



NR 18 SIMPLIFICADA

GUIA PRÁTICO DE SAÚDE E
SEGURANÇA NA CONSTRUÇÃO CIVIL



O QUE É UMA NR?

As **Normas Regulamentadoras (NRs)** são regras estabelecidas pelo Ministério do Trabalho e Emprego que têm como objetivo **garantir a segurança e a saúde dos trabalhadores** em diversas atividades. Elas servem como guias obrigatórios para orientar empresas e profissionais sobre práticas adequadas, **reduzindo riscos de acidentes e doenças ocupacionais**. Cada **NR** aborda um tema específico — como máquinas, eletricidade ou trabalho em altura — e, em conjunto, compõem a **base legal da segurança do trabalho no Brasil**.

SOBRE A NR 18

A Norma Regulamentadora nº 18 (NR 18) é o principal conjunto de regras voltado à **segurança e saúde no trabalho na indústria da construção**. Ela estabelece medidas de controle e sistemas preventivos para garantir condições adequadas de trabalho nos canteiros de obras, reduzindo riscos e prevenindo acidentes.

Este guia prático apresenta de forma **simplificada e direta** os principais pontos da norma, facilitando sua compreensão e aplicação no dia a dia de engenheiros, técnicos, mestres de obra e trabalhadores.

POR QUE A NR 18 É IMPORTANTE?

A construção civil movimenta a economia e gera milhares de empregos, mas também envolve **altos riscos** se não houver controle adequado. Quedas, choques elétricos, soterramentos e outros acidentes graves são frequentes nos canteiros de obras.

Com a **NR 18**, as empresas conseguem:

- **Reduzir significativamente os acidentes** e doenças ocupacionais.
- **Proteger trabalhadores** e melhorar a organização dos canteiros.
- **Evitar multas**, paralisações e processos trabalhistas.

Segurança na obra não é gasto: é investimento que gera produtividade, qualidade e confiança.

NR 18 – QUANDO E ONDE ELA SE APLICA

A NR 18 define diretrizes de planejamento, organização e controle de segurança em obras. Aplica-se a todas as atividades de **construção, demolição, reparo, pintura, limpeza e manutenção** de edificações, além de obras de urbanização.

O objetivo é garantir que cada fase da **obra seja executada de forma segura**, desde o preparo do canteiro até o acabamento final.

RESPONSABILIDADES NA OBRA

A segurança é responsabilidade de todos, mas especialmente da **organização da obra**, que deve:

- Garantir que nenhum trabalhador entre no canteiro sem estar **protegido pelas medidas previstas na NR 18**.
- Fazer a **Comunicação Prévia da Obra** ao órgão competente antes do início das atividades.
- Implementar **medidas preventivas e supervisionar** o cumprimento das regras de segurança.

As **empresas contratadas** também devem fornecer informações sobre os riscos das suas atividades, que precisam ser integradas ao plano geral de segurança da obra.

PROGRAMA DE GERENCIAMENTO DE RISCOS (PGR)

O **PGR da Construção é obrigatório** em todos os canteiros de obras. Ele deve **identificar os riscos** ocupacionais e as **medidas de prevenção** correspondentes. O PGR deve ser elaborado por profissional habilitado em segurança do trabalho e conter:

- Projeto da área de vivência do canteiro;
- Projeto elétrico das instalações temporárias;
- Projetos de proteção coletiva e contra quedas;
- Relação dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI) adequados.

O documento precisa ser **atualizado conforme o avanço da obra** e incluir informações das empresas terceirizadas que atuam no local.

ÁREAS DE VIVÊNCIA

As **áreas de vivência** são espaços destinados ao **conforto e bem-estar** dos trabalhadores.

Devem estar sempre limpas, organizadas e em boas condições de uso.

As principais instalações são:

- **Sanitários:** com lavatório, vaso com tampo, mictório e chuveiro (1 conjunto para cada 20 trabalhadores e 1 chuveiro para cada 10).
- **Vestiário:** com armários individuais e bancos.
- **Local de refeição:** protegido, limpo e ventilado.
- **Alojamento:** quando houver trabalhadores alojados, deve contar com cozinha, lavanderia e área de lazer.

É obrigatório o fornecimento de **água potável, filtrada e fresca**, com bebedouro ou dispositivo equivalente, e o **uso de copos coletivos é proibido**.

INSTALAÇÕES ELÉTRICAS

Toda instalação elétrica, temporária ou definitiva, deve seguir o que determina a **NR 10**. O projeto deve ser elaborado e executado por profissional habilitado, com **inspeções e laudos periódicos**. Os principais cuidados são:

- Proibir partes vivas expostas;
- Garantir isolamento, aterramento e proteção contra choques;
- Utilizar **dispositivo DR (Diferencial Residual)** como medida adicional de segurança;
- Manter quadros elétricos identificados, sinalizados e sem obstruções.

Trabalhos próximos a redes energizadas só podem ocorrer com **proteção adequada e autorização**.

ETAPAS DA OBRA E CUIDADOS ESPECÍFICOS

Cada fase da construção exige medidas preventivas próprias:

- **Demolições:** exigem plano específico elaborado por profissional habilitado, prevendo isolamento da área e remoção segura de entulhos.
- **Escavações e fundações:** devem ser executadas conforme projeto técnico, com taludes, escoramentos e barreiras de isolamento.

