Athenas
Gestão em Segurança e Saúde Ocupacional

LAUDO DE AVALIAÇAO ERGONOMICA

Portaria 3.214/78

Norma Regulamentadora - 17

AET – ANALISE ERGONOMICA DO TRABALHO

JOÃO FELISBERTO DE MIRANDA & CIA LTDA

MIRANDA SUPERMERCADOS

LOJA -04

MARÇO 2017 – MARÇO 2018

www.athenasgestao.com
Rua Europa | 1562
Jd. Celani | Salto / SP
CEP: 13.326-110

11 4456.4252

SUMARIO

1 - CARACTERIZAÇÃO DA EMPRESA AVALIADA SUMÁRIO

2 - INTRODUÇÃO GERAL

3 - OBJETIVO

4 - METODOLOGIA

5 - LEVANTAMENTO, TRANSPORTE E DESCARGA INDIVIDUAL DE MATERIAIS

6 - MOBILIÁRIO DOS POSTOS DE TRABALHO

7 - EQUIPAMENTOS DOS POSTOS DE TRABALHO

8 - CONDIÇÕES AMBIENTAIS DE TRABALHO

9 - AGENTES AMBIENTAIS PARA AS ÁREAS OPERACIONAIS

10 - CONFORTO EM ÁREAS ADMINISTRATIVAS

11 - ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

12 - FERRAMENTAS BIOMECÂNICAS APLICADAS

13 - ANÁLISES ERGONÔMICAS DO TRABALHO

CONSIDERAÇÕES FINAIS

1 – CARACTERIZAÇÃO DA EMPRESA AVALIADA

Razão Social:	JOÃO FELISBERTO DE MIRANDA & CIA LTDA
Endereço:	RUA DOS INDAIÁS, 918, JD SANTA CRUZ, INDAIATUBA/SP
CNPJ:	53.191.573/0005-30
CNAE:	47.11-3-02 – COMÉRCIO VAREJISTA DE MERCADORIAS EM GERAL, COM PREDOMINÂNCIA DE PRODUTOS ALIMENTÍCIOS - SUPERMERCADOS
Grau de Risco (MTE):	02
Número de Funcionários:	23
Horários de Trabalho:	SEGUNDA Á SÁBADO: 07H30MIN ÀS 21H00MIN DOMINGO: 07H30MIN ÀS 20H00MIN
Coordenador deste programa constituído pela empresa:	JOÃO FELISBERTO DE MIRANDA

2 - INTRODUÇÃO GERAL

A ergonomia estuda a adaptação do trabalho ao homem. Envolve tanto o ambiente físico como os aspectos organizacionais e cognitivos. A ergonomia abrange atividades de planejamento e projeto, que ocorre antes do trabalho ser realizado, e aqueles de controle e avaliação, que ocorrem durante e após o trabalho.

A mesma pode ser ainda caracterizada como a ocupação de pessoas qualificadas em grupos de pesquisa e formação que atuam em equipes de projeto e consultoria para responder às demandas acerca da atividade de trabalho na sociedade mediante metodologias de análises e projeto de bases científica e devidamente inseridas num universo normativo e contratual.

3 - OBJETIVO

Este estudo tem como objetivo avaliar os postos de trabalho da produção da empresa **especificada conforme caracterização da mesma (item 1),** para promover analise ergonômica das atividades e funções da empresa, sendo que para este estudo serão adotados alguns métodos de analise aplicados para fins de analise ergonômicos.

BASE LEGAL: Portaria 3.214/78 do Ministério do Trabalho – NR-17

4- METODOLOGIA

Durante o trabalho realizado, foram avaliadas todas as funções conforme sugerido pela Metodologia da AET, excluindo-se dessa forma a metodologia por amostragem, uma vez que cada função de trabalho caracteriza um desenvolvimento laboral de forma diferenciada. O objetivo foi utilizar a METODOLOGIA DA AET aplicada a projetos de transformação das condições de trabalho, bem como a avaliação das

demandas existentes nas atividades dos setores avaliados, para a realização de ações na área de ergonomia com vistas à melhoria efetiva das condições de trabalho, redução de riscos à saúde dos colaboradores e aumento da produtividade.

A AET tem por finalidade, transformar as condições de trabalho e adaptar às características psicofisiológicas dos trabalhadores, buscando conciliar dois universos: saúde e produtividade.

A metodologia da AET utiliza-se de observações da situação de trabalho, análise da tarefa, entrevistas e verbalizações com os diferentes níveis hierárquicos, buscando compreender em detalhes as atividades nas suas diferentes dimensões (física, cognitiva, mental e social). A AET parte da análise da demanda. Estuda o funcionamento geral, as características da população e então as atividades de trabalho. Na compreensão das atividades dos colaboradores, identifica seus aspectos críticos, as condições de trabalho e o desempenho. As observações e registros globais, aliados à descrição dos processos produtivos e aos dados técnicos do funcionamento geral dos setores analisados constituem a base para o diagnóstico e as recomendações propostas.

