



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS CORRENTE
CURSO DE TECNOLOGIA EM GESTÃO AMBIENTAL

GRAZIELLE NOGUEIRA DE OLIVEIRA

PERCEPÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DE ÓRGÃOS PÚBLICOS A RESPEITO DE
SUAS CONDIÇÕES ERGONÔMICAS DE TRABALHO

CORRENTE

2017

GRAZIELLE NOGUEIRA DE OLIVEIRA

PERCEPÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DE ÓRGÃOS PÚBLICOS A RESPEITO DE
SUAS CONDIÇÕES ERGONÔMICAS DE TRABALHO

Trabalho de conclusão de curso apresentado a
Coordenação do Curso de Tecnologia em Gestão
Ambiental, como parte do requisito para a obtenção
do título de Tecnólogo em Gestão Ambiental.

Orientadora Prof^ª. Hiana Brito Costa Borges.

CORRENTE

2017

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

Oliveira, Grazielle Nogueira de

O48p Percepção dos funcionários de órgãos públicos a respeito de suas condições econômicas de trabalho / Grazielle Nogueira de Oliveira. - 2017.
22 f.: il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Gestão Ambiental) - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Corrente, 2017.

Orientadora: Profa. Esp. Hiana Brito Costa Borges.

1. Gestão Ambiental – estudo e ensino. 2. Ergonomia. 3. Segurança do Trabalho. 4. Oliveira, Grazielle Nogueira de. I. Título.

CDD - 577

Elaborado por Tefischer Huanderson Soares e Sousa CRB 3/1251

GRAZIELLE NOGUEIRA DE OLIVEIRA

PERCEPÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DE ÓRGÃOS PÚBLICOS A RESPEITO DE
SUAS CONDIÇÕES ERGONÔMICAS DE TRABALHO

Artigo submetido à Coordenação do Curso de Tecnologia em Gestão Ambiental, do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí - *Campus Corrente*, como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Gestão Ambiental. Área de concentração: Segurança do trabalho.

Aprovada em: _/_/2017.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Hiana Brito Costa Borges (Orientadora)

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí - *Campus Corrente*

Prof. (Especialista). Hélio Soares Freire

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí - *Campus Corrente*

Prof^a. (Especialista). Marcília Martins da Silva

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí - *Campus Corrente*

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus pelo dom da vida e por ter me proporcionado chegar até aqui.

A minha família por toda a dedicação e paciência contribuindo diretamente para que eu pudesse ter um caminho mais fácil e prazeroso durante esses anos.

Agradeço aos professores que sempre estiveram dispostos a ajudar e contribuir para um melhor aprendizado em especial a minha orientadora Hiana Brito, por gentilmente ter me ajudado e me guiado no decorrer deste trabalho, me dando todo o suporte necessário.

Agradeço também aos meus amigos e colegas que sempre torceram por mim e me apoiaram no decorrer do curso.

RESUMO

A Ergonomia é uma ciência que estuda a adequação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores e de todas as pessoas, de modo a proporcionar um máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente, quer em seu ambiente de trabalho, quer em todas as suas atividades. Com o intuito de verificar esta adequação, o presente trabalho teve como objetivo verificar a percepção dos funcionários de órgãos públicos a respeito de suas condições ergonômicas de trabalho. Foram realizadas visitas *in loco* nos órgãos e aplicação de questionários semiestruturados aos trabalhadores dos estabelecimentos. Ao analisar os dados coletados, constatou-se que, os trabalhadores possuem algum conhecimento sobre ergonomia e sua aplicabilidade no ambiente laboral, no entanto, a mesma não é aplicada nos postos de trabalho, fato comprovado pelos casos de trabalhadores que já apresentam dores na coluna cervical, provavelmente em decorrência dos assentos inadequados, assim como 80% dos servidores da Prefeitura afirmam, que executam movimentos repetitivos por mais de 6 horas diárias. Portanto, propõe-se a adoção de um Programa de Prevenção através de ginástica laboral com pausas, exercícios respiratórios e alongamentos musculares e a aquisição de equipamentos e matérias que busquem a adequação ergonômica ao posto de trabalho.

Palavras-chave: Segurança do trabalho. Ergonomia. Postos de trabalho.

ABSTRACT

Ergonomics is a science that studies the adequacy of working conditions to the psychophysiological characteristics of workers and all people, in order to provide maximum comfort, safety and efficient performance, both in their work environment and in all their activities. In order to verify this adequacy, the present study aimed to verify the perception of the employees of public agencies regarding their ergonomic working conditions. On-site visits were made to the agencies and semi-structured questionnaires were applied to the employees of the establishments. When analyzing the collected data, it was verified that, the workers have some knowledge about ergonomics and its applicability in the work environment, however, it is not applied in the workstations, a fact proven by the cases of workers who already have pains in the column cervical, probably due to inadequate seating, as well as 80% of City Hall officials say they perform repetitive movements for more than 6 hours a day. Therefore, it is proposed to adopt a Prevention Program through work gymnastics with pauses, breathing exercises and muscular stretches and the acquisition of equipment and materials that seek ergonomic adaptation to the work place.

Keywords: Work safety. Ergonomics. Work stations.

1. INTRODUÇÃO

As organizações que prestam serviços, mais especificamente as autarquias de direito público, buscam garantir a qualidade dos serviços através do bom uso de suas ferramentas. A importância dos colaboradores nessa atividade é essencial, bem como a estrutura da própria organização, que oferece suporte à execução de suas atividades como os fatores ambientais, iluminação, ruídos, e os materiais e equipamentos como monitores, cadeiras e mesas. O ambiente como um todo é de fundamental importância para a melhoria das ações dos que nele trabalham, com conforto e segurança (ARAÚJO, 2008).

Para Nunes (2012), segurança do trabalho é um conjunto de medidas que deve ser adotado pelas empresas de forma integrada para eliminar ou neutralizar os riscos existentes no mesmo, com a finalidade de preservar a integridade física e a saúde dos trabalhadores.

A preocupação com a segurança do trabalho atualmente é pouca, pois a maioria das empresas não se preocupa em investir nessa área; a implantação de medidas é rara e de baixa qualidade e garantia para os funcionários, mas deve-se ressaltar que parte dos acidentes são gerados pelo fato de não haver um bom investimento em segurança no trabalho (LOBATO, 2015).

Contudo, existe um ramo da Segurança do Trabalho que se dedica a trabalhar e atender plenamente as características psicofisiológicas dos trabalhadores, esta ciência multidisciplinar é a ergonomia, que segundo Barbosa Filho (2010), é tão antiga quanto à própria existência humana, pois surgiu da necessidade concreta, para contribuir com a saúde do trabalhador, que trata da adaptação do trabalho às características do indivíduo.

Objetivo da ergonomia é desenvolver e aplicar técnicas de adaptação de elementos do ambiente de trabalho ao ser humano, com o objetivo de gerar o bem-estar do trabalhador e consequentemente aumentar a sua produtividade.

A ergonomia está integrada em outras áreas de estudo como a fisiologia e a psicologia, onde essas estudam o homem em situação real de trabalho, identificando problemas existentes na saúde e segurança, desenvolvendo instrumentos pedagógicos para a melhoria e qualificação dos trabalhadores (ASSUNÇÃO e LIMA, 2003).

Segundo a International Ergonomics Association IEA (2000), ergonomia é o conjunto dos conhecimentos científicos relativos ao homem e necessários para a concepção de ferramentas, máquinas e dispositivos que possam ser utilizados com o máximo de conforto, de segurança e eficácia.

A Norma Regulamentadora 17, (NR) visa a estabelecer parâmetros que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar um máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente (MTE,2017).

Assim, no que diz respeito ao tipo de assento apropriado e a atividade que precisa ser realizada sentada, nos parágrafo 17.3.3 e 17.3.4 (NR 17) constitui que:

Os assentos utilizados nos postos de trabalho devem atender aos seguintes requisitos mínimos de conforto a) altura ajustável à estatura do trabalhador e à natureza da função exercida; b) características de pouca ou nenhuma conformação na base do assento; c) borda frontal arredondada; d) encosto com forma levemente adaptada ao corpo para proteção da região lombar.

17.3.4. Para as atividades em que os trabalhos devam ser realizados sentados, a partir da análise ergonômica do trabalho, poderá ser exigido suporte para os pés, que se adapte ao comprimento da perna do trabalhador . (MTE, 2017)

Contudo, a NR 17, define ainda que todos os equipamentos que compõem um posto de trabalho devem estar adequados às características psicofisiológicas dos trabalhadores e à natureza do trabalho a ser executado.

A aplicação da ergonomia no âmbito da execução do trabalho é essencial para melhorar a condição da saúde e do ambiente do trabalhador, evitando lesões por esforços muitas vezes repetitivos e posturas errôneas, evitar ou diminuir afastamento por lesões e obter melhoria da produtividade organizacional. Contudo, os ergonomistas trabalham em domínios especializados, abordando certas características específicas do sistema, tais como demonstrado a seguir (tabela 1):

Tabela 1-Atualmente, a Associação Internacional de Ergonomia divide o tema em três domínios específicos, a saber:

Tipo	Características	Tópicos relevantes
Ergonomia Física	É a interação do corpo humano com a carga física e psicológica.	Estrutura física do posto de trabalho, atividades repetitivas, vibração, força e postura estática.

Ergonomia Cognitiva	Processos mentais que Percepção, atenção, afetam as interações entre cognição, controle motor, seres humanos e outros memória. elementos de um sistema
Ergonomia Organizacional	Melhoria do sistema sócio Supervisão, trabalho em técnico, onde se incluem equipe, trabalho em turnos, estrutura organizacional, cultura organizacional, políticas e processos. gestão de qualidade.

Fonte: KASSADA(2011).

São considerados riscos ergonômicos: esforço físico, levantamento de peso, postura inadequada, controle rígido de produtividade, situação de estresse, trabalhos em período noturno, jornada de trabalho prolongada, monotonia e repetitividade, imposição de rotina intensa (NOVAES, A.C, 2010).

Contudo, conforme Peres (2005), esses riscos podem gerar a Lesão por Esforço Repetitivo - LER e/ou Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho - DORT referem-se a um conjunto de doenças que atingem, principalmente, músculos, tendões e membros superiores (dedos, mãos, punhos, antebraço, braços e pescoço).

Segundo Moraes (2010), a LER e a DORT representam 80% dos afastamentos dos trabalhadores, sendo que algumas doenças ocupacionais podem surgir mesmo depois do trabalhador se afastar do agente causador.

