dos participantes.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

3. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho:

Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho 12.8.6 é proibida a permanência e a circulação de pessoas sobre partes em movimento, ou que possam ficar em movimento, dos transportadores de materiais, quando não projetadas para essas finalidades.

4. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho:

Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho: é proibida a movimentação de carga nas cestas aéreas, exceto as ferramentas, equipamentos e materiais para a execução da tarefa acondicionados de forma segura.

5. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho:

Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho: o peso total dos trabalhadores, ferramentas, equipamentos e materiais não pode exceder, em nenhum momento, a capacidade de carga nominal da(s) caçamba(s).

6. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho:

Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho 12.3.2: é proibida a utilização de cestas aéreas não isoladas que não possuam sistema de nivelamento da caçamba ativo e automático.

7. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho:

Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho, trabalhar sem acionar o sistema estabilizador (sapatas), com indicador de inclinação instalado, em local que permita a

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

visualização durante a operação dos estabilizadores, para mostrar se o equipamento está posicionado dentro dos limites de inclinação lateral permitidos pelo fabricante;
8. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho: Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho 12.3.2: devem ser aterradas, conforme as normas técnicas oficiais vigentes, as carcaças, invólucros, blindagens ou partes condutoras das máquinas e equipamentos que não façam parte dos circuitos elétricos, mas que possam ficar sob tensão.
9. Desvios de descumprimentos de procedimentos de trabalho: Identificado o descumprimento do procedimento de trabalho ausência do dispositivo de parada de emergência: O equipamento de guindar utilizado para movimentar pessoas no cesto suspenso e guindauto deve possuir dispositivo de parada de emergência.

- I. Troca de função (quando a troca de função implicar em mudança de riscos ocupacionais, conforme NR-07) ou mudança de empresa;
- II. Retorno de afastamento ao trabalho ou inatividade, por período superior a três meses;
- III. Modificações significativas nas instalações elétricas ou troca de métodos, processos e organização do trabalho;
- IV. Envolvimento em acidente.

A carga horária e o conteúdo programático deve ser predefinido, com a área de capacitação se baseando no conteúdo da Tabela 08 e nas necessidades específicas que justificam a reciclagem. Esta capacitação é parte integrante do registro - atestado de capacitação e autorização assinado pelo líder e pelo trabalhador, entregue uma via para o trabalhador e arquivada cópia na pasta do trabalhador pela área de segurança do trabalho.

O treinamento prático deverá ser precedido pela análise preliminar de risco.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 8.1 - Conteúdo programático curso básico de segurança em operações de movimentação de cargas

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR11 – Curso de segurança em operações de movimentação de cargas. Inicial; ou Por situação motivadora. Carga horária 16 horas (50% teoria e 50% prática)	1. Conceito de acidentes de trabalho: prevencionista, legal; 2. Tipos de acidente; 3. Comunicação de Acidente de Trabalho – CAT; 4. Causas de acidentes de trabalho: homem, máquina, ambiente etc.; 5. Consequências dos acidentes de trabalho; 6. Movimentação manual de cargas; 7. Veículos industriais utilizados para movimentação de cargas em pátios e centros de distribuição; 8. Riscos de acidentes e medidas preventivas com movimentação, manuseio e armazenagem de cargas (postes, transformadores, pallets, bobinas de cabos, outros equipamentos); 9. Riscos ambientais: físicos, químicos, biológicos e ergonômicos; 10. Metodologias de Análise de Riscos: conceitos e exercícios práticos; 11. Equipamentos de proteção coletiva; 12. Medidas técnicas e administrativas; 13. Equipamentos de Proteção Individual; 14. Inspeção de Segurança.	Engenheiro florestal, engenheiro mecânico, engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a Resolução CONFEA 218/73. Art. 12º, ou, técnico mecânico, técnico eletromecânico ou afins que atendam a Resolução 006/2018 art. 1º CFT, ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

		Técnico de segurança, tecnólogo de segurança ou engenheiro de segurança do trabalho. Todos com comprovada *proficiência no assunto. I Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
		Bombeiro civil (lei 11.901/2009 e ABNT NBR14608:2021), ou bombeiro militar, ou auxiliar/técnico em enfermagem do trabalho, ou enfermeiro, médico do trabalho, ou profissional com formação em técnicas de emergência pré-hospitalar de acordo com a ABNT NBR 14276:2020 item 3.24. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 8.2 - conteúdo programático do treinamento NR 12 - operação de guindaste veicular - ANEXO XII da NR-12 (carga horária 16 horas (50% teoria e 50% prática).

