

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardã

Trabalho 113 - 1/4

**ERGONOMIA PARA A SAÚDE DA ENFERMAGEM NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA****PEIXOTO, DIANA CLÁUDIA TEIXEIRA¹****COELHO, MÁRCIA OLIVEIRA²****PIMENTEL, YÊRÊCÊ ATHAYDE³****ANJOS, SAIWORI DE JESUS SILVA BEZERRA DOS⁴**

INTRODUÇÃO: A equipe de enfermagem como os diversos trabalhadores estão expostos a condições de trabalho que propiciam a ocorrência e/ou agravamento de quadros relacionados às doenças ocupacionais. Reconhecer os riscos da atividade laborativa favorece a redução dos mesmos. Assim, prevenir é eliminar as causas do problema, através da investigação. Neste sentido, a ergonomia é uma ciência que investiga aspectos do trabalho que possam causar desconforto aos trabalhadores e propor modificações nas condições de trabalho para torná-los confortáveis e saudáveis. Para tanto se faz necessário o uso de equipamentos apropriados, pois nenhum trabalho é exatamente igual a outro, cada situação de trabalho, ou local de trabalho, possui características diferenciadas que devem ser vista em relação às condições trabalho, saúde e bem estar dos trabalhadores. **OBJETIVO:** analisar o conhecimento já produzido sobre a ergonomia como estratégia para favorecer a saúde do trabalhador. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência com profissionais de um Centro de Saúde da Família de Fortaleza e que tem como

1

2

¹ Enfermeira. Especialista em Estratégia Saúde da Família pela UFC. Servidora da Secretaria Municipal de Saúde de Fortaleza-CE. Email: dctpexoto@ibest.com.br.

² Enfermeira. Mestre em Saúde Pública pela UECE. Servidora da Secretaria Municipal de Saúde de Fortaleza-CE.

³ Enfermeira. Mestranda em Saúde Pública pela Universidade Americana. Servidora da Secretaria Municipal de Saúde de Fortaleza-CE.

⁴ Enfermeira. Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Ceará - UFC. Servidora da Secretaria Municipal de Saúde de Fortaleza-CE.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardia

Trabalho 113 - 2/4

base teórica produções do assunto realizadas nos anos de 1995 a 2008, publicadas na base dados da Biblioteca Central da Universidade Estadual do Ceará em livros, monografias e dissertações. As produções foram coletadas sobre o tema no nos anos de 1995 a 2008, devido a esse período ser o de disponibilidade de produções no banco de dados da Universidade Estadual do Ceará. Foram selecionados 22 trabalhos, destes, oito são provenientes de livros, duas monografias, 12 dissertações. Os descritores utilizados foram: Saúde do Trabalhador; Atenção Primária à Saúde; Engenharia Humana, que tem por sinônimo: Ergonomia. RESULTADOS: Notadamente, há um grande interesse pela temática. Os resultados apontam que, a ergonomia 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. Quanto ao mobiliário dos postos de trabalho, as bancadas, mesas, escrivaninhas e os painéis devem proporcionar ao trabalhador condições de boa postura, visualização e operação. Os assentos utilizados nos postos de trabalho devem atender aos seguintes requisitos mínimos de conforto: altura ajustável à estatura do trabalhador; borda frontal arredondada; encosto com forma levemente arredondada ao corpo para proteção da região lombar. 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. Dentre os vários problemas que podem ocorrer em decorrência de atividades em posições inadequadas, há o cansaço e a fadiga resultante do alto custo calórico das atividades. Pode também ser verificado o desgaste dos discos vertebrais que são responsáveis por hérnia, lombalgia, cifose e escoliose, e ainda no aparelho locomotor, ocasionando miosites, bursites, artroses dentre outros tipos de doenças viscerais, de órgãos genitais, do sistema circulatório e pressão arterial.(TAKEDA,2002). Do grego, ergon (trabalho) e nomos (lei, regra), ergonomia significa lei do trabalho. O termo foi usado pela primeira vez na Grã-Bretanha em 1857, por Wojciech Jastrzebowski (1799-1882), professor, engenheiro e naturalista polonês, em artigo sobre trabalho humano e meio ambiente. Sua intenção foi reunir, numa só palavra, o conjunto multidisciplinar de pesquisas e medidas sobre engenharia humana aplicadas nas fábricas inglesas e destinadas a proteger o homem no trabalho. No trabalho de enfermagem, são importantes a atividade postural, muscular dinâmica, perceptivas (visuais, táteis, auditivas), de equilíbrio, de regulação (variações dos modos operatórios) e cognitiva. Esta última compreende a atividade mental exercida para receber e tratar informações, calcular, estabelecer trajetórias, antecipar, formular hipóteses, aprender. Que o trabalho seja mental ou intelectual lembra-nos Langlet, o homem desenvolve uma atividade cognitiva importante que lhe permite administrar eventualidades, solucionar problemas e organizar sua ação. Em caso de dupla tarefa, de estresse, de baixa vigilância, de fadiga visual ou física, esta atividade é perturbada, gerando



Trabalho 113 - 3/4

erros e respostas inadequadas, favorecendo a negligência para exposição a riscos (BULHÕES,1998). Nos locais de trabalho onde são executadas atividades que exijam solicitação intelectual e atenção constante, são recomendadas as seguintes condições de conforto: níveis de ruído não superior a 85 dB; índice de temperatura efetiva entre 20°C (vinte) e 23°C (vinte e três graus centígrados); velocidade do ar não superior a 0,75 m/s; umidade relativa do ar não inferior a 40% (quarenta por cento) (REIS,2008).E ainda a ginástica laboral como atividade física que deve ser realiza na empresa antes, durante e depois das atividades. Esta atividade visa à promoção da saúde, a melhoria do condicionamento físico para a realização do trabalho, o preparo psicossocial dos seus participantes, contribui para a melhoria do relacionamento interpessoal e promove a redução de acidentes e o absenteísmo(CARVALHO,2001).

CONSIDERAÇÕES FINAIS:A ginástica laboral como atividade para a promoção do bem estar e saúde traduz-se como investimento e valorização do ser. Conclui-se ainda ,que os achados publicados são factíveis, de fácil aplicação e garantem uma conduta segura e com saúde, na prática profissional. Mas também, deve-se manter uma atitude ativa frente às possibilidades de prevenção, buscando uma possibilidade de ação de vigilância para que se evitem novos casos de doenças ocupacionais, associadas à falta de ergonomia nos serviços de saúde. Constatou-se que muitos dos trabalhadores sequer sabem sobre Ergonomia, o que se traduz na necessidade da abordagem desse assunto de forma continuada para garantir a promoção da saúde do trabalhador de enfermagem.

DESCRITORES: Saúde do Trabalhador; Atenção Primária à Saúde; Ergonomia.

BIBLIOGRAFIA

REIS, Roberto Salvador. Segurança e Medicina do Trabalho: normas regulamentadoras. 4ª Ed. rev. e ampl. São Caetano do Sul – SP: Yêndis Editora, 2008.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardã



Trabalho 113 - 4/4

BULHÕES, Ivone. Riscos do Trabalho de Enfermagem. 2ª Ed. Rio de Janeiro, 1998.

MAURO, M. L. C. C; FARIAS, S. N. P; ZEITOUNE, R. C. G. Riscos no Trabalho e Agravos à Saúde do Trabalhador de Enfermagem de Saúde Pública. Editora da EEAN / UFRJ. Rio de Janeiro, 2005.

PIZA, F. T. Informações Básicas Sobre Saúde e Segurança no Trabalho. São Paulo. CIPA, 1997.

BARCELOS, Mary Ângela. Mapeamento de Riscos Ambientais. In: VIEIRA, Sebastião Ivone. Medicina Básica do Trabalho. Gênese, 4º vol. Curitiba, 1995.