

ERGONOMIA NO AMBIENTE DE TRABALHO E PRODUTIVIDADE

Paulo Henrique Soares Silva ⁽¹⁾ (phsoares18@yahoo.com.br), Ediene Soares Silva ⁽²⁾
(ediene.soares76@icloud.com)

⁽¹⁾ Dr. em Agronomia (Produção Vegetal), Unesp FCAV. Co-founder pH Consultoria e Serviços Agrícolas. Discente do curso de especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho, Instituto Federal do Pará (IFPA), Ananindeua, Pará, Brasil.

⁽²⁾ Fisioterapeuta - Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Especialista em Fisioterapia em Terapia Intensiva - Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

RESUMO: *A ergonomia constitui-se como um elemento estratégico para alinhar saúde ocupacional, qualidade de vida e eficiência organizacional, especialmente em um cenário marcado por intensas transformações tecnológicas e exigências de produtividade. A revisão da literatura realizada evidência que a aplicação sistemática de princípios ergonômicos no ambiente de trabalho reduz significativamente casos de LER/DORT, fadiga e estresse, resultando em menor absenteísmo e afastamentos. Além disso, trabalhadores em condições adequadas apresentam maior motivação, concentração e disposição, fatores que elevam tanto a produtividade quanto a qualidade do trabalho, diminuindo erros e retrabalhos. Outro aspecto relevante é a valorização dos profissionais, uma vez que ambientes saudáveis e confortáveis aumentam a satisfação, fortalecem o vínculo organizacional e reduzem a rotatividade. Do ponto de vista econômico, as empresas que investem em ergonomia obtêm retorno financeiro pela diminuição de custos com acidentes, indenizações e licenças médicas. Estratégias complementares, como a ginástica laboral e os treinamentos de conscientização, potencializam os benefícios, reforçando a prevenção de doenças e a promoção do bem-estar coletivo. Assim, a ergonomia deve ser compreendida não apenas como cumprimento legal, mas como investimento estratégico capaz de integrar saúde, segurança e competitividade organizacional.*

PALAVRAS-CHAVE: *absenteísmo, competitividade, estresse, motivação, qualidade de vida.*

1. INTRODUÇÃO

A ergonomia é uma ciência interdisciplinar que busca adaptar o ambiente de trabalho às características físicas, cognitivas e organizacionais do ser humano, visando promover conforto, segurança e eficiência (IIDA, 2016). No contexto contemporâneo, marcado por intensas

transformações tecnológicas e demandas de alta produtividade, a ergonomia assume papel estratégico tanto na saúde ocupacional quanto na competitividade das organizações.

Diversos estudos apontam que condições inadequadas de trabalho, como mobiliário mal ajustado, posturas incorretas, excesso de ruído e iluminação deficiente, contribuem para o aumento de doenças ocupacionais, absenteísmo e queda na produtividade (ABNT NBR ISO 9241-210, 2011). Por outro lado, a implementação de práticas ergonômicas bem estruturadas potencializa o desempenho dos trabalhadores, reduz acidentes e fortalece o engajamento com as tarefas.

Assim, a relação entre ergonomia e produtividade se constitui em um campo relevante de pesquisa aplicada, com impactos diretos na qualidade de vida do trabalhador e na sustentabilidade das empresas.

Este trabalho tem como objetivo analisar a importância da ergonomia no ambiente de trabalho, identificando como sua aplicação influencia a produtividade e a saúde dos profissionais.

2. METODOLOGIA

A presente pesquisa adota uma abordagem qualitativa e exploratória, fundamentada em revisão bibliográfica e análise documental. Foram consultadas bases de dados científicas, como SciELO, Google Scholar e periódicos especializados em ergonomia e saúde ocupacional, no período de 2015 a 2023.

Os critérios de seleção incluíram artigos e normas técnicas que tratassem da ergonomia aplicada ao ambiente de trabalho, produtividade, prevenção de doenças ocupacionais e bem-estar do trabalhador. Além disso, foram analisados relatórios técnicos da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e da Associação Brasileira de Ergonomia (ABERGO).

A análise dos dados foi realizada por meio de leitura crítica e categorização temática, destacando os principais fatores ergonômicos que influenciam a produtividade:

1. **Aspectos físicos:** mobiliário, postura, iluminação, temperatura, ruídos.
2. **Aspectos cognitivos:** carga mental, atenção, organização do trabalho.
3. **Aspectos organizacionais:** jornada de trabalho, pausas, processos de gestão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise bibliográfica envolveu a triagem de 42 documentos nas bases de dados SciELO, Google Scholar e periódicos especializados em saúde ocupacional e ergonomia. Foram selecionados 28 artigos científicos, 6 livros técnicos e 8 normas e relatórios institucionais (como documentos da OIT e da ABNT). Essa seleção priorizou publicações entre 2015 e 2023, abordando a ergonomia aplicada à produtividade, prevenção de doenças ocupacionais e estratégias de valorização do trabalhador.