A análise ergonômica do trabalho foi realizada com base nas diretrizes da Norma Regulamentadora nº 17 aprovada pela Portaria nº 3.751, de 23/11/90, e “Manual de Aplicação da NR-17”, 2ª edição, editado pelo Ministério do Trabalho e Emprego em 2002, sendo observados os seguintes itens/aspectos:

Comentários a Norma:

17.1. Esta Norma Regulamentadora 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.

Algumas características psicofisiológicas do ser humano:

- prefere escolher livremente sua postura, dependendo das exigências da tarefa e do estado de seu meio interno;

- prefere utilizar alternadamente toda a musculatura corporal e não apenas determinados segmentos corporais;

- tolera más tarefas fragmentadas com tempo exíguo para execução e, pior ainda, quando esse tempo é imposto por uma máquina, pela gerência, pelos clientes ou colegas de trabalho, ou seja, prefere impor sua própria cadência ao trabalho;

- é compelido a acelerar sua cadência quando estimulado pecuniariamente ou por outros meios, não levando em conta os limites de resistência de seu sistema musculoesquelético;

- sentem-se bem quando solicitado a resolver problemas ligados à execução das tarefas, logo, não pode ser encarado como uma mera máquina, mas sim como um ser que pensa e age;

- tem capacidades sensitivas e motoras que funcionam dentro de certos limites, que variam de um indivíduo a outro e ao longo do tempo para um mesmo indivíduo;
- suas capacidades sensorimotoras modificam-se com o processo de envelhecimento, mas perdas eventuais são amplamente compensadas por melhores estratégias de percepção e resolução de problemas desde que possa acumular e trocar experiência;

- organiza-se coletivamente para gerenciar a carga de trabalho, ou seja, nas atividades humanas a cooperação tem um papel importante, muito mais que a competitividade.

5 - LEVANTAMENTO, TRANSPORTE E DESCARGA INDIVIDUAL DE MATERIAIS

Deverão ser executados de forma que o esforço físico realizado pelo trabalhador seja compatível com sua capacidade de força e não comprometa a sua saúde ou sua segurança.

Para manipulações ocasionais, isto é, não repetitivas, o limite de 25 quilos para homens e 15 quilos para mulheres é sugerido por vários autores (listados abaixo) desde que observadas boas praticas para a manipulação.

6 - MOBILIÁRIO DOS POSTOS DE TRABALHO

A análise ergonômica do trabalho através dos subitens deste item leva em consideração que:

- Sempre que possível o trabalho deve ser executado na posição sentada;
- O mobiliário deve prover condições para que o trabalho seja executado dentro da zona de conforto dos segmentos corporais, isto é, em boa condição confortável, onde o momento aplicado à articulação tenda a zero;

- Os comandos sejam de fácil acionamento;
- Os assentos sejam adequados.

7 - EQUIPAMENTOS DOS POSTOS DE TRABALHO

A análise ergonômica do trabalho através dos subitens deste item leva em consideração que o mobiliário/equipamentos, em particular aqueles envolvendo atividades com microcomputador/processamento de dados, devem prover condições para que o trabalho seja executado dentro da zona de conforto dos segmentos corporais, isto é, em boa condição postural e livre de reflexos.

8 - CONDIÇÕES AMBIENTAIS DE TRABALHO

O estudo da exposição ocupacional dos trabalhadores aos agentes ambientais está contemplado no Programa de Prevenção de Riscos Ambientais – PPRA da empresa.

9 - AGENTES AMBIENTAIS PARA AS ÁREAS OPERACIONAIS

Abaixo segue avaliações ambientais extraídas do PPRA da empresa avaliada, nas tabelas estão mensurados apenas os riscos físicos objeto de enquadramento desta norma – ruído.

Setor: Gerência

Maquinas/Equipamentos: N/A

Funções GHE:	Gerente de Loja e Supermercado, Subgerente de Loja					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**< 65,0 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 314** **Temperatura – 28,6** **%RH – 62,4** **0,20 M/S**				

Setor: Caixa

Maquinas/Equipamentos: Computador

Funções GHE:	Operador de Caixa					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**68,8 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 314** **Temperatura – 28,6** **%RH – 62,4** **0,20 M/S**				

Setor: Meio de Loja

Maquinas/Equipamentos: Prateleira

Funções GHE:	Repositor de Mercadorias					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**71,3 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 295** **Temperatura – 28,1** **%RH – 59,3** **0,20 M/S**				

Setor: Padaria

Maquinas/Equipamentos: Batedeira, Cilindro, Modeladora, Forno a Gás, câmara resfriada.

Funções GHE:	Padeiro, Confeiteiro					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**71,40 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 270** **Temperatura – 27,7** **%RH – 65,7** **0,20 M/S**				**Baixo**

Setor: Frios

Maquinas/Equipamentos: Máquina Frios, Balcão Refrigerado, Câmara Resfriada, Seladora, Balança, Forno Gás.

Funções GHE:	Balconista de Frios, Líder de Frios					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**74,7 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 301** **Temperatura – 27,4** **%RH – 59,3** **0,20 M/S**				

Setor: Açougue

Maquinas/Equipamentos: Serra Fita, Moedor Carne, Amaciador Carne, Balcão Refrigerado, Balança, Máquina a Vácuo, Câmara Resfriada.

Funções GHE:	Líder de Açougue, Açougueiro, Ajudante de Açougue					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**77,3 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
		87,4 dB(A)		**Protetor Auricular Concha**	**SIM**	**Alto**
Ergonômico		**LUX - 304** **Temperatura – 27,3** **%RH – 59,9** **0,20 M/S**				

Setor: Cozinha

Maquinas/Equipamentos: Fogão Industrial, Micro-ondas, Geladeira, Utensílios Domésticos.

