



Relatório de atividades

Fisiologia do Trabalho no Setor Produtivo do Comércio Ergonomia – NR.17

SAÚDE DO 
TRABALHADOR

AQUIDAUANA – MS
2021



RELATÓRIO DE ATIVIDADES – ERGONOMIA NO TRABALHO

Arranjo Produtivo – Setor de Comercio de Aquidauana MS - 2021

I - INTRODUÇÃO

De acordo com os conceitos preventivistas normatizados pela NR17, a fisiologia e biomecânica ocupacional em seu aspecto mais amplo estuda os processos adaptativos relacionados com a atividade física na execução de tarefas motoras em situação de trabalho, procura analisar e instruir sobre os processos adaptativos agudos e crônicos ao trabalho, aplicado por meio do esforço físico. Neste sentido, a ergonomia utiliza conceitos da fisiologia humana para compreender os impactos do trabalho na vida do ser humano, propor medidas de gestão do trabalho para atuar principalmente de forma preventiva, garantindo a manutenção da saúde do trabalhador.

II – OBJETIVOS GERAIS:

O Projeto de ergonomia no setor comercial de Aquidauana/MS se desenvolve a partir das demandas observadas no Sistema Único de Saúde (SUS), que apesar de ser subnotificado, apresentam grande volume no serviço fisioterápico, sendo parcialmente identificados em categorias profissionais em comum.

No primeiro semestre de 2021 foram dimensionadas ações voltadas aos profissionais administrativos, operadores de caixa, repositores, açougueiros e outros que apresentavam agravos de lesões por esforços repetitivos dentre outras dorsopatias, em parceria com a Associação Comercial e Empresarial de Aquidauana atuando com os associados. Lojas de roupas, de móveis, escritórios e outros segmentos, receberam a visita da profissional Fisioterapeuta do Serviço de Vigilância em Saúde do Trabalhador propondo alterações no processo produtivo e realizando atividades que visavam a prevenção de riscos ergonômicos.



O trabalho desenvolvido, além de prever ações pontuais e reorganização do processo de trabalho, visou reduzir a quantidade de afastamentos e entradas no atendimento ambulatorial/ hospitalar, melhor a qualidade de vida no trabalho, encaminhar para outras especialidades, caso necessário, fazendo o atendimento multiprofissional ofertado pela equipe.

III - DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE

O cronograma das atividades foi elaborado para atingir:

- O maior número de estabelecimentos, de acordo com a lista fornecida pela associação, que contava com 100 estabelecimentos diversos em Aquidauana, cerca de 60% foram visitados de janeiro à abril;
- Levando em conta a disponibilidade do (a) responsável;
- A possibilidade de ser realizado seguindo os protocolos de biossegurança pelo baixo fluxo e restrições do comércio;
- Iniciar no mês de fevereiro por alusão ao Dia Mundial de Prevenção à LER/DORT.

Após o agendamento com os responsáveis, a fisioterapeuta visitava as empresas realizando análise ergonômica do trabalho, observando a forma de trabalho de cada grupo de profissionais, se o mobiliário era adequado, se as instalações e condições de iluminação, bem como conforto ergonômico, eram apropriadas para cada atividade. O check-list foi a ferramenta utilizada para guiar na inspeção. Posteriormente, foi ministrada palestra com orientação ergonômica e postural para esses trabalhadores no sentido de conscientizar sobre a importância de realizar as atividades com precaução. Outra atividade aplicada foi a ginástica laboral ensinada que visa aquecer e alongar o corpo antes e depois da realização das tarefas, dando mais dinâmica para o corpo e evitando possíveis adoecimentos nessas tarefas repetitivas, com levantamento de peso, de postura única e que geralmente podem levar a agravos osteomusculares.



Identificada a necessidade de avaliação individual, seja da área ergonômica ou de outra área do trabalho, o encaminhamento era feito para o atendimento multiprofissional.

As dificuldades encontradas foram da percepção dos responsáveis pelo desconhecimento do serviço, por supor contrapartida financeira, pela presunção de necessitar paralisar o processo de trabalho. Isso fez com que poucos gestores não aceitassem o serviço. Na maioria das empresas o serviço foi aceito e realizado durante todo o processo de trabalho, não exigindo paralisação e sem custo, o que auxiliou na adesão dos trabalhadores.

O ambiente de trabalho foi adequado com os materiais já existentes, de acordo com as possibilidades, e sugestões de pausas, postura, revezamento de posição (sentado/ em pé), higiene do posto de trabalho e otimização dos recursos tecnológicos (uso de celular, computador e outros dispositivos) com a fisiologia do trabalho (altura e regulagem de mobiliário, posição de digitação, iluminação de dispositivos, posição de cervical ao digitar).