Portanto, as empresas que almejam a diminuição do número de funcionários afastados, executam a aplicação da ergonomia, através da realização da ginástica laboral, conscientização de seus funcionários em relação à postura e sobre o que isso pode acarretar em sua saúde (DALMAS, 2004).

A Segurança do Trabalho tem relevância, para os mais diferentes ramos de atividades e órgãos públicos, sendo assim, o presente trabalho teve como objetivo avaliar a percepção dos servidores e/ou funcionários de postos de trabalho municipal e federal no município de Corrente-PI.

2. MATERIAL E MÉTODOS

2.1 Área de Estudo

O município de Corrente-PI está localizado na Microrregião Chapada das Mangabeiras no Extremo Sul Piauiense (Figura 1), ocupando uma área territorial de 3.048,447 km² e população de 26.084 habitantes.

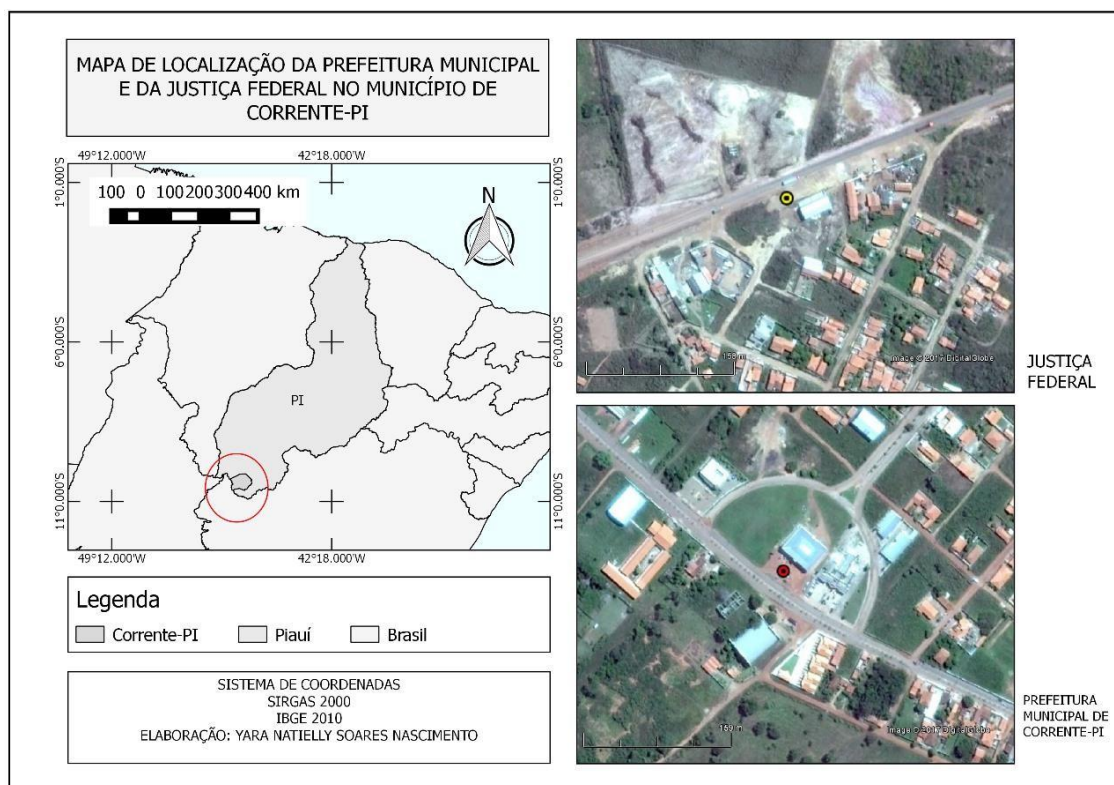


Figura 1: Localização dos postos de trabalho estudados no Município de Corrente-PI.

O presente estudo foi realizado em dois postos de trabalhos públicos, a Prefeitura Municipal de Corrente-PI localizada na Avenida Manoel Lourenço Cavalcante e o outro, a Justiça Federal situada na BR 135, que passa pela cidade.

Conforme foi informado no órgão 91 servidores trabalham na Prefeitura Municipal exercendo funções administrativas de forma informatizada, utilizando diariamente o computador com uma jornada de trabalho de 6 horas diárias, no entanto, existem alguns servidores que excedem a carga horária estabelecida devido o acúmulo de atividades.

Já no prédio da Justiça Federal trabalham 17 servidores com jornada de trabalho de 6 horas diárias ininterruptas, executam atividades relacionadas ao Poder Judiciário, necessitando trabalhar diariamente com computadores e com o arquivamento de processos.

2.2 Procedimentos Metodológicos

Foi adotado o método de aplicação de questionários (Anexo 1) semiestruturados com perguntas fechadas, aos servidores dos dois postos de trabalho.

Na Prefeitura Municipal, a seleção dos servidores para participarem da pesquisa baseou-se no número de trabalhadores por setor e também no tempo de serviço, priorizando-se assim, os funcionários que trabalham à mais tempo no local, desta forma foram aplicados 42 questionários na Prefeitura Municipal de Corrente. Já na Justiça Federal, por ser um órgão mais recente e com menor número de servidores, todos foram entrevistados, totalizando 15 trabalhadores.

Através das visitas *in loco*, avaliaram-se os aspectos ergonômicos dos postos de trabalho, considerando-se o tempo de utilização dos computadores associado à exposição à tela dos mesmos, o tipo de mouse, às cadeiras e à utilização de apoio para os pés e punho.

Utilizou-se um GPS para captura das coordenadas geográficas e posterior confecção de mapas de localização e uma máquina fotográfica para registros fotográficos dos ambientes de trabalho em estudo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os gráficos abaixo (Figura 2) mostram que 62% dos trabalhadores entrevistados na Prefeitura Municipal possuem idade entre 18 e 35 anos, já na Justiça Federal são 73% dos trabalhadores que se encontram na mesma faixa etária. O resultado obtido desta variável revela a existência de indivíduos adultos e jovens em exercício, os quais buscam atualizar os seus conhecimentos conforme suas funções.

Sendo 62% dos trabalhadores da Prefeitura são do sexo feminino, já na Justiça Federal, 60% do sexo masculino.

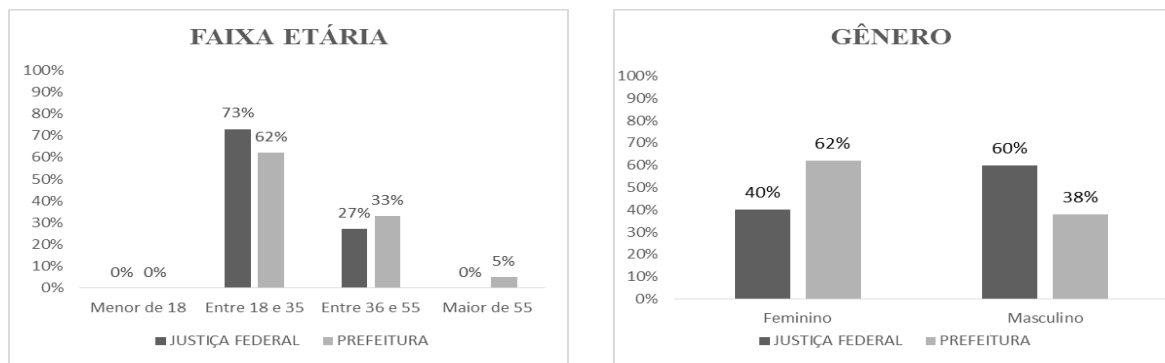


Figura 2: Faixa Etária e Gênero. **Fonte:** OLIVEIRA, 2017.

Com relação ao conhecimento dos trabalhadores sobre ergonomia, 73% dos funcionários da Justiça Federal afirmaram ter conhecimento sobre esta área, onde apenas 55% dos funcionários da prefeitura possuem algum tipo de conhecimento sobre a temática (Figura 3). Estes dados demonstram que os trabalhadores do órgão municipal estão mal informados com relação a esta área da segurança do trabalho que está diretamente ligada as questões de saúde dos mesmos, fato que, os torna passíveis de serem expostos ao risco de desenvolver algum tipo de doença psicofisiológica dentro do posto de trabalho, devido a falta de equipamentos adaptados ergonomicamente a função de cada funcionário.

Neste sentido, Cruz (2010) relata que é de grande importância a obtenção do conhecimento da ergonomia, pois a mesma possui o objetivo de modificar os sistemas de trabalho, a fim de adequá-los ao trabalhador, visando a um desempenho eficiente, confortável e seguro.

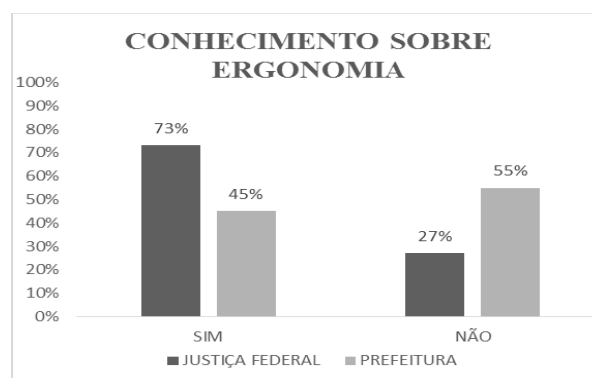


Figura 3: Conhecimento dos funcionários sobre Ergonomia. **Fonte:** OLIVEIRA, 2017.

Constatou-se ainda que, em sua maioria, os trabalhadores já sentiram ou sentem algum tipo de desconforto físico, sendo o mais frequente, na região da coluna cervical. Como mostra

a Figura 4, na qual 60% dos entrevistados da Justiça Federal e 50% da Prefeitura Municipal afirmaram apresentar ou já ter apresentado estes sintomas.

Com relação às doenças psicofisiológicas, houve apenas um diagnóstico proveniente de um servidor da Justiça Federal que relatou ter sido mais um de vários trabalhadores que são acometidos por transtornos durante o longo período de trabalho (Figura 4), no entanto, percebeu-se que houve receio e constrangimento dos servidores de ambos os órgãos em assumir que já foram acometidos por estas doenças.

