

ERGONOMIA NO TRABALHO: UM ESTUDO DE CASO SOBRE SAÚDE NO TRABALHO DE ATENDENTES DE UMA FARMÁCIA DE CONQUISTA, MG

Luiz Gustavo Fuchisatto Gonçalves¹; Amanda Viviane Muniz Rodrigues²

^{1,2} Universidade de Uberaba

luizggustavo@hotmail.com; amanda.muniz@ergosafety.com.br

Resumo

O presente estudo tem como objetivo realizar avaliação ergonômica do posto de trabalho de uma farmácia localizada no município de Conquista, MG, quanto à prática laboral dos atendentes, com destaque em apresentações dos resultados encontrados e sugestões para evitar riscos ocupacionais e gerar maior qualidade de vida no trabalho. A ergonomia busca adequar o trabalho ao homem e um ambiente de trabalho que oferece as condições adequadas para que o colaborador realize suas atividades tende a ser mais produtivo. Através do estudo de caso, realizado em uma empresa do setor farmacêutico buscando-se avaliar o posto de trabalho dos atendentes, também, destacam-se possíveis análises sobre queixas ocupacionais e adequação aos mobiliários do espaço físico as normas regulamentadoras e a ABNT.

Palavras-chave: Ergonomia. Riscos Ocupacionais. Espaço Físico.

1 Introdução

No campo da ergonomia a natureza da ação do homem no trabalho emerge de uma necessidade de melhor compreensão sobre riscos ergonômicos e os efeitos das ações laborais, muitas vezes rotineiras e repetitivas. Desta forma, torna-se fundamental conhecer a ação da ergonomia e como esta pode influenciar em uma melhor qualidade de vida no trabalho (MÁSCULO; VIDAL,

2013).

De modo específico, a ergonomia “estuda a interação entre o homem e seu ambiente ocupacional, proporcionando a adequação das atividades para o conforto, bem-estar e segurança” (ROSSETE, 2014, p.17).

Neste aspecto, torna-se relevante avaliar em uma empresa, no ambiente de trabalho, agentes econômicos que possam causar algum tipo de problema que influencie na qualidade de vida do trabalhador.

Toda profissão tem seus riscos ergonômicos, portanto deve o profissional estar atento ao que prejudica a sua saúde (física ou mental). Os Riscos Ergonômicos são aqueles que podem advir de causas como: levantamento e transporte manual inadequado de peso; mobiliário inadequado; equipamentos faltantes ou incompatíveis nos locais de trabalho; condições ambientais de trabalho inadequadas; problemas de organização no local de trabalho e outras situações causadoras de estresse físico ou psíquico (OMNIA, 2008).

O presente estudo tem como objetivo realizar avaliação ergonômica do posto de trabalho de uma farmácia localizada no município de conquista quanto à prática laboral dos atendentes, com destaque em possíveis soluções diante dos resultados encontrados para evitar riscos ocupacionais e gerar maior qualidade de vida no trabalho.

12º ENTEC – Encontro de Tecnologia: 16 de outubro a 29 de novembro de 2018

2 Materiais e Métodos

No estudo de caso realizado procura-se avaliar a qualidade de vida no trabalho de colaboradores de uma farmácia, averiguando a ação da ergonomia e destacá-la como fator motivacional no ambiente de trabalho.

No posto de trabalho há 7 colaboradores diretos e 1 indireto – serviços gerais (três vezes por semana). No entanto, na avaliação das condições de trabalho foram avaliados somente os colaboradores diretos.

A escolha da empresa se deve pelo fato da gerência ser aberta ao diálogo e haver, em uma análise prévia, fatos relevantes que demonstram no posto de trabalho, necessidade de avaliação ergonômica e de sugestões para melhor adequar possíveis falhas, melhorando a qualidade de vida dos trabalhadores e, por consequência, mobilizando a gerência a pensar no trabalho de seus colaboradores e como adequar as exigências das normas regulamentadoras do Ministério do Trabalho.

Os métodos utilizados para avaliar a ergonomia do posto de trabalho, serão estabelecidos por meio de entrevistas individuais formais e informais e observação. A entrevista formal realizada no início do estudo para coletar dados referentes à organização do trabalho. As entrevistas informais realizadas junto aos funcionários, que puderam relatar o funcionamento da sua atividade.

Prioritariamente, foi realizado um *Check-List* previamente elaborado no estudo de Couto (1995) que foi escolhido por cobrir todos os aspectos de atenção da pesquisa, na avaliação das condições ergonômicas em postos de trabalho e aplicação de um questionário para os funcionários para avaliar as condições e conforto de trabalho.

