

CARTILHA

DE ERGONOMIA - NR17

Dra. Jacinta Sidegum Renner

Ergonomista Senior e Pesquisadora - ABERGO



Integrantes do GEAT que elaboraram a Cartilha

GEAT: Grupo de Estudos do Ambiente de Trabalho

Organizadores:

Jacinta Sidegum Renner

Fernando Amaral

Colaboradores:

Claudia Rafaela Basso

Luiz Fernando Souza dos Santos

Objetivo da Elaboração da Cartilha:

O objetivo dessa cartilha informativa foi fornecer informações e dar subsídios em relação a conceitos e aplicações práticas da ergonomia, para as pequenas e médias empresas e para os profissionais que integram o SESMT e ou a CIPA destas empresas.

O conceito segue o mesmo

Em termos conceituais, conforme disposto na NR17 – Ergonomia (Norma Regulamentadora 17), a ergonomia visa estabelecer as diretrizes e os requisitos que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar conforto, segurança, saúde e desempenho eficiente no trabalho.

A ergonomia se propõe a fazer um resgate do **respeito** e do **cuidado** com o trabalhador almejando: além da **saúde** e da **segurança**, melhor **qualidade de vida** no trabalho, assim como, a **sustentabilidade financeira** das empresas, pois adoecimento e afastamentos do trabalho, representam perdas importantes.

Na NR 17 Foram mantidos os 5 grandes temas:

- Levantamento e transporte de materiais;
- Mobiliários;
- Equipamentos;
- Condições ambientais;
- Organização do Trabalho.

O que foi alterado na nova NR-17?

- Análise preliminar do risco (etapa AEP) ➡ Baixo, médio e alto;
- Análise ergonômica do trabalho (etapa da AET propriamente dita);
- Simplificação dos riscos de menor complexidade (resolução rápida);
- Aprofundamento de riscos de maior complexidade;
- Riscos médios e graves ➡ Plano de ação;
- PDCA ➡ Resolução;
- Participação efetiva da CIPA.

Análise Ergonômica do trabalho

Aprofundamento da Análise:

- Se observada a necessidade de uma avaliação mais aprofundada;
- Se identificadas as inadequações ou insuficiência das ações adotadas;
- Sugerida no PCMSO;
- Causa relacionada às condições de trabalho na análise de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

A AET deve conter:

- Análise da demanda;
- Análise do funcionamento da organização;
- Descrição e justificativa da metodologia;
- Estabelecimento diagnóstico;
- Recomendações;
- Resultados;
- Validações e revisão das intervenções efetuadas (quando necessária), **com participação dos trabalhadores.**

Micro empresas e de Pequeno porte (Grau de risco 1 e 2)

Devem realizar AET quando:

Indicado no PCMSO ou causa relacionada às condições de trabalho na análise de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Outras questões relevantes:

- Integrar o PGRO (NR 01): resultados da AEP e revisão da identificação dos perigos e avaliação dos riscos (aprofundamento na AET);
- Plano de ação: medidas preventivas e adequações decorrentes da AEP, recomendações da AET;
- A AET deve ficar à disposição da organização por 20 anos;
- Os trabalhadores devem ser ouvidos durante a realização da AEP e AET.

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

Medidas **de prevenção** devem incluir duas ou mais medidas (pausas, alternância de atividades, alteração da forma de execução ou organização das tarefas, outras medidas técnicas recomendadas na AEP ou AET);

Pausas devem ser usufruídas fora do posto de trabalho, não pode ser acompanhada de aumento de cadência individual;

Superiores hierárquicos: facilitar a compreensão das atribuições de cada função, manter aberto o diálogo, facilitar o trabalho em equipe, estimular tratamento justo e respeitoso.

Levantamento, Manuseio e transporte individual e não eventual de cargas

- Os locais de pega e depósito de cargas, acessos, espaços, altura, não podem obrigar posturas forçadas de tronco ou outros segmentos corporais;

Transporte de carga não eventual:

- Adequar peso e tamanho da carga;
- Usar meios facilitadores;
- Limitar frequência e duração;
- Reduzir distâncias;
- Intercalar com outras atividades ou pausas suficientes, não superior a duas horas.

Mobiliário

- Usar apoio para os pés sempre que o trabalhador não puder manter a planta do pé completamente apoiada no piso;
- Assentos para descanso: devem ter encosto;
- Uso de computador portátil de forma não eventual precisa ter teclado e mouse adaptados;
- Dispositivos de sustentação para equipamentos e ferramentas manuais, a partir da indicação na AET ou AEP;
- Concepção de ferramentas: facilidade de uso e manuseio; evitar compressão, empunhadura (tipo, formato e textura) sejam apropriadas;

AMBIENTE

- Conforto no ambiente de trabalho:
- iluminação deve ser apropriada conforme NHO 11;
- ruído e conforto térmico (somente em atividades de exigência intelectual);
- Temperatura efetiva em ambiente com ar condicionado é de 18 a 25° C.

AÇÕES PREVENTIVAS: FORMAS DE MITIGAÇÃO DE RISCOS

A eficácia de cada ação depende de quatro grandes blocos de intervenção:

- 1º)** capacitação e o treinamento dos operadores para que estes possam otimizar seus processos, incentivando o autocuidado e trabalho em equipe;
- 2º)** diminuição do tempo de exposição em tarefas de alta exigência de fatores de risco ergonômicos, adotando pausas e rodízio entre as tarefas e operadores (job rotation).
- 3º)** reduzir de fato o nível de risco ergonômico dos postos de trabalho: posturas extremas, diminuição de peso, ajustes de postos de trabalho, redução da movimentação de cargas, eliminação de movimentos desnecessários;
- 4º)** eliminar em definitivo os constrangimentos ergonômicos, a exemplo de automatização da tarefa ou aquisição de equipamentos (eliminação manual de cargas) ou realização em excesso de tarefas repetitivas.

Implantação de Ergonomia em todos os contextos organizacionais:

- ➡ oportuniza incorporar na cultura da empresa a visão do cuidado com o trabalhador.
- ➡ há muito tempo deixou de representar custos,
- ➡ é um investimento estratégico para retenção de mão de obra qualificada,
- ➡ otimização de processos produtivos,
- ➡ diminuição de perdas e;
- ➡ melhoria da qualidade dos produtos produzidos.



jacintarenner@gmail.com
jacinta@feevale.br