

SABRINA APARECIDA STADNIK

CPF N°: 114.082.469-45

NORMA REGULAMENTADORA Nº10 - SEGURANÇA EM INSTALAÇÕES E SERVIÇOS EM ELETRICIDADE - NR-10, com duração de 40 (quarenta) horas de acordo com o Ministério do Trabalho e Emprego - MTE, ministrado pela **HABILIDADE TÉCNICA ASSESSORIA DE RECURSOS HUMANOS LTDA, CNPJ N° 31.178.891/0001-02**, localizada na Rua Maria Gabardo Mendes, 08, Portão, Curitiba, Paraná.

O portador desse certificado adquiriu os conhecimentos/habilidades relacionados abaixo:

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;

-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;

15. Responsabilidades.

02/01/2026



Marcello Fornaroli
Coordenador
Registro CREA n° PR 164932/TD



Jeferson Carvalho Veloso
TST/ Bombeiro / Socorrista / Instrutor
Registro MTE n° 0028344/PR



Ernesto Cordeiro Junior
Eng. Eletricista / Resp. Técnico / Instrutor
Registro CREA n° PR 125486/D

Portador
0005129



REGISTRO DE CONCLUSÃO DE CURSO

ALUNO	CURSO			CÓDIGO
SABRINA APARECIDA STADNIK	NR-10 (40 horas) EAD			0005129
INÍCIO	CONCLUSÃO	CARGA HORÁRIA	FREQUÊNCIA	MÉDIA FINAL
08/12/2025	02/01/2026	40 horas	100%	10.00

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

1. 1 - INTRODUÇÃO
2. 2 - RISCOS EM INSTAÇÕES E SERVIÇOS COM ELETRICIDADE
3. 3 - TÉCNICAS DE ANÁLISE DE RISCO
4. 4 - MEDIDAS DE CONTROLE DE RISCO ELÉTRICO
5. 5 - NORMAS TÉCNICAS BRASILEIRAS
6. 6 - REGULAMENTAÇÕES DO MTE
7. 7 - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO
8. 8 - ROTINAS DE TRABALHO - PROCEDIMENTOS
9. 9 - DOCUMENTAÇÃO DE INSTALAÇÕES ELÉTRICAS
10. 10 - RISCOS ADICIONAIS
11. 11 - PROTEÇÃO E COMBATE A INCÊNDIOS
12. 12 - ACIDENTES DE ORIGEM ELÉTRICA
13. 13 - PRIMEIROS SOCORROS
14. 14 - RESPONSABILIDADES

Secretária
Janaina Corrêa

HABILITEC CURSOS
31.178.891.0001-02
Curitiba, 02/01/2026

REGISTRO