IV - REGISTRO FOTOGRÁFICO:





Foto: 01 – Atendente de loja de roupas



Foto: 02 – Trabalhadores supermercado



Foto: 03 – Trabalhadora loja de calçados com a Fisioterapeuta Maria Aparecida



Foto: 04 – Equipe administrativo – exercício alongamento



Foto: 05 – Trabalhadoras loja de vestuário – Fisioterapeuta Maria Aparecida



Foto: 06 – Trabalhadoras loja de ótica

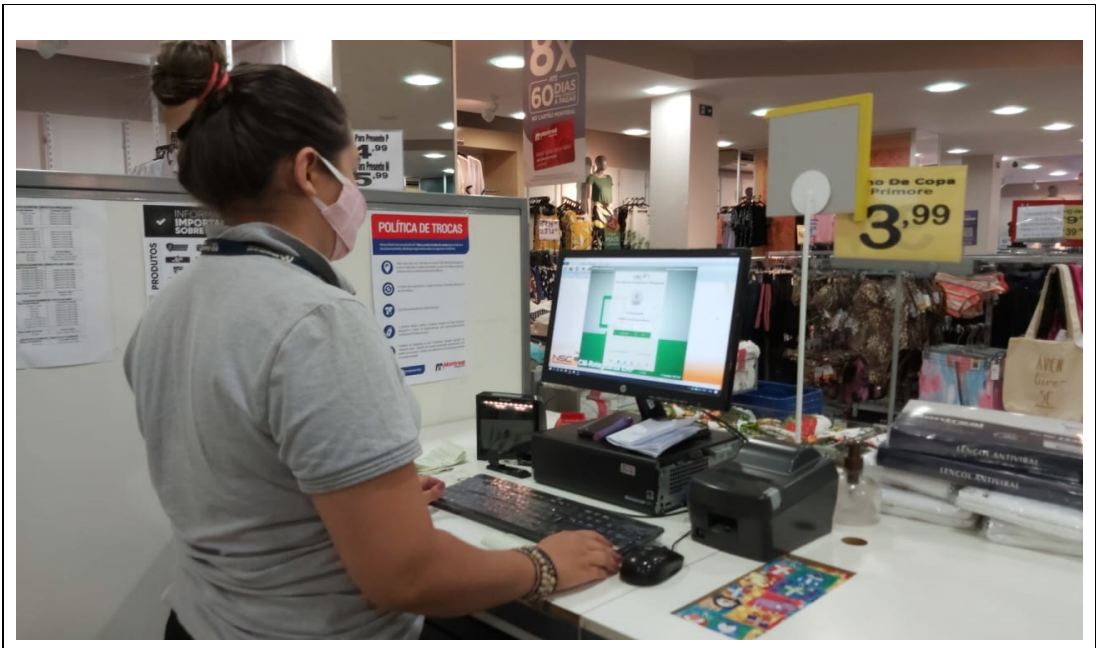


Foto: 07 – Atendente de caixa – avaliação postural / dinâmica do trabalho



V - RECOMENDAÇÕES

Tendo em vista as transformações dos processos de trabalho (jornada, contribuição previdenciária, dinamização de atividades multitarefas) e o perfil humano (expectativa de vida mais alta, maior índice de comorbidades entre jovens), é necessário que as empresas incorporem o conhecimento sobre a fisiologia do trabalho para seus profissionais através do cumprimento das normas trabalhistas, da busca pela melhoria na qualidade do trabalho e na prevenção de adoecimento de seus trabalhadores.

Após visita nesses locais foi observado que a maior parte dos gestores cumprem os requisitos básicos de segurança do trabalho e atentam para a parte de ergonomia. Alguns possuíam os materiais corretos, porém não tinham o conhecimento de como adequá-los ao ambiente. Outros necessitavam fazer a substituição de mobiliários e/ou incorporar outros acessórios para melhorar a parte ergonômica. Recomenda-se:

- Adequar o ambiente de trabalho sempre que houver troca de trabalhador;
- Substituir mobiliários que apresentem desgaste que prejudicam a saúde do trabalhador;
- Realizar atividades laborais e incentivar os trabalhadores a participarem no início de turno;
- Fazer a escuta das demandas do trabalhador quanto a sugestões de melhorias no ambiente de trabalho, valorizando a saúde e prevenindo agravos;
- Observar e controlar os possíveis riscos ergonômicos (ofuscamento por excesso de iluminação, conforto térmico, eliminação de ruídos desconfortáveis).

Aquidauana MS, 07 de maio de 2021.

Maria Aparecida Ferreira Raimundo
Fisioterapeuta Saúde do Trabalhador
Crefito-13 3768-F