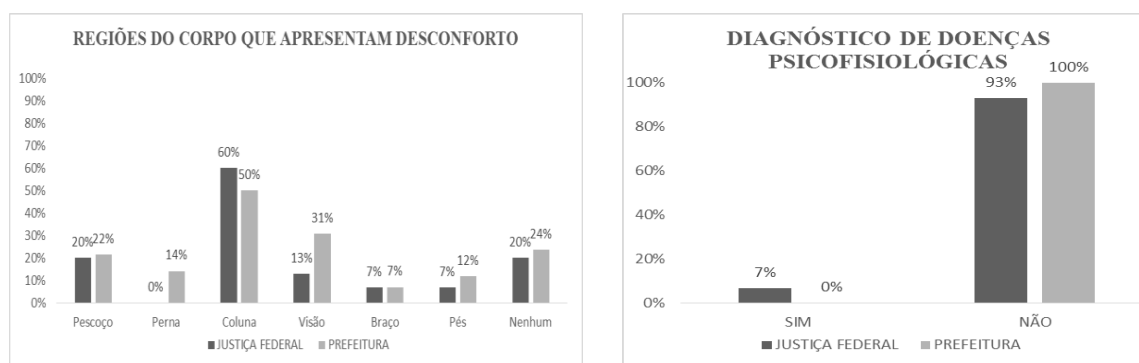


Figura 4: Regiões do corpo que apresentam desconforto e diagnóstico de doenças psicofisiológicas. **Fonte:** OLIVEIRA, 2017.

Para Abrantes (2004) uma boa cadeira oferece uma série de variáveis relacionadas ao conforto como: altura do assento regulável, borda inferior do assento arredondada para evitar compressão das coxas, assento estofado e com espaço para acomodação das nádegas, apoio para as costas, espaço entre assento e encosto e também ser giratória no intuito de evitar torções do tronco.

A Figura 5 mostra que 80% dos entrevistados da Justiça Federal afirmaram que as cadeiras são confortáveis e adaptadas para as necessidades ergonômicas dos trabalhadores, enquanto que 50% dos servidores da Prefeitura Municipal relataram que as mesmas não estão adequadas ao desempenho de suas atividades.

No tocante a adequação do espaço físico as atividades nele desenvolvidas, 93% dos trabalhadores da Justiça Federal e, 74% da Prefeitura afirmaram que estão satisfeitos (Figura 5).

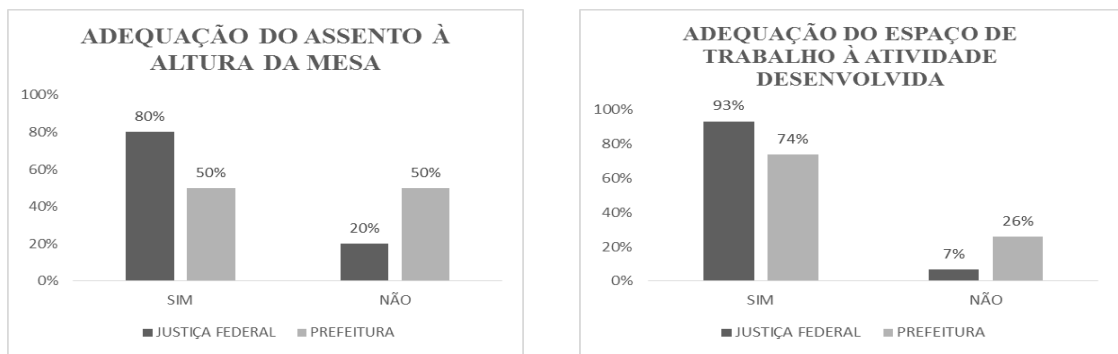


Figura 5: Adequação do assento à altura da mesa e do Espaço de trabalho
Fonte: OLIVEIRA, 2017.

Verificou-se que a maioria dos entrevistados não tem conhecimento ergonômico sobre o tipo ideal de assento como mostra a Figura 6 (A e B).

Constatou-se que os postos de trabalho não seguem a organização proposta pela NR 17, identificando-se a ausência de apoio para os punhos; bem como, ausência de apoio para os pés; as cadeiras não são reguláveis e não possuem apoio para os braços; e as mesas não são adaptadas para o uso do computador.

