

**Capítulo 113 - DOI:10.55232/1084002113**

**DIMINUIÇÃO DO ESFORÇO PERCEBIDO NOS  
TRABALHADORES MEDIANTE INTERVENÇÃO  
ERGONÔMICA**

**Ranther Hephher Rodrigues, José Ronaldo Veronesi Júnior**

Como objetivo este trabalho buscou avaliar a eficiência de uma intervenção ergonômica em um setor de expedição de carne resfriada de um frigorífico de bovinos por meio da percepção de esforço dos trabalhadores pela Escala de Borg. Para melhorar em níveis de conforto no setor e evitar a sobrecarga física ao retirar as peças bovinas penduradas, foi realizado um teste piloto com utilização de esteira transportadora, com onze funcionários do setor que realizavam a atividade naquele momento. Com a aplicação da ferramenta Escala de Borg, foi possível recolher informações dos participantes em relação ao esforço percebido durante a atividade da maneira que é realizada habitualmente e após com a utilização da esteira para descarregar as carretas. A ferramenta consiste em uma marcação numérica de zero a dez, onde próximo a zero significa atividades leves e próximo a dez atividades mais exaustivas conforme a percepção de esforço de cada indivíduo. Os resultados encontrados após aplicação da ferramenta foi uma somatória de soma de 91 pontos para executar a tarefa da maneira existente, correspondendo 82,7% de esforço (classificado como esforço intenso), já com a melhoria houve uma somatória de 37 pontos que corresponde a (33,6% de esforço - classificado como esforço muito leve). Concluimos que com a melhoria apresentada, ao utilizar a esteira para retirada das peças bovinas, demonstrou uma redução da percepção de 82,7% para 33,6% onde demonstra ser aprovado pelos funcionários do setor para realizar a retirada das peças. Dessa forma foi possível ainda envolver os trabalhadores no processo, sendo parte integrante e necessária para realização da melhoria.

**Palavras-chave:** Frigoríficos, Desconfