



## CORREIOS

*Comum aos cargos: Técnico em Segurança do Trabalho Júnior, Enfermeiro do Trabalho Júnior, Engenheiro de Segurança do Trabalho Júnior, Médico do Trabalho Júnior*

### LÍNGUA PORTUGUESA

Compreensão e interpretação de textos de gêneros variados.....	1
Reconhecimento de tipos e gêneros textuais.....	6
Domínio da ortografia oficial.....	18
Domínio dos mecanismos de coesão textual: Emprego de elementos de referência, substituição e repetição, de conectores e outros elementos de sequenciação textual....	23
Emprego de tempos e modos verbais.....	27
Domínio da estrutura morfosintática do período. Relações de coordenação entre orações e entre termos da oração. Relações de subordinação entre orações e entre termos da oração.....	32
Emprego das classes de palavras.....	37
Emprego dos sinais de pontuação.....	54
Concordância verbal e nominal.....	59
Regência verbal e nominal.....	61
Emprego do sinal indicativo de crase.....	64
Colocação dos pronomes átonos.....	65
Reescrita de frases e parágrafos do texto. Substituição de palavras ou de trechos de texto; Reorganização da estrutura de orações e de períodos do texto; Reescrita de textos de diferentes gêneros e níveis de formalidade.....	68
Significação das palavras.....	70
Questões.....	71
Gabarito.....	81

### LEGISLAÇÃO APLICADA

Constituição Federal de 1988: Título I – Dos Princípios Fundamentais; Título II – Dos Direitos e Garantias Fundamentais.....	1
Lei no 7.853/1989.....	10
Decreto nº 3.298/1999.....	14
Lei nº 3.146/2015.....	26
Lei nº 10.741/2003.....	57
Estatuto Social dos Correio.....	77
Lei nº 13.303/2016.....	77
Questões.....	108
Gabarito.....	115

# SUMÁRIO



# FUNDAMENTOS DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Decreto No 6.214/2017.....	1
E-Social .....	15
Normas Regulamentadoras Relativas À Segurança E Medicina Do Trabalho. Nr 1 – Disposições Gerais E Gerenciamento De Riscos Ocupacionais.....	23
Nr 4 (Serviço Especializado Em Segurança E Medicina Do Trabalho – Sesmt).....	39
Nr 5 (Comissão Interna De Prevenção De Acidentes – Cipa).....	44
Nr 17 (Ergonomia).....	55
Nr 24 (Condições Sanitárias Dos Locais De Trabalho).....	76
Ordens De Serviço .....	81
Comunicação De Acidente De Trabalho – Cat.....	88
Política Nacional De Segurança E Saúde Do Trabalhador .....	96
Sistemas De Gestão De Segurança E Saúde Ocupacional – Ohsas 18000 .....	105
Normas De Higiene Ocupacional – Nho, Da Fundacentro.....	113
Procedimentos Técnicos – Avaliação Da Exposição Ocupacional: Ao Ruído (Nho 01), Ao Calor (Nho 06), À Vibração De Corpo Inteiro (Nho 09) E À Vibração Em Mãos E Braços (Nho 10) .....	120
Ergonomia. Fundamentos De Ergonomia (Compreensão Do Processo De Ação Ergonômica).....	127
Requisitos Para Elaboração De Análise Ergonômica Do Trabalho.....	132
Fundamentos De Biomecânica .....	141
Aplicação De Ferramentas Ergonômicas.....	147
Equação Do Niosh Para Levantamento Manual De Cargas .....	153
Norma Abnt Nbr Iso 11228-3 – Ergonomia – Movimentação De Cargas Leves Em Alta Frequência.....	162
Perfil Profissiográfico Previdenciário – Ppp.....	168
Fator Acidentário De Prevenção – Fap .....	176
Programa De Conservação Auditiva – Pca .....	182
Programa De Conservação De Voz – Pcv .....	189
Seguro De Acidente Do Trabalho – Sat.....	193
Nexo Técnico Epidemiológico – Ntep.....	197
Questões .....	203
Gabarito.....	208

## SUMÁRIO



Compreender um texto nada mais é do que analisar e decodificar o que de fato está escrito, seja das frases ou de ideias presentes. Além disso, interpretar um texto, está ligado às conclusões que se pode chegar ao conectar as ideias do texto com a realidade.

A compreensão básica do texto permite o entendimento de todo e qualquer texto ou discurso, com base na ideia transmitida pelo conteúdo. Ademais, compreender relações semânticas é uma competência imprescindível no mercado de trabalho e nos estudos.

