

A IMPLANTAÇÃO DO PROERGO EM UM SETOR ADMINISTRATIVO DE UM SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS) DA ZONA DA MATA MINEIRA

Glerinalva Delicéria de Sousa¹, Lucas Capita Quarto¹, Lucas Santana Bastos Boechat²,
Sonia Maria da Fonseca Souza³ e Vyvian França Gomes Muniz³.

1-Universidade Iguaçu – UNIG- *Campus V* - Itaperuna

2- Universidade Redentor (UNIRENTOR)

3- Universidade Estadual Norte Fluminense Darcy Ribeiro - UENF

Autor Correspondente:

Lucas Capita Quarto

E-mail: lcapitaiv@gmail.com

RESUMO

O PROERGO é um programa da ergonomia que busca minimizar ou neutralizar possíveis riscos ergonômicos presentes em um ambiente laboral, proporcionando aos profissionais que atuam nesse ambiente o máximo de segurança e bem-estar. Este estudo tem como objetivo analisar a possibilidade da implementação do PROERGO em um setor do Sistema Único de Saúde localizado na Zona da Mata Mineira. Espera-se que por meio desse trabalho, possa-se identificar os principais riscos ergonômicos para que, posteriormente, possa ser aplicada uma possível medida corretiva para eliminação ou minimização dos mesmos. Durante a pesquisa de campo identificou-se doenças ocupacionais como: problema de coluna, tendinite hérnia de disco e contratura muscular, dor lombar por ficar longo tempo sentado. Diante da presente pesquisa, conclui-se que é extremamente importante o ambiente de trabalho ser ergonomicamente correto. Notou-se também que a maioria das patologias e desconfortos relacionados ao setor administrativo da empresa objeto de estudo estão relacionados aos equipamentos de trabalho.

Palavras-chave: Ergonomia. PROERGO. Setor do SUS. Colaboradores. Doenças

ABSTRACT

PROERGO is an ergonomics program that seeks to minimize or neutralize possible ergonomic risks present in a work environment, providing professionals who work in this environment for maximum safety and well-being. This study aims to analyze the possibility of implementing PROERGO in a sector of the Unified Health System located in the Zona da Mata Mineira. It is expected that by means of this work, the main ergonomic risks can be identified so that, later, a possible corrective measure can be applied to eliminate or minimize them. During the field research was identified occupational diseases such as: spine problem, tendinitis herniated disc and muscle contracture, low back pain for long sitting time. In view of the present research, it is concluded that it is extremely important that the work environment be ergonomically correct. It was also noted that most of the pathologies and discomforts related to the administrative sector of the company under study are related to work equipment.

Keywords: Ergonomics. PROERGO. SUS Sector. Collaborators. Diseases

1 - INTRODUÇÃO

A ergonomia se apresenta como uma forma de interação entre o trabalhador e suas atividades (condições trabalhistas). Cumpre salientar que os resultados positivos dessa junção são inúmeros, entre eles podem ser destacados: redução de lesões repetitivas, aumento da produtividade, melhor desempenho e adaptação, entre outros benefícios, notáveis são também os proveitos da Ergonomia para a saúde do trabalhador que se sentirá mais satisfeito perante a função que desempenhada.

O presente estudo visa ressaltar o Programa de Ergonomia (PROERGO) e os impactos de sua implantação, considerando que o colaborador de determinada empresa/ área diversas vezes está sujeito a um ambiente desgastante e que lhe causa grande tensão. A implantação do Programa de Ergonomia minimiza riscos e acidentes no ambiente laboral, conseqüentemente são inúmeras as benfeitorias à saúde do trabalhador, no entanto, é necessário desenvolver um trabalho gradual. É relevante frisar que muitos interesses devem transcender do plano individual para o coletivo, destarte, ocasionando uma mútua colaboração.

Os favorecimentos a saúde do trabalhador que está sujeito à abrangência do PROERGO podem variar em: prevenção de acidentes, redução de estresse, menor desenvolvimento de doenças ocupacionais, maior produtividade, além de criar um ambiente harmônico e com mais diálogo.

De acordo com Panero e Zelnik (2002), o projeto de escritório exige técnicas e estudos direcionados as dimensões de cada colaborador, enfatizando-se a mesa de trabalho e os seus componentes, pois o seu usuário pode vir a passar a maior parte de seu dia interagindo com esses. Os colaboradores que atuam no setor administrativo podem vir a desencadear inúmeras patologias se os seus equipamentos de trabalho não estiverem ergonomicamente corretos.

Perante o exposto, a presente pesquisa se justifica pela necessidade de otimizar a saúde dos colaboradores do setor administrativo de um sistema único de saúde (SUS), visto que a sua motivação e satisfação resulta em um melhor desempenho de suas atividades. Com isso, o estudo tem como objetivo demonstrar através de dados concretos e por meio de um estudo esquematizado a importância da ergonomia para colaboradores de um setor administrativo de um sistema único de saúde (SUS), fazendo também a devida observância aos malefícios que a falta da postura adequada pode trazer aos prestadores de serviço.

O desenvolvimento do trabalho acadêmico em tela será efetivado obtendo como parâmetro estudos consolidados sobre ergonomia (serão utilizados livros e ferramentas disponíveis em ambiente digital), partindo dessa premissa serão realizadas coletas de dados, pesquisas, análise dos resultados e sugestão de implante do PROERGO no setor analisado.

Portanto, para responder às questões e objetivos propostos, este trabalho está estruturado da seguinte forma: introdução, revisão bibliográfica (a ergonomia, programa de ergonomia, saúde do colaborador, doenças ocupacionais e posto de trabalho com computadores), metodologia, resultados e discussão e, finalmente, a última parte traz as considerações finais.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 A ergonomia

Existem diversos conceitos para a ergonomia. O seu nome é originado da antiga Grécia e significa “*ergon*” (trabalho) e “*nomos*” (regras). No seu conceito mais amplo, a

ergonomia é o estudo da adaptação do trabalho ao homem, abrangendo não apenas máquinas e equipamentos utilizados para transformar os materiais, mas também toda a situação em que ocorre o relacionamento entre o homem e seu trabalho. O seu objetivo é analisar os fatores que surtem efeito sobre o processo produtivo, visando a redução de consequências nocivas ao trabalhador (IIDA, 2005).

Para a Norma Regulamentadora 17, a ergonomia visa estabelecer parâmetros que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar um máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente (BRASIL, 1978).

“Entende-se por Ergonomia o estudo das interações das pessoas com a tecnologia, a organização e o ambiente, objetivando intervenções e projetos que visem melhorar, de forma integrada e não-dissociada, a segurança, o conforto, o bem-estar e a eficácia das atividades humanas” (ABERGO, 2018).

Segundo Tavares (2012, p. 8): “A ergonomia tem sido fator de aumento de produtividade das empresas e da qualidade do produto, bem como da qualidade de vida dos trabalhadores, na medida em que a mesma é aplicada com a finalidade de melhorar as condições ambientais, visando a interação com o ser humano”.

Conforme Hendrick (1991), a Ergonomia, enquanto ciência, aborda conhecimentos acerca das capacidades, limites e outras características do desempenho humano que se relacionam com o ambiente de trabalho, entre indivíduos e outros componentes do sistema. Enquanto como prática, esta, trata de desenvolver estudos e análises sobre a aplicação da tecnologia da interface homem-sistema, visando aumentar a segurança, conforto e eficiência do sistema e da qualidade de vida.

De acordo com Weerdmeester (2004), a ergonomia, a princípio, deve atender 95% da população, ou seja, visa a aplicação coletiva. Entretanto, os 5% dos indivíduos (os muito gordos, muito magros, as grávidas, os muito idosos ou deficientes físicos) necessitariam de projetos específicos, pois não se adaptam bem às soluções de uso coletivo. Ainda é um projeto para o futuro, uma maior ampliação dos projetos de ergonomia, porém, ainda não é a realidade.

