



AVALIAÇÃO DOS ERGONÔMICA DOS POSTOS DE TRABALHO DOS TÉCNICOS ADMINISTRATIVOS DO INSTITUTO FEDERAL CATARINENSE CAMPUS SÃO BENTO DO SUL

ERGONOMIC EVALUATION OF THE ADMINISTRATIVE WORKERS OF THE CATARINENSE FEDERAL INSTITUTE CAMPUS SÃO BENTO DO SUL

Autores: Heloisa BUCHMANN¹; Paula BACCA²; Bruno GUIMARÃES³

Identificação autores: ¹Bolsista IFC – Campus São Bento do Sul do EMI em Segurança do Trabalho; ²Colaboradora IFC – Campus Blumenau; ³Orientador IFC – Campus São Bento do Sul.

RESUMO

O objetivo da pesquisa é identificar os riscos ergonômicos dos postos de trabalho dos técnicos administrativos do Instituto Federal Catarinense campus São Bento do Sul. Participaram da pesquisa 10 servidores que responderam um questionário para identificação dos riscos ergonômicos e também foi aplicado *checklist* para análise dos postos de trabalho. Os resultados mostraram que 60% dos servidores julgam não possuir intervalos bem estabelecidos o que pode estar relacionado à velocidade do trabalho, pois 60% dos técnicos consideram seu ritmo de trabalho rápido. Após a obtenção dos resultados finais, serão propostas adaptações aos postos de trabalho dos técnicos administrativos.

Palavras-chave: Riscos Ergonômicos; Avaliação Ergonômica; Técnicos Administrativos.

ABSTRACT

The objective of the research is to identify the ergonomic risks of the administrative workers of the Catarinense Federal Institution, campus São Bento do Sul. Ten workers have participated of the search that answered a questionnaire for identification of the ergonomic risks. The checklist of analysis of the workstation was also applied. The results showed that 60% of the employees think that they do not have well-established intervals, which may be related to the pace of work, since 60% of the administrative workers consider their work rate fast. After obtaining the final results, adaptations will be proposed to the workstations of the administrative workers.

Keywords: Ergonomic risks; Ergonomic evaluation; Administrative workers.



INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A atividade laborativa pode submeter os trabalhadores a condições de riscos e agravos à saúde, comprometendo o desempenho humano em seu âmbito profissional e social, além de causar afastamentos temporários sucessivos e até mesmo definitivos de sua atividade (Pizón e Torres, 2005).

Diante disso, vários estudos identificam a alta prevalência de sintomas osteomusculares em trabalhadores técnicos administrativos. No estudo realizado por Hugue e Pereira Júnior (2011) com funcionários administrativos, foi encontrado que 83 referiram dor em alguma parte do corpo e 64% já se afastaram do trabalho por conta da dor, sendo que as regiões mais afetadas foram a coluna, ombros e joelhos. Outro estudo realizado por Oliveira e Barreto (2017) encontrou que um fator bastante apontado por todos os grupos de técnicos administrativos foi quanto ao uso de móveis que proporcionam má postura. Além disso, a pesquisa indica que a tensão na nuca e o desconforto nos ombros, respectivamente, são os fatores mais citados como presentes no dia a dia desses profissionais.

Tendo em vista a influência dos fatores pessoais, biomecânicos, organizacionais e psicossociais relacionados ao trabalho, a avaliação desses fatores é necessária para o estabelecimento da associação entre estes e a possibilidade de surgir e/ou agravar um quadro de sinais e sintomas no trabalhador (Baldan et al., 2001). Com base na identificação dos fatores de risco e de suas características, podem ser tomadas medidas e intervenções ergonômicas e preventivas para a preservação da saúde desses indivíduos (Settimi et al., 2000).

Portanto, o objetivo da pesquisa é identificar os riscos ergonômicos dos postos de trabalho dos técnicos administrativos do Instituto Federal Catarinense campus São Bento do Sul.



METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo transversal de abordagem qualitativa e quantitativa. A população da pesquisa é composta por técnicos administrativos do Instituto Federal Catarinense Campus São Bento do Sul e a amostra selecionada de forma não probabilística é composta por 10 servidores administrativos. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal Catarinense registro CAAE 97538718.6.0000.8049.

Os critérios de inclusão utilizados foram: exercer a função de técnico administrativo e usar computador diariamente para realizar as atividades de trabalho e assinar o Termo de Consentimento Livre Esclarecido. Os voluntários responderam um questionário de identificação dos riscos ergonômicos com a finalidade de obter informações sociodemográficas, sobre a realização das tarefas, equipamentos e mobiliários utilizados, fatores que incomodam durante a realização das atividades de trabalho e sugestões de adaptações dos postos de trabalho. Além disso, foi aplicado um *Checklist*, desenvolvido pela equipe da pesquisa, para analisar os postos de trabalho para identificar os riscos ergonômicos presentes nas atividades dos técnicos.

RESULTADOS

Todos os técnicos administrativos trabalham tempo integral, durante 8 horas diárias, totalizando 40 horas semanais, a média de idade dos entrevistados é de 32,55 anos e o desvio padrão foi de 10,28. Foi encontrado que 40% dos técnicos administrativos exercem a função entre 6 meses e 2 anos, 20% entre 2 e 4 anos e 40% a mais de 4 anos.

