

**A importância da ergonomia para os profissionais de enfermagem****The importance of ergonomics for nursing professionals**

DOI:10.34119/bjhrv2n5-030

Recebimento dos originais: 18/09/2019

Aceitação para publicação: 01/10/2019

**Leila Dayana Firmino da Cruz**

Especialista em gestão do trabalho e educação em saúde pela Universidade do Rio Grande do Norte- UFRN

Endereço: Rua Andaraí, Número 81- Piedade, Jaboatão dos Guararapes – PE, Brasil  
E-mail: Leiladayana3@gmail.com**Jéssica Gabriele Burity da Costa**

Acadêmica de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT PE

Endereço: Rua Mario Campelo, Número 356 – Várzea, Recife – PE, Brasil

Email: jessica\_burity@yahoo.com.br

**Polyana Maccoy e Silva**

Acadêmica de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT PE

Endereço: Rua Hermes da Fonseca, 200 - Nazaré, Camaragibe – PE, Brasil

E-mail: polymaccoy@gmail.com

**Ricardo Nascimento Bezerra**

Acadêmico de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT PE

Endereço: Rua Major João Ribeiro Pinheiro, número 245 - Ed. Varsóvia, Cidades do Mundo 3 APTO 301, Várzea, Recife – PE, Brasil

E-mail: ricardonascimento6@gmail.com

**Matheus dos Santos Carvalho**

Acadêmico de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes

Endereço: Rua Pedro Januário, número 34 – Centro, Barreiros – PE, Brasil.

E-mail: matheus060913@hotmail.com

**Jaqueline Paulino Gomes**

Acadêmica de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT PE

Endereço: Rua Dr. José Cordeiro, número 182- Centro, Limoeiro – PE, Brasil

E-mail: Jaqueline.jpg@hotmail.com

**Pâmela Tays de Holanda Silva**

Acadêmica de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT PE

Endereço: Avenida Major Severino Mendes, 82 -Centro, Buenos Aires - PE, Brasil

E-mail: pamelatays2000@hotmail.com

**Simiramis Raquel Moran Rodrigues da Silva**

Acadêmica de Enfermagem pelo Centro Universitário Tiradentes – UNIT PE

Endereço: Rua Trimonte, número 115 - Casa Amarela, Recife- PE, Brasil

E-mail: simiramisraquel@hotmail.com

**RESUMO**

A atividade laboral é essencial na vida do ser humano, e é através dela que o homem irá conseguir o seu sustento e de seus semelhantes, inserindo-se na sociedade e contribuindo para a formação de bens para a sobrevivência da humanidade. O ofício exercido poderá resultar em agravos a saúde do trabalhador, uma vez que toda atividade está relacionada com um risco ao qual o homem estará submetido. Dentre os riscos ocupacionais, os ergonômicos são aqueles provenientes da relação do homem com o local de trabalho, abrangendo desde os aspectos físicos do ambiente aos psicossociais. Para evitar as doenças relacionadas ao trabalho é necessário adotar medidas preventivas que irão proporcionar qualidade de vida ao trabalhador. O presente trabalho tem como objetivo analisar os riscos ergonômicos presentes na rotina dos profissionais de enfermagem e a importância da prevenção para a saúde do enfermeiro. Trata-se de um estudo exploratório realizado através de revisão bibliográfica. Os profissionais de enfermagem estão expostos a diversos riscos ocupacionais, sendo um deles o ergonômico. As longas jornadas de trabalho, os estressores mentais relacionados à sobrecarga na assistência somados as condições de trabalho são fatores desencadeantes de distúrbios psicológicos e fisiológicos que culminam em doenças e acidentes, além da baixa produtividade e desmotivação profissional. As lombalgias, antes associadas com o levantamento de peso, hoje podem estar relacionadas com o estresse no local de trabalho. As jornadas excessivas acarretam em desgastes físicos que podem resultar em doenças crônicas. A qualidade de vida no trabalho está diretamente relacionada com o ambiente e a forma que ele é realizado. Para evitar os agravos a saúde do trabalhador é fundamental a prevenção de riscos ergonômicos. A adoção dessas práticas resultará em maior satisfação e conseqüentemente salubridade para o profissional de enfermagem.