Existem diversos programas ergonômicos que facilitam a aplicação desse estudo, estes foram desenvolvidos por intermédio de uma metodologia de controle aplicada dentro das empresas, conforme apresentado na figura 1, buscando a eficácia de um

sistema de controle ergonômico (COELHO e ALVES, 2012). Entre os programas de ergonomia, salienta-se o PROERGO.

2.2 Programa de ergonomia (PROERGO)

O PROERGO é definido por Vida e Almeida (2000) como um programa de gestão integrada que combina trabalho, ambiente e saúde, com as estruturas e ações relacionadas aos estudos ergonômicos. O seu objetivo segundo Stockmeier (2003) é propor medidas de controle dos riscos ergonômicos presentes em locais de trabalho e, assim, prevenir doenças relacionadas a esses riscos.

Na visão de Vidal (2002, p. 43), “o Programa de Ação Ergonômica (PROERGO) é um sistema de Gestão Integrada ao Trabalho ao Ambiente Interno e a Saúde, que combina e estrutura as Intervenções e as Ações concomitantes às intervenções ergonômicas”. Este programa está ligado às questões de segurança e saúde do trabalhador e auxiliam na cultura prevencionista quando implantados corretamente nas empresas.

Para a execução do PROERGO, de acordo com Stockmeier (2018), deve-se analisar os seguintes pontos: transporte manual de carga; mobiliário e equipamentos dos postos de trabalho; equipamentos utilizados durante o processamento eletrônico de dados; condições ambientais de trabalho e a organização.

De acordo com Stockmeier (2003, p. 4), o PROERGO tem como finalidade:

Identificar, quantificar e propor medidas de controle dos riscos ergonômicos nos locais de trabalho; prevenir e controlar as doenças relacionadas com os riscos ergonômicos; abordar os problemas ergonômicos numa fase bem precoce; garantir que considerações ergonômicas façam parte da decisão dos líderes, incorporando-as na concepção de um novo posto de trabalho.

Segundo Vidal (2002), cada empresa possui seu contexto, logo o objetivo do PROERGO será peculiar a cada empresa, ou seja, deve-se observar o plano estratégico de cada organização, seu ranking no mercado, entre outros pontos.

2.3 Saúde do colaborador

“A saúde é direito de todos e dever do estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e de outros agravos e ao acesso

universal igualitário às ações e serviços para sua maior promoção, proteção e recuperação.
” Artigo 196, Seção II – Da Saúde –Constituição Federal Brasileira de 1988.

A saúde é definida por Pelicioni e Torres (1999, p 2), como “um meio e um pré-requisito essencial para a vida humana e o desenvolvimento social e não como meta final a ser alcançada ou produto a ser adquirido e deve ser algo em constante mudança e em processo de transformação”. Uma vida saudável está relacionada aos fatores genéticos e físicos, bem como as relações sociais, educação, saúde, lazer e também ao trabalho.

O trabalho é considerado um fator determinante para a qualidade de vida de um indivíduo, logo, a saúde dos colaboradores se tornou um fator definitivo no processo produtivo das organizações. Com isso, o trabalho deverá apresentar fundamentos da política nacional de segurança e saúde do trabalhador com vistas a garantir que o trabalho, base da organização social e direito humano fundamental, seja realizado em condições que contribua para a melhoria da qualidade de vida, a realização pessoal e social dos trabalhadores.

A saúde do colaborar é algo a ser tutelado por todos envolvidos, e os programas de ergonômias devem ser adotados mesmo que o órgão contemplado faça parte da administração pública. De acordo com Pelicioni e Torres (1999), ao longo dos anos, alguns pesquisadores têm se empenhado em desenvolver pesquisas que permitam a criação de técnicas que visão a integridade física e mental da saúde humana.

