



**Universidade Federal de Santa Catarina**  
**Centro Sócio-Econômico**  
**Departamento de Ciências da Administração**  
**Curso de Administração modalidade a distância – quarta edição**

**Disciplina de Seminário Temático V**  
**Professora: Dra. Márcia Barros de Sales**

**Diretrizes para a elaboração do Seminário**

Preferencialmente os trabalhos devem ser realizados em organizações / empresas que trabalhem com pessoas em postos de trabalho informatizados.

**Este trabalho deve ser feito por um grupo de 4 alunos, com entregas parciais (conforme descrito nas atividades), a fim de compor o trabalho final a ser entregue em sua totalidade na Atividade 5.**

A seguir são apresentados o problema e os objetivos que deverão ser adaptados para cada grupo conforme a organização pesquisada.

**Problema de pesquisa**

Quais são os principais desafios enfrentados para se ter postos de trabalhos mais ergonômicos “na organização x”.

**Objetivo Geral**

Verificar a conformidade ergonômica de dois postos de trabalho informatizados a luz da Análise Ergonômica do Trabalho na organização X.

**Objetivos específicos**

1. Investigar as condições ergonômicas de dois postos de trabalho informatizados de acordo com as normas ergonômicas.
2. Sugerir ações ergonômicas que possam auxiliar na melhoria dos postos de trabalhos investigados.



## Aspectos gerais da estrutura do trabalho

O trabalho produzido como resultado do seminário deve ter a forma de um artigo com os seguintes tópicos:

### **1 Introdução (2 a 3 páginas)**

Na Introdução os alunos devem apresentar a contextualização do tema sobre a importância da qualidade de vida nas empresas vinculando com a importância de postos de trabalho ergonômicos. Apresentar o problema de pesquisa, objetivo geral e objetivos específicos. Fazer uma justificativa

### **2 Referencial Teórico (Pelo menos 6 páginas contendo, além dos autores apresentados, outros 2 autores que não tenham sido citados na apostila).**

O referencial teórico deve contemplar os seguintes temas:

1. Conceito de Ergonomia no Brasil e o mundo do trabalho
2. Análise Ergonômica do Trabalho
  - 2.1 Aspectos legais (NR 17)
  - 2.2 Aspectos gerenciais (condições de trabalho, CLT, dificuldades, etc.)
  - 2.3 Postos de trabalho Informatizados

### **3 Procedimentos metodológicos**

- a) Classificação do trabalho
  - I. Quanto à natureza
  - II. Quanto aos objetivos
  - III. Quanto à abordagem
  - IV. Quando aos procedimentos.
- b) Apresentar a amostra
- c) O instrumento de coleta de dados (- Deve ser aplicado o checklist de posto informatizados (anexo I) em dois postos de trabalhos distintos na mesma organização)
- d) - Descrever quais app's (luxímetro, dosímetro) foram utilizados e o porque da escolha (gratuito, fácil uso etc.)

### **4 Apresentação e Análise de Dados (Seguir esta ordem para apresentação dos dados)**

- Apresentar a organização pesquisada, um breve histórico atual da organização, o ramo, setor de atuação, quantidade de funcionários.
- Descrever quais foram os dois postos de trabalho escolhidos e os motivos da escolha destes, e em qual o setor da organização eles estão.



- Aplicar *checklist* (anexo1). Fazer a soma dos pontos obtidos da aplicação do checklist dos dois postos de trabalho, separadamente, e apresentar os resultados de cada um.
- O grupo deverá apresentar os problemas ergonômicos encontrados, ou seja, os itens que não estão em conformidade com a Norma Regulamentadora 17 (NR17).
- O grupo deverá sugerir ações ergonômicas para melhorar os postos de trabalhos analisados a luz do referencial teórico encontrado neste material e na NR17, e descrevê-los, conforme o quadro X a seguir.  
Como auxílio faça a leitura dos **artigos sugeridos**.

**Quadro X – Análise ERGONÔMICA de Posto de Trabalho Informatizado**

<b>Descrição da Atividade</b> (situações de trabalho)	<b>Problemas encontrados nos postos de trabalho analisados</b>	<b>Exigências Ergonômicas (Referencial teórico ou NR 17)</b>	<b>Sugestões de ações Ergonômicas (recomendação Ergonômica)</b>
Anexar foto – posto 1)			
(Anexar foto – posto 2 )			

Apontar, à luz do referencial teórico construído para o seminário, as recomendações ergonômicas para os postos de trabalho analisados.

## 5 Considerações finais

- Demonstrar as principais considerações às quais o grupo obteve a partir deste estudo.
- Relatar se todos os objetivos foram alcançados e se o problema de pesquisa foi respondido.
- Quais são os principais desafios enfrentados para se ter postos de trabalhos mais ergonômicos “na organização x”.
- Destacar as limitações apontando as peculiaridades (pontos positivos) ou dificuldades (pontos negativos)
- Relatar com as próprias palavras do grupo qual foi a relevância deste estudo de caso analisado para o aprimoramento pessoal e profissional.