**Palavras-chaves:** Enfermagem do trabalho; Saúde do trabalhador; Ergonomia.

**ABSTRACT**

Labor activity is essential in the life of the human being, and it is through it that man will earn his living and that of his fellow men, inserting himself in society and contributing to the formation of goods for the survival of humanity. The practice exercised may result in health problems to the worker, since all activity is related to a risk to which the man will be subjected. Among occupational risks, ergonomic risks are those arising from the relationship between men and the workplace, ranging from the physical aspects of the environment to the psychosocial. In order to prevent work-related illnesses it is necessary to adopt preventive measures that will provide workers with quality of life. This paper aims to analyze the ergonomic risks present in the routine of nursing professionals and the importance of prevention for nurses' health. This is an exploratory study conducted through literature review. Nursing professionals are exposed to various occupational hazards, one of them being ergonomic. Long working hours, mental stressors related to care overload and working conditions are factors that trigger psychological and physiological disorders that culminate in diseases and accidents, as well as low productivity and professional demotivation. Low back pain, formerly associated with weight lifting, today may be related to stress in the workplace. Excessive journeys lead to physical burnout that can result in chronic illness. The quality of life at work is directly related to the environment and the way it is performed. To avoid the health problems of the worker is essential to prevent ergonomic risks. The adoption of these practices will result in greater satisfaction and consequently healthiness for the nursing professional.

**Keywords:** Occupational nursing; Worker's health; Ergonomics.

## 1 INTRODUÇÃO

Trabalho refere-se ao empreendimento das forças e potencialidades humanas para alcançar um determinado fim e estabelecer certo domínio sobre a natureza. É dotado de duas principais vertentes das quais os indivíduos proveem o seu sustento e o de seus semelhantes, produzem matéria prima para a sobrevivência da humanidade e criam tecnologias propiciando melhorias às condições de vida e saúde das populações, mas pode, também, causar agravos à saúde dos trabalhadores por meio de desgaste físico e/ou mental, expondo-os à perda da capacidade vital e, conseqüentemente, à perda ou diminuição da capacidade laboral com expressivas alterações pessoais e sociais (SILVA *et al*, 2011).

Para Pereira (2005), o trabalho é fator intrínseco a vida do homem produtivo, ocupando horas do seu dia, contribuindo para a formação da sua identidade e subjetividade. Além de inseri-lo na vida social com um peculiar olhar para o mundo.

Uma das formas de prevenir as doenças ocupacionais é a adoção de práticas ergonômicas. Rothstein *et al* (2013), relatam que a prática ergonômica é essencial para o sucesso da empresa por impactar na qualidade de vida do trabalhador. A literatura tem apontado que a maioria dos programas de ergonomia oferecidos pelas empresas é voltada para a ergonomia de correção e de concepção.

Em 1978, foi aprovada pelo Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) a Norma Regulamentadora 17 (NR-17) referente ao Capítulo V, Título II, da Consolidação das Leis do Trabalho relativa à Segurança e Medicina do Trabalho que, além de regulamentar as questões pertinentes à ergonomia, visa estabelecer parâmetros para a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, propiciando o máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente (REIS, 2008).

A ergonomia é comumente definida como o estudo científico da relação entre o homem e seu ambiente de trabalho. Nesse sentido o termo ambiente abrange não apenas o meio propriamente dito em que o homem trabalha, mas também os instrumentos, as matérias primas, os métodos e a organização deste trabalho. Relacionada a tudo isso está a natureza do próprio homem que inclui suas habilidades, capacidades e limitações. A ergonomia pode contribuir para solucionar um grande número de problemas sociais relacionados com a saúde, segurança, conforto e eficiência (VILLAR, 2002).

