

DDS: Sono e fadiga — trabalhar cansado também é um risco

Diálogo Diário de Segurança • versão pronta para impressão

Empresa: _____	Setor: _____
Data: ____/____/____	Responsável: _____

Abertura para o DDS

Hoje vamos conversar sobre **Sono e fadiga — trabalhar cansado também é um risco**. Antes de começar, pense em uma tarefa rotineira que parece simples. Quando a pressa, o excesso de confiança ou uma mudança no ambiente passa despercebida, uma atividade conhecida pode se transformar em um acidente.

O objetivo desta conversa é reconhecer os sinais antes da ocorrência, confirmar se as barreiras de segurança estão funcionando e definir pelo menos uma ação prática para o turno.

Pontos essenciais

1	Observe a tarefa, o ambiente e as pessoas expostas antes de começar.
2	Confirme se os controles previstos existem e estão funcionando.
3	Interrompa a atividade diante de mudança, defeito, dúvida ou imprevisto.
4	Comunique desvios e acompanhe as ações até a conclusão.

Perguntas para conversar com a equipe

1. Esse risco existe em nossa atividade ou setor? Onde?
2. Já presenciamos uma situação parecida ou um quase acidente?
3. Quais controles funcionam e o que precisa ser melhorado hoje?
4. Quem deve ser comunicado quando o perigo for identificado?
5. Qual ação prática assumimos antes de encerrar este DDS?

Mensagem final

Segurança não termina quando a conversa acaba. Registre os desvios identificados, defina responsáveis e acompanhe cada ação até a conclusão.

Registro de aplicação e lista de presença

Sono e fadiga — trabalhar cansado também é um risco

Empresa:		Data:	___/___/___
Setor/obra:		Horário:	___:___
Responsável:		Duração:	___ min

Participantes

Nº	Nome completo	Função/Setor	Assinatura
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

Registros da conversa

Riscos ou situações identificadas:
Ações definidas, responsáveis e prazos:

Assinatura do responsável pelo DDS 	Visto da liderança / Segurança
--	--