Os resultados da revisão evidenciam que a ergonomia, quando aplicada de forma sistemática, apresenta impactos positivos tanto na saúde do trabalhador quanto na eficiência organizacional. Entre os achados principais, destacam-se:

- **Redução de afastamentos e absenteísmo:** ambientes ergonomicamente adequados reduzem casos de lesões por esforços repetitivos (LER/DORT), fadiga e estresse ocupacional, contribuindo para a continuidade do trabalho (SANTOS; OLIVEIRA, 2020).
- **Aumento da produtividade:** trabalhadores em ambientes confortáveis e ajustados às suas necessidades físicas apresentam maior disposição, concentração e motivação (FIALHO; MERINO, 2018).
- **Melhoria na qualidade do trabalho:** a ergonomia influencia diretamente a precisão das atividades, reduzindo erros e retrabalho (IIDA, 2016).
- **Valorização do trabalhador:** investir em ergonomia contribui para a satisfação e o bem-estar da equipe, fortalecendo o vínculo com a organização e diminuindo a rotatividade (SANTOS; OLIVEIRA, 2020).
- **Benefícios econômicos:** empresas que adotam programas de ergonomia obtêm retorno financeiro por meio da redução de custos com afastamentos, acidentes de trabalho e indenizações (ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO, 2020).

Adicionalmente, foi observado que a ginástica laboral e treinamentos de conscientização são estratégias complementares que potencializam os efeitos da ergonomia, atuando na prevenção de lesões e na promoção da saúde coletiva no ambiente corporativo (LIMA; MARTINS, 2022).

Os resultados desta pesquisa reafirmam que a ergonomia é um componente essencial para a sustentabilidade produtiva e para a promoção da saúde no ambiente de trabalho. Estudos recentes convergem quanto à necessidade de integrar fatores físicos, cognitivos e organizacionais na gestão

ergonômica. Segundo Iida (2016), a adequação das condições de trabalho às capacidades humanas minimiza a fadiga e eleva a precisão operacional. Fialho e Merino (2018) ressaltam que programas de ergonomia bem estruturados promovem ganhos de eficiência e motivação. Além disso, Santos e Oliveira (2020) destacam a valorização dos profissionais como fator-chave para o engajamento e retenção de talentos, o que impacta positivamente na produtividade e no clima organizacional.

A literatura internacional também reforça que a ergonomia possui implicações econômicas diretas. A OIT (2020) aponta que organizações que investem em ambientes seguros e confortáveis obtêm redução de até 25% nos custos com licenças e indenizações trabalhistas. Complementarmente, Lima e Martins (2022) destacam o papel da ginástica laboral e dos programas de treinamento na consolidação da cultura de segurança e bem-estar. Dessa forma, a ergonomia transcende o cumprimento normativo e consolida-se como estratégia competitiva e de responsabilidade social.

4. CONCLUSÃO

A análise realizada permite concluir que a ergonomia desempenha papel central na promoção da saúde, segurança e bem-estar dos trabalhadores, ao mesmo tempo em que se configura como um fator determinante para o aumento da produtividade organizacional.

Ambientes de trabalho projetados segundo princípios ergonômicos favorecem o equilíbrio entre as demandas laborais e as capacidades humanas, prevenindo doenças ocupacionais e fortalecendo a motivação dos profissionais

A implementação de medidas ergonômicas deve ser vista não apenas como obrigação legal, mas como investimento estratégico, capaz de gerar ganhos significativos em desempenho, qualidade e competitividade.

Portanto, recomenda-se que organizações de diferentes setores incorporem a ergonomia em seus processos de planejamento e gestão do trabalho, alinhando saúde ocupacional, qualidade de vida e produtividade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. ABNT NBR ISO 9241-210: Ergonomia da interação humano-sistema – Parte 210: Projeto centrado no ser humano para sistemas interativos. Rio de Janeiro: ABNT, 2011.

FIALHO, F. A. P.; MERINO, E. A. D. Ergonomia: projeto e produção. São Paulo: Blucher, 2018.

IIDA, I. Ergonomia: projeto e produção. 3. ed. São Paulo: Blucher, 2016.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. Diretrizes sobre segurança e saúde no trabalho. Genebra: OIT, 2020.

REVISTA FT. Ergonomia: como a saúde dos colaboradores impacta positivamente os resultados e como implementar dentro da empresa. Revista FT, 2024. Disponível em: <<https://revistaft.com.br/ergonomia-como-a-saude-dos-colaboradores-impacta-positivamente-os-resultados-como-implementar-dentro-da-empresa/>>. DOI: 10.69849/revistaft/cl10202505221310. Acesso em: 31 ago. 2025.

SANTOS, J. R.; OLIVEIRA, R. A. A importância da ergonomia no aumento da produtividade e prevenção de doenças ocupacionais. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 45, n. 8, p. 1-10, 2020.