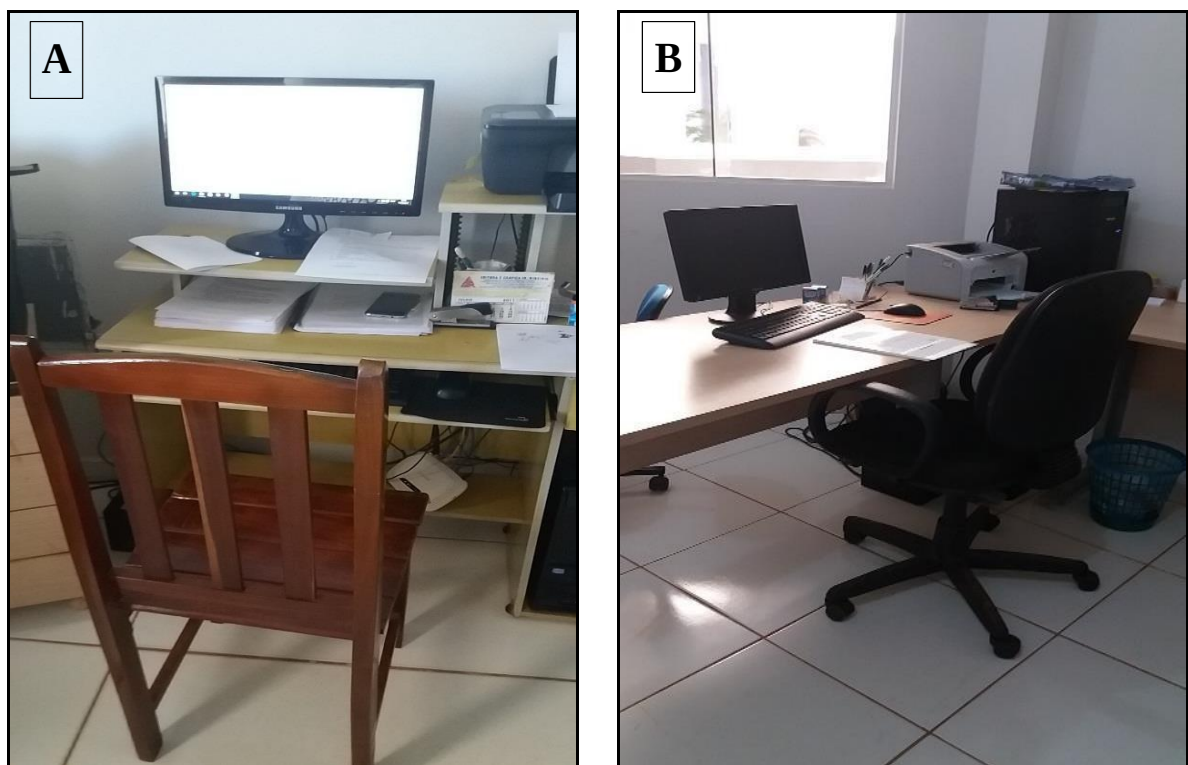


Figura 6: Postos de trabalho da Prefeitura Municipal de Corrente (A) e da Justiça Federal (B). **Fonte:** OLIVEIRA, 2017.

Com relação a permanência dos trabalhadores diante das telas dos monitores dos computadores, constatou-se que, em ambos os postos de trabalho, os mesmos permanecem de 6 a 8 horas diárias, sendo 60% dos casos na Justiça Federal e quase 30% na Prefeitura (figura 7).

No entanto, com relação à execução de movimentos repetitivos durante o trabalho mais de 80% dos entrevistados da Prefeitura afirmaram que sim, executam estes movimentos. Não havendo assim nenhum caso de LER, já na Justiça Federal onde o índice de movimentos repetitivos foi menor sendo 53%, foi constatado um caso de LER entre os servidores.

Perez (2008), ressalta que, medidas de precaução devem ser adotadas, quando há digitação por longos períodos, pois isso faz dos usuários de computador o principal alvo de doenças crônicas.

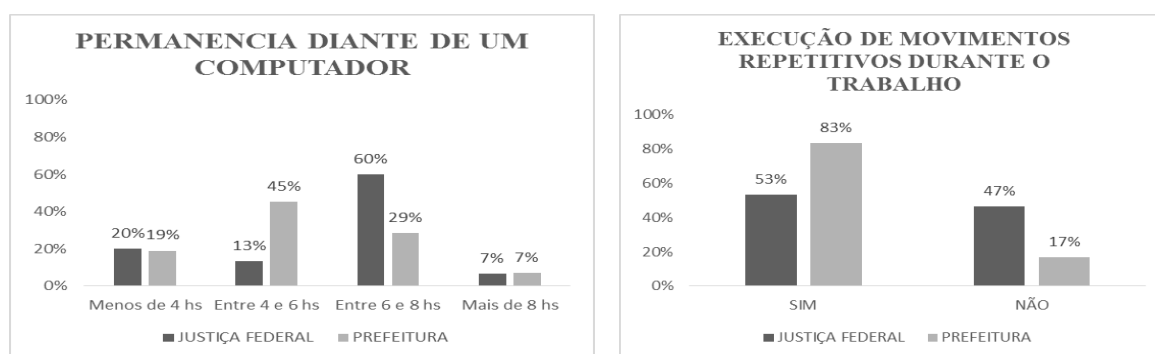


Figura 7: Permanência diante de um computador e a Execução de movimentos repetitivos.

Fonte: OLIVEIRA, 2017.

A iluminação ambiente define a expectativa geral do visitante, transmitindo uma atmosfera psicológica no espaço interno (ANSELMO; CHIARELLO, 2009).

É essencial uma boa iluminação para um bom desempenho das atividades, constatou-se que em ambos os órgãos estudados, o resultado foi satisfatório com relação a interferência da iluminação no ambiente de trabalho (Figura 8).

No que diz respeito a interferência do ruído, na Justiça Federal 93% dos entrevistados relataram que o ruído não interfere em suas atividades laborais, e na Prefeitura Municipal 62% dos entrevistados afirmaram o mesmo (Figura 8).

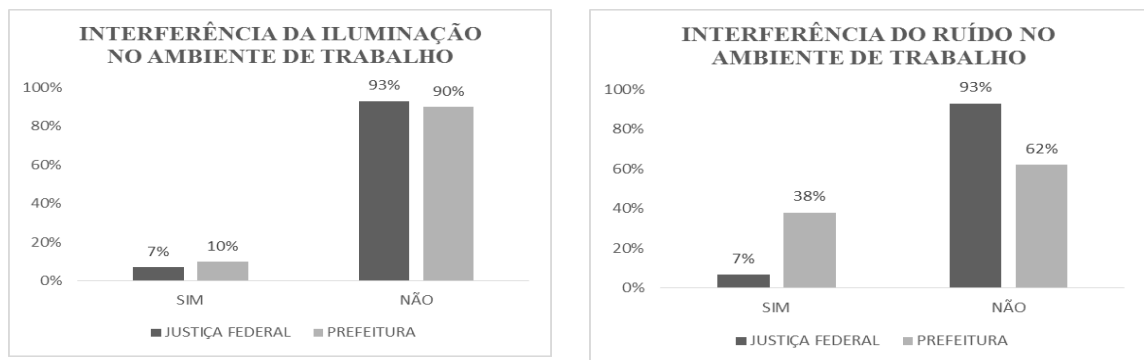


Figura 8 - Interferência da iluminação e do Ruído no ambiente de trabalho.