Funções GHE:	Cozinheira Geral, Auxiliar de Cozinha					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**77,4 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 245** **Temperatura – 28,1** **%RH – 60,3** **0,20 M/S**				

Setor: Limpeza

Maquinas/Equipamentos: Utensílios Domésticos

Funções GHE:	Auxiliar de Limpeza					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**73,4 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 330** **Temperatura – 28,8** **%RH – 62,4** **0,20 M/S**				

Setor: Transferência Loja

Maquinas/Equipamentos: Carro Montana

Funções GHE:	Motorista					
TIPO	**FATOR DE RISCO**	**INTENSIDADE / CONCENTRAÇÃO**	**TÉCNICA / METODOLOGIA**	**EPI (CA)**	**EPI EFICAZ**	**CLASSIFICAÇÃO DO RISCO**
Físico	**Ruído**	**77,4 dB(A)**	**Avaliação Pontual**	**NA**	**NA**	**Baixo**
Ergonômico		**LUX - 984** **Temperatura – 28,7** **%RH – 62,4** **0,20 M/S**				

10 - CONFORTO EM ÁREAS ADMINISTRATIVAS

A temperatura efetiva foi avaliada utilizando um termo higrômetro eletrônico, de forma a obter as temperaturas de bulbo seco para avaliar a temperatura do ar e a temperatura de bulbo úmido. Foi considerado para fim de referência o limite do índice de temperatura efetiva entre 20 a 23 ºC estabelecidos pelo item 17.5.2.1.b da NR-17.

A velocidade relativa do ar foi avaliada com um anemômetro eletrônico de fio quente. Foi considerado para fins de referência o valor da velocidade do ar não superior a 0,75 m/s conforme estabelecido pelo item 17.5.2.1.c da NR-17.

A umidade relativa do ar foi avaliado com um termo higrômetro eletrônico. Foi considerado para fins de referência o valor mínimo da umidade do ar de 40% estabelecido pelo item 17.5.2.1.d da NR-17.

11 – ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

Na análise foram levados em consideração os seguintes aspectos:

a) as normas de produção;
b) o modo operatório;
c) a exigência de tempo;
d) a determinação do conteúdo de tempo;
e) o ritmo de trabalho;
f) o conteúdo das tarefas;
g) horário de trabalho;

12 - FERRAMENTAS BIOMECÂNICAS APLICADAS

Método OWAS: O Método OWAS (OvakoWorkingPostureAnalysing System) foi desenvolvido na Finlândia por Karhu, Kansi e Kuorinka, entre 1974 e1978, juntamente com o Instituto Finlandês de Saúde Ocupacional, objetivando gerar informações para melhorar os métodos de trabalho pela identificação de posturas corporais prejudiciais durante a realização das atividades.

DESCRIÇÃO DAS ÁREAS AVALIADAS E DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES:

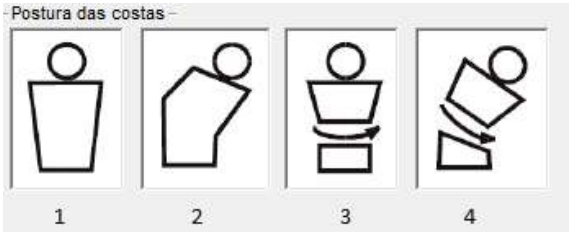
GHE	FUNÇÕES
GERÊNCIA	- Gerente de Loja e Supermercado, Subgerente de Loja
CAIXA	- Operador de Caixa
MEIO DE LOJA	- Repositor de Mercadorias
PADARIA	- Padeiro
FRIOS	- Balconista de Frios, Líder de Frios
AÇOUGUE	- Líder de Açougue, Açougueiro, Ajudante de Açougue
COZINHA	- Cozinheira Geral, Auxiliar de Cozinha
LIMPEZA	- Auxiliar de Limpeza
TRANSFERÊNCIA DE LOJA	- Motorista

Função (CBO)	Descrição
Gerente de Loja e Supermercado	Garantir uma ótima abertura de loja é identificar todas possíveis falhas em cada setor da loja. Tais como falta de mercadoria, exposição de promoção e qualidade dos produtos expostos. Reunir com as equipes expondo a meta e desafios.
Sub Gerente de Loja	Liderar equipe supermercadista no chão de loja, fazendo frente aos processos de organização de gôndolas, reposição de mercadorias e controle de funcionários
Operador de Caixa	Recebe valores de vendas de produtos e serviços, atende público em estabelecimentos comerciais, realiza a abertura e fechamento de caixa e emite notas fiscais.
Repositor de Mercadorias	Faz a organização, conservação e precificação dos produtos. Faz o registro de entrada e saída de mercadorias, tem controle dos níveis de estoque, solicitando a compra dos materiais necessários para reposição.
Balconista Frios	Atuará com atendimento aos clientes, corte de frios em geral, produção, estoque e exposição de mercadorias, fazer controle de validade, limpeza e organização do setor.
Líder de Frios	Verifica a exposição das mercadorias nas prateleiras, bem como reserva de espaço destinados aos produtos, verificando também a higiene e limpeza. Acompanha diariamente a evolução das vendas, margens, estoque, quebras entre outros indicadores
Padeiro	Planeja a produção de pães, macarrão, bolachas e demais massas e controla saída de materiais.

Função (CBO)	Descrição
Líder de Açougue	Prepara, limpa e corta carnes para comercialização. Acondiciona carnes em embalagens individuais, manualmente ou com o auxílio de máquinas de embalagem a vácuo.
Açougueiro	Prepara, limpa e corta carnes para comercialização. Acondiciona carnes em embalagens individuais, manualmente ou com o auxílio de máquinas de embalagem a vácuo.
Ajudante de Açougue	Pesar e cortar carnes e aves, organizar vitrine de carne. Realizar o abastecimento e higienização dos balcões, arrumação e higienização das câmaras frias fazendo rodízio das mercadorias, atendimento ao cliente e a produção de mercadorias para auto atendimento sempre que necessário.
Cozinheira Geral	É o profissional responsável pela execução das atividades de confecção de pratos e de sobremesas para satisfação dos clientes
Auxiliar de Cozinha	Auxilia outros profissionais da cozinha no pré-preparo, preparo e processamento de alimentos, na montagem de pratos e limpeza do local.
Auxiliar de Limpeza	Realiza a conservação e limpeza de ambientes por meio de coleta de lixo, varrições, lavagens
Motorista	Faz o transporte materiais e produtos para diversos itinerários. Elabora rotas de viagem e faz conferência de materiais para assegurar a correta entrega.

