

O APORTE DA ERGONOMIA NOS POSTOS DE TRABALHO EM UM AMBIENTE UNIVERSITÁRIO

Polyana Andrade da Rocha (UEM)

Paula Beatriz de Araújo Cesznek (UEM)

Lorena Turkot Liberato (UEM)

Maria de Lourdes Santiago Luz (UEM)

Isabella Tamine Parra Miranda (UEM)

Tamires Soares Ferreira (UEM)

ra139768@uem.br

Resumo:

Este artigo apresenta a ação de extensão do projeto Ergonomia e Comunidade ao participar da Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (SIPAT) da Universidade Estadual de Maringá. As atividades consistiram em uma palestra de conscientização, a aplicação de um questionário de percepção aos servidores e a entrega de um folder com orientações que auxiliam no bem-estar durante as atividades laborais. Os resultados obtidos a partir do questionário de percepção aplicado aos servidores, com foco na ergonomia dos postos de trabalho, indicaram solicitações de adequações relacionadas ao ambiente laboral. Foram destacados aspectos referentes à iluminação e ventilação, além de fragilidades quanto à temperatura e à necessidade de ajustes em equipamentos e mobiliários. Esses dados evidenciam que, embora parte significativa dos respondentes também tenha ressaltado diversos aspectos positivos, ainda persistem limitações que afetam a saúde e o desempenho laboral. Constatou-se a participação de diferentes setores da universidade e de cargos ou funções atreladas às respectivas áreas de atuação, exemplificados por enfermeiros, docentes, técnicos administrativos e profissionais de segurança do trabalho. Conclui-se que o processo de conscientização e a ação participativa dos trabalhadores são necessários para assegurar condições ergonômicas adequadas ao ambiente laboral.

Palavras-chave: Ergonomia; Saúde; Extensão; Percepção.

1. Introdução

A ergonomia é definida pela Associação Internacional de Ergonomia (IEA, 2019) como a disciplina científica que busca compreender as interações entre os seres humanos e outros elementos de um sistema, aplicando métodos e conhecimentos

para otimizar o bem-estar humano e o desempenho global desses sistemas. Pesquisas demonstram que inadequações ergonômicas estão entre as principais causas de afastamentos laborais e doenças ocupacionais, especialmente as lesões por esforços repetitivos (LER) e os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) (Moraes; Mont'Alvão, 2021). De acordo com Dul e Weerdmeester (2012), ambientes mal planejados aumentam o risco de fadiga física e mental, reduzem a produtividade e comprometem a saúde a longo prazo. Nesse sentido, a relevância desta ação de extensão está em conscientizar e diagnosticar as condições ergonômicas percebidas pela comunidade acadêmica em uma universidade pública, fortalecendo o papel da extensão universitária na proposição de soluções. Além da importância das ações de extensão, os resultados contribuem para a gestão institucional, oferecendo subsídios para políticas de melhoria contínua da infraestrutura e das práticas de trabalho.

2. Metodologia

O público-alvo foi composto por servidores vinculados a diferentes setores da universidade, configurando uma amostra diversificada em termos de idade, função e área de atuação. Foi realizada uma palestra de conscientização sobre ergonomia e cuidados com a atividade laboral durante a Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (SIPAT), conduzida de forma presencial e transmitida simultaneamente pela plataforma online do YouTube.

Posteriormente, aplicou-se um questionário de percepção, cuja coleta das respostas ocorreu de forma híbrida (presencial e online), assegurando a confidencialidade dos dados e mediante assinatura de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos respondentes. O questionário contemplava questões fechadas e abertas relacionadas ao ambiente laboral, aos desconfortos físicos e psicossociais decorrentes da atividade de trabalho. As respostas abertas foram analisadas qualitativamente, complementando a análise numérica com percepções individuais.