Fonte: OLIVEIRA, 2017.

O conforto térmico e a iluminação adequada são essenciais para o bom desempenho das atividades do trabalhador. Neste sentido, questionou-se aos funcionários dos postos de trabalho avaliados, se as condições em tais locais estava adequada, e as respostas foram positivas uma vez que, 100% dos entrevistados da Justiça Federal afirmaram estarem satisfeitos com a climatização do ambiente. Assim, na visita *in loco*, observou-se que todo o órgão é climatizado, fazendo com que os servidores se sintam bem e realizem suas atividades com mais dedicação. Porém, na Prefeitura Municipal 14% dos entrevistados relataram que a climatização do ambiente fica a desejar (figura 9).

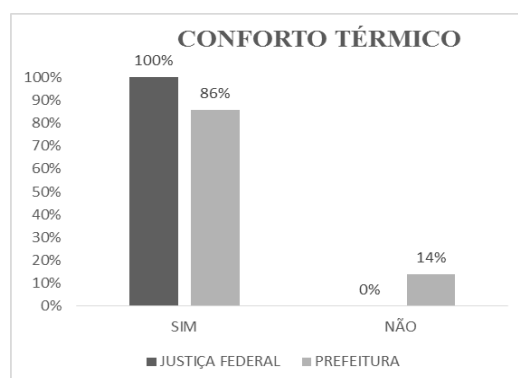


Figura 9: Conforto térmico **Fonte:** OLIVEIRA, 2017.

Com relação à jornada de trabalho, 100% dos servidores da Justiça Federal cumprem uma carga horária entre 6 a 8 horas diárias ininterruptas de trabalho, ao contrário da Prefeitura Municipal, na qual, 24% dos servidores cumprem entre 4 a 6 horas de trabalho, seguido de 71% entre 6 a 8 horas e 5% dos servidores que excedem seu horário passando assim mais de 8 horas de trabalho, sendo 1 hora para almoço (Figura 10).

Sobre o estado psicofisiológico dos servidores ao final do expediente foi verificado que houve predominância entre ambos os órgãos de que os mesmos se sentem pouco cansado, por estarem trabalhando em ambientes que lhe proporcionam bem estar (Figura 10).

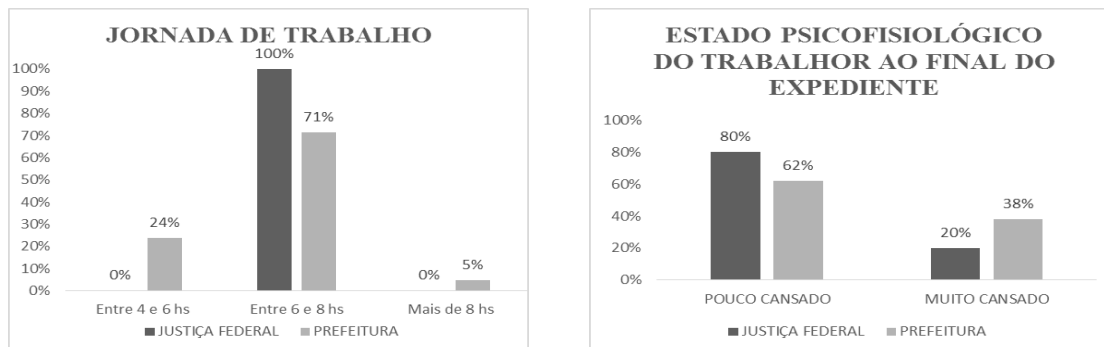


Figura 10: Jornada de trabalho e estado psicofisiológico do trabalhador ao final do expediente. **Fonte:** OLIVEIRA, 2017.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto conclui-se que, os servidores de ambos os postos de trabalho possuem um conhecimento superficial a respeito da temática trabalhada e das vantagens e benefícios que a aplicação da ergonomia proporciona ao ambiente laboral, tornando-o mais produtivo e prazeroso.

Verificou que não existe a aplicação da NR 17, em ambos postos de trabalho, constatamos a falta do manuseio de mouse e teclado ergonômico, com apoio para os punhos, cujo uso provocaria o menor esforço possível; e a ausência de apoio para os pés, cujo uso favoreceria o relaxamento da musculatura.

Portanto, propõe-se a adoção de um Programa de Prevenção através de ginástica laboral com pausas, exercícios respiratórios e alongamentos musculares e a aquisição de equipamentos e matérias que busquem a adequação ergonômica ao posto de trabalho. Essas medidas podem contribuir para a redução do afastamento dos funcionários por motivo de doenças ocupacionais relacionadas ao trabalho, bem como para promover o aumento do bem-estar e da produtividade dos funcionários durante a realização de suas atividades.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, Antonio Francisco. *Atualidades em Ergonomia: Logística, Movimentação de Materiais, Engenharia Industrial, Escritórios*. São Paulo: IMAM, 2004.