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR12 – Operador de equipamento de guindar. Carga horária 16 horas. 16 horas (50% teoria e 50% prática). Reciclagem (bianual); e Por situação motivadora.	Acidente do trabalho e sua prevenção;	Engenheiro mecânico, engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a resolução CONFEA 218/73 art. 12º. Ou, técnico mecânico, técnico eletromecânico ou afins que atendam a resolução 006/2018 art. 1º CFT, ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Engenheiro ou técnico de segurança do trabalho e que conheça o processo produtivo, os riscos e os tipos de acidentes da empresa. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	Equipamentos de proteção coletiva e individual;	
	Dispositivos aplicáveis das Normas Regulamentadoras (NR-6, NR-10, NR-11 e NR-17);	
	Equipamento de Guindar (tipos de equipamento, inspeções dos equipamentos e acessórios);	
	Situações especiais de risco (movimentação de cargas nas proximidades de rede elétrica energizada, condições climáticas adversas dentre outras);	
	Ergonomia do posto de trabalho;	
	Exercício prático;	

Nota. No certificado e na lista de presença do treinamento deverão constar a descrição do fabricante e modelo da máquina e/ou equipamento utilizado na capacitação.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 8.3 - conteúdo programático do treinamento NR 12 - operação de cesta aérea - ANEXO XII da NR-12.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR12 – Operador de cesta aérea. Carga horária 16 horas. 16 horas (50% teoria e 50% prática). Reciclagem (bianual); ou Por situação motivadora.	1 - Descrição e identificação dos riscos associados ao modelo da cesta aérea e as proteções específicas contra cada um deles;	Engenheiro mecânico, Engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a resolução CONFEA 218/73 art. 12º ou, técnico mecânico, Técnico eletromecânico ou afins que atendam a resolução 006/2018 art. 1º CFT, ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	2 - Funcionamento das proteções. Como e por que devem ser usadas;	
	3 - Como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem, sendo na maioria dos casos, somente o pessoal de inspeção ou manutenção;	
	4 - O que fazer, em caso de danos e/ou defeitos;	
	5 - Sistema de bloqueio de funcionamento do modelo da cesta aérea durante operações de inspeção, limpeza, lubrificação e manutenção.	
	6 - Operação com segurança do modelo da cesta aérea: a) Tecnologia da cesta aérea; b) Segurança aplicada a cesta aérea; c) Características e especificações técnicas da cesta aérea; d) Inspeções rotineira; e) Tarefas preliminares e operação de emergência – teórico/prático; f) *Operação teórica e prática da cesta aérea (modelo que será utilizado): ·Centro de gravidade; ·Capacidade de elevação; ·Sinalização; ·Gráfico de carga e alcance; ·Patolamento e estabilidade. g) Posicionamento para realizar atividades e limitações ao seu uso. h) Operação e transporte da cesta aérea durante a manutenção e construção de redes; i) Correto içamento de material e ferramental durante a manutenção e construção de redes; j) Posicionamento da cesta aérea durante a manutenção das redes; k) Leitura e interpretação do manual de inspeção e operação do modelo da cesta aérea.	
	7 - Inspeção, regulação e manutenção com segurança;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	8 - Os princípios de segurança na utilização da cesta aérea;	
	9 - Segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes;	Técnico de segurança, tecnólogo de segurança ou engenheiro de segurança do trabalho. Todos com comprovada *proficiência no assunto.
	10 - Método de trabalho seguro;	
	11 - Análise preliminar de risco;	
	12 - Noções sobre legislação de trânsito e de legislação de segurança e saúde no trabalho;	Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial
	13 - Noções sobre acidentes e doenças decorrentes da exposição aos riscos existentes na máquina, equipamentos e implementos;	
	14 - Medidas de controle dos riscos: EPC, EPI e procedimento;	
	15 - Sinalização de segurança;	
	16 - Procedimentos em emergência; e	Bombeiro civil (Lei 11.901/2009 e ABNT NBR14608:2021), ou bombeiro militar, ou auxiliar/técnico em enfermagem do trabalho, ou enfermeiro, médico do trabalho, ou profissional com formação em técnicas de emergência pré-hospitalar de acordo com a ABNT NBR 14276:2020 item 3.24. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	17 - Noções sobre prestação de primeiros socorros.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Nota. No certificado e na lista de presença do treinamento deverão constar a descrição do fabricante e modelo da máquina e/ou equipamento utilizado na capacitação.

Tabela 8.4 - conteúdo programático do treinamento NR 12 - operação de motosserra e ou motopoda anexo V da NR-12 (carga horária 16 horas (50% teoria e 50% prática)).

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR12 – Operador de motosserra e motopoda. Carga horária 16 horas. 16 horas (50% teoria e 50% prática). Reciclagem (bianaual); ou Por situação motivadora.	1 - Descrição e identificação dos riscos associados a motosserra e/ou motopoda e as proteções específicas contra cada um deles;	Engenheiro mecânico, Engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a resolução CONFEA 218/73 art. 12º ou, técnico mecânico, Técnico eletromecânico ou afins que atendam a resolução 006/2018 art. 1º CFT, ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto.
	2 - Funcionamento das proteções. Como e por que devem ser usadas;	
	3 - Como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem, sendo na maioria dos casos, somente o pessoal de inspeção ou manutenção;	
	4 - O que fazer, em caso de danos e/ou defeitos;	
	5 - Sistema de bloqueio de funcionamento da a motosserra e/ou motopoda durante operações de inspeção, limpeza, lubrificação e manutenção.	
	6 - Operação com segurança do modelo da moto poda e/ou motosserra: a) Tecnologia do modelo da motopoda e/ou motosserra; b) Segurança aplicada ao modelo da moto poda e/ou motosserra. Reservatório autorizado para armazenamento e transporte do combustível; c) Características e especificações técnicas, modelo da motopoda e/ou motosserra; d) Inspeções rotineiras; e) Tarefas preliminares e operação de emergência – teórico/prático. f) *Operação teórica e prática ao modelo da moto poda e/ou motosserra (modelo que será utilizado): ·Planejamento da atividade; ·Componentes da motopoda e/ou motosserra e roçadeira; ·Manutenção básica (abastecimento, afiação, filtro do ar, conjunto de corte); ·Poda de árvores: técnica de corte e tipos de podas;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

·Supressão de árvores: cortes básicos; g) Posicionamento para realizar atividades e limitações ao seu uso. h) Abastecimento, operação e transporte do modelo da motopoda e/ou motosserra durante manejo de árvores. i) Roçada: técnicas usando diferentes conjuntos de corte. j) Força de tração e repulsão do modelo do motosserra. j) Licença de operação e (porte da GRU) leitura e interpretação do manual de manutenção e operação do modelo da motopoda e/ou motosserra.	
7 - Inspeção, regulação e manutenção com segurança;	
8 - Os princípios de segurança na utilização da motopoda e/ou motosserra;	
9 - Segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes;	Técnico de segurança, tecnólogo de segurança ou engenheiro de segurança do trabalho. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
10 - Método de trabalho seguro;	
11 - Análise Preliminar de Risco;	
12 - Noções sobre legislação de trânsito e de legislação de segurança e saúde no trabalho;	
13 - Noções sobre acidentes e doenças decorrentes da exposição aos riscos existentes na máquina, equipamentos e implementos;	
14 - Medidas de controle dos riscos: EPC, EPI e procedimento;	
15 - Sinalização de segurança;	
16 - Procedimentos em emergência; e	Bombeiro civil (lei 11.901/2009 e ABNT NBR14608:2021), ou bombeiro militar, ou auxiliar/técnico em enfermagem do trabalho, ou enfermeiro, médico do trabalho, ou profissional com formação em técnicas de emergência pré-hospitalar de acordo com a ABNT NBR 14276:2020 item 3.24.
17 - Noções sobre prestação de primeiros socorros.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

		Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
--	--	--

Nota.

- No certificado e na lista de presença do treinamento deverão constar a descrição do fabricante e modelo da máquina e/ou equipamento utilizado na capacitação.
- O conteúdo programático e carga horária devem ser aplicados para a reciclagem em operação de motosserra e ou motopoda.

Tabela 8.5 - conteúdo programático do treinamento máquina de corte.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Máquina de corte (Esmerilhadeira/lixadeira/serra clipper/serra mármore/policorte). Carga horária 8 horas. (50% teoria e 50% prática)	Informações e especificações técnicas;	Engenheiro mecânico, engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a resolução CONFEA 218/73 art. 12º. Ou, técnico mecânico, técnico eletromecânico ou afins que atendam a Resolução 006/2018 art. 1º CFT. Ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Engenheiro ou técnico de segurança do trabalho e que conheça o processo
	Características construtivas de rebolos, disco de corte e desbastes;	
	Detalhes técnicos, operacionais e de segurança de esmeril, policorte, esmerilhadeira elétrica e pneumática, serra mármore, serra clipper;	
	Manutenção, conservação e armazenamento	
	Seleção, limitações e montagem das máquinas de corte;	
	Ângulo de corte e desbastes;	
	Danos que causam às máquinas pelo uso inadequado;	
	Emprego de máquinas abrasivas para corte, retífica, desbaste e polimento; equipamentos de proteção coletiva e individual;	
	Dispositivos aplicáveis das normas regulamentadoras (NR-6, NR 12 e NR-17);	
	Situações especiais de risco.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	Ergonomia do posto de trabalho;	produtivo, os riscos e os tipos de acidentes da empresa. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	Primeiros socorros para lesões de acidentes provenientes de máquina de corte;	
	Equipamentos de proteção no uso de máquina de corte;	
	Prática;	

