

# **AGENTES ERGONÔMICOS**



São os **agentes ergonômicos** caracterizados pela falta de adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas do trabalhador.

Os riscos ergonômicos estão ligados também a fatores externos (do ambiente) e internos (do plano emocional), em síntese, quando há disfunção entre o indivíduo e seu posto de trabalho.

Entre os **agentes ergonômicos** mais comuns estão: trabalho físico pesado; posturas incorretas; posições incômodas; repetitividade, monotonia; ritmo excessivo; trabalho em turnos e trabalho noturno; jornada de trabalho.

## **Riscos à saúde**

***Trabalho físico pesado, esforço físico, posturas incorretas e posições incômodas:*** provoca cansaço, dores musculares e fraqueza, além de doenças como hipertensão arterial, diabetes, úlceras, moléstias nervosas, alterações no sono, acidentes, problemas de coluna, etc.

***Ritmo excessivo, monotonia e repetitividade, trabalho em turnos, jornada prolongada, controle rígido da produtividade, excesso de responsabilidade, outras situações (conflitos, ansiedade, responsabilidade):*** provocam desconforto, cansaço, ansiedade, doenças no aparelho digestivo (gastrite, úlcera), dores musculares, fraqueza, alterações no sono e na vida social (com reflexos na saúde e no comportamento), hipertensão arterial, taquicardia, cardiopatias (angina, infarto), diabetes, asma, doenças nervosas, tensão, medo, ansiedade e comportamentos estereotipados.

## Referências

(Fonte: [http://www1.pucminas.br/imagedb/documento/DOC\\_DSC\\_NOME\\_ARQUI20081104143622.pdf](http://www1.pucminas.br/imagedb/documento/DOC_DSC_NOME_ARQUI20081104143622.pdf) - acesso em: 16 out. 2013).

(Fonte: <http://www.sgc.goias.gov.br/upload/arquivos/2012-11/manual-de-elaboracao-de-mapa-risco.pdf> - acesso em 16 out. 2013).