



*Análise, Orientação Ergonômica e Avaliação  
da Qualidade de Vida no trabalho dos  
Técnicos de Enfermagem das Estratégias de  
Saúde da Família de Aquidauana*

**SAÚDE DO   
TRABALHADOR**

AQUIDAUANA – MS

2022

## **INTRODUÇÃO**

A ergonomia é definida como área científica que estuda a relação entre o homem e seu ambiente de trabalho. Nesse tocante, é uma área que não se limita a estudar apenas o ambiente, mas também os instrumentos, matérias primas, os métodos e a organização do trabalho. E assim, relaciona a tudo isso os fatores humanos do trabalhador, 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).

As condições de trabalho e o ambiente aos quais os funcionários estão submetidos influenciam diretamente na qualidade do serviço prestado e no desempenho dos processos, bem como na Qualidade de Vida dos Trabalhadores (QVT) (MATOS, 1997; TURELLA et al., 2011).

Para Vitta, Bertaglia e Padovani (2008), a melhor maneira de diminuir 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. Produtos e postos de trabalho inadequados geram estresse e fadiga muscular, que muitas vezes podem ser evitados com medidas simples, como mobiliário ajustável, rearranjo do layout, pausas aos funcionários durante a jornada de trabalho, disponibilidade de materiais e entre outros.

Os distúrbios osteomusculares relacionados ao Trabalho, são desencadeadas por diversos fatores causais dos tipos ergonômicos, organizacionais e/ou psicossocial (Moreira e Mendes, 2005).

O objetivo deste plano de ação é realizar uma Análise Ergonômica do ambiente de trabalho dos técnicos de enfermagem afim de se analisar e identificar a relação entre a atividade, as condições do posto de trabalho e aplicação de um questionário de Qualidade de Vida no Trabalho a fim de se avaliar como o trabalhador se sente em relação a sua Qualidade de Vida no Trabalho.

## **CONSIDERAÇÕES**

Realizou-se visitas nos ESF's no período de 23/05/22 a 24/06/22 a fim de ser realizado Análise Ergonômica do ambiente de trabalho dos técnicos de enfermagem e aplicação de um questionário de Qualidade de Vida no Trabalho a fim de se avaliar como o trabalhador se sente em relação a sua Qualidade de Vida no Trabalho. Com o intuito de conhecer a ergonomia do local onde o trabalhador atua, bem como sua saúde profissional.

Sendo assim foi realizado Análise dos postos de trabalho, Orientação Ergonômica e Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho em 14 ESF's do município e conversado com 17 trabalhadores técnicos de enfermagem. Observou-se que as salas de vacina e triagem, local onde os técnicos de enfermagem atuam precisam de adaptações tanto na parte de estrutura como na parte de mobília. Algumas salas apresentam seu tamanho muito pequeno para a quantidade de instrumentos e mobiliários (armários, mesas, cadeiras, bancadas, geladeira, maca, balança) que comportam. Apresentam também algumas mobílias que precisam ser ajustadas ou até mesmo trocadas, para que o trabalhador possa realizar suas funções sem exigir tanto de sua parte física. Essas adaptações estão relacionadas com a análise ergonômica do ambiente de trabalho.

- **ESF Cláudio Fernando Stella:** Apresenta sala pequena, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF José Vória:** Apresenta sala pequena, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF Célia Vaz:** Ausência de mesa para computador, cadeira com encosto quebrado apresentando pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de apoio para os pés, sala com muita iluminação (o que pode afetar no armazenamento de medicamentos e vacinas), ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF Pinheiro:** Apresenta sala pequena, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador (apenas uma sala possui computador), papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira sem encosto (quebrado) com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de bancada e local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF João André Madsen:** Apresenta mesa pequena e baixa com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira baixa e quebrada, apresentando pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de bancada e local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, lixeira funcional quebrada, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF Tiago Bogado:** Ausência de pia na sala de vacina, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, ausência local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF Izaura Baes:** Apresenta sala pequena, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de bancada e local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas, pia com mal instalada, sala com muita iluminação (o que pode afetar no armazenamento de medicamentos e vacinas).
- **ESF Trindade:** Apresenta sala pequena, com pouca iluminação, não possui bancadas (sendo usado mesas escolares como "bancadas") e/ou local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares.

- **ESF João Jorge Carneiro:** O prédio do ESF está passando por reforma, sendo assim o funcionamento está sendo em um imóvel alugado, com suas salas adaptadas. Apresenta sala pequena, sem espaço para atendimento ao paciente, sendo esse feito para fora da sala, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, ausência de bancada e local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares.
- **ESF Guanandy:** Apresenta sala pequena, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, ausência de local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, bancada pequena, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF Nova Aquidauana I:** Apresenta sala pequena, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de bancada e local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas, sala com muita iluminação (o que pode afetar no armazenamento de medicamentos e vacinas).
- **ESF Candido Pinheiro Filho:** O prédio do ESF está passando por reforma, sendo assim o funcionamento está sendo em um imóvel alugado, com suas salas adaptadas. Apresenta mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, ausência de bancada e local para armazenamento de medicamentos e materiais de procedimento, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares.
- **ESF São Francisco:** Apresenta sala com espaço adequado, sala com muita iluminação (o que pode afetar no armazenamento de medicamentos e vacinas), mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.
- **ESF São Pedro:** Apresenta sala com espaço adequado, mesa pequena com pouco espaço para comportar computador, papéis, pastas, ausência de apoio para os pés, cadeira com pouca estabilidade levando o trabalhador a ter que adotar posturas que o prejudiquem e assim, desencadeie dores musculares, ausência de um local adequado para posicionamento de caixa para descarte de agulhas.