Tabela 8.6 - conteúdo programático do treinamento operador HIDROJATO.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Operador Hidrojato. Carga horária 8 horas. (50% teoria e 50% prática).	Introdução à física e forças do hidrojato;	Engenheiro mecânico, Engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a Resolução CONFEA 218/73 art. 12º. Ou, técnico mecânico, técnico eletromecânico ou afins que atendam a resolução 006/2018 art. 1º CFT. Ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Engenheiro ou técnico de segurança do trabalho e que conheça o processo produtivo, os riscos e os tipos de acidentes da empresa.
	Especificações técnicas hidrojato;	
	Manutenção e operação segura do hidrojato;	
	Operação da tomada de força e da chave de ignição do hidrojato;	
	Motor e proteção do motor;	
	Bomba;	
	Visor de nível e carretel;	
	Painel de controle e bomba;	
	Jateamento e limpeza com água pressurizada;	
	Dispositivos de segurança: automáticos de alívio de pressão, válvula de alívio de pressão ou disco de rompimento e válvula automática de regulagem de pressão;	
	Prevenção de acidentes e noções de primeiros socorros;	
	A importância do conhecimento da tarefa;	
	Impacto e fatores comportamentais na segurança;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	Avaliação de risco e preparação do local de trabalho;	Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	Uso adequado dos equipamentos de proteção;	
	APR (análise preliminar de riscos);	
	Prática.	

Tabela 8.7 - conteúdo programático do treinamento operador bomba d'água - treinamento de NR-20 trabalho com inflamáveis e combustíveis.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Operador bomba d'água. Carga horária 8 horas. (50% teoria e 50% prática).	Tipos, características e classificação de bombas;	Engenheiro mecânico, engenheiro eletromecânico ou afins que atendam a resolução CONFEA 218/73 art. 12º. Ou, técnico mecânico, técnico eletromecânico ou afins que atendam a resolução 006/2018 art. 1º CFT. Ou, profissional com experiência, conhecimento e sob supervisão de profissional qualificado e habilitado de nível superior atendendo NT 05/2014 M.T.E. Todos com comprovada *proficiência no assunto.
	Princípio de funcionamento das bombas;	
	Esquemas típicos do sistema de bombeamento;	
	Esquemas típicos de descarga;	
	Princípio de hidráulica;	
	Princípios de funcionamento das bombas hidráulicas;	
	Prevenção de acidentes e noções de primeiros socorros;	
	A importância do conhecimento da tarefa;	
	Impacto e fatores comportamentais na segurança;	
	Avaliação de risco e preparação do local de trabalho;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

	Uso adequado dos equipamentos de proteção;	Engenheiro ou técnico de segurança do trabalho e que conheça o processo produtivo, os riscos e os tipos de acidentes da empresa. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	APR (análise preliminar de riscos);	
	Prática.	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

9. TREINAMENTO DE NR-23 PROTEÇÃO CONTRA INCÊNDIO

Treinamento mandatório, em conformidade com a CLT Art. 200 e NR-23, item 23.3.2, legislações estaduais e ABNT NBR 14.276:2020 brigada de incêndio – requisitos, devendo ser aplicado conforme instruções a seguir:

- a) Treinamento aplicável a trabalhadores voluntários que desejem integrar o corpo de brigadistas para emergência contra incêndio.
- b) As empresas deverão observar os requisitos estabelecidos para a formação de brigadista pelo Corpo de Bombeiros do Estado, legislação estadual e/ou instrução técnica-IT do Corpo de Bombeiros.
- c) O treinamento da brigada tem periodicidade anual, de acordo com o item 4.1.4.1 da ABNT NBR 14276:2020 e/ou a critério do Corpo de Bombeiros do Estado.
- d) Trabalhador recém-contratado que já possua treinamento de brigada compatível com o enquadramento exigido pelo Corpo de Bombeiros local poderá ter seu certificado aproveitado.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instrutor/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instrutor/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 10 - conteúdo programático de treinamento de brigada de emergência contra incêndio com base na ABNT NBR 14276:2020 para 16 horas.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Brigada de emergência contra incêndio. Periodicidade anual. Carga horária Conforme instrução ou nota técnica do Corpo de Bombeiros local.	Conforme instrução ou nota técnica do Corpo de Bombeiros local.	Conforme Corpo de Bombeiro do Estado: AP, AL, GO, MA, PA, PI e RS. Brigada de emergência contra incêndio. Periodicidade anual. Carga horária 16 horas.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

10. TREINAMENTO DE NR-33 ESPAÇO CONFINADO

Treinamento mandatório, em conformidade com a NR-33 item 33.6, o anexo III da NR 33. A participação do trabalhador no treinamento de espaço confinado tem como requisito a evidência da consignação da aptidão para trabalhos em espaço confinado no ASO nos termos da NR-07.

Esta capacitação é parte integrante do registro - atestado de capacitação e autorização assinado pelo líder e pelo trabalhador, entregue uma via para o trabalhador e arquivada cópia na pasta do trabalhador pela área de segurança do trabalho.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instrutor/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

O treinamento prático deverá ser precedido pela análise preliminar de risco.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instrutor/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 11 - definição da carga horária de treinamento para trabalho em espaço confinado de acordo com
a função do trabalhador.