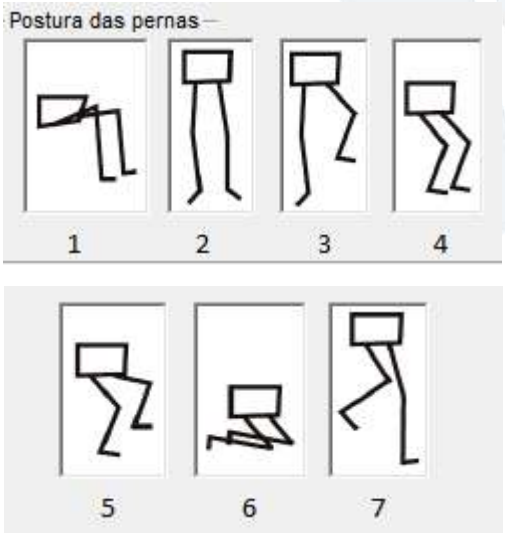
13 - ANÁLISES ERGONÔMICAS DO TRABALHO

POSTO AVALIADO: GERENTE DE LOJA E SUPERMERCADO



	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA

	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
X	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
X	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

	Em pé			Sentado		X	Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

X	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

X	Sim			Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

X	Sim			Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

X	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

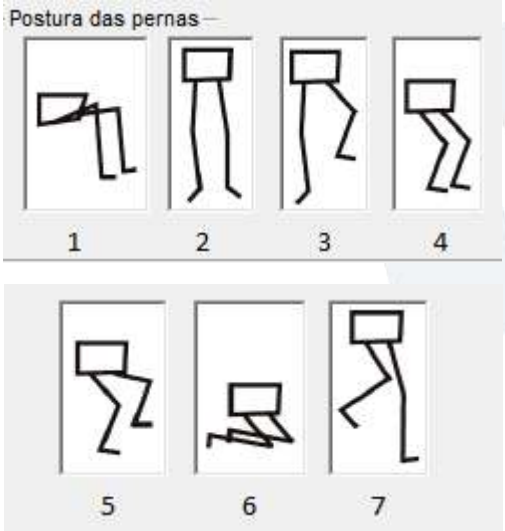
EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho;

POSTO AVALIADO: SUB GERENTE DE LOJA

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA

	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
X	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
X	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

	Em pé			Sentado		X	Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

X	Sim			Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

X	Sim			Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

X	Sim			Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

X	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

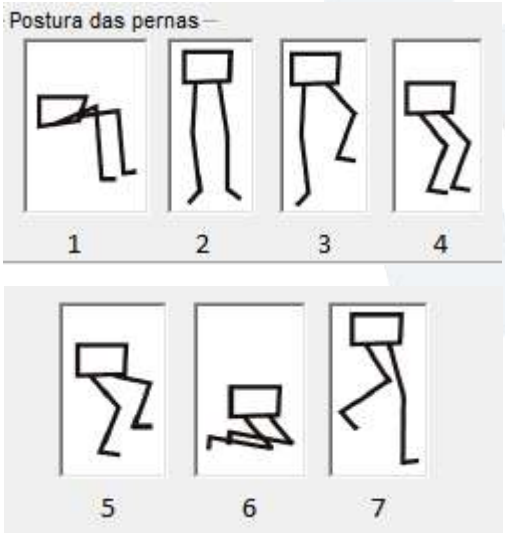
EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho;

POSTO AVALIADO: OPERADORA DE CAIXA

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA

	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
X	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
X	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

	Em pé		X	Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

X	Sim			Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

X	Sim			Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

X	Sim			Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

X	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

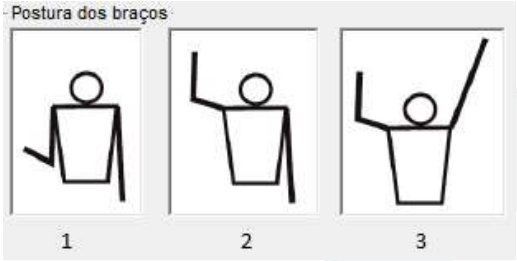
As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

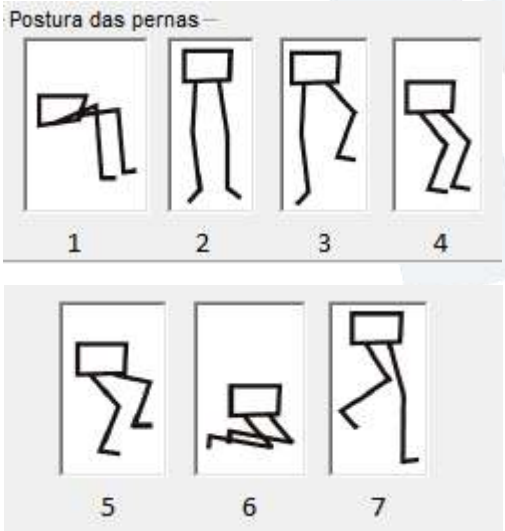
RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho;

POSTO AVALIADO: REPOSITOR DE MERCADORIA

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
X	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

X	Sim			Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais		X	Habituais			Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:

Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho;

Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado.