ARAÚJO, AGNES CAMPÊLLO. **Ergonomia, higiene e segurança do trabalho: um estudo no Conselho regional de psicologia - 13ª região**. UFPB – 2008.

ANSELMO, Marcos Paulo; CHIARELLO Luciano. **Segurança de biblioteca**. Disponível em: <<http://campus.fortunecity.com/mcat/102/acustica.htm>>. Acesso em: 18 de julho de 2017.

ASSUNÇÃO, A. A.; LIMA, F.P.A. **A contribuição da ergonomia para a identificação, redução e eliminação da nocividade do trabalho**. Ed. Atheneu, 2003, Rio de Janeiro.

BARBOSA FILHO, A. N. **Segurança do trabalho e gestão ambiental**. São Paulo: Atlas, 2010.

CRUZ, Janete Araujo. **Análise dos fatores ergonômicos do ambiente e sua relevância para a melhoria das condições de trabalho e do clima organizacional: um estudo de caso no Fórum da Comarca de Gloria – BA**. 2010. Monografia (Graduação) – Faculdade Sete de Setembro, Bahia, 2010.

DALMAS, J.C. (Rio J), 2004 - Scielo Brasil. Acesso: 10 de agosto de 2017.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. <https://cidades.ibge.gov.br/>

INTERNATINAL ERGONOMICS ASSOCIATION. What is ergonomics. Disponível em: <http://www.iea.cc/browse.php?contID=what_is_ergonomics>. Acesso em: 15 de setembro de 2017.

Moraes, Márcia Vilma Gonçalves de. **Doenças ocupacionais: agentes: físico, químico, biológico, ergonômico**. São Paulo: Látria, 2010. Disponível: Revista Brasileira de Arqueometria, Restauração e Conservação - ARC - Vol. 3 - Edição Especial. Acesso em: 15 de Setembro de 2017.

NOVAES, A. C. LER/DORT uma visão geral. Disponível em :http://www.lerdort.com.br/cg_o_que_e.php?skey=17e921dc9e95386047b233f2fecf4055. Acesso em: 26 jun.2017.

NUNES, Flávio Oliveira. **Segurança e Saúde no Trabalho**. São Paulo: Método, 2010. Acesso em 21 de agosto de 2017.

NR17, norma regulamentadora de segurança e saúde do trabalhador. Disponível em: <http://www.mte.gov.br/seg_sau/pub_comissoes_cne_manualdeergonomia.pdf>. Acesso em: 22 de julho 2017.

PERES, Claudio Cezar. **Ações Coletivas para prevenção de LER/DORT**. Boletim Saúde. Disponível em: <<http://bvsmms.saude.gov.br>>. Acesso em: 10 de agosto de 2017.

PEREZ, Juliana Ferrary Lucena. **Avaliação do conhecimento dos usuários de um laboratório de informática de uma instituição de ensino superior do Vale dos Sinos do RS: um enfoque ergonômico.** 2008. Monografia (Graduação) – Centro Universitário Feevale, Novo Hamburgo, 2008.

Kassada, Danielle Satie; Lopes, F.L.P. **Ergonomia: atividades que comprometem a saúde do trabalhador.** VIII EPCC – Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar, Paraná, 2011.

ANEXO 1

Questionário:

1. Qual sua idade?

- a) ☐ Menor que 18 anos. c) ☐ De 36 à 55 anos
b) ☐ De 18 à 35 anos. d) ☐ Maior que 55 anos.

2. Gênero:

- a) ☐ Feminino b) ☐ Masculino.

3. Tem conhecimento sobre o que é ERGONOMIA?

- a) ☐ Sim b) ☐ Não

4. No seu trabalho você sente algum desconforto nos determinados locais abaixo?

- a) ☐ pescoço d) ☐ braço
b) ☐ perna e) ☐ pés
c) ☐ coluna f) ☐ nenhum.
d) ☐ visão

5. Você acha que sua cadeira de trabalho está adaptada corretamente a altura da sua mesa?

- a) ☐ Sim b) ☐ Não

6. Quanto tempo você utiliza o computador?

- a) ☐ Menos de 4 horas c) ☐ De 6 à 8 horas
b) ☐ De 4 à 6 horas d) ☐ Mais de 8 horas.

7. Seu trabalho exige muito movimentos repetitivos?

- a) ☐ Sim b) ☐ Não

8. Suas ferramentas de trabalho são adaptadas a suas atividades laborais?

- a) ☐ Sim b) ☐ Não

9. A temperatura local do seu ambiente de trabalho é satisfatória?

- a) ☐ Sim b) ☐ Não

10. A luz do ambiente de trabalho interfere nas suas atividades laborais?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

11. O ruído do ambiente interfere na execução das suas atividades laborais?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

12. Tem algum diagnóstico de doenças psicofisiológicas durante seu período de trabalho?

a) ☐ Sim

b) ☐ Não

Se SIM, Qual?

13. Como você se sente no final do expediente?

a) ☐ Pouco cansado

b) ☐ Muito cansado

14. Qual sua jornada de trabalho?

a) ☐ De 4 à 6 horas

b) ☐ De 6 à 8 horas

c) ☐ Mais de 8 horas.

|