Segundo Barbosa, Santos e Trezza (2007), estudos têm relatado melhorias nos ambientes de trabalho por meios preventivos, provenientes da ciência ergonômica. Tais evoluções podem ser visualizadas pelo adequado planejamento na distribuição de dispositivos e materiais, organização de mobiliários, iluminação adaptada, controle das condições de ruído, estruturação das atividades, inclusão de novos dispositivos de trabalho e/ou modificações naqueles já existentes. Todas estas ações são atribuições do enfermeiro do trabalho na atenção primária.

A realização desta pesquisa justifica-se por observar uma constante necessidade de alterações estruturais e administrativas nos locais de trabalho decorrentes de agravos à saúde dos trabalhadores, acidentes de trabalho, elevado número de absenteísmo e pedidos precoces de aposentadorias. Salienta-se que tais ocorrências, na maioria das vezes, podem ser evitadas por meio de propostas educativas e conscientizadoras elaboradas pelos enfermeiros do trabalho, visando à adaptação do trabalhador ao seu ambiente laboral.

Mediante a problemática apresentada este estudo apresenta os seguintes objetivos: Identificar os riscos ergonômicos que afetam a saúde dos trabalhadores e Analisar a atuação do enfermeiro do trabalho na prevenção dos riscos ergonômicos. Trata-se de uma pesquisa exploratória-bibliográfica.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 OS RISCOS ERGONÔMICOS QUE AFETAM A SAÚDE DOS TRABALHADORES**

As condições de trabalho são representadas por um conjunto de fatores interdependentes, que atuam, direta ou indiretamente, na qualidade de vida de quem trabalha e nos resultados obtidos por eles. O homem, a atividade e o ambiente laboral são os elementos componentes da situação de trabalho e a ergonomia é o estudo científico da relação entre o homem e seus meios, métodos e locais onde realizam as atividades profissionais com o objetivo de elaborar um arsenal de conhecimentos multidisciplinares que, sob a perspectiva de aplicação, deve resultar em melhor adaptação dos meios tecnológicos e do ambiente de trabalho ao homem e à sua vida (MARZIALE; CARVALHO, 1998).

MANETTI *et al* (2006), afirmam que são vários os fatores de riscos laborais existentes nos estabelecimentos organizacionais, dentre eles os físicos, químicos, biológicos, ergonômicos, psicossociais, mecânicos e acidentais. Tais riscos predisõem

os trabalhadores a enfermidades ocupacionais, fazendo-se necessário na ambiência do trabalho identificar os riscos existentes no local, para a prevenção desses agravos.

Souza (2003) caracteriza os agentes ergonômicos como esforço físico intenso, postura inadequada, situações de estresse físico e psicológico, ritmo excessivo de trabalho, jornadas de trabalho ininterruptas, podem provocar distúrbios psicológicos e fisiológicos ao trabalhador prejudicando sua vida produtiva.

A carga de estressores mentais possui importante influência no desenvolvimento de dores musculares anteriormente atribuídas apenas ao levantamento de peso, adoção de posturas inapropriadas e trabalho repetitivo. Embora não sejam doenças recentes, as LER/DORT vêm assumindo caráter epidêmico, sendo patologias crônicas e recorrentes, de terapia difícil, gerando incapacidade para a vida que não se resume apenas ao ambiente de trabalho (MAGNAGO; LISBOA; GRIEP, 2009).

As condições temporais de trabalho também são importantes dentro desse enfoque. Em especial pode-se destacar entre as condições temporais a questão do turno de trabalho. O trabalhador que for exposto a extensas jornadas de trabalho, por exemplo, sofre grande desgaste físico, que ao longo do tempo se transformará em problema de extrema gravidade, acarretando estresse, desmotivação, sonolência, queda na qualidade de serviço e baixa autoestima, entre outros problemas (SOUZA, 2003).