Quando houver necessidade de transporte de caixas ou peças com pesos acima de 20 kg sugerimos adoção do uso de carrinho como forma de transporte e quando não for possível solicitar auxilio para distribuição adequada do peso.

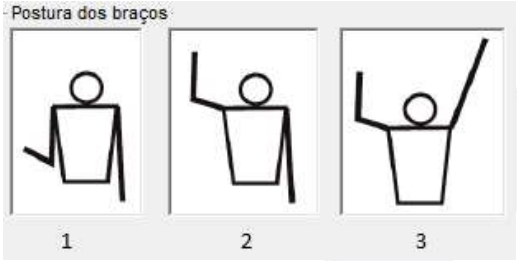
Nos momentos que fizerem necessidade de esforços como nas atividades que ocorrem eventualmente de transbordo de materiais devera o trabalhador ser orientado quando a aplicação de postura correta e se possível adotar o uso de equipamento automático ou semi-automático para levantamento da mercadoria.

Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar.

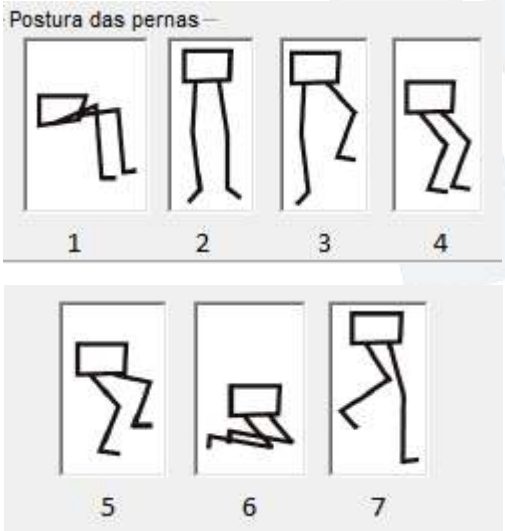
NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento.

POSTO AVALIADO: PADEIRO

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
X	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim		X	Não			Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:

Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho;

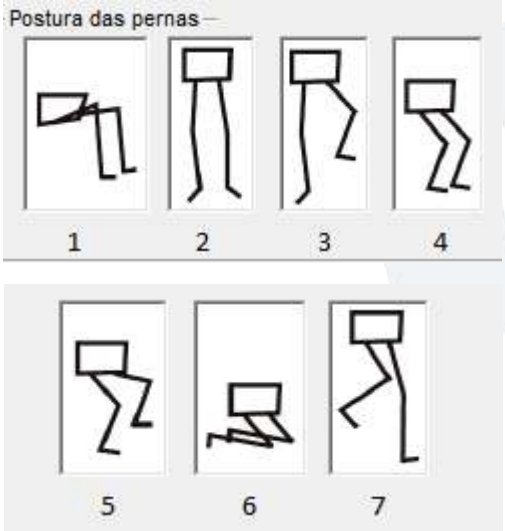
Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado.

Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar.
NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento.

POSTO AVALIADO: BALCONISTA DE FRIOS

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA

	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
X	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

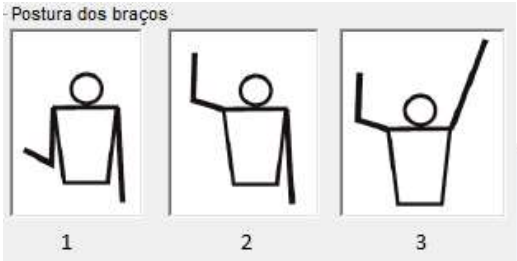
As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

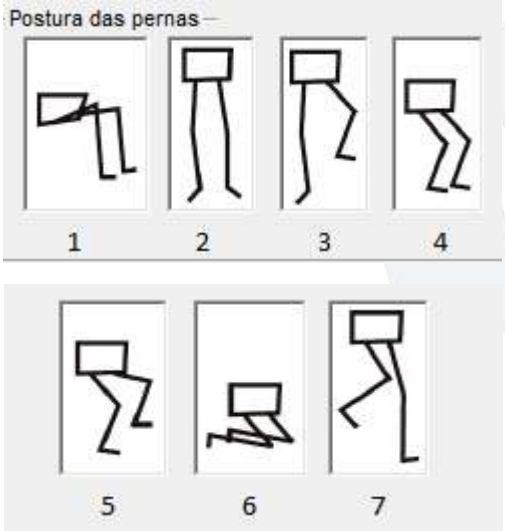
RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado.

POSTO AVALIADO: LÍDER DE FRIOS

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
X	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

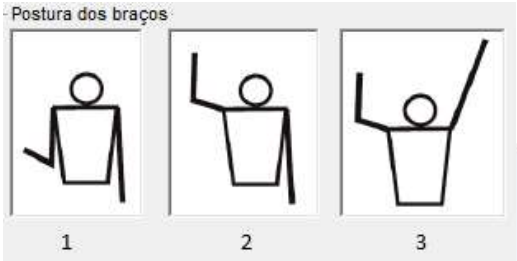
As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

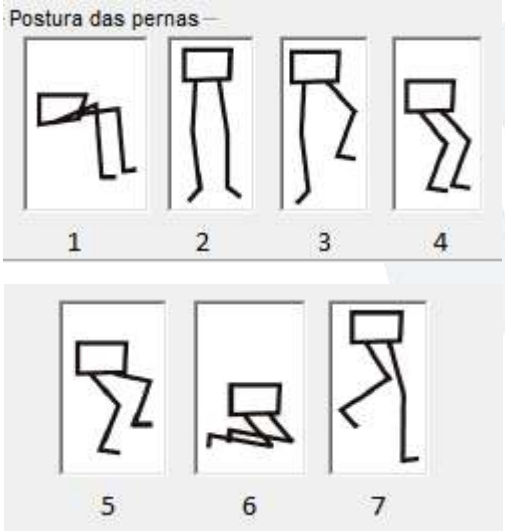
RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado.