3 Resultados

Primeiramente, procurou-se investigar a população do estudo, sendo assim, foram solicitadas algumas informações para o gerente administrativo da unidade, com o objetivo de conhecer a população da empresa. Sendo assim, verificou-se que esta possui um efetivo de 07 colaboradores (2 mulheres e 5 homens), distribuídos em: uma farmacêutica, um gerente, três atendentes (1 mulher e dois homens), um técnico em administração e um entregador.

O tempo de trabalho relatado foi na maioria superior a 5 anos ou mais (3 ou 42%); 1 a 12 meses (2 ou 30%); 1 a 10 anos (1 ou 14%); 10 a 20 anos (1 ou 14%). A faixa etária dos trabalhadores varia entre 21 a 53 anos, sendo que dois grupos foram separados: 21 a 35 anos (5 ou 71%) e 40 a 53 anos (2 ou 29%).

Quanto à escolaridade, pode-se aferir que a população trabalhadora da empresa: 2 (29%) possui ensino superior completo; 2 (29%) estão cursando ensino superior; 2 (29%) possuem o Segundo Grau completo e, 1 (13%) possui o Segundo incompleto.

Em seguida realizou-se, por meio do questionário aplicado aos funcionários, avaliação do esforço físico sofrido pelos mesmos.

A Tabela 1 demonstra as partes do corpo que os funcionários mais se esforçam e a região que mais sentem desconforto durante a jornada de trabalho.

A região forçada varia conforme a função executada pelo colaborador, mas que no geral, destacam-se as mãos e pernas. Também varia com a função a região de desconforto, destacando a coluna lombar, pernas e joelhos.

12º ENTEC – Encontro de Tecnologia: 16 de outubro a 29 de novembro de 2018

Tabela 1 - Parte do corpo que o colaborador mais se esforça durante as atividades.

Função	Região Forçada	Região de desconforto
Farmacêutica	Mãos/pernas	Coluna Lombar - Pernas - Joelhos
Gerente	Coluna/pernas	Coluna Lombar - Pernas - Cabeça
Atendente 1	Mãos	Coluna Lombar - Pés
Atendente 2	Mãos/pernas	Coluna Lombar - Pernas
Atendente 3	Mãos	Coluna Lombar - Pernas - Pés
Tec. Administrativo	Pernas	Coluna Lombar - Pescoço
Entregador	Coluna/Pernas	Coluna Lombar - Pernas

Fonte: Autor (2018).

A Tabela 2 demonstra que 4 (57%) dos colaboradores passam a maior parte do tempo de sentados, e os 3 (43%) restantes trabalham em pé, sendo que um

destes também dirigindo moto de entrega. Destes, 5 (71%) relata que com frequência passa por esforços físicos, a outra parte, 2 (29%) afirmam que estes ocorrem às vezes.

Tabela 2 - Posição que mais permanece no trabalho e a frequência do esforço físico.

Função	Posição	Frequência Esforço físico
Farmacêutica	Sentada	Às vezes
Gerente	Sentado	Às vezes
Atendente 1	Sentado	Às vezes
Atendente 2	Em pé	Às vezes
Atendente 3	Em pé	Sempre
Tec. Administrativo	Sentado	Às vezes
Entregador	Em pé/ Dirigindo	Sempre

Fonte: Autor (2018).

O cansaço físico dos trabalhadores durante a jornada de trabalho muitas vezes está relacionado com a posição que ele realiza suas funções e, ainda, como utilizam seus instrumentos de trabalho.

Sendo assim, foram analisados alguns destes, para averiguar relações dos mesmos com: o cansaço, desconforto e até mesmo as regiões do corpo mais forçadas.

Considerando os resultados do *Check list* Couto, Tabela 3, foi realizada a avaliação ergonômica do posto de trabalho, relacionado ao atendimento da

farmácia, referentes ao posto de trabalho da farmacêutica e três atendentes. Os resultados demonstram que no posto de trabalho a avaliação da cadeira mostrou-se em condição razoável (67%); a avaliação da mesa apresentou boa condição (76%); o teclado 100%, portanto, condição excelente; o monitor obteve condição razoável (70%) e a avaliação da interação e layout, 80%, boa condição. Como nenhum dos colaboradores avaliados trabalham diariamente o tempo todo com o computador, a avaliação do sistema de trabalho não pode ser avaliada.