Para a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), os associados às novas tecnologias de informação e automação, substâncias químicas e energias físicas, riscos de saúde associados às novas biotecnologias e transferência de tecnologias perigosas. Além dessas, há também as doenças relacionadas a saúde psíquica.

Segundo Rigotto (1993, p. 160), para analisar a relação do homem, saúde e trabalho, faz-se necessário:

detectar e avaliar o perfil de saúde e os riscos a que o trabalhador está exposto, seja em nível de produção, consumo, meio-ambiente, hábitos e comportamentos; detectar e avaliar as alterações de saúde que estão ocorrendo no corpo do trabalhador; estudo e pesquisa das relações entre o perfil de saúde, riscos e alterações de saúde verificados.

As doenças originárias do exercício laboral ocorrem através de um processo dinâmico e complexo. Assim, torna-se necessário, segundo Bellusci (2005), acompanhar esse processo para prevenir e corrigi-lo, impedindo que ocorram as doenças ocupacionais.

1.4 Doenças ocupacionais

Seja qual for a profissão todos os profissionais estão sujeitos a riscos oriundos das suas atividades laborais. Esses riscos originam-se da exposição aos agentes físicos, químicos e biológicos. Estar constantemente exposto a esses fatores dentro do ambiente laboral, pode acabar gerando doenças ocupacionais nos profissionais que atuam nessas áreas de risco.

Entende-se por doença do trabalho, seguindo a definição de Valente (2013), aquela atividade que proporciona fatores de risco desencadeantes, contributivos ou agravantes, tais como os físicos, biológicos, químicos, entre outros, de um distúrbio latente ou de uma doença preestabelecida. As doenças ocupacionais são aquelas que estão diretamente ligadas a alterações no estado de saúde do trabalhador, são originadas devido as condições de trabalho, atividades desempenhadas pelo trabalhador, deriva-se também a partir dos problemas pessoais enfrentados pela pessoa.

O registro de doenças ocupacionais deu um salto nos últimos 11 meses. O aumento desses índices pode estar vinculado à falta de conhecimento dos colaboradores acerca dos riscos ocupacionais presentes no ambiente laboral que eles se encontram. As notificações de doenças do sistema osteomuscular, nas quais se incluem as lesões por esforço repetitivo (LER) e que representam 84,77% do total de doenças do trabalho, aumentaram 512,3%, segundo dados do Ministério da Previdência (Dados de 04/2008).

Prevenção de doenças ocupacionais pode ser exercida tanto para a empresa como para o trabalhador, é importante exigir a postura correta em escritórios. Além disso, ter um ambiente de trabalho confortável e satisfatório é importante para aliviar o estresse e muitas doenças ocupacionais.

De acordo com Costa (2009), as evoluções das doenças ocupacionais acontecem de forma gradativa, proveniente de alguma causa decorrente das condições de trabalho. Brandão (2009, p. 158) diz que “desenvolvem-se por meio de uma ação persistente e

envolvente das condições agressivas do trabalho sobre o organismo, reclamando certo espaço de tempo para fazer eclodir o quadro de incapacidade laborativa”.

2.5 Posto de trabalho com computadores

O posto de trabalho é uma unidade produtiva que envolve o homem e o seu ambiente de trabalho (IIDA, 2005). Segundo Motta (2009), o posto de trabalho com computadores possui características diferentes em comparação ao trabalho tradicional em escritórios. Ainda segundo o autor, nesse tipo de ambiente, o colaborado permanece com o corpo estático durante um longo período de tempo, com a sua atenção voltada ao monitor do computador e as mãos sobre o teclado, executando atividades repetitivas.