Dos trabalhadores, 80% possuem conhecimento sobre ergonomia e 50% a aplicam de alguma forma em suas vidas. Nenhum desses servidores sofreu afastamento devido a alguma doença adquirida no ambiente de trabalho. Em relação ao tempo da carga horária diária, em média, que o computador é utilizado, 20% dos trabalhadores relataram que utilizam o computador de 4 a 6 horas e 80% utilizam o



tempo todo. Por conta do uso frequente do computador, há trabalho repetitivo com as mãos, bem como o uso de uma das mãos com mais intensidade por causa do uso do mouse e da escrita.

Em relação aos intervalos durante a jornada de trabalho, 60% dos técnicos julgam não possuírem intervalos bem estabelecidos durante a jornada de trabalho o que pode estar relacionado ao ritmo de trabalho já que 60% dos técnicos consideram seu ritmo de trabalho rápido e 30% consideram razoável. Além disso, 60% dos técnicos sentem-se pressionados com as tarefas que precisam executar durante a jornada de trabalho. Estes fatores implicam no cansaço físico dos trabalhadores, visto que após o término do trabalho, 70% dos técnicos sentem-se fisicamente cansados, 20% sentem-se exaustos e 10% bem.

A temperatura e o ruído no ambiente de trabalho causam desconforto no ambiente de trabalho para 60% dos servidores. Todos os trabalhadores consideram o seu ambiente de trabalho limpo e organizado, sendo que possuem fácil alcance aos materiais distribuídos na mesa e ademais 50% possuem os objetos centralizados no ambiente de trabalho.

Em relação a análise realizada nos postos de trabalho por meio do *checklist* pode-se relatar que 50% dos técnicos tem a postura adequada, sendo que 90% possui apoio para os pés e utilizam o assento na altura adequada. As cadeiras presentes no ambiente de trabalho podem ser consideradas boas, pois todas possuem largura e dimensões adequadas aos usuários e também encosto e assento regulável. Além disso, 90% das mesas possuem altura adequada. Todos os trabalhadores utilizam o monitor na altura dos olhos e não possuem suporte para documentos. Em 20% dos casos há reflexo na tela do computador, no entanto em 90% dos casos não é possível mudar a posição do computador sobre a mesa devido aos fios e a distribuição dos materiais. Os teclados dos computadores não possuem apoio de punho, mas são independentes. As bordas de todas as mesas possuem cantos vivos.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentre os 10 registros realizados, não houve relato de nenhum trabalhador que já tenha sido afastado por causa de doenças relacionadas ao trabalho. A maior parte dos trabalhadores possui conhecimento sobre a ergonomia e a aplica de alguma forma em sua vida. Em relação a intervalos bem estabelecidos durante a jornada de trabalho, 60% dos técnicos julgam não possuir estes intervalos o que pode estar relacionado a velocidade do trabalho, já que 60% dos técnicos consideram seu ritmo de trabalho rápido.

Após a obtenção dos resultados finais, serão propostas adaptações aos postos de trabalho dos técnicos administrativos.

REFERÊNCIAS

BALDAN, C.; RODRIGUES, J. S.; NAKANO, K.; WALSH, I. A. P.; ALEM, M. E. R.; COURY, H. J. C. G. Avaliação dos aspectos pessoais ocupacionais e psicossociais e sua relação no surgimento e/ou agravamento de lesões musculoesqueléticas em um setor de trabalho. **Fisioter Mov.** v. 14, n. 2, p. 37-42, 2001.

HUGUE, Tiago Dalvã; PEREIRA JÚNIOR, Altair Argentino. **PREVALÊNCIA DE DOR OSTEOMUSCULAR ENTRE OS FUNCIONÁRIOS ADMINISTRATIVOS DA UNIFEBE.** 2011. Disponível em: <file:///C:/Users/sissi/Tracing/Music/Cabelos/Projeto%20de%20Pesquisa/Artigos/Pesquisa%20da%20UNIFEBE.pdf>. Acesso em: 29 set. 2018.

OLIVEIRA, Jarmeson Vidal de; BARRETO, Francisca Adriana. **ONDE DÓI? UM ESTUDO SOBRE DETERMINANTES E PROBLEMAS OSTEOMUSCULARES NOS TÉCNICOS ADMINISTRATIVOS DA UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE.** 2017. Disponível em: <file:///C:/Users/sissi/Tracing/Music/Cabelos/Projeto%20de%20Pesquisa/Artigos/Pesquisa%20da%20UNIFEBE.pdf>. Acesso em: 28 set. 2018.

PINZÓN, P. V.; TORRES, C. H. S. Dolor Músculo-Esquelético y su Asociación con Factores de Riesgo Ergonómicos, en Trabajadores Administrativos. **Rev. salud pública**, v. 7, n. 3, p. 317-326, 2005.

SETTIMI, M. M.; TOLEDO, F. F.; PAPARELLI, R.; MARTINS, M.; SOUZA, I. M.; PINHEIRO, J. A. **Lesões por esforços repetitivos (LER) e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT).** Campinas: Centro de Estudos em Saúde e Trabalho; 2000.