Capacitação	Treinamento inicial (carga horária)	Treinamento periódico (carga horária/periodicidade)
Supervisor de entrada.	40 horas.	8 horas/anual.
Trabalhador autorizado e vigia.	16 horas.	8 horas/anual.
Equipe de emergência e salvamento.	32 horas.	32 horas/bianual.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 12 - conteúdo programático de treinamento supervisor espaço confinado.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Espaço confinado. SUPERVISOR Periodicidade anual. Carga horária inicial 40 horas. Periódica 08 horas	1. definições;	Profissionais com curso de formação de Instrutor de espaço confinado (e suas reciclagens) com carga horária de 40 horas expedido por instituição sob supervisão de engenheiro de segurança do trabalho e sob supervisão profissional legalmente habilitado. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	2. identificação dos espaços confinados;	
	3. reconhecimento, avaliação e controle de riscos;	
	4. funcionamento de equipamentos utilizados;	
	5. procedimentos e utilização da PET;	
	6. critérios de indicação e uso de equipamentos para controle de riscos;	
	7. conhecimento sobre práticas seguras em espaços confinados;	
	8. legislação de segurança e saúde no trabalho;	
	9. Programa de proteção respiratória;	
	10. área classificada;	
	11. noções de resgate e primeiros socorros;	
	12. operações de salvamento;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 13 - conteúdo programático de treinamento trabalhador autorizado e vigia.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Espaço confinado. Trabalhador autorizado e vigia. Periodicidade anual. Carga horária inicial 16 horas. Periódica 8 horas (100 % prática).	1. Definições	Profissionais com curso de formação de instrutor de espaço confinado (e suas reciclagens) com carga horária de 40 horas expedido por instituição sob supervisão de profissional legalmente habilitado.
	2. Reconhecimento, avaliação e controle de riscos	
	3. Funcionamento de equipamentos utilizados	Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	4. Procedimento e utilização da PET; e	
	5. Noções de resgate e primeiros socorros	

Nota. Para a equipe de emergência e salvamento: temas estabelecidos em normas técnicas nacionais vigentes que tratam de resgate técnico em espaços confinados e, na sua ausência, em normas técnicas internacionais.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

11. TREINAMENTO DE NR-31 SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO NA AGRICULTURA, EXPLORAÇÃO FLORESTA

O artigo 144 do código de trânsito brasileiro (CTB) estabelece que a condução de tratores e outros equipamentos automotores na via pública só pode ser feita por motoristas habilitados nas categorias C, D ou E.

Os tratores e equipamentos automotores referidos no artigo 144 do CTB são:

- Tratores de roda;
- Tratores de esteira;
- Tratores mistos;
- Colheitadeiras;
- Roçadeiras;
- Empilhadeiras;
- Rolo-compressores;
- Retroescavadeira.

A categoria C é destinada a motoristas que dirigem veículos de transporte de cargas com peso bruto superior a 3.500 kg.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instrutor/trabalhador.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Tabela 14 - conteúdo programático de treinamento capacitação de operadores de máquinas autopropelidas.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
NR-31 - Capacitação de operadores de máquinas autopropelidas. Periodicidade bianual inicial. Carga horária 24 horas. 08 horas (teórica); 16 horas (prática). Reciclagem. 16 horas	a) legislação de segurança e saúde no trabalho e noções de legislação de trânsito;	Profissionais com curso de formação de instrutor de máquinas agrícolas;
	b) identificação das fontes geradoras dos riscos à integridade física e à saúde do trabalhador;	
	c) noções sobre acidentes e doenças decorrentes da exposição aos riscos existentes na máquina e implementos;	Fabricantes e representantes (autorizados) do equipamento;
	d) medidas de controle dos riscos: proteção coletiva e equipamento de proteção individual;	
	e) operação da máquina e implementos com segurança;	Órgãos e serviços oficiais de extensão rural Serviço Nacional de Aprendizagem Rural – SENAR;
	f) inspeção, regulagem e manutenção com segurança;	
	g) sinalização de segurança;	Profissionais qualificados para este fim, com
	h) procedimentos em emergência; e	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

(bianual). Reciclagem deve atender às necessidades da situação que a motivou; 8 horas (teórica); 8 horas (prática).	i) noções sobre prestação de primeiros socorros.	supervisão de profissional habilitado. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
--	---	--

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

12. TREINAMENTO DE NR-35 TRABALHO EM ALTURA

Treinamento mandatório, em conformidade com item 35.3 da NR-35. A participação do trabalhador no treinamento para trabalho em altura tem como requisito a evidência da consignação da aptidão para trabalho em altura no ASO nos termos da NR-07.