De acordo com Panero & Zelnik (2002), quando sentado, um indivíduo apoia cerca de 75% do seu peso em apenas 26 centímetros quadrados das tuberosidades dos ísquios. Para Paiva (2007, p. 12) “esta pressão exercida sobre as tuberosidades, pode ocasionar fadiga e desconforto, resultando em mudanças na postura do usuário na tentativa de aliviar aquela condição”.

De acordo com a NR 17, todos os equipamentos que compõem um setor de trabalho devem estar adaptados as características psicofisiológicas dos seus usuários e a natureza do trabalho executado pelo mesmo.

Para minimizar os impactos gerados pelas atividades em computadores, Couto (1995), sugere que os funcionários devem se sentar com a postura correta, em uma reação cadeira-acessórios ergonomicamente projetada. O autor, ainda descreve as seguintes regras para a ergonomia da cadeira de trabalho:

- A cadeira de trabalho deve ser estofada, e de preferência, com tecido que permita a transpiração;
- A altura da cadeira deve ser regulável;
- A dimensão antero-posterior do assento não pode ser nem muito comprida nem muito curta;
- A borda anterior do assento deve ser arredondada;
- O assento deve estar na posição horizontal; é desejável que o assento se incline 10 a 15 graus para a frente. Assentos inclinados para trás são inadequados em cadeiras de trabalho;

- Toda cadeira de trabalho deve ter apoio para o dorso;
- O ângulo entre o assento e o apoio dorsal deveria ser regulável; caso não o seja, assento e encosto devem estar posicionados num ângulo de 100 graus;
- Deve haver espaço na cadeira para acomodar as nádegas;
- Quando o posto de trabalho for semicircular ou perpendicular, a cadeira deve ser giratória; e quando o trabalho exigir mobilidade, deve haver rodízios adequados;
- No que diz respeito a ergonomia dos demais componentes do posto de trabalho:
- Os pés devem estar sempre apoiados;
- Deve haver espaço suficiente para as pernas debaixo da mesa ou posto de trabalho;
- A mesa de trabalho deve atender a alguns requisitos básicos de ergonomia como gavetas leves e espaço para as pernas do trabalhador.

3. METODOLOGIA

O presente estudo tem como objetivo implementar o Programa de Ergonomia (PROERGO) num setor de um Sistema Único de Saúde localizado numa cidade da Zona da Mata Mineira, visando promover a segurança dos trabalhadores, promovendo a eles o bem-estar, obtendo um melhor desempenho nas atividades produtivas.

Esta pesquisa foi desenvolvida tendo como parâmetros os estudos consolidados sobre a ergonomia. Para a realização do presente estudo foram utilizados livros que abordam o tema objeto de estudo, ferramentas disponíveis no ambiente digital e coleta de dados. Esta pesquisa pode ser considerada descritiva, bibliográfica e qualitativa.

A pesquisa pode ser considerada bibliográfica, exploratória, aplicada e qualitativa com estudo de caso. A revisão bibliográfica teve como base publicações acerca do assunto. A pesquisa de campo foi realizada no período de janeiro e maio de 2018. Durante a pesquisa de campo, foi realizada uma análise dos riscos existentes em um setor de um sistema único de saúde (SUS). Após a análise, foram apresentadas possíveis medidas corretivas e, posteriormente, foi implementado um programa de ergonomia.

Na primeira etapa da pesquisa realizou-se a revisão da literatura com base em trabalhos acerca do tema objeto de estudo. Na segunda etapa foi feita uma visita in loco para conhecer o processo produtivo da empresa, visando obter informações para o estudo de caso. A terceira etapa diz respeito a uma análise dos riscos encontrados no setor administrativo de um Sistema Único de Saúde. Na quarta etapa foi realizado um estudo

das medidas corretivas que poderiam ser implementadas na empresa. A quinta etapa apresenta a elaboração do programa de ergonomia.

