

## Ergonomia e Saúde do Trabalhador: Desafios e Reflexões

### Autor(res)

Rodrigo Martins Pereira

Thayna Lopes Ribeiro

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

### Resumo

A ergonomia é o estudo da adaptação do trabalho, visando ajustar as atividades de acordo com as capacidades e limitações do trabalhador, proporcionando segurança e satisfação para a saúde. Durante nossas discussões em sala de aula, abordamos as doenças ocupacionais decorrentes do deslocamento para o trabalho, inclusive a partir de casa, o que pode representar um risco para a saúde. Além disso, destacamos que mesmo dentro de casa estamos expostos a diversos tipos de doenças.

No contexto da enfermagem, existem pesquisas que exploram os aspectos físicos do trabalho e os riscos ergonômicos, que são comumente presentes nessa área. A enfermagem enfrenta desafios, como dores cervicais e lombares, devido ao desempenho das atividades e às longas jornadas de trabalho, como os plantões.

Durante nossas aulas, foram abordados diversos temas, os quais discutimos em grupos para realizar resumos e compreender melhor cada um deles. Essa abordagem de aprendizado mútuo proporcionou um ganho significativo de conhecimento, uma vez que pudemos aprender uns com os outros e compreender efetivamente o que estava sendo discutido. Além disso, foi enriquecedor identificar tanto aspectos positivos quanto negativos relacionados aos temas propostos.

Agradecemos à FUNADESP (#68-1210/2022) pelo indispensável suporte.