Considera-se a carga de trabalho como resultado da inter-relação entre os elementos do processo de trabalho e os reflexos no corpo do trabalhador, que podem traduzir-se em dores, lesões e adoecimentos como um nexo causal biopsíquico. Nesse sentido, ha necessidade de analisar o processo de trabalho específico, compreendendo suas particularidades, para poder investigar a carga de trabalho e o seu desfecho (ROCHA *et al*, 2014).

Os profissionais de enfermagem formam um grupo de risco para problemas dorsais e estabelece a ergonomia como estratégia fundamental para evitar essas complicações. Esses profissionais exercem suas atividades laborais em locais onde a insalubridade é evidente, estando expostos a riscos ocupacionais causados por fatores biológicos, químicos, físicos, mecânicos, psicossociais e ergonômicos, os quais podem ser prejudiciais à saúde levando-os a predisposição de acidentes no trabalho e a desenvolverem doenças ocupacionais, como lombalgias, devido à postura corporal incorreta (COUTO, 2002).

Não apenas o trabalhador de enfermagem está sujeito a esses riscos ergonômicos, mas todos aqueles que desenvolveram suas atividades laborais. Diante disso, faz

necessário disponibilizar ao trabalhador mobiliário ergonomicamente adaptado, tecnologias que diminuam o esforço físico, menor carga de trabalho, ou seja, melhores condições de trabalho (PEREIRA, 2005).

Segundo Silva *et al* (2011), identificou-se como sendo agravos à saúde decorrentes das situações ergonômicas: as contusões, acidentes envolvendo exposição a materiais biológicos, lacerações, alterações posturais, desgaste físico das articulações, músculos e ligamentos, dores generalizadas, deformações ósseas, entre outras. A maioria dos quais tem possibilidade de redução e controle mediante ações preventivas implementadas por empregados e empregadores, de forma a contribuir para a melhoria das condições laborais e de saúde, com a conscientização e conhecimento do ambiente laboral. A prevenção primária é função principal da enfermagem do trabalho, pois, através dela, é possível evitar danos à saúde que podem ocorrer entre os trabalhadores.

Segundo Villar (2002), muitos acidentes podem ser causados por erros humanos e que a probabilidade de sua ocorrência pode ser reduzida quando se consideram adequadamente as capacidades e limitações humanas e do ambiente. Finalmente, enfatizam que a Ergonomia pode contribuir para prevenção de erros, melhorando o seu desempenho e que alguns conhecimentos oriundos de estudos ergonômicos foram convertidos em normas oficiais com o objetivo de estimular sua aplicação.

A Norma Regulamentadora 17 (NR17) visa 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. Para avaliar a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, cabe ao empregador realizar a análise ergonômica do trabalho, devendo a mesma abordar, no mínimo, as condições de trabalho conforme estabelecido nesta NR (BRASIL, 2002).

Especifica ainda as variadas modalidades de adequações do ambiente laboral ao trabalhador, como por exemplo, o transporte manual de cargas, adequação de mobiliários condizentes com a anatomia corporal e condições do ambiente de trabalho. Em seus anexos, traz considerações sobre trabalhadores de checkout, telemarketing e outros, bem como a necessidade de educação e conscientização dos princípios ergonômicos que precisam contar com o incentivo do empregador e o intenso comprometimento e conscientização dos profissionais (REIS, 2008).

A ergonomia não está somente preocupada com as condições físicas do trabalho, mas também, com a sua organização. A ergonomia busca examinar o conteúdo das

tarefas, os ritmos impostos aos trabalhadores, a divisão do trabalho, as relações de poder, as relações interpessoais, fatores estes que convergem para a desmotivação e insatisfação dos trabalhadores, no exercício de suas atividades (DOURADO; LIMA, 2011).

## 2.2 ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO DO TRABALHO NA PREVENÇÃO DOS RISCOS ERGONÔMICOS

A enfermagem consiste na prestação de cuidados que incluem ações de prevenção proteção e recuperação da saúde, tendo como foco a atenção ao usuário dos serviços de saúde. Porém, com o advento da tecnologia aumentou a carga de trabalho e, conseqüentemente, a suscetibilidade dos trabalhadores aos agravos, o que significa dizer que conjunturas advindas deste trabalho podem causar sofrimento e adoecimento, exigindo dos pesquisadores, gestores e trabalhadores reflexões acerca da saúde do trabalhador (ESPÍNDOLA; FONTANA, 2012).