4. RESULTADOS

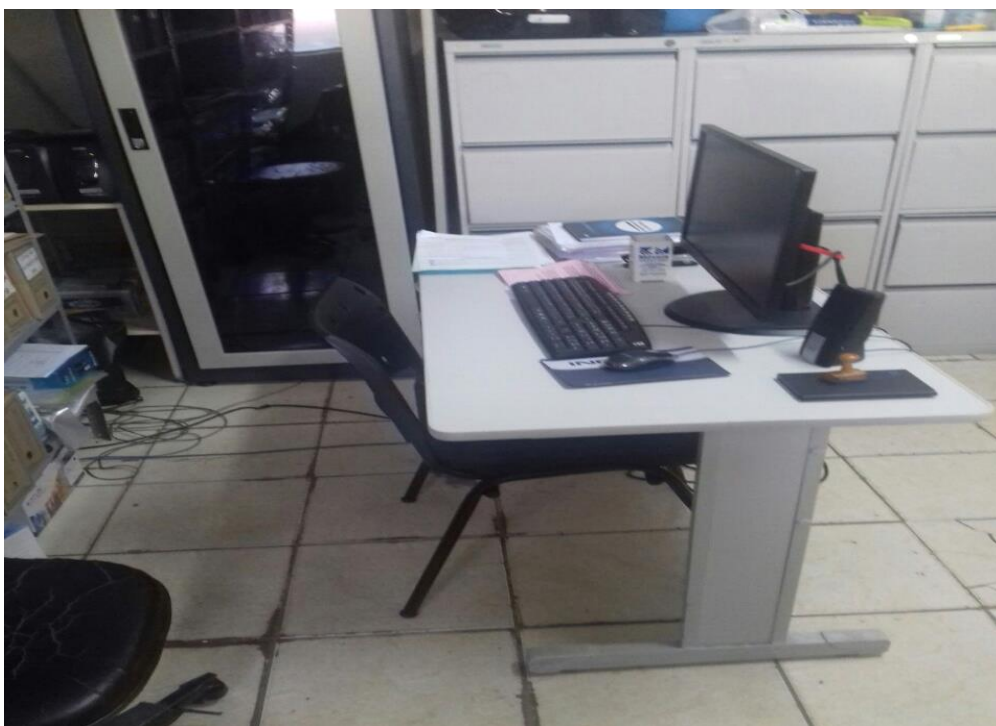
O objetivo dessa análise é demonstrar a importância e a contribuição de um programa ergonômico (PROERGO) com base em uma visão ampla do ambiente estudado. O trabalho foi feito em um setor administrativo de um sistema único de saúde da Zona da Mata Mineira, foi onde atuam três funcionários, todos do sexo masculino, com escolaridade de ensino médio completo. Esses atuam no setor há três anos.

4.1 O posto de trabalho da empresa pesquisada

De acordo com o apresentado na figura 1, nota-se que a cadeira não é regulável conforme está exposto na literatura. O assento não é acolchoado e arredondado, não dispondo da opção de inclinação e nem apoio para o dorso e braços.

A cadeira não é giratória e não há rodízio de atividades no setor de trabalho. Nota-se também que não há um espaço suficiente para as pernas do trabalhador e a mesa de trabalho não atende aos requisitos básicos de ergonomia. Nota-se também, conforme apresentado na Figura 2, que o ambiente de trabalho é desorganizado, não contando com espaço para movimentação.

Figura 1 – O ambiente posto de trabalho



Fonte: Arquivo pessoal

Figura 2– O setor de trabalho da empresa pesquisada



Fonte: Arquivo pessoal

4.2 Índice de doenças

A tabela 1, apresenta a relação entre as patologias e os índices de afastamentos no período de cinco meses (janeiro/2018 a maio/2018):