3. Resultados e Discussão

Os respondentes do questionário de percepção identificaram-se em um amplo espectro de função e atuantes em sua maioria há mais de 20 anos em diversos setores da IES, sendo a maioria do sexo feminino e faixa etária acima de 40 anos correspondente a 68%, conforme apresentado nas Figuras 1 e 2:

Figura 1 – Perfil demográfico

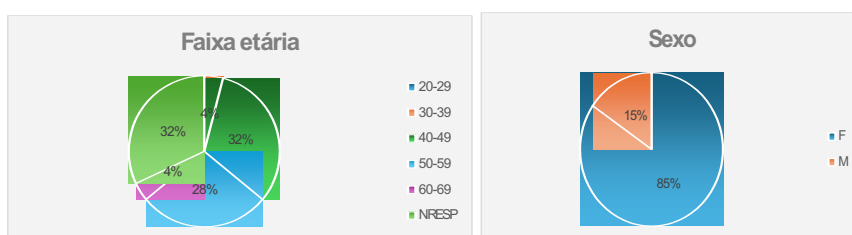
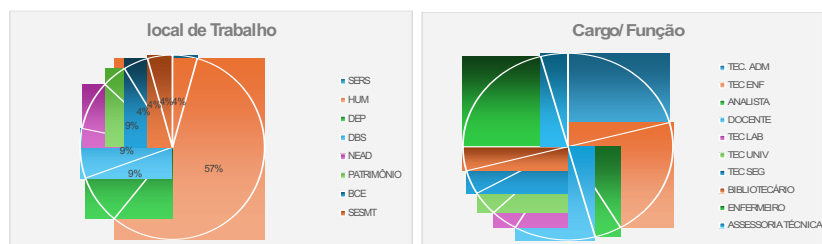


Figura 2 – Perfil profissiográfico



A análise quantitativa revelou que cerca de 60% dos participantes concordaram parcial ou totalmente que a iluminação dos ambientes é adequada para a realização das atividades. Por outro lado, aproximadamente 45% consideraram a temperatura e a ventilação insatisfatórias, mencionando desconfortos térmicos recorrentes.

Quanto ao mobiliário, 50% dos respondentes relataram desconfortos ocasionais relacionados ao uso de cadeiras e mesas sem ajustes ergonômicos.

Esses resultados estão em consonância com os estudos de Grandjean e Kroemer (2017), que apontam o mobiliário inadequado e a climatização deficiente como fatores críticos para a saúde ocupacional. Além disso, Carpinetti (2016) ressalta que a ergonomia deve ser abordada de forma sistêmica, integrando aspectos físicos,

ambientais e organizacionais. A triangulação dos dados indica que, embora existam pontos positivos na organização espacial e na iluminação, persistem deficiências estruturais que demandam investimentos institucionais.

4. Considerações

Os resultados confirmam que os postos de trabalho universitários apresentam fragilidades que impactam diretamente o bem-estar e a produtividade da comunidade acadêmica.

Recomenda-se a adoção de medidas como a substituição do mobiliário inadequado, a verificação e adequação dos sistemas de climatização e ventilação, a realização de capacitações periódicas em ergonomia e a criação de canais formais para o relato de problemas ergonômicos.

A experiência reforça o papel da extensão universitária na integração entre ensino, pesquisa e prática social. Políticas institucionais de ergonomia podem não apenas reduzir desconfortos, mas também contribuir para a formação cidadã e profissional dos estudantes, promovendo ambientes mais inclusivos e sustentáveis.

Referências

CARPINETTI, Luiz C. R. **Gestão da qualidade: conceitos e técnicas**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2016.

DUL, J.; WEERDMEESTER, B. **Ergonomia prática**. São Paulo: Blucher, 2012.

GRANDJEAN, E.; KROEMER, K. H. E. **Manual de ergonomia: adaptando o trabalho ao homem**. Porto Alegre: Bookman, 2017.

IEA – International Ergonomics Association. **What is Ergonomics?** 2019. Disponível em: <https://iea.cc>. Acesso em: 29 de agosto de 2025.

MORAES, Anamaria de; MONT'ALVÃO, Claudia. **Ergonomia: conceitos e aplicações**. 5. ed. Rio de Janeiro: 2AB, 2021.