

# O desafio da ergonomia no ambiente de trabalho em busca da melhoria da qualidade de vida e saúde do trabalhador

Sânzzia de Oliveira e Souza Figueira; Daniel Maziero Verdan Curty  
<sup>1</sup> Estudante – UniRedentor; <sup>2</sup> Estudante - UniRedentor  
sanzziaf@gmail.com

## Resumo

As empresas estão se tornando cada vez mais competitivas de modo a assegurar sua segurança e produtividade. Dessa forma, foi preciso buscar por atividades que contribuíssem para esse bem-estar. Devido aos problemas osteomusculares provenientes das posturas inadequadas, os estudos relacionados com a necessidade de se prevenir as doenças ocupacionais e os acidentes de trabalho cresceram significativamente nas organizações. Assim, nasce a Ergonomia, que é um estudo científico que visa fornecer meios de adaptação que sejam produtivos e confortáveis entre o homem e o seu meio de produção. Deste modo, este trabalho tem por finalidade estabelecer meios que adaptam por melhores condições de trabalho, demonstrando como o método ergonômico eficaz pode gerar benefícios, tornando esse local produtivo, sem que minimize a integridade física e psicológica do trabalhador, de modo a proporcionar maior segurança e conforto, em conformidade com a Norma Regulamentadora 17 (NR 21 – Ergonomia). A metodologia empregada foi a pesquisa bibliográfica, identificando meios que contribuam para a boa solução ergonômica, tanto para a empresa, quanto para o trabalhador. Logo, verifica-se a necessidade de empregar a ergonomia dentro das empresas, fazendo com que tanto elas como seus trabalhadores venham obter resultados significativos, como redução de desperdícios e de movimentos indevidos, assim como a ascensão da produtividade.

**Palavras-Chave:** Ergonomia. NR 17. Produtividade. Solução Ergonômica.

## Introdução

A ergonomia é uma ciência que cresceu de maneira significativa, sendo conceituada como um estudo interdisciplinar entre o homem e a sua relação como o meio social e de trabalho. Além disso, ela auxilia na alteração dos ambientes de trabalho, contribuindo para o aumento de produção, assim como proporciona por uma melhor condição de vida e saúde para aqueles que trabalham nesses ambientes (ANDRADE, *et al*, 2013).

Todos os problemas enfrentados no ambiente de trabalho geram distúrbios fisiológicos e psicológicos, provocando inúmeros prejuízos à saúde do trabalhador. A NR 17 fala sobre a Ergonomia no ambiente de trabalho, obrigando as empresas na adaptação de um ambiente que seja eficaz ao trabalhador (MARQUES *et al*, 2007).

As empresas estão dando grande ênfase à ergonomia de modo a permitir na facilitação da relação entre o homem e o seu trabalho, além de proporcionar maior comodidade e benefícios aos colaboradores na execução das tarefas.

O objetivo deste trabalho é destacar a importância da Ergonomia de modo a garantir a segurança do trabalho. Nesse modo, o presente artigo apresenta uma breve história da Ergonomia e a necessidade da Análise Ergonômica do Trabalho, de modo a prevenir as doenças ocupacionais e propiciar um ambiente de trabalho confortável e produtivo. Além disso, demonstrar a importância da utilização dos equipamentos de proteção individual e de se investir em segurança, gerando benefícios tanto para as empresas quanto para os trabalhadores.

### **Metodologia ou Materiais e Métodos**

Como metodologia, foi utilizada a pesquisa bibliográfica para a concretização do referente estudo. Assim, os princípios que a motivaram justificam-se esse trabalho, dando ênfase à importância da ergonomia na busca da melhoria da qualidade de vida e saúde do trabalhador.

### **Resultados e discussão**

#### **1 Segurança do Trabalho**

ANDRADE, *et al*, (2013 p. 2) define a segurança do trabalho como “o conjunto de métodos de prevenção que são adotados com a finalidade de minimizar os acidentes de trabalho e doenças ocupacionais e também proteger a integridade e a capacidade de trabalho do trabalhador”.

Para Santos (2015), a segurança do trabalho é uma ciência que atua no combate e na prevenção dos acidentes de trabalho em virtude de todos os riscos ocupacionais em que os trabalhadores estão expostos diariamente.

#### **2 Análise Ergonômica do Trabalho na Norma Regulamentadora 17**

De acordo com o Manual de Aplicação NR 17 (2002), a análise ergonômica é uma técnica construtiva e participativa de modo a solucionar um problema de grande complexidade, exigindo o conhecimento da atividade desenvolvida para a sua realização e de todas as dificuldades enfrentadas em prol de atingir a produtividade e o desempenho. Ao solicitar a análise ergonômica, é preciso clareza da demanda, colocando em evidência um problema específico.

#### **3.1 Importância da Ergonomia no trabalho e seus benefícios no desempenho do setor produtivo**

Vidal (2012), diz que a ergonomia no trabalho oferece conforto a todos os trabalhadores, assim como técnicas de prevenção de acidentes e de patologias próprias para cada atividade a ser executada. Lesões por esforços repetitivos, nível de ruídos, iluminação, temperatura e má postura, proporcionam, ao longo do tempo, inúmeros males que prejudicam a saúde do trabalhador. A figura 1 mostra algumas dicas ergonômicas.