Tabela 1 – Quadro com as patologias e os afastamentos no período de seis meses

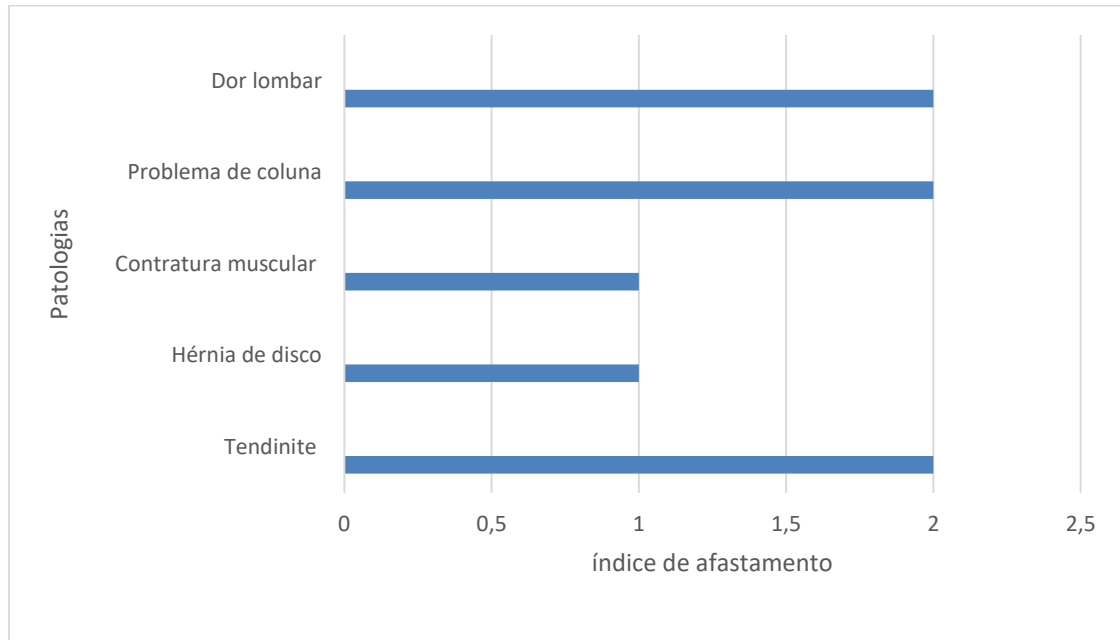
SETOR ADMINISTRATIVO	QUANTIDADE DE AFASTAMENTOS NO PERÍODO DE 6 MESES
PROBLEMA DE COLUNA	2
TENDINITE	2
HEPRNIA DE DISCO	1
CONTRATURA MUSCULAR	1
	2
DOR LOMBAR	

Fonte: Elaborado pela autora

Durante o estudo de caso, acompanhou-se a rotina dos funcionários. Os colaboradores reclamaram de problemas relacionados a má postura dos que usam o computador durante sua rotina do trabalho, o que ocasionou um grande problema de coluna, tendinite, hérnia de disco, contratura muscular e dor lombar por ficarem um longo

período de tempo sentados, bem como dores nas pernas. A figura 3, apresenta o índice de afastamento por patologias. Como pode ser observado, houve um maior índice de afastamentos relacionados a dor lombar, problema de coluna e tendinite.

Figura 3 - Índice de afastamento de acordo com as patologias



Fonte: Elaborado pela autora

5- CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nota-se que o programa de Ergonomia minimiza riscos e acidente no ambiente laboral. A elaboração do presente estudo facilitou para entender a necessidade e o impacto da implantação do PROERGO uma vez que esse programa foi elaborado para a segurança e saúde do trabalhador no setor analisado, devido os inúmeros benefícios proporcionados por ele.

De acordo com os resultados deste trabalho, sugere-se a troca dos equipamentos apresentados por equipamentos em conformidade com a NR-17 para que sejam mitigados os índices de afastamento. Ao analisar as principais doenças, se faz necessário tomar medidas corretivas, para minimizar os índices das mesmas. Ao implantar o programa haverá melhoria trazida no ambiente.