O ingresso de novas funções no quadro funcional traz tanto para a empresa como para os trabalhadores novos desafios, que podem ser abordados como fatores que condicionam o comportamento humano no trabalho. Uma das novas funções que está relacionada com a saúde ocupacional é a enfermagem do trabalho, que se caracteriza como uma especialização nova, distinguindo-se como função inovadora (ZEITOUNE *et al*, 2011).

Conforme denominado pelo Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), o enfermeiro do trabalho executa atividades relacionadas ao serviço de higiene, medicina e segurança, integrando equipes de estudos com vistas à preservação da saúde e valorização do trabalhador. Compete a este profissional estudar as condições de segurança e periculosidade da empresa, efetuando observações nos ambientes laborais, discutindo-as com a equipe multidisciplinar do Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho (SESMT) e identificando necessidades de melhorias em Segurança e Higiene do Trabalho. Deve elaborar e executar planos e programas de proteção à saúde dos trabalhadores, participar de grupos que realizam inquéritos sanitários, realizar levantamentos de doenças profissionais e lesões traumáticas, executar e avaliar programas de prevenção de acidentes e de doenças profissionais ou não profissionais entre outras atividades (ROTHSTEIN *et al*, 2013).

Dessa forma, visualiza-se a necessidade dos enfermeiros contribuírem na produção do conhecimento em saúde do trabalhador e atuar no cuidado deste, em seus processos produtivos, na perspectiva de prevenção, vigilância e promoção da saúde.

Assim, investigar a relação do processo saúde-trabalho-ambiente no âmbito da carga de trabalho é uma importante contribuição ao conhecimento na área de enfermagem do trabalho (KIRCHHOF *et al*, 2011).

Rocha *et al* (2014), enfatizam que os enfermeiros do trabalho observam, executam e avaliam programas de prevenção de acidentes e doenças nas empresas de acordo com a linha de atividade da empresa. Para a realização dos treinamentos deve ter materiais e profissionais suficientes para a demanda da empresa.

Para Vitta; Bertaglia e Padovani (2008), a melhor maneira de diminuir e/ou evitar riscos ergonômicos é através de medidas simples como a adaptação dos postos de trabalho e das tarefas realizadas e a educação dos trabalhadores para posicionamentos mais funcionais e menos agressivos.

Couto (2002), afirma que a aplicação de medidas ergonômicas previnem futuras complicações osteomusculares e danos à saúde, e ressalta que, ocorrendo uma interação adequada e confortável do ser humano com os objetos que maneja e com o ambiente de trabalho, pode ocorrer melhora na produtividade, redução da rotatividade e conflitos causados pela falta de interesse ao trabalho.

A Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) tem o objetivo de observar e relatar as condições de risco nos ambientes de trabalho e solicitar medidas para reduzir até eliminar os riscos existentes e/ou neutralizar os mesmos. Sua missão é, portanto, a preservação da saúde e integridade física dos trabalhadores e de todos os que interagem com a empresa (RAMOS, 2014).

Cabe à CIPA investigar os acidentes e promover e divulgar o zelo pela observância das normas de segurança, bem como a promoção da Semana Interna de Prevenção de Acidentes (SIPAT). Aos trabalhadores da empresa compete indicar à CIPA situações de risco, apresentar sugestões e observar as recomendações quanto à prevenção de acidentes, utilizando os equipamentos de proteção individual (EPIs) e de proteção coletiva fornecidos pelo empregador, bem como submeter-se a exames médicos previstos em Normas Regulamentadoras, quando aplicável (SILVEIRA, 2014).