Figura 1. Dicas Ergonômicas

Para Chiavenato (2004), além das condições físicas de trabalho, também há as condições psicológicas e sociais que fazem parte do ambiente de trabalho. Para que o sucesso da qualidade e produtividade seja alcançado, é preciso que as organizações apresentem pessoas motivadas no trabalho e que recebam adequadas recompensas por sua contribuição.

### 3.2 Treinamento como Agente de Mudança

França (2012) diz que para que um programa de treinamento seja eficaz, é preciso que ele satisfaça a todos os trabalhadores.

De acordo com Rodrigues (2009 p.32), “treinamento é uma sequência de ações, diversas ações, que visem preencher a lacuna entre um desempenho pessoal insatisfatório para um desempenho pessoal satisfatório”.

### 3.3 Fatores dos Riscos Ergonômicos na Saúde do Trabalhador

Os riscos ergonômicos são aqueles que proporcionam ao trabalhador desconforto ou doença, afetando a sua integridade física e mental. São considerados como riscos ergonômicos: “situação de estresse, esforço físico, postura inadequada, levantamento de peso, trabalhos em período noturno, controle rígido de produtividade, imposição de rotina intensa” (AGAHNEJAD, 2011 p. 34).

## 4 Solução de Melhoria

O meio mais eficaz para alcançar a produtividade é o planejamento das áreas de trabalho de modo que o trabalhador não precise se deslocar além dos limites e nem alcançar objetos. “Um aspecto que deve ser considerado, é que a motivação de um trabalhador não depende unicamente do administrador, mas é um processo que

vem de dentro e é afetado pelo ambiente de trabalho e estilo administrativo do administrador” (VIEIRA, 2012 p. 8).

Para que os riscos não prejudiquem a saúde do trabalho, além das atividades, é preciso adaptar o homem em suas condições de trabalho, como conforto psíquico e físico, modernização de equipamentos e máquinas, pausas de recuperação, entre outros de modo a obter soluções ergonômicas eficazes, tanto para o trabalhador quanto para a empresa.

## Conclusão

A Ergonomia, localizada no campo da Segurança do Trabalho, exerce um papel significativo na saúde e produtividade tanto para os funcionários, quanto para sua organização. Através dela, é possível avaliar o trabalho de modo a aprimorar sua eficácia, prevenindo qualquer tipo de incidentes, acidente ou doenças ocupacionais.

Para que um ambiente de trabalho se torne saudável, as empresas precisam se preocupar com ações preventivas, que estejam em conformidade com a Norma Regulamentadora NR-17.

Outro fator relevante foi o emprego de treinamentos que atuam no progresso do desenvolvimento das habilidades e no aperfeiçoamento dos trabalhadores. Quando um treinamento é bem desenvolvido, ele favorece ao treinando uma elevada autoestima e também na empresa de uma alta prosperação nos seus lucros.

Desta forma, conclui-se que a ergonomia dentro das empresas é muito importante, pois garante a segurança e a integridade da saúde dos trabalhadores. Enfatiza-se ainda, que toda a empresa ganha com isso, porque suprime movimentos desnecessários, o que ocasiona ganho de tempo, eliminando os desperdícios e aumentando sua produtividade.

## Referências

- AGAHNEJAD, P. **Análise Ergonômica no Posto de Trabalho numa linha de produção utilizando método NIOSH – Um estudo de caso no pólo Industrial de Manaus**. Dissertação (Dissertação em Engenharia Elétrica). Instituto de Tecnologia da Universidade de Pará. 92p.
- ANDRADE, B. B.; BUSANELLO, F.; DORNELES, L.; SERVAT, M. E.; POALCINSKI, E. **A Ergonomia como fator chave para a Segurança do Trabalho**. In: III SEMANA INTERNACIONAL DAS ENGENHARIAS DA FAHOR, 2013. p. 13-21.
- BRASILIA (CAPITAL). Secretaria de Inspeção do trabalho. **Norma Regulamentadora Nº17: Manual de aplicação**. Brasília, 2002.
- CHIAVENATO, I. **Ergonomia**. Elsevier: Apostila de Gestão de Pessoas. Petrópolis – RJ, 2004.
- FRANÇA, E. O. **Segurança no Trabalho em empresa de ar condicionado**, no Distrito Federal. Monografia (Graduação em Administração de Empresas). Centro Universitário de Brasília. 25p.
- RODRIGUES, F. R. **Treinamento em Saúde e Segurança do Trabalho**. 3 ed. São Paulo, 2009. 272 p.
- SANTOS, D. A. A importância da Ergonomia na Segurança do Ambiente de Trabalho e no bem-estar do trabalhador. In: UNINDRADE, 2015, Vitória da Conquista. Bahia: Instituto Nacional ALF, 2015. P. 22-33.
- VIDAL, L. C. Ergonomia. Universidade do Brasil COPPE: **Apostila de Introdução à Ergonomia**. Rio de Janeiro – RJ, 2012.
- VIEIRA, J.L. Fundação Educacional de Bauru. **Manual de Ergonomia: Manual de aplicação**. São Paulo, 2012.