## 6 Referências



## ANEXO 1

Pesquisa para realização de Análise Ergonômica de dois postos de trabalho informatizados referente ao Seminário Temático IV do curso de Administração da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), modalidade a distância.

Prezado(a) Colaborador(a):

O checklist aplicado a seguir corresponde à realização da Análise Ergonômica do posto de trabalho informatizado na empresa XXXX, localizada na cidade XX.

### **Perfil do posto de trabalho analisado**

**Nome da Empresa:**

**Ramo da Empresa:**

**Quantidade de funcionários:**

**Quantidade de postos de trabalho informatizados?**

**01) Qual foi o posto de trabalho 1:**

- ( ) Financeiro
- ( ) Marketing
- ( ) Comercial
- ( ) Jurídico
- ( ) Pesquisa & Desenvolvimento
- ( ) Outro Qual? \_\_\_\_\_

**02) 01) Qual foi o posto de trabalho 2:**

- ( ) Financeiro
- ( ) Marketing
- ( ) Comercial
- ( ) Jurídico
- ( ) Pesquisa & Desenvolvimento
- ( ) Outro Qual? \_\_\_\_\_



As perguntas seguintes questionam o grau de qualidade ergonômica em relação ao posto de trabalho. Lembre-se que serão dois postos de trabalho, assim sendo será necessário aplicá-lo para cada uma dos postos escolhidos. O Grupo deverá visitar (*in-loco*) os dois postos de trabalho selecionados e aplicar *Checklist* de acordo com os itens selecionados. A seguir, o grupo deverá elucidá-las, para isso é importante que todos leiam o *Checklist* com antecedência.

### CHECKLIST PARA AVALIAÇÃO DAS CONDIÇÕES ERGONÔMICAS EM POSTOS DE TRABALHO INFORMATIZADOS

Versão adaptada: Hudson Couto (2013)

<http://www.ergoltda.com.br/downloads/Abril14/04.pdf>

#### **Avaliação da Cadeira (ver NR 17)**

1 – Cadeira estofada – com espessura e maciez adequadas?	Não (0) Sim (1)
2 – Os braços da cadeira são de altura regulável e a regulagem é fácil?	Não (0) Sim (1)
3 – Altura regulável e acionamento fácil do mecanismo de regulagem?	Não (0) Sim (1)
4 – A altura máxima da cadeira é compatível com pessoas mais altas ou com pessoas baixas usando-a no nível mais elevado?	Não (0) Sim (1)
5 – Largura da cadeira confortável?	Não (0) Sim (1)
6 – Assento na horizontal ou discreta inclinação para trás?	Não (0) Sim (1)
7 – Assento de forma plana?	Não (0) Sim (1)
8 – Borda anterior do assento arredondada?	Não (0) Sim (1)
9 – Apoio dorsal com regulagem da inclinação?	Não (0) Sim (1)
10 – Apoio dorsal fornece um suporte firme?	Não (0) Sim (1)
11 – Os braços da cadeira prejudicam a aproximação do trabalhador até seu posto de trabalho?	Não (0) Sim (1)
12 – Regulagem da altura do apoio dorsal: existe e é de fácil utilização?	Não (0) Sim (1)
13 – Espaço para acomodação das nádegas?	Não (0) Sim (1)
14 – É Giratória?	Não (0) Sim (1)
15 – Rodízios não muito duros nem muito leves?	Não (0) Sim (1)
16 – Tecido da cadeira permite transpiração?	Não (0) Sim (1) Não se aplica (1)
17 – Os braços da cadeira prejudicam a aproximação do trabalhador até seu posto de trabalho?	Sim (0) Não (1) Não se aplica (1)
18 – Por amostragem, percebe-se que os mecanismos de regulagem de altura, de inclinação e da altura do apoio dorsal estão funcionando bem?	Não (0) Sim (1)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

\* Tais como regulagem fácil da profundidade do encosto, modelo mais largo para pessoas de dimensões maiores, regulagem da largura de braços.