12º ENTEC – Encontro de Tecnologia: 16 de outubro a 29 de novembro de 2018

Tabela 3: Avaliação da condição ergonômica do ambiente de trabalho - farmácia

Percentual encontrado	%	Análise da Condição ergonômica
Avaliação da Cadeira	67%	Condição Razoável
Avaliação da mesa de trabalho	76%	Boa Condição
Avaliação do Teclado	100%	Condição Excelente
Avaliação do Monitor	70%	Condição Razoável
Avaliação da Interação e <i>Layout</i>	80%	Boa Condição
Avaliação do Sistema de Trabalho	-	-

Fonte: Autor (2018).

Neste estudo, considerando o setor do atendimento da farmácia, visto que neste há maior número de colaboradores, em duas funções distintas. Separou-se a análise: estudo do posto de trabalho da Farmacêutica e do atendimento - 3 atendentes.

Neste critério de abordagem a primeira análise foi sobre o ambiente da Farmacêutica e dos atendentes, refere-se às condições ergonômicas das mesas e bancadas e das cadeiras da empresa, averiguando o ambiente de trabalho da equipe técnico-administrativa.

Conforme a NR 17, item 17.3.2 para trabalho manual sentado ou que tenha de ser feito em pé, as bancadas, mesas escritaninhas e os painéis devem proporcionar ao trabalhador condições de boa postura, visualização e operação e devem atender aos seguintes requisitos mínimos: Ter altura e características da superfície de trabalho compatíveis com o tipo de atividade, com a distância requerida dos olhos ao campo de trabalho e com altura do assento; Ter área de trabalho de fácil alcance e visualização pelo trabalhador; Ter características dimensionais que possibilitem posicionamento e movimentação adequados aos segmentos corporais.

Em análise feita com as mesas e bancadas (do atendimento da farmácia) percebeu-se que estas obtiveram nota 8 (sete) em uma linha de adequação de 0 a

10, tendo a NBR 15786 como referência para os mobiliários. Visto que apenas profundidade livre para os joelhos é menor que a média (450 mm) apresentando 320mm e a largura para as pernas também é menor que a média (600 mm) apresentando 540mm. Fatores que associados geram sucessivas dores lombares, perna e joelhos, relatados pela Farmacêutica.

Na análise da cadeira, os resultados também seguem a NBR, conforme NR 17, item 17.3.3. Este descreve que os assentos utilizados nos postos de trabalho devem atender aos seguintes requisitos mínimos de conforto: Altura ajustável à estatura do trabalho e a natureza da função exercida; Características de pouca ou nenhuma conformidade na base do assento; Borda frontal arredondada; Encosto com forma levemente adaptada ao corpo para proteção da região lombar.

As dimensões de uma cadeira operacional, segundo a NBR 13962 (2006) são diversas conforme Anexo C. Os resultados da análise demonstram que apenas uma das variáveis não estava compatível a norma, foi a altura do apoio do braço, que estava 420mm, ou seja, 20 mm a mais do que o ideal (200mm). Fator que pode ser um contribuinte para o desconforto tanto da Farmacêutica.

Em seguida, foi analisado o ambiente dos atendentes, iniciando pela bancada, em forma de L, feita de ardósia,

12º ENTEC – Encontro de Tecnologia: 16 de outubro a 29 de novembro de 2018

sem quina viva, sem regulagem de altura. Conforme a NBR 15786, a bancada deveria ter no mínimo 900 mm e os resultados mostram que a mesma é 925 mm, estando dentro do padrão. O comprimento 2 m por 190 m.

Na norma não há referência sobre o comprimento da bancada, mas observou-se que o tamanho compete com a realidade de trabalho. Quanto a largura, da bancada, livre para as pernas, que deveria ser de no mínimo 600 mm, é de 590mm. Diferença pouco significativa, considerando a funcionalidade do trabalho. Verificou-se que a bancada possui as características necessárias para atividade.

Realidade que demonstra que a bancada não é limitante para o trabalho dos atendentes, que têm como queixa maior ficar de pé, por período prolongado, gerando dor nas pernas e coluna. No entanto, relatou esforço físico em poucos momentos do trabalho.

Analisando-se a cadeira operacional, dos atendentes, percebeu-se que não está no padrão adequado. Somente, a largura do assento está adequada, ou seja, é de 400mm, o restante precisa ser melhorado. A altura da cadeira que deveria ser de no mínimo 420 mm é de 410mm; a altura de encosto é de 460 mm, deveria ser no mínimo de 220 mm; a largura do encosto é de 290 mm e deveria ser de no mínimo 305 mm. Problemas de postura, dores lombares, certamente, serão frequentes aos atendentes utilizando este instrumento de trabalho.

4 Discussões

Os colaboradores da farmácia por estarem realizando um trabalho diário que gera esforço repetitivo, estão sujeitos a terem LER. Inclusive um dos atendentes queixou-se estar sempre realizando esforço repetitivo e por isso, frequentemente, está em consulta médica

ou tomando medicamentos.