A ergonomia de conscientização vem complementar a ergonomia de concepção e correção, pois, por meio de treinamentos, o trabalhador poderá aprender a forma adequada de utilizar seu ambiente de trabalho, cuidar do corpo ao adotar posturas corretas para realizar suas atividades, bem como usar equipamentos de proteção, entre outras medidas necessárias para a prevenção de doenças e acidentes. Enquanto a ergonomia de correção e concepção tem como foco principal as alterações no ambiente de trabalho, a ergonomia



de conscientização traz à tona a importância de ter o indivíduo como foco central e a necessidade de conscientizá-lo (CUNHA; BLANK; BOING, 2009).

Torna-se necessário criar condições adequadas para que as pessoas possam desenvolver a sua criatividade e evitar aquelas que possa gerar uma má qualidade de vida e stress no trabalho. E isso passa pelas contribuições da ergonomia (LOURENÇO; MENEZES, 2008).

Considera-se que o sofrimento do trabalhador está muito relacionado com a contradição que existe entre trabalho prescrito e o trabalho real. Muitas vezes, as leis, normas e regras da organização formam um emaranhado complexo e incoerente, o que torna impossível a execução do trabalho prescrito e acaba gerando uma (des)organização, levando o trabalhador ao sofrimento, pois esse se sente impotente de realizar o que lhe foi designado (RAMOS *et al*, 2014).

### **3 DISCUSSÃO**

A Saúde do Trabalhador é o conjunto de conhecimentos provenientes de diversas áreas como medicina social, saúde pública, saúde coletiva, clínica médica, medicina do trabalho, sociologia, epidemiologia social, engenharia, psicologia, entre outros, que associadas às experiências e conhecimento prévio do trabalhador sobre a relação existente entre o ambiente de trabalho e seu estado de saúde/doença, buscam promover as ações de prevenção, assistência, de recuperação e promoção à saúde dos trabalhadores (SIMÕES *et al*, 2011).

Configurando um grande problema de saúde pública no Brasil e no mundo, a saúde do trabalhador vem apresentando uma modificação no seu perfil, um aumento dos diagnósticos de patologias musculoesqueléticas, de alteração da capacidade psicológica e o envelhecimento da força de trabalho e, conseqüentemente influenciando a capacidade de trabalho (ISOSAKI *et al*, 2011).

Em síntese, como lembra a NR 17, o trabalho abrange não apenas as máquinas e equipamentos utilizados para transformar os materiais, mas toda situação em que ocorra o relacionamento do homem com a atividade que executa. Isso envolve tanto o ambiente físico e as condições oferecidas para que as tarefas se desenvolvam, como aspectos organizacionais e interpessoais, tais como a forma pela qual esse trabalho é programado e acompanhado para produzir os resultados desejados (DOURADO; LIMA, 2011).

A ergonomia se constitui na principal forma de prevenção de lombalgias e dorsalgias no trabalho. Estima-se que a adoção de medidas ergonômicas de baixo custo

no ambiente de trabalho é capaz de reduzir cerca de 80% a incidência de dores lombares (COUTO, 2002).

O processo educativo e de formação constitui-se como um imperativo para o enfermeiro que busca a excelência em sua aprendizagem, uma prerrogativa que aprofunda e complementa, inclusive, habilidades e atitudes no enfermeiro do trabalho (PAZ; KAISER, 2011).

A qualidade de vida é a percepção do indivíduo de sua posição na sociedade, no contexto da cultura e nos sistemas de valores em que vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Infere-se que a qualidade de vida no trabalho é o maior determinante da qualidade de vida total, pois passamos no ambiente laboral mais de oito horas por dia, durante pelo menos trinta e cinco anos de nossas vidas (RAMOS *et al*, 2014).

É de suma importância que os profissionais conheçam os recintos onde desempenharão suas funções e os principais riscos inerentes a elas para se preservarem de possíveis riscos à saúde, bem como a busca, pelo enfermeiro laboral, de subsídios que os orientem e conscientizem das necessidades de prevenção (SILVA *et al*, 2011).