É proibido o uso de tubulões manuais com mais de 15 metros de profundidade.

- **Trabalhos a quente** (solda, corte, lixamento): só podem ser realizados após análise de risco e com isolamento da área. É obrigatório ter extintores e trabalhador observador.
- **Telhados e coberturas:** aplicam-se as regras da NR 35 (trabalho em altura). É proibido trabalhar sob chuva, ventos fortes ou em superfícies instáveis.

ESCADAS, RAMPAS E PASSARELAS

Toda diferença de nível superior a 40 centímetros deve possuir meio de acesso seguro. As escadas, rampas e passarelas precisam ter dimensões adequadas, piso antiderrapante e sistema de proteção contra quedas.

- **Escadas fixas:** devem ser firmes, com degraus regulares e corrimãos.
- **Escadas portáteis:** só podem ser usadas para acessos temporários e serviços leves.
- **Rampas:** devem ter inclinação inferior a 15°, e as mais íngremes precisam de travessas ou apoios para os pés.

O transporte de materiais pesados deve ser feito por outros meios, não nas escadas.

PROTEÇÃO CONTRA QUEDAS

É obrigatória a **proteção coletiva** sempre que houver risco de queda de pessoas ou objetos. As principais medidas são:

- **Guarda-corpos e rodapés** com altura mínima de 1,2 m;
- **Fechamento provisório** de vãos e aberturas;
- **Plataformas de proteção** nos perímetros da edificação;
- **Redes de segurança**, projetadas e instaladas conforme normas técnicas.

A proteção deve estar presente desde o início da concretagem da primeira laje.

MÁQUINAS, EQUIPAMENTOS E FERRAMENTAS

As máquinas devem seguir as exigências da NR 12, com dispositivos de segurança, manutenção regular e operadores capacitados.

Em obras acima de 10 metros, é **obrigatória a instalação de equipamentos motorizados** para transporte de materiais.

As guias, guindastes e elevadores devem ter **projeto, plano de carga e inspeções documentadas**. Somente operadores e sinaleiros treinados podem realizar içamentos.

As ferramentas elétricas e pneumáticas devem estar em boas condições, com isolação dupla e dispositivos de segurança.

ANDAIMES E PLATAFORMAS DE TRABALHO

Os andaimes precisam ser projetados, montados e inspecionados por profissionais habilitados. A superfície de trabalho deve ser **antiderrapante, nivelada e totalmente forrada**.

É proibido o uso de andaimes de madeira, exceto em casos técnicos específicos. A montagem e desmontagem só podem ser realizadas por trabalhadores capacitados e com o uso de sistemas de proteção contra quedas.

Andaimes suspensos e motorizados devem ter dispositivos de travamento, sistemas de contrapeso e placas de identificação com capacidade máxima de carga.

SINALIZAÇÃO E TREINAMENTOS

Os canteiros de obras devem ser **claramente sinalizados**, indicando riscos, rotas de fuga, áreas de circulação e uso obrigatório de EPIs.

A NR 18 também define regras para **capacitação dos trabalhadores**, que deve seguir o conteúdo e carga horária mínima previstos no **Anexo I da norma**.

O treinamento básico em segurança tem carga mínima de 4 horas e deve abordar:

- Condições de trabalho e meio ambiente;
- Riscos das atividades;
- Uso de EPIs e EPCs;
- PGR da obra.

Treinamentos específicos são exigidos para operadores de guias, guindastes, elevadores, andaimes, trabalhos em altura e em tubulões.

DISPOSIÇÕES GERAIS E BOAS PRÁTICAS

A prevenção deve seguir sempre a hierarquia de medidas prevista na NR 1: **eliminar riscos na origem**, adotar **medidas de engenharia** e, por último, usar **EPIs**.

Os locais de trabalho devem estar limpos, organizados e livres de obstruções. É proibido acumular entulhos ou resíduos orgânicos, e a remoção deve ser feita com calhas ou equipamentos apropriados.

O canteiro deve possuir **sistema de combate a incêndio**, **saídas de emergência** desobstruídas e sinalizadas.

Em caso de acidente grave, o local deve ser isolado e comunicado imediatamente às autoridades competentes.

RESUMINDO

A **NR 18** é uma ferramenta essencial para garantir a **segurança**, a **saúde** e o **bem-estar** dos trabalhadores da construção civil.

Cumprir suas diretrizes é um compromisso de todos: empregadores, engenheiros, técnicos e trabalhadores.

Aplicar corretamente cada medida prevista nesta norma **reduz acidentes**, **aumenta a produtividade** e **fortalece a cultura** de prevenção nas obras.

CHECKLIST RÁPIDO

- **Comunicação prévia** da obra realizada?
- **Áreas de vivência** instaladas e em boas condições?
- **Proteções coletivas** (guarda-corpos, plataformas, redes) corretamente instaladas?
- **Instalações elétricas** seguras e com DR instalado?
- Escadas, rampas e andaimes em bom estado e conforme norma?
- **Sinalização de segurança** visível e em português?
- Trabalhadores com **treinamentos obrigatórios** atualizados?
- **PGR** da obra elaborado e disponível no canteiro?
- Equipamentos e máquinas com **manutenção em dia**?
- Rotas de fuga e combate a incêndio sinalizadas e desobstruídas?