Esta capacitação é parte integrante do registro - atestado de capacitação e autorização assinado pelo líder e pelo trabalhador, entregue uma via para o trabalhador e arquivada cópia na pasta do trabalhador pela área de segurança do trabalho.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instruendo/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

O treinamento prático deverá ser precedido pela análise preliminar de risco.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 15 - conteúdo programático treinamento em trabalho em altura.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Trabalho em altura. Periodicidade Bianual. Inicial 16 horas. Periódica (reciclagem) 8 horas (100 % prática).	1 - Normas e regulamentos aplicáveis ao trabalho em altura:	Profissionais com curso de formação de instrutor de trabalho em altura, com carga horária de 40 horas expedido por instituição sob supervisão de engenheiro de segurança do trabalho. Todos com comprovada *proficiência no assunto. Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.
	Norma regulamentadora nº 35 - trabalho em altura	
	NP.00030. EQTL Diretrizes de segurança para trabalho em altura; NP.00078. EQTL. Análise preliminar de riscos; POP.00110. EQTL. Atividades preliminares de segurança; POP.00111. EQTL. Atividades preliminares de segurança para trabalho em altura em poste RD; POP.00115. EQTL. Inspeção em equipamento proteção individual e coletiva. POP 32.05 – Posicionamento de escada singela e extensível; POP 32.12 – Instalação de sistema para trabalho em altura.	
	2 - Análise de risco e condições impeditivas;	
	3 - Riscos potenciais inerentes ao trabalho em altura;	
	4 - Acidentes típicos em trabalhos em altura;	
	5 - Medidas de prevenção e controle em altura;	
	6 - Sistemas de trabalho em altura;	
	7 - Equipamentos e procedimentos de proteção coletiva;	
	8 - Equipamentos de proteção individual para trabalho em altura: a) seleção; b) Inspeção; c) Conservação; d) Limitação de uso;	
	9 - Condutas em emergências: noções de técnicas de resgate e de primeiros socorros;	
	10 - Acidentes típicos em trabalhos em altura;	
	11 - Prática de trabalho em altura com escadas/cesta aérea;	
	12 - Prática de resgate em altura de acidentado;	

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

13. TREINAMENTO DE DIREÇÃO DEFENSIVA

Treinamento vinculado ao modelo de gestão da Equatorial, baseado nas diretrizes do código de trânsito brasileiro - CTB art. 145 e através da resolução CONTRAN nº 168/2004 art. 7, devendo ser aplicado conforme instruções a seguir:

- a) Este treinamento deve ser aplicado àqueles que disponham de habilitação veicular e que receberão autorização para condução de veículos a serviço da empresa.
- b) Os conteúdos devem ser desenvolvidos em aulas dinâmicas, utilizando-se técnicas que oportunizem a participação dos condutores procurando, o instrutor fazer sempre a relação com o contexto do trânsito, oportunizando a reflexão e o desenvolvimento de valores de respeito ao outro, ao ambiente e à vida, de solidariedade e de controle das emoções;
- c) A ênfase da reciclagem é a revisão de conhecimentos e atitudes, valorizando a obediência à lei, a necessidade de atenção e o desenvolvimento de habilidades.

Avaliação de aprendizagem (obrigatório) – NR 1 ANEXO II

A verificação de aprendizagem deve ser realizada de acordo com a estratégia pedagógica adotada para a capacitação, estabelecendo a classificação com o conceito satisfatório (nota 7 – 10) ou insatisfatório (nota 0 a 6,99).

A avaliação da aprendizagem se dará pela **aplicação da prova no formato presencial**, obtendo, dessa forma, o registro da assinatura do instruendo/trabalhador.

O processo de avaliação da aprendizagem deve contemplar situações práticas que representem a rotina laboral do trabalhador para a adequada tomada de decisões com vistas à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Ao término do treinamento mandatório, a instituição deve:

- Registrar sua realização, mantendo o resultado das avaliações de aprendizagem e do acompanhamento e monitoramento da frequência.
- Emitir certificado contendo o nome e assinatura do instruendo/trabalhador, conteúdo programático, carga horária, data, local de realização do treinamento, nome e qualificação dos instrutores e assinatura do responsável técnico do treinamento.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Tabela 16 - conteúdo programático treinamento de direção defensiva.