Conclui-se que os afastamentos encontrados no setor analisados estão relacionados a má postura durante o exercício laboral. Salienta-se que um ambiente

adequado ao colaborador haverá mais produtividade, minimização ou neutralização de doenças ocupacionais resultando assim o bem-estar a todos.

6- REFERÊNCIAS

ABERGO – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ERGONOMIA. Disponível em: <http://www.abergo.gov.br/oqueeergonomia.htm>. Acesso em: 16 jun. 2018.

BRASIL. **Constituição Federal de 1988**. Promulgada em 5 de outubro de 1988.

BELLUSCI, S. M. **Doenças profissionais ou do trabalho**. 3 ed. São Paulo: SENAC, 2001.

BRASIL, Norma Regulamentadora (NR) 17 – **Ergonomia**. Aprovada pela Portaria 3.214 de 08 de junho de 1978.

COELHO, M. I. B. A; ALVES, G. A. **Implementação de um programa de ergonomia em uma fábrica do polo industrial de Manaus**. In: IX Convibra de Administração - Congresso Virtual Brasileiro de Administração. Disponível em: < www.convibra.com.br>. Acesso em 07 abr. 2018.

COUTO, H. A. **Ergonomia aplicada ao trabalho: o manual técnico da máquina humana**. Vol 1. Belo Horizonte: Ergo Editora, 1995.

COSTA, H. J. **Manual de acidente do trabalho**. Curitiba: Juruá, 2009.

HENDRICK, H. **Adaptation, development and application of tools and methods for macroergonomic field research**. In: Y. Queinnec and F. Daniellou (eds.), Designing for Everyone. Proceeding of the Eleventh Congress of the International Ergonomics Association, Paris, v. 3. London, Taylor & Francis, pp.1181- 1183, 1991.

IIDA, I. **Ergonomia: Projeto e Produção**. São Paulo: Edgard Blücher, 2005.

OPAS, 2005. **Organização Pan-Americana da Saúde**. Disponível em: Acesso em 08 de abr. 2018.

MOTTA, F. V. **Avaliação ergonômica de postos de trabalho no setor de pré-impressão de uma indústria gráfica**. 2009. 60f. Monografia (Graduação) – Curso de Engenharia de Produção, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2009.

NR 17. **Manual de aplicação da Norma Regulamentadora N° 17**. 2. Ed. Brasília: TEM, SIT/ 2002. 101 p. : il.

PANERO, J.; ZELNIK, M., **Dimensionamento humano para espaços interiores - Um livro de consulta e referência para projetos**. Editora Gustavo Gili, S.A. Barcelona, 2002

PELICIONI, M. C. F; TORRES, A. L; **Escola promotora da saúde**. Universidade de São Paulo. Saúde Publica: São Paulo, 1999

RIGOTTO, R. M. O homem e o trabalho. In: BUSCHINELLI, J. T. P. ROCHA L. E; RIGOTTO, R. M. **Isto é trabalho de gente? : vida, doença e trabalho no Brasil**. São Paulo: Ed. Vozes. 1993. p. 25-32.

STOCKMEIER, T. E. **Programa de combate ao Absenteísmo**. Disponível em <<http://www.drthomas.med.br>>. Acesso em: 03 jan. 2018.

TAVARES, C. S. D. **Ergonomia no Trabalho de Escritório**. 2012. 111 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia Mecânica) - Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal. 2012.

VALENTE, N. M. L. M. **Fatores de riscos e acidentes ocupacionais em integrantes da equipe de enfermagem em ambulatório de especialidades de um hospital universitário**. 2013. 84 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade Federal de Goiás, Goiânia, Brasil. 2013

VIDA, M. C. R.; ALMEIDA, C. S. **Programas de Ergonomia na Empresa como competência imprescindível para a competitividade mundial**. ENEGEP, Fortaleza, Brasil, out. 2000.

VIDAL, M. **Ergonomia na Empresa: Útil, Prática e Aplicada**. Rio de Janeiro: ECV, 2002.