**Avaliação do Teclado (ver NR 17)**

1 – É macio?	Não (0) Sim (1)
2 – As teclas têm dimensões corretas?	Não (0) Sim (1)
3 – As teclas têm forma côncava, permitindo o encaixe do dedo?	Não (0) Sim (1)
4 – Tem mecanismo de inclinação?	Sim (0) Não (1)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

**Avaliação do Monitor de Vídeo (ver NR 17)**

1 – Está localizado na frente do trabalhador?	Não (0) Sim (1)
2 – Sua altura está adequada?	Não (0) Sim (1)
3 – Há mecanismo de regulagem de altura disponível e este ajuste pode ser feito facilmente?	Não (0) Sim (1)
4 – Pode ser inclinado e este ajuste pode ser feito facilmente?	Não (0) Sim (1)
5 – Tem controle de brilho e de contraste dos caracteres?	Não (0) Sim (1)
6 – Há tremores na tela?	Sim (0) Não (1)
7 – A imagem permanece claramente definida a luminância máxima?	Não (0) Sim (1)
8 – É fosco?	Não (0) Sim (1)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

**Avaliação do Gabinete**

1 – Toma espaço excessivo no posto de trabalho?	Sim (0) Não (1)
2 – Transmite calor radiante para o corpo do trabalhador?	Sim (0) Não (1)
3 – Gera nível excessivo de ruído?	Sim (0) Não (1)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

**Avaliação do Sistema de Trabalho (ver NR 17)**

1 – Caso o trabalho envolva uso somente de computador, existe pausa bem estabelecida de 10 minutos a cada 50 minutos trabalhados?	Não (0) Sim (1) Não se aplica (2)
2 – No caso de digitação, o número médio de toques é menor que 8.000 por hora? Ou no caso de ser maior que 8.000 por hora, há pausas de compensação bem definidas?	Não (0) Sim (1) Não se aplica (1)
3 – Há pausa de 10 minutos a cada duas horas trabalhadas? Ou verifica-se a possibilidade real de as pessoas terem um tempo de descanso de aproximadamente 10 minutos a cada duas horas trabalhadas?	Não (0) Sim (1)
4 – O <i>software</i> utilizado funciona bem?	Não (0) Sim (1)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

**Avaliação da Iluminação do Ambiente (ver NR 17)**(Embora este tema vá ser apresentado no próximo capítulo, já o incluímos neste *check-list*).

1 – Iluminação entre 450 – 550 lux?	Não (0) Sim (1)
2 – Para pessoas com mais de 45 anos está disponível iluminação suplementar?	Não (0) Sim (1) Não se aplica (1)
3 – A visão do trabalhador está livre de reflexos? (ver tela, teclados, mesa, papéis, etc.)?	Não (0) Sim (1)
4 – A visão do trabalhador está livre de ofuscamentos?	Não (0) Sim (1)
5 – Estão todas as fontes de deslumbramento fora do campo de visão do operador?	Não (0) Sim (1)
6 – Estão os postos de trabalho estão posicionados de lado para as janelas?	Não (0) Sim (1) Não há janelas (1)
7 – Caso contrário, as janelas têm persianas ou cortinas?	Não (0) Sim (1) Não se aplica (1) Insuficientes (0)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

\*\* Para termos uma noção de lux sobre o postos de trabalhos baixe o app: luxímetro ou outro similar para fazer aferição “aproximada” dos postos de trabalho analisados.

**Avaliação da Interação e do Leiaute (ver NR 17)**

1 – Está o trabalhador na posição correta em relação ao tipo de função e ao leiaute da sala?	Não (0) Sim (1)
2 – O local de trabalho permite boa concentração?	Não (0) Sim (1)
3 – Quando necessário ligar algum equipamento elétrico, as tomadas estão em altura de 75 cm?	Não (0) Sim (1)
4 – No caso de necessidade de consultar o terminal enquanto atende ao telefone, um equipamento tipo <i>headset</i> está sempre disponível? Em número suficiente?	Não (0) Sim (1)
5 – Há interferências que prejudicam o posicionamento do corpo – por exemplo, estabilizadores, caixas de lixo, caixas e outros materiais debaixo da mesa?	Não (0) Sim (1)
6 – O sistema de trabalho permite que o usuário alterne sua postura de modo a ficar de pé ocasionalmente?	Não (0) Sim (1)
7 – O clima é adequado (temperatura efetiva entre 20°C e 23°C)?	Não (0) Sim (1)
8 – O nível sonoro é apropriado (menor que 65 dB(A))?	Não (0) Sim (1)
<b>Soma dos pontos:</b>	
<b>Percentual:</b>	
<b>Interpretação:</b>	

\*\* Para termos uma noção de ruído sobre o postos de trabalhos baixe o app: Decibels ou outro similar para fazer aferição “aproximada” dos postos de trabalho analisados.

## **CRITÉRIO DE INTERPRETAÇÃO (adaptado)**

**Somar o total dos pontos**

Acima de 66	<b>Condição Ergonômica Excelente</b>
51 a 65 pontos	<b>Boa condição Ergonômica</b>
36 a 50 pontos	<b>Condição ergonômica razoável</b>
21 a 35 pontos	<b>Condição Ergonômica Ruim</b>
0 a 20 pontos	<b>Condição ergonômica Péssima</b>