TREINAMENTO	CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	FORMAÇÃO REQUERIDA
Direção defensiva. Antes da autorização de condução ou quando envolver em acidente de trânsito grave; ou a cada 5 anos para condutores com menos de 60 anos e cada 3 anos para os motoristas acima de 60 anos. Carga horária 16 horas	1. Fundamentos da direção defensiva e prevenção de sinistros. 1.1. Conceito. 1.2. Princípios. 1.3. Diferença entre direção defensiva e direção comum. 1.4. Erro humano como causa predominante de sinistros. 1.5. Prevenção como conduta ativa. 2. Pilares da direção defensiva aplicados à prática. 2.1. Conhecimento das normas. 2.2. Atenção e foco. 2.3. Previsão e leitura do ambiente. 2.4. Tomada de decisão segura. 2.5. Habilidade operacional. 2.6. Autocontrole. 3. Comportamento e fator humano na segurança viária. 3.1. Distrações (celular, conversas, som). 3.2. Estresse e agressividade. 3.3. Fadiga e sonolência. 3.4. Álcool, medicamentos e substâncias. 3.5. Autorresponsabilidade no trânsito. 4. Sistema Seguro e Visão Zero. 4.1. Segurança como responsabilidade compartilhada entre condutores, vias, veículos e gestão pública. 4.2. Princípios internacionais. 4.3. Foco na eliminação de mortes e lesões graves. 5. Percepção de risco, visibilidade e comunicação no trânsito. 5.1. Ver e ser visto. 5.2. Ajustes de posição e retrovisores. 5.3. Uso de faróis. 5.4. Sinalização antecipada. 5.5. Comunicação não verbal. 5.6. Pontos cegos e estratégias para evitá-los. 6. Velocidade segura e adaptação às condições da via. 6.1. Velocidade máxima e velocidade adequada. 6.2. Tempo de reação e distância de frenagem. 6.3. Influência do clima, iluminação, tráfego e condições da pista. 6.4. Velocidade inteligente como escolha consciente. 7. Posição, manobras e tomada de decisão defensiva. 7.1. Uso correto de faixas. 7.2. Conversões. 7.3. Retornos. 7.4. Ultrapassagens seguras. 7.5. Leitura antecipada de cruzamentos. 7.6. Planejamento de rota. 7.7. Postura estratégica no fluxo. 8. Convivência segura com diferentes usuários da via. 8.1. Pedestres. 8.2. Ciclistas. 8.3. Motociclistas. 8.4. Ônibus e caminhões. 8.5. Prioridade e respeito. 8.6. Distância lateral. 8.7. Comunicação clara e empatia.	Instrutor de trânsito / direção defensiva credenciado conf. resolução CONTRAN nº 168/2004 incisos III do item 6 do anexo II. Com comprovada *proficiência no assunto Adicionalmente, o instrutor deverá ser homologado pela Gerência Corporativa de Segurança do Trabalho do Grupo Equatorial.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Nota: Devem ser considerados cenários que aborde e oriente os condutores acerca dos conceitos básicos de direção defensiva com as seguintes condições teóricas e práticas:

- Pista seca: treinamento prático de condução dos veículos em pista seca e treinamento em condições normais de pista.
- Pista molhada: treinamento prático de condução dos veículos tracionados e não tracionados em pista molhada ou treinamento em condições de chuva.
- Vias não pavimentadas: treinamento prático de condução dos veículos tracionados e não tracionados em estradas de terra ou treinamento em terrenos irregulares.
- Off-road: treinamento prático de condução dos veículos off-Road.

Nota: Recomenda-se que os treinamentos práticos de condução dos veículos sejam realizados com os veículos operacionais, bem como, dispondo em seu interior (carga total) dos equipamentos e materiais utilizados no dia a dia.

A) NR 10: CURSO BÁSICO - SEGURANÇA EM INSTALAÇÕES E SERVIÇOS COM ELETRICIDADE. PROGRAMA: 1 A 8, 10, 11 E 13 CURSO COMPLEMENTAR - SEGURANÇA NO SISTEMA ELÉTRICO DE POTÊNCIA (SEP) E EM SUAS PROXIMIDADES.

Requisito: diploma de conclusão de curso específico na área elétrica reconhecido pelo sistema oficial de ensino e com registro no competente conselho de classe. – Item 10.8.1 e 10.8.2 da NR10.

B) NR 11: TRANSPORTE, MOVIMENTAÇÃO, ARMAZENAGEM E MANUSEIO DE MATERIAIS

Requisito: profissional com comprovado curso específico na área, reconhecido pelo sistema oficial de ensino e com atribuições legais para a atividade a ser desempenhada e que assume a responsabilidade técnica, tendo registro no conselho profissional de classe.

C) NR 12: MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS (GUINDAR CARGAS E PESSOAS, MOTOSSERRA, MOTOPODA, EMPILHADEIRA, TRATOR, ESCAVADEIRA ETC.)

O programa deverá contemplar:

- NR-12 do Ministério do Trabalho e Previdência;
- Leitura e interpretação do manual de inspeção e operação do equipamento;
- ABNT NBR 14768 2015 Requisitos - guindastes articulados.
- ABNT NBR15637-1 - Cintas têxteis para elevação de cargas;
- ABNT NBR 15883-2 2022 Cintas têxteis para amarração de cargas;

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

- ABNT NBR 16092 2018 Cestas aéreas - especificações e ensaios;
- ABNT NBR 16601 2017 END Emissão acústica.

Requisito: profissional com comprovado curso específico na área, reconhecido pelo sistema oficial de ensino e com atribuições legais para a atividade a ser desempenhada e que assume a responsabilidade técnica, tendo registro no conselho profissional de classe.

Observação: Instrutor é responsável pela adequação do conteúdo, conforme a norma de procedimento, carga horária e avaliação dos capacitados (teórica e prática) – item 12.16.1; 12.16.3 (d, e); anexo II, anexo V da NR 12.