Em relação ao Questionário de Qualidade de Vida no Trabalho feito com os trabalhadores, destacaram-se:

- Como você avalia a sua QVT? Dos 17 trabalhadores  
( 2 - ruim ) ( 6 – nem ruim nem boa ) ( 4 – boa ) ( 5 - muito boa )
- Quanto satisfeito você está com as informações que te fornecem sobre o seu desempenho no trabalho? Dos 17 trabalhadores  
( 8 - muito insatisfeito ) ( 3 - insatisfeito ) ( 2 - nem satisfeito e nem insatisfeito ) ( 4 - satisfeito )
- O seu salário é suficiente para você satisfazer as suas necessidades? Dos 17 trabalhadores  
( 16 – nada ) ( 1 - médio )
- O quanto você está satisfeito com a sua QVT? Dos 17 trabalhadores  
( 1 – insatisfeito ) ( 4 - nem satisfeito nem insatisfeito ) ( 8 – satisfeito ) ( 4 – muito satisfeito )

De acordo com o que foi observado no questionário a grande maioria dos trabalhadores (11) relata não estar satisfeito com as informações sobre o seu desempenho pois os mesmos não recebem nenhum tipo de devolutiva em relação ao seu trabalho, seu desempenho por parte da sua chefia, e isso é um caso que os deixam parcialmente desanimados. Assim como a questão de o salário não ser suficiente, a maioria alegou não conseguir suprir suas necessidades, fator que também influencia no desempenho desse trabalhador. Os trabalhadores demonstraram insatisfação com a falta de feedback e com o seu salário, apesar de terem alegado estarem satisfeitos com a sua Qualidade de Vida no Trabalho.

Sendo assim, com base nas ferramentas ergonômicas usadas com os trabalhadores em seus postos de trabalho, identificou-se que a intensa rotina nos atendimentos e os recursos disponíveis para atendimento faz com que o colaborador/trabalhador busque adapta-se a organização do trabalho. Visto que os mobiliários não são ajustáveis, os técnicos de enfermagem se curvam para atender aos pacientes, em alguns casos ficam agachados, quando sentados para realizarem digitações nos computadores precisam exigir da postura, principalmente da coluna vertebral, além de passarem grandes períodos em pé.

Portanto, os desconfortos físicos e mentais são ocasionados principalmente pelo layout da sala e recursos materiais disponibilizados que acabam sendo muito poucos e/ou insuficientes.

## **RECOMENDAÇÕES**

Visando reduzir o impacto da atividade e ajustando o ambiente procurando deixá-lo mais adequado ergonomicamente, pode-se definir algumas propostas de melhorias.

Disponibilizar aos trabalhadores mesas e cadeiras com assento e encosto ajustáveis de acordo com características definidas na norma regulamentadora NR17, evitando que o trabalhador fique em posturas inadequadas por longos períodos e até mesmo proporcionando que o serviço seja realizado com maior eficiência e adequado. Armários para o armazenamento de medicamentos assim como pastas e papéis, presença de bancadas para melhor disponibilização dos materiais (seringas e agulhas) durante a realização de procedimentos, local próprio para posicionar caixa de descarte evitando assim a ocorrência de acidentes de trabalho com agulhas,

realização de manutenção e implantação de pias nas salas onde os profissionais realizam atendimento aos pacientes com a realização de procedimentos, ambiente (sala) com maior espaço para melhorar as condições de trabalho, atendimento ao paciente e melhor desempenho do trabalhador.

Realização de ginástica laboral durante a jornada de trabalho, com o objetivo de minimizar os impactos físicos da atividade no colaborador, além de proporcionar maior interação entre os colaboradores e facilitando a dinâmica em equipe, assim como a realização dos alongamentos no início e final do turno.

Além disso, é recomendável campanhas educativas para orientar os profissionais a realizar suas atividades de forma mais segura, minimizando os riscos de doenças ocupacionais. Assim como o é de suma importância o acompanhamento dos afastamentos e reclamações de dores dos trabalhadores por parte da gerencia. Visando contornar os problemas que interferem na saúde do trabalhador, antes de se tornarem problemas graves.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo buscou analisar a partir da abordagem ergonômica, a atividade dos técnicos de enfermagem e propor recomendações visando melhorar a qualidade de vida no trabalho e o ambiente organizacional, além de reduzir os impactos da atividade ocupacional na saúde dos colaboradores.

Os principais fatores identificados foram a falta de feedback, o baixo salário, a qualidade de vida no trabalho além do mobiliário do posto de trabalho que não é adequado para os profissionais exercerem suas funções laborais com segurança, pelo fato de não serem reguláveis e adaptáveis, ocasionando assim má postura dos trabalhadores técnicos de enfermagem durante a jornada de trabalho.

O intuito das recomendações ergonômicas é tornar o posto de trabalho mais confortável e seguro à saúde do trabalhador, visando reduzir os impactos físicos e mentais da atividade laboral no trabalhador.