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O conhecimento da Ergonomia é de fundamental importância para se compreender o comportamento humano no trabalho e na atividade cotidiana, visando oferecer sua contribuição à concepção de novas situações de interação melhor adaptadas ao homem. A busca de condições seguras e saudáveis dentro do ambiente de trabalho significa proteger e preservar a vida e, principalmente, é mais uma forma de se construir qualidade de vida.

A qualidade de vida no trabalho tem como objetivo alcançar a satisfação dos indivíduos em situação de trabalho e dentro do possível, tornar a atividade laboral agradável à percepção dos trabalhadores. Com isto, a produtividade, motivação e comprometimento dos trabalhadores elevam-se, aumentando conseqüentemente o desempenho da organização.

A inserção do enfermeiro do trabalho na equipe de provedores da saúde do trabalhador é, certamente, grande conquista tanto para os empregados quanto para os profissionais da enfermagem que têm a responsabilidade de zelar pelo bem-estar das pessoas, independente de condições sociais ou posições no mercado de trabalho. Contribuindo assim, para a melhoria das condições laborais junto com uma equipe

multidisciplinar, no planejamento e acompanhamento de medidas preventivas que visem em primeiro lugar à saúde, segurança e satisfação do trabalhador, orientando-os e conscientizando-os.

Conclui-se que a adoção de práticas ergonômicas implica, entre outros, na melhoria da qualidade de vida no trabalho, o que é condição essencial para o êxito de uma empresa.

### REFERÊNCIAS

BARBOSA, M.S.A.; SANTOS, R.M.; TREZZA, M.C.S.F. A vida do trabalhador antes e após a lesão por esforço repetitivo (LER) e doença osteomuscular relacionada ao trabalho (DORT). **Rev. Bras. Enferm.** Brasília, v. 60, n. 5, p. 491-496, set./out., 2007.

BRASIL. **Manual de aplicação da Norma Regulamentadora nº 17.** 2 ed. Brasília: MTE, SIT, 2002.

COUTO, H. A. **Ergonomia aplicada ao trabalho em 18 lições.** Belo Horizonte: Ergo, 2002.

CUNHA, J.B.; BLANK, V.L.G.; BOING, A.F. Tendência temporal de afastamento do trabalho em servidores públicos (1995-2005). **Rev. Bras. Epidemiol.** V. 12, n. 2, p. 226-236, 2009.

DOURADO, M.M.J.; LIMA, T.P. Ergonomia e sua importância para os trabalhadores de unidades de alimentação e nutrição. **Ens. Ciênc.** Anhanguera, v. 15, n. 4, p. 183-196, 2011.

ESPINDOLA, M.C.G.; FONTANA, R.T. Riscos ocupacionais e mecanismos de autocuidado do trabalhador de um centro de material e esterilização. **Rev. Gaúcha Enferm.** Porto Alegre, v. 33, n. 1, p. 116-123, mar., 2012.

ISOSAKI, M. *et al.* Prevalência de sintomas osteomusculares entre trabalhadores de um serviço de Nutrição Hospitalar em São Paulo, SP. **Rev. Bras. Saúde Ocupac.** São Paulo, v. 36, n.124, p. 238-246, 2011.

KIRCHHOF, A.L.C. *et al.* Compreendendo cargas de trabalho na pesquisa em saúde ocupacional na enfermagem. **Colomb. Med.** v. 42, n. 2, p. 113-119, 2011.

LOURENÇO, M.S.; MENEZES, L.F. **Ergonomia e Alimentação Coletiva das Condições de Trabalho em uma Unidade de Alimentação e Nutrição.** IV Congresso Nacional de Excelência em Gestão. Responsabilidade Socioambiental das Organizações Brasileiras. Niterói, 2008. Disponível em: <http://www.criciuma.ifsc.edu.br/sict-sul/images/files/anais.pdf> Acesso em: 18/09/2014 às 14h00m.