D) NR 33: SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO EM ESPAÇOS CONFINADOS

Requisito: profissionais de segurança do trabalho (engenheiros e técnicos de segurança) com curso de **instrutor de segurança em espaço confinado** (40 horas) abordando os temas pertinentes às exigências da:

- NR-33 do Ministério do Trabalho e Previdência;
- ABNT NBR 16577:2017 - Espaço confinado - prevenção de acidentes, procedimentos e medidas de proteção;
- ABNT NBR 16710-1:2020 – Resgate técnico industrial em altura e/ou em espaço confinado parte 1: Requisitos para qualificação profissional;
- ABNT NBR 16710-2:2020 – Resgate técnico industrial em altura e/ou em espaço confinado parte 2: Requisitos para provedores de treinamento e instrutores para a qualificação do profissional.

Atribuições do instrutor de segurança em **espaço confinado**: elaborar, coordenar e ministrar treinamento para trabalhadores que necessitam desenvolver trabalhos em espaços confinados, com metodologias de trabalhos habitualmente empregadas nas atividades junto aos mais variados espaços confinados. Proficiência: competência, aptidão, **capacitação** e habilidade **aliadas à experiência de trabalho em espaço confinado**.

E) NR 35: TRABALHO EM ALTURA

Requisito: profissionais de segurança do trabalho (engenheiros e técnicos de segurança) com curso de **instrutor de segurança trabalho em altura** (40 horas):

NR-35 do Ministério do Trabalho e Previdência;

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

- ABNT NBR 15834:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — talabarte de segurança para retenção de queda;
- ABNT NBR 15835:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — cinturão de segurança tipo abdominal e talabarte de segurança para posicionamento e restrição;
- ABNT NBR 15836:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — cinturão de segurança tipo paraquedista;
- ABNT NBR 15837:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — conectores;
- ABNT NBR 14626:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — trava queda deslizante incluindo a linha flexível de ancoragem;
- ABNT NBR 14628:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — trava queda retrátil;
- ABNT NBR 14629:2020 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — absorvedor de energia;
- ABNT NBR 16489:2017 Sistemas e equipamentos de proteção individual para trabalhos em altura — recomendações e orientações para seleção, uso e manutenção;
- ABNT NBR 16325-1 Proteção contra quedas de altura Parte 1: Dispositivos de ancoragem tipos A B e D;
- ABNT NBR 16325-2 Proteção contra quedas de altura Parte 1: Dispositivos de ancoragem tipos C;
- ABNT NBR 14627:2010 Equipamento de proteção individual contra queda de altura — trava queda guiado em linha rígida;
- ABNT NBR 16710-1:2020 – Resgate técnico industrial em altura e/ou em espaço confinado parte 1: Requisitos para qualificação profissional;
- ABNT NBR 16710-2:2020 – Resgate técnico industrial em altura e/ou em espaço confinado parte 2: Requisitos para provedores de treinamento e instrutores para a qualificação do profissional.

Atribuições do instrutor de trabalho em altura: capacitar profissionais a exercer serviços acima do nível do solo, reconhecendo os riscos relacionados às atividades de trabalho em altura, identificando as exigências normativas referentes à segurança nos trabalhos em altura e relacionando com a atividade (escada no poste/cesta aérea) e os procedimentos necessários à realização dos trabalhos em altura, além do resgate e socorro às vítimas em ambiente vertical com eficiência e segurança.

Anexo I

Conteúdo Programático dos Treinamentos Mandatórios Diretrizes para Treinamentos e Homologação de Instrutores e Instituições de Ensino

Rev.: 03 Data: 26/01/2026

Proficiência: competência, aptidão, **capacitação** e habilidade **aliadas à experiência de trabalho em altura**.

F) NR 23: PROTEÇÃO CONTRA INCÊNDIOS

Proteção e combate a incêndios deverá abordar os temas pertinentes às exigências da:

- NR 23 - Proteção Contra Incêndios;
- Instruções e normas técnicas do corpo de bombeiros do estado em questão;
- ABNT NBR 12693 2021 Sistemas de proteção por extintores de incêndio;
- ABNT NBR 12779 2009 Mangueira de incêndio — Inspeção, manutenção e cuidados;
- ABNT NBR 12962 2016 Extintores de incêndio — Inspeção e manutenção;
- ABNT NBR 14276 2020 Brigada de incêndio e emergência;
- ABNT NBR 14277 2021 Instalações e equipamentos para treinamentos Brigada;
- ABNT NBR 14608 2021 Bombeiro civil;
- ABNT NBR 15219 2020 Plano de emergência;
- ABNT NBR 15809 2017 Extintores de incêndio sobre rodas;
- ABNT NBR 16877 2020 Qualificação bombeiro;
- Orientações de combate a incêndio em instalações elétricas.