Mendes (1988) em seus estudos ressalta que muitas doenças podem ser relacionadas ao ambiente de trabalho, mais precisamente, podem ocorrer neste ou se agravar no dia a dia.

No entanto, considerando doenças do aparelho locomotor, a queixa de dores da coluna, foram registradas por todos os 7 colaboradores pesquisados. Fator que merece atenção e cuidados por parte da equipe de segurança de trabalho da unidade estudada.

Em decorrência da necessidade de trabalhar, mostrar serviço, superar-se cada vez mais para não ser substituído os profissionais de modo geral acabam trabalhando além do que deveriam, muitas vezes, nem é tanto o trabalho, eles passam a não desenvolverem suas tarefas de forma correta, evitando posturas inadequadas, esforços repetitivos, sem preparo algum, enfim, não cuidam da sua saúde no trabalho (MENDES, 1988; COASTAL DO BRASIL, 1995).

No ambiente de trabalho, diversos profissionais não se preocupam em seguir as normas de prevenção de acidentes, muitos chegam a se queixarem de dores musculares, por exemplo, custam a encontrar o motivo, mas verificando percebem que é a má postura uma das maiores vilãs das indisposições. As pessoas que trabalham sentadas, podem até pensar que o fazem corretamente, ou que não prejudica a coluna por não estarem de pé, a todo o momento. Isso, não é verdade, mesmo sentado, os profissionais podem ter problemas de postura (OLIVEIRA, 2011).

Esta é uma realidade observada na empresa analisada, no caso da Farmacêutica e dos atendentes. Ambos devem ajustar seu ambiente de trabalho, com as normas de segurança. Tomando cuidado, com o trabalho em pé ou sentado, deixando evidente que o

12º ENTEC – Encontro de Tecnologia: 16 de outubro a 29 de novembro de 2018

trabalhador que passa, portanto, a maior parte do tempo sentado pode contrair dores nas costas, pescoço e ombros (COASTAL DO BRASIL, 1995). Como também, aquele que passa muito tempo em pé, pode ter dor nas pernas e, possivelmente, na coluna (ROSSETE, 2014). O que possivelmente, está ocorrendo nos postos de trabalho da Farmácia.

5 Conclusão

A ergonomia no trabalho mostra-se uma questão de preocupação em toda e qualquer empresa. De certa forma, quanto mais o colaborador tiver qualidade de vida no Trabalho, maior será sua produtividade. Por este motivo, a preocupação em ambientes como a farmácia, no qual acidentes e doenças ocupacionais podem surgir, é algo evidente em muitas empresas de sistema de tratamento de água.

Pode-se destacar que a empresa necessita fazer alguns ajustes como: seguir as recomendações das normas; o escritório precisa de uma modificação como no monitor, CPU e impressora, ou seja, o monitor precisa de suporte para ter regulagem de altura apropriada às pessoas que o utilizam e o CPU precisa ser colocada no chão e a impressora em outra mesa; melhorar a cadeira dos atendentes e farmacêutica; analisar os casos de dores nas costas se é por má postura ou pelo mobiliário.

Também, sugere-se que a empresa desenvolva projetos e cursos de treinamento de pessoal visando à melhoria da postura laboral, bem como,

ampliar o aprendizado de como realizar adequadamente ações rotineiras como carregar peso, pegar algo no alto, ou no baixo entre outras atividades.

Referências

COASTAL DO BRASIL. **Ergonomia**. Curitiba: Coastal do Brasil, 1995.

COUTO, H. A. **Ergonomia aplicada ao trabalho**: o manual técnico da máquina humana. Vol 1. Belo Horizonte: Ergo Editora, 1995.

MÁSCULO, F. S.; VIDAL, M. C. (Orgs.). **Ergonomia**: trabalho adequado e eficiente. Rio de Janeiro: ABEPRO, 2013.

MENDES, R. O impacto dos efeitos da ocupação sobre a saúde de trabalhadores. **Revista Saúde Pública**. [periódico na internet] 1988. 22(4): p.311-26.

OMNIA – **Saúde ocupacional**. Segurança e saúde do trabalhador. Jun. 2008. Disponível em: http://www.omnia.com.br/boletins/boletim_junho.pdf. Acesso em: 8 jul. 2018.

OLIVEIRA, E. **Riscos com a má postura no Trabalho**. 2011. Disponível em: <http://www.smcontinental.srv.br/index.php>. ... Acesso em: 8 set. 2018.

ROSSETE, C. A. **Segurança e higiene no trabalho**. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2014.