A interpretação de texto envolve explorar várias facetas, desde a compreensão básica do que está escrito até as análises mais profundas sobre significados, intenções e contextos culturais. No entanto, Quando não se sabe interpretar corretamente um texto pode-se criar vários problemas, afetando não só o desenvolvimento profissional, mas também o desenvolvimento pessoal.

### **Busca de sentidos**

Para a busca de sentidos do texto, pode-se extrair os tópicos frasais presentes em cada parágrafo. Isso auxiliará na compreensão do conteúdo exposto, uma vez que é ali que se estabelecem as relações hierárquicas do pensamento defendido, seja retomando ideias já citadas ou apresentando novos conceitos.

Por fim, concentre-se nas ideias que realmente foram explicitadas pelo autor. Textos argumentativos não costumam conceder espaço para divagações ou hipóteses, supostamente contidas nas entrelinhas. Deve-se atentar às ideias do autor, o que não implica em ficar preso à superfície do texto, mas é fundamental que não se criem suposições vagas e inespecíficas.

### **Importância da interpretação**

A prática da leitura, seja por prazer, para estudar ou para se informar, aprimora o vocabulário e dinamiza o raciocínio e a interpretação. Ademais, a leitura, além de favorecer o aprendizado de conteúdos específicos, aprimora a escrita.

Uma interpretação de texto assertiva depende de inúmeros fatores. Muitas vezes, apressados, descuidamos dos detalhes presentes em um texto, achamos que apenas uma leitura já se faz suficiente. Interpretar exige paciência e, por isso, sempre releia o texto, pois a segunda leitura pode apresentar aspectos surpreendentes que não foram observados previamente.

Para auxiliar na busca de sentidos do texto, pode-se também retirar dele os tópicos frasais presentes em cada parágrafo, isso certamente auxiliará na apreensão do conteúdo exposto. Lembre-se de que os parágrafos não estão organizados, pelo menos em um bom texto, de maneira aleatória, se estão no lugar que estão, é porque ali se fazem necessários, estabelecendo uma relação hierárquica do pensamento defendido; retomando ideias já citadas ou apresentando novos conceitos.

Concentre-se nas ideias que de fato foram explicitadas pelo autor: os textos argumentativos não costumam conceder espaço para divagações ou hipóteses, supostamente contidas nas entrelinhas. Devemos nos ater às ideias do autor, isso não quer dizer que você precise ficar preso na superfície do texto, mas é fundamental que não criemos, à revelia do autor, suposições vagas e inespecíficas.

Ler com atenção é um exercício que deve ser praticado à exaustão, assim como uma técnica, que fará de nós leitores proficientes.

### **Diferença entre compreensão e interpretação**

A compreensão de um texto envolve realizar uma análise objetiva do seu conteúdo para verificar o que está explicitamente escrito nele. Por outro lado, a interpretação vai além, relacionando as ideias do texto com a realidade. Nesse processo, o leitor extrai conclusões subjetivas a partir da leitura.

(B) As leis que garantem direitos podem ser mais ou menos severas.



## DOS PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS

### Forma, Sistema e Fundamentos da República

#### – Papel dos Princípios e o Neoconstitucionalismo

Os princípios abandonam sua função meramente subsidiária na aplicação do Direito, quando serviam tão somente de meio de integração da ordem jurídica (na hipótese de eventual lacuna) e vetor interpretativo, e passam a ser dotados de elevada e reconhecida normatividade.

#### – Princípio Federativo

Significa que a União, os Estados-membros, o Distrito Federal e os Municípios possuem autonomia, caracteriza por um determinado grau de liberdade referente à sua organização, à sua administração, à sua normatização e ao seu Governo, porém limitada por certos princípios consagrados pela Constituição Federal.

#### – Princípio Republicano

É uma forma de Governo fundada na igualdade formal entre as pessoas, em que os detentores do poder político exercem o comando do Estado em caráter eletivo, representativo, temporário e com responsabilidade.

#### – Princípio do Estado Democrático de Direito

O Estado de Direito é aquele que se submete ao império da lei. Por sua vez, o Estado democrático caracteriza-se pelo respeito ao princípio fundamental da soberania popular, vale dizer, funda-se na noção de Governo do povo, pelo povo e para o povo.

#### – Princípio da Soberania Popular

O parágrafo único do Artigo 1º da Constituição Federal revela a adoção da soberania popular como princípio fundamental ao prever que **“Todo o poder emana do povo, que o exerce por meio de representantes eleitos ou diretamente, nos termos desta Constituição”**.

