



# ORIENTAÇÕES SOBRE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

## Microempreendedores Individuais – MEI

### ATIVIDADES DE ARTISTAS

### FICHA MEI nº 07

● Acidentes ● Exposição a fatores ergonômicos ● Exposição a agentes físicos

#### Introdução

Esta ficha tem o objetivo de relacionar os principais perigos e riscos comumente presentes nas atividades do microempreendedor individual-MEI, bem como as medidas de prevenção e proteção a serem adotadas para resguardar sua saúde e integridade física e de seu empregado, quando houver. Trata-se de uma lista exemplificativa, devendo cada profissional avaliar riscos adicionais e/ou relacionados à sua situação específica. **No caso de trabalho em estabelecimentos de terceiros, a contratante deverá fornecer as informações sobre os riscos que possam afetar o MEI e incluí-lo nas suas ações de prevenção.** A observância desta ficha não dispensa o cumprimento das disposições legais e regulamentares aplicáveis, especialmente as Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho (NR), conforme o caso.

#### Abrangência

Esta ficha abrange as diversas atividades de artistas como dubladores, músicos, cantores, humoristas, contadores de história, *disc jockeys*, *vídeo jockeys*, técnicos de sonorização, técnicos de iluminação, animadores de festas, mágicos e locutores de mensagens fonadas e ao vivo.

#### Possíveis consequências do trabalho e medidas de prevenção e proteção

Acidentes	Medidas de prevenção / proteção
Fraturas ou outras lesões devido a quedas de altura, como, por exemplo, nas atividades de iluminação e sonorização executadas a mais de dois metros de altura.	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Treinamento para exercer trabalhos em altura;</li><li>▪ Uso de sistema de proteção coletiva contra quedas de altura. Caso a proteção coletiva não elimine nem reduza o risco de queda, utilizar sistema de proteção individual contra quedas de altura.</li></ul>
Fraturas ou outras lesões devido a quedas no mesmo nível, escorregões ou tropeços.	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Manter o ambiente organizado e com boa iluminação.</li></ul>
Choque elétrico como resultado de defeitos, falta de aterramento, curto-circuito ou uso impróprio de ferramentas e equipamentos elétricos ou sua fiação ou ainda uso de adornos.	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ligação, inspeção e manutenção adequada de todos os equipamentos e ferramentas, conforme instruções do fabricante, bem como utilização apenas para as tarefas a que se destinam e observando os limites de projeto;</li><li>▪ Remoção de adornos pessoais (ex.: anéis, alianças e pulseiras) em trabalhos com equipamentos elétricos, inclusive os alimentados por bateria.</li></ul>

Exposição a agentes físicos	Medidas de prevenção / proteção
Perda auditiva decorrente da exposição, por longos períodos, a níveis de ruído excessivo, em especial nas atividades de cantores/músicos e <i>disc jockey</i> /vídeo <i>jockey</i> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso de protetores auditivos para atenuar o ruído a limites aceitáveis;</li> <li>Os protetores devem estar bem ajustados aos ouvidos e ser usados de forma ininterrupta durante todo o período de exposição.</li> </ul>

Exposição a fatores ergonômicos	Medidas de prevenção / proteção
Lesões musculoesqueléticas relacionadas a posturas estáticas mantidas por longos períodos: trabalho em pé, trabalho sentado, tronco/pescoço flexionados permanentemente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uso de bancadas/assentos em altura adequada para o trabalho;</li> <li>Variação de postura;</li> <li>Alternância do trabalho na posição em pé com o trabalho na posição sentada.</li> </ul>
Problemas respiratórios decorrentes de atividades em ambientes fechados a baixas temperaturas, com elevada concentração de pessoas e ventilação artificial por meio de sistemas de ar-condicionado, em especial nas atividades de <i>disc jockey</i> , vídeo <i>jockey</i> e cantor/músico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Limpeza e/ou troca periódica dos filtros dos sistemas de ar-condicionado;</li> <li>Manter a qualidade do ar interior de acordo com a legislação aplicável.</li> </ul>
Crises depressivas em decorrência de conflitos com clientes, ou ainda pela exigência contínua de sempre “estar bem”, em especial nos casos dos humoristas e animadores de festas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Apoio social em situações negativas;</li> <li>Adoção de escala reduzida e alternada de atividades noturnas;</li> <li>Acompanhamento psicológico, se necessário.</li> </ul>
Lesões nas cordas vocais devido ao uso constante da voz, nas atividades com exigência de carga vocal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adoção de pausas para evitar carga vocal excessiva;</li> <li>Ingestão frequente de água potável;</li> <li>Evitar uso de fumo e álcool;</li> <li>Educação para adequada utilização da voz, por meio de noções sobre cuidados vocais (higiene vocal), aquecimento e desaquecimento vocal e expressividade vocal.</li> </ul>

## Observações

- Recomenda-se a realização de exames periódicos de saúde, efetuados por médico conhecedor do trabalho realizado, sendo que tais exames são obrigatórios para o empregado do MEI, quando houver.
- As Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho apresentam uma série de medidas de prevenção para saúde e segurança dos trabalhadores e podem ser consultadas no sítio eletrônico < <https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs> >.

## Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Disponível em < <http://vigilancia.saude.mg.gov.br/index.php/download/doencas-relacionadas-ao-trabalho-manual-ms-2001-2/?wpdmdl=4215> >. Acesso em 27 nov 2020
- OIT – Organização Internacional do Trabalho - Encyclopaedia of Occupational Health and Safety, 4th Ed., ILO, Geneva, 1998. Disponível (em espanhol) no site < <https://www.insst.es/tomo-i> >. Acesso em 25 nov 2020.



INSPEÇÃO  
DO TRABALHO

## Referências

3. OIT – Organização Internacional do Trabalho – Pontos de Verificação Ergonômica – Disponível em < [https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/manuais-e-publicacoes/pontos\\_de\\_verificacao\\_ergonomia\\_livro\\_da\\_fundacentro.pdf/view](https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/manuais-e-publicacoes/pontos_de_verificacao_ergonomia_livro_da_fundacentro.pdf/view) >. Acesso em 25 nov 2020.
4. PRZYSIEZNY, Paulo Eduardo; PRZYSIEZNY, Luciana Tironi Sanson. Distúrbio de voz relacionado ao trabalho. Braz. j. otorhinolaryngol., São Paulo, v. 81, n. 2, p. 202-211, Apr. 2015. Disponível em < [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-86942015000200202&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-86942015000200202&lng=en&nrm=iso) >. Acesso em 25 jan. 2021.

## Relação de MEI/CNAE alcançados por esta ficha

DUBLADOR INDEPENDENTE	5912-0/01
HUMORISTA E CONTADOR DE HISTÓRIAS INDEPENDENTE	9001-9/01
CANTOR(A)/MÚSICO(A) INDEPENDENTE	9001-9/02
DISC JOCKEY (DJ) OU VÍDEO JOCKEY (VJ) INDEPENDENTE	9001-9/06
TÉCNICO(A) DE SONORIZAÇÃO E DE ILUMINAÇÃO INDEPENDENTE	9001-9/06
ANIMADOR(A) DE FESTAS INDEPENDENTE	9329-8/99
MÁGICO(A) INDEPENDENTE	9329-8/99
LOCUTOR(A) DE MENSAGENS FONADAS E AO VIVO INDEPENDENTE	9609-2/99

