

# CERTIFICADO

Certificamos que

**Leomar Moreira Paula**

Portador (a) do CPF 023.675.700-86, realizou o **Curso de NR 10** entre os dias 28/04/2025 a 02/05/2025 junto a esta instituição.

**Carga horária:** 40 horas.

**Validade:** 24 meses.

---

Leomar Moreira Paula  
Aluno



Intensiva Cursos e Treinamentos LTDA | CNPJ 26.432.562/0001-06  
Endereço: Rua Conceição, 269, Centro, Palmeira - Paraná. CEP: 84.130-0000  
Atividade Empresarial Registrada na Receita Federal e Junta Comercial do Estado do Paraná  
Curso de Educação Profissional de Nível Básico, Curso de Aperfeiçoamento Profissional  
Regido Pela Lei nº 9394 - Diretrizes e Bases da Educação Nacional






**INTENSIVA CURSOS**  
**CNPJ:26.432.562/0001-06**

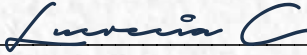
**CURSO DE NR 10 BÁSICO**  
**SEGURANÇA EM INSTALAÇÕES E SERVIÇOS EM ELETRICIDADE**


**CONTEÚDO MINISTRADO NO CURSO**

1. Introdução à segurança com eletricidade.
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. Técnicas de Análise de Risco.
4. 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 de alcance; m) separação elétrica.
5. Normas Técnicas Brasileiras - NBR da ABNT: NBR-5410, NBR 14039 e outras;
6. Regulamentações do MTE: a) NRs; b) NR-10 (Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade); c) qualificação; habilitação; capacitação e autorização.
7. Equipamentos de proteção coletiva.
8. Equipamentos de proteção individual.
9. Rotinas de trabalho - Procedimentos. a) instalações desenergizadas; b) liberação para serviços; c) sinalização; d) inspeções de áreas, serviços, ferramental e equipamento;
10. Documentação de instalações elétricas.
11. Riscos adicionais: a) altura; b) ambientes confinados; c) áreas classificadas; d) umidade; e) condições atmosféricas.
12. Proteção e combate a incêndios: a) noções básicas; b) medidas preventivas; c) métodos de extinção; d) prática;
13. Acidentes de origem elétrica: a) causas diretas e indiretas; b) discussão de casos;
14. 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.
15. Responsabilidades.

**INSTRUTORES:**

  
**Lincoln Fernando Raitz Martins**  
**Engenheiro Eletricista**  
**(CREA - SC: 113313-1)**

  
**Lucrecia Cora**  
**Responsável Técnica**  
**Técnica em Segurança do Trabalho**  
**Registro no MTE: 0102344/SP**  
**Engenheira Civil (CREA - SP: 5063795355)**

  
**Cinthia Pinhoratto**  
**Enfermeira**  
**Especialista em Urgência e Emergência**  
**(COREN - SP: 438143)**

## Página de assinaturas



**Lucrecia Corá**  
362.919.298-05  
Signatário





**Cinthia Pinhoratto**  
391.477.618-81  
Signatário



**Lincoln Martins**  
069.482.179-90  
Signatário

## HISTÓRICO

- | 02 mai 2025 | 11:15:10 |  | <b>Alessandro Lima da Silva</b> criou este documento. ( Empresa: Intensiva Cursos, CNPJ: 26.432.562/0001-06, Email: adm@intensivacursos.com.br, CPF: 070.974.139-13 )                            |
|-------------|----------|---|--|
| 02 mai 2025 | 11:15:18 |  | <b>Lucrecia Corá</b> (Email: luhcora@gmail.com, CPF: 362.919.298-05) assinou este documento por meio do IP 34.39.140.22 localizado em São Paulo - São Paulo - Brazil                             |
| 02 mai 2025 | 11:15:19 |  | <b>Cinthia Pinhoratto</b> (Email: cinthia.pinhoratto@yahoo.com.br, CPF: 391.477.618-81) assinou este documento por meio do IP 34.39.140.22 localizado em São Paulo - São Paulo - Brazil          |
| 02 mai 2025 | 11:15:19 |  | <b>Lincoln Fernando Raitz Martins</b> (Email: martins_lincoln@yahoo.com.br, CPF: 069.482.179-90) assinou este documento por meio do IP 34.39.140.22 localizado em São Paulo - São Paulo - Brazil |