MAGNAGO, T.S.B.S.; LISBOA, M.T.L.; GRIEP, R.H. Estresse, aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios musculoesqueléticos em trabalhadores de enfermagem. **Rev. Enferm. UERJ.** Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 118-123, 2009.

MANETTI, M. L. *et al.* Prevenção de acidentes de trabalho com material biológico segundo Modelo de Green e Kreuter. **Rev. Gaúcha Enferm.** v. 27, n. 1, p. 80-89, mar. 2006.

MARZIALE, M.H.P.; CARVALHO, E.C. Condições ergonômicas do trabalho da equipe de enfermagem em unidade de internação de cardiologia. **Rev. Latino-Am. Enferm.** Ribeirão Preto, v. 6, n. 1, p. 99-117, jan., 1998.

PAZ, P.O; KAISER, D.E. A busca pela formação especializada em enfermagem do trabalho por enfermeiros. **Rev. Gaúcha Enferm.** Porto Alegre, v. 32, n. 1, p. 23-30, mar., 2011.

PEREIRA, A. L. **Programa de Saúde do Trabalhador-PST.** São Caetano do Sul: Yendis, 2005.

RAMOS, E.L. *et al.* Qualidade de vida no trabalho: repercussões para a saúde do trabalhador de enfermagem de terapia intensiva. **J. Res. Fundam. Care. Online.** v. 6, n. 2, p. 571-583, abr./jun., 2014.

RAMOS, L.V. **CIPA e modelos de atas.** 2014. Disponível em: <http://portal.mte.gov.br/delegacias/pr/cipa-comissao-interna-de-prevencao-de-acidentes-nr-5.htm> Acesso em: 25/09/14 às 19h00m.

REIS, R.S. **Segurança e medicina do trabalho: normas regulamentadoras.** São Caetano do Sul: Yendis; 2008.

ROTHSTEIN, J.R. *et al.* Impacto de uma metodologia interativa de ergonomia de conscientização. **Fisioter. Pesq.** Florianópolis, v. 20, n.1, p. 11-16, 2013.

ROCHA, L.P. *et al.* Associação entre a carga de trabalho agrícola e as dores relacionadas. **Acta paul. Enferm.** v. 27, n. 4, p. 333-339, 2014.

SILVA, L.M. *et al.* Enfermagem do Trabalho e Ergonomia: prevenção de agravos à saúde. **Rev. Enferm. UERJ.** Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, p. 317-323, abr./jun., 2011.

SILVEIRA, P.M.V. **CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes.** 2014. Disponível em: [http://www.pucgoias.edu.br/ucg/cipa/home/secao.asp?id\\_secao=1226&id\\_unidade=1](http://www.pucgoias.edu.br/ucg/cipa/home/secao.asp?id_secao=1226&id_unidade=1) Acesso em: 25/09/14 às 19h25m.

SIMÕES, T.C. *et al.* Medidas de prevenção contra câncer de pele em trabalhadores da construção civil: contribuição da enfermagem. **Rev. Gaúcha Enferm.** Porto Alegre, v. 32, n. 1, p. 100-116, mar., 2011.

SOUZA, S.R.R.K. **A rotatividade e as condições de trabalho dos profissionais de enfermagem: um enfoque da ergonomia.** Dissertação (mestrado). Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, 2003.

VILLAR, R.M.S. **Produção do conhecimento em ergonomia na enfermagem.** Dissertação (mestrado). Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, 2002.

VITTA, D.E.; BERTAGLIA, R.S.; PADOVANI, C.R. Efeitos de dois procedimentos educacionais sobre os sintomas musculoesqueléticos em trabalhadores administrativos. **Rev. Bras. Fisioter.** São Carlos, v.12, n.1, p. 205-210, jan./fev., 2008.

ZEITOUNE, R.C.G. *et al.* A formação dos profissionais de enfermagem do trabalho na perspectiva das instituições formadoras. **Rev. Enferm. UERJ.** Rio de Janeiro, v. 19, n. 3,

p. 420-429, jul./set., 2011.