#### – Princípio da Separação dos Poderes

A visão moderna da separação dos Poderes não impede que cada um deles exerça atipicamente (de forma secundária), além de sua função típica (preponderante), funções atribuídas a outro Poder.

Vejamos abaixo, os dispositivos constitucionais correspondentes ao tema supracitado:

### TÍTULO I

## DOS PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS

Art. 1º A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e Municípios e do Distrito Federal, constitui - se em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos:

I - a soberania;

II - a cidadania

III - a dignidade da pessoa humana;

IV - os valores sociais do trabalho e da livre iniciativa; (Vide Lei nº 13.874, de 2019)

V - o pluralismo político.

Parágrafo único. Todo o poder emana do povo, que o exerce por meio de representantes eleitos ou diretamente, nos termos desta Constituição.

Art. 2º São Poderes da União, independentes e harmônicos entre si, o Legislativo, o Executivo e o Judiciário.



As tendências pedagógicas sistematizadas por José Carlos Libâneo oferecem uma compreensão profunda das principais correntes que moldaram o panorama educacional brasileiro. Libâneo, renomado educador e pesquisador, categorizou essas tendências em seu livro “Didática”, proporcionando uma análise crítica que ajuda a compreender as diferentes abordagens adotadas na prática pedagógica.

### **Pedagogia Liberal Tradicional**

A pedagogia liberal tradicional é marcada pela transmissão de conhecimentos de forma autoritária e hierárquica. Inspirada em correntes filosóficas como o idealismo, essa abordagem enfatiza a autoridade do professor como detentor do saber. A sala de aula é estruturada de maneira vertical, com o professor conduzindo as aulas de maneira expositiva. O aluno é visto como um receptor passivo de informações, sendo avaliado principalmente por meio de provas e testes. Disciplina, memorização e rigidez são características marcantes desse modelo.

### **Pedagogia Liberal Renovada Progressivista**

A pedagogia liberal renovada progressivista surge como uma resposta às limitações da abordagem tradicional. Inspirada em teóricos como Decroly e Montessori, essa tendência busca introduzir métodos mais dinâmicos e centrados no aluno. Valoriza a liberdade e a espontaneidade na aprendizagem, estimulando a participação ativa dos alunos. A avaliação pode ser mais flexível, considerando não apenas testes, mas também a observação do desenvolvimento e das habilidades individuais. Apesar das inovações, ainda mantém uma estrutura hierárquica na relação professor-aluno.

### **Pedagogia Renovada Não-diretiva**

A pedagogia renovada não-diretiva, associada a Carl Rogers, propõe uma abordagem mais democrática e centrada no aluno. Nesse modelo, o professor atua como um facilitador, proporcionando um ambiente de aprendizagem onde os alunos têm maior autonomia na escolha dos temas e métodos de estudo. A avaliação é menos formal, focando no desenvolvimento individual e na autoavaliação. A ênfase recai na autorregulação e na expressão livre das ideias, promovendo a participação ativa e a responsabilidade dos alunos pelo próprio aprendizado.

### **Pedagogia Tecnicista**

A pedagogia tecnicista, influenciada pelo behaviorismo de Skinner, destaca a eficiência do ensino. Nessa abordagem, o ensino é planejado de maneira sistemática, baseando-se em técnicas de condicionamento para moldar comportamentos desejados. A aprendizagem é vista como uma resposta a estímulos, e a avaliação é frequentemente quantitativa, medindo o desempenho por meio de testes padronizados. A relação professor-aluno é mais objetiva, com o professor assumindo um papel de especialista que guia o processo de ensino de maneira predefinida.

### **Pedagogia Progressista Libertadora**

A pedagogia progressista libertadora, associada ao pensamento de Paulo Freire, é pautada na ideia central de que a educação deve ser um instrumento de libertação. Nessa abordagem, o educador não é apenas um transmissor de conhecimentos, mas também um facilitador do processo de conscientização. Paulo Freire propõe a superação das relações opressivas por meio da educação, utilizando o diálogo como instrumento fundamental. Os conteúdos são contextualizados na realidade dos alunos, problematizando suas experiências e incentivando a reflexão crítica. A avaliação é concebida como um processo contínuo e participativo, indo além da simples verificação de conhecimentos.

### **Pedagogia Libertária**

A pedagogia libertária, por sua vez, é uma corrente que defende a autonomia e a liberdade do indivíduo no processo educacional. Inspirada em pensadores como Ivan Illich e Paul Goodman, essa abordagem propõe a descentralização do ensino, questionando as estruturas tradicionais de escolarização. Os defensores da