POSTO AVALIADO: COZINHEIRA GERAL

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
X	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

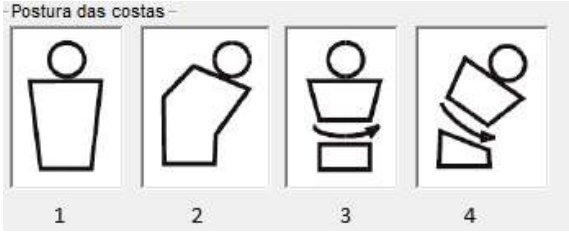
RECOMENDAÇÕES:

Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho;

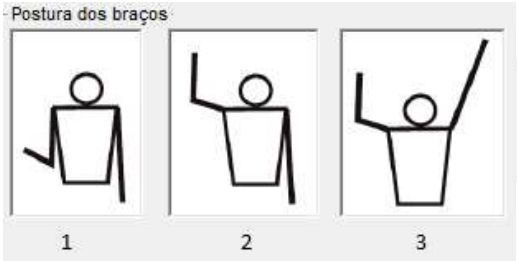
Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado.

Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar.
NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento.

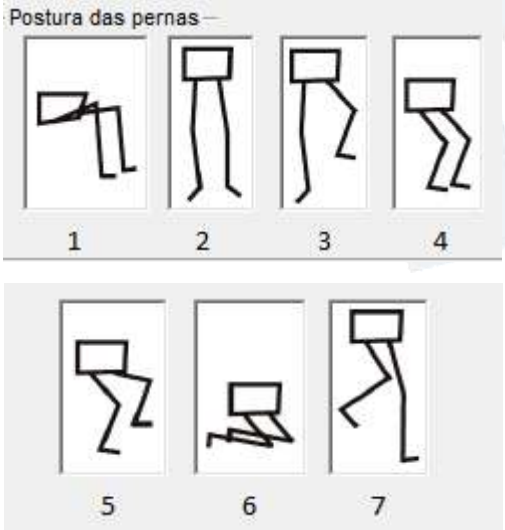
POSTO AVALIADO: AUXILIAR DE COZINHA



	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
X	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

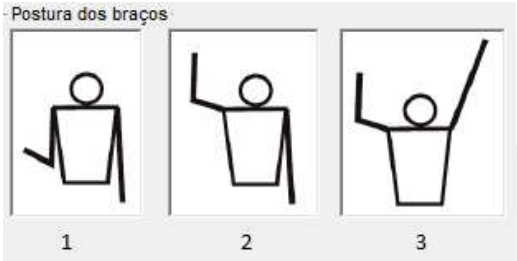
As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

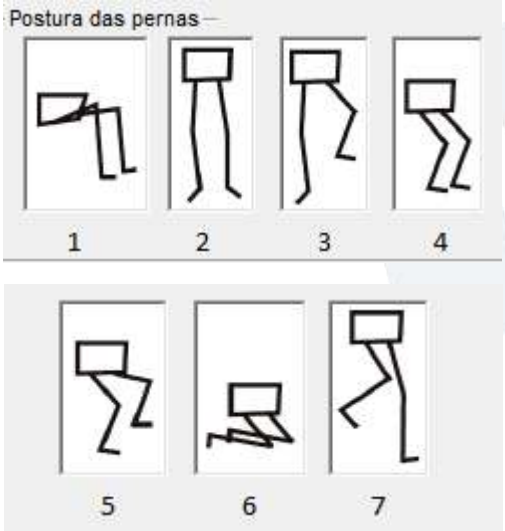
RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado. Quando houver necessidade de transporte de caixas ou peças com pesos acima de 20 kg sugerimos adoção do uso de carrinho como forma de transporte e quando não for possível solicitar auxilio para distribuição adequada do peso. Nos momentos que fizerem necessidade de esforços como nas atividades que ocorrem eventualmente de transbordo de materiais devera o trabalhador ser orientado quando a aplicação de postura correta e se possível adotar o uso de equipamento automático ou semi-automático para levantamento da mercadoria.

POSTO AVALIADO: LÍDER DE AÇOUGUE

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
X	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

X	Sim			Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais		X	Habituais			Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

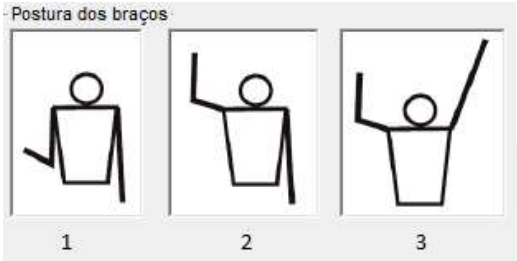
As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

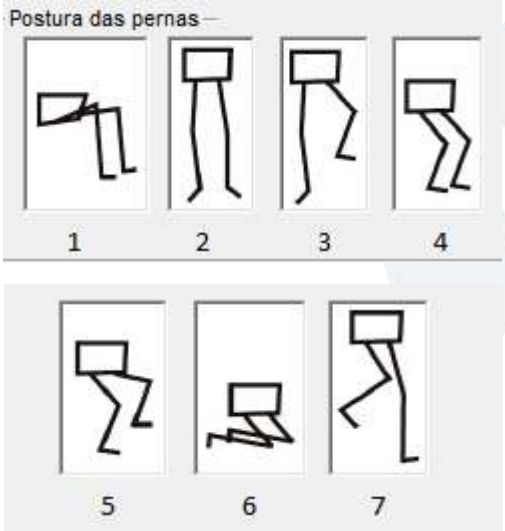
RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado. Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar. NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento. Quando houver necessidade de transporte de caixas ou peças com pesos acima de 20 kg sugerimos adoção do uso de carrinho como forma de transporte e quando não for possível solicitar auxilio para distribuição adequada do peso. Nos momentos que fizerem necessidade de esforços como nas atividades que ocorrem eventualmente de transbordo de materiais devera o trabalhador ser orientado quando a aplicação de postura correta e se possível adotar o uso de equipamento automático ou semi-automático para levantamento da mercadoria.

POSTO AVALIADO: AÇOUGUEIRO

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
X	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

X	Sim			Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais		X	Habituais			Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

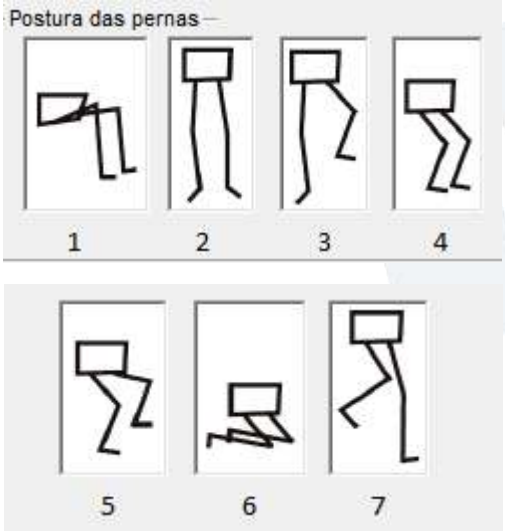
EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado. Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar. NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento. Quando houver necessidade de transporte de caixas ou peças com pesos acima de 20 kg sugerimos adoção do uso de carrinho como forma de transporte e quando não for possível solicitar auxilio para distribuição adequada do peso. Nos momentos que fizerem necessidade de esforços como nas atividades que ocorrem eventualmente de transbordo de materiais devera o trabalhador ser orientado quando a aplicação de postura correta e se possível adotar o uso de equipamento automático ou semi-automático para levantamento da mercadoria.

POSTO AVALIADO: AJUDANTE DE AÇOUGUE

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA

	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
X	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

X	Sim			Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais		X	Habituais			Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

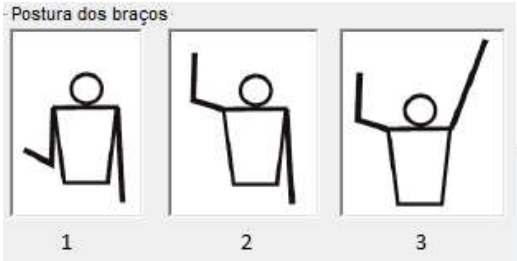
As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

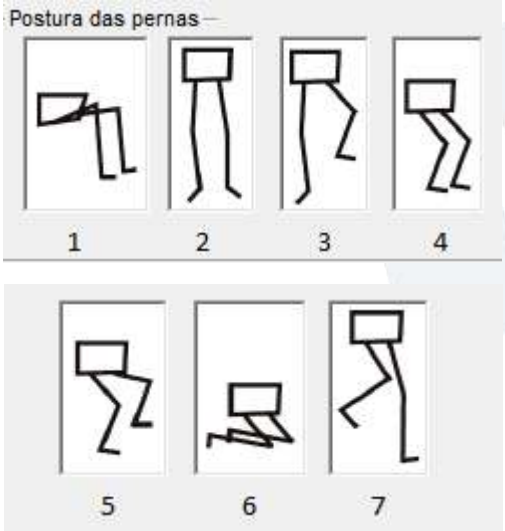
RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado. Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar. NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento. Quando houver necessidade de transporte de caixas ou peças com pesos acima de 20 kg sugerimos adoção do uso de carrinho como forma de transporte e quando não for possível solicitar auxilio para distribuição adequada do peso. Nos momentos que fizerem necessidade de esforços como nas atividades que ocorrem eventualmente de transbordo de materiais devera o trabalhador ser orientado quando a aplicação de postura correta e se possível adotar o uso de equipamento automático ou semi-automático para levantamento da mercadoria.

POSTO AVALIADO: AUXILIAR DE LIMPEZA

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA



	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
X	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
X	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

	Sim		X	Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais			Habituais		X	Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

X	Em pé			Sentado			Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

	Sim		X	Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

	Sim		X	Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

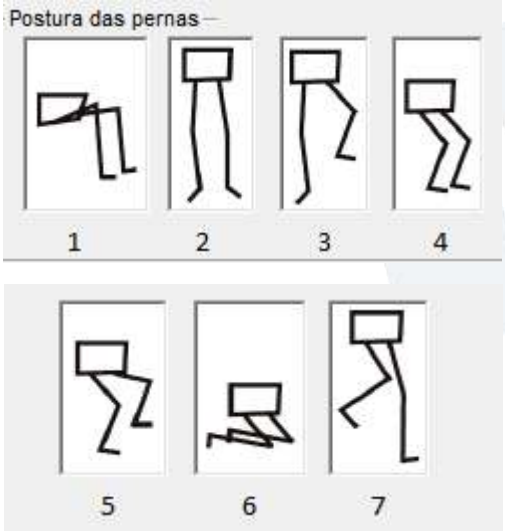
EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado.

POSTO AVALIADO: MOTORISTA

	POSTURA DAS COSTAS
X	1 – ERETA
	2 – INCLINADA
	3 – ERETA E TORCIDA
	4 – INCLINADA E TORCIDA

	POSTURA DOS BRAÇOS
X	1– OS DOIS BRAÇOS ABAIXO DOS OMBROS
	2 – UM BRAÇO NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS
	3 – AMBOS BRAÇOS NO NÍVEL OU ACIMA DOS OMBROS



	POSTURA DAS PERNAS
X	1 – SENTADO
	2 – DE PÉ COM AMBAS AS PERNAS ESTICADAS
	3 – DE PÉ COM O PESO DE UMA DAS PERNAS ESTICADA
	4 – DE PÉ OU AGACHADO COM AMBOS OS JOEHOS FLEXIONADOS
	5 – DE PÉ OU AGACHADO COM UM DOS JOELHOS DOBRADOS
	6 – AJOELHADO EM UM OU AMBOS OS JOELHOS
	7 – ANDANDO OU SE MOVENDO

	ESFORÇO
	1 – CARGA MENOR OU IGUA 10 Kg
	2 – CARGA MAIOR QUE 10 Kg E MENOR OU IGUAL 20 Kg
X	3 – CARGA MAIOR QUE 20 Kg

POSTURA:

Há registros de levantamento, transporte e descarga de materiais nesta atividade acima do limite recomendado?

X	Sim			Não	

Posturas forçadas, caso existente ocorrem de que forma?

	Ocasionais			Eventuais		X	Habituais			Não Aplica

O trabalho executado durante aos chamados decorrentes do dia-dia, são realizados preponderantemente de qual forma?

	Em pé			Sentado		X	Altenando entre postura em pé e sentado

Caso a resposta anterior seja “em pé” a empresa oferece pausas para descanso ou disponibiliza cadeiras do tipo semi-sentado?

	Sim		X	Não			Não aplica

Para execução das atividades do dia-dia é disponibilizado o uso de cadeira?

X	Sim			Não			Não aplica

A cadeira é estofada e revestida, possui conformação de base giratória, o assento possui altura ajustável, possui ajustes de altura e inclinação, bordas do assento e apoio de coluna arredondadas e em formato anatômico?

X	Sim			Não			Não aplica

A Atividade necessita uso de monitor fixo sobre a mesa, caso positivo este apresenta regulagens de altura e inclinação?

	Sim			Não		X	Não aplica

ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO

As normas de produção contemplando equipamentos, modo operatório, aspectos de segurança e qualidade deverão estar descritos nas instruções internas de trabalho, elaboradas pela empresa.

EXIGENCIA DE TEMPO					
A Atividade possui ciclo definido para a sua execução?					
	Sim		X	Não	
RITMO DE TRABALHO					
O ritmo de trabalho é determinado pela demanda de trabalho?					
X	Sim			Não	
CONTEUDO DAS TAREFAS					
Após entrevista com pessoal em relação à sua capacidade em atender as demandas de trabalho, o mesmo entende ser compatível com sua capacidade em atendê-la ?					
X	Sim			Não	
ADOÇÃO DE RODIZIOS - ERGONOMICO:					
Há pausas formais durante o ciclo de trabalho.?					
	Sim		X	Não	
Há rodízios sistematizados entre os postos de trabalho?					
	Sim		X	Não	

RECOMENDAÇÕES:
Orientar ou instruir de forma satisfatória os empregados em boas práticas ergonômicas, para que os mesmos tenham consciência corporal e de posicionamento adequado durante sua atividade de trabalho; Nas ocasiões em que houver necessidade de realizar as tarefas predominantemente em pé, faz-se necessário estabelecer momentos para pausa e descanso ou disponibilizar no local de trabalho cadeira ou assento semi-sentado. Nas ocasiões em que o colaborador carrega pesos excessivos e posturas forçadas, orienta-se que o mesmo utilize a cinta lombar. NOTA: o equipamento deve ser utilizado somente para execução dos serviços, não devendo o colaborador permanecer o restante do período com o equipamento. Quando houver necessidade de transporte de caixas ou peças com pesos acima de 20 kg sugerimos adoção do uso de carrinho como forma de transporte e quando não for possível solicitar auxilio para distribuição adequada do peso. Nos momentos que fizerem necessidade de esforços como nas atividades que ocorrem eventualmente de transbordo de materiais devera o trabalhador ser orientado quando a aplicação de postura correta e se possível adotar o uso de equipamento automático ou semi-automático para levantamento da mercadoria.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A preocupação dos setores avaliados em obter para seus colaboradores o conhecimento ergonômico e estar investindo em qualidade de trabalho, a busca por melhor produtividade dos mesmos com saúde e qualidade no trabalho.

Portanto torna-se extremamente necessário o dimensionamento concreto da relação custo-benefício, a empresa caracteriza nesta analise ergonômica deverá atentar-se as recomendações técnicas estabelecendo metas e prioridades, este estudo deverá ser reavaliado anualmente para que possamos avaliar o cumprimento das ações propostas e caso necessário sugerir novas adequações.

Salto, 16 de março 2017.

Eduardo Valentini Engenheiro de Segurança do Trabalho CREA - 5060743812	Thiago José Isola Técnico em Segurança do Trabalho MTE – 29861/SP	Gabriel Domingos Isola Técnico em Segurança do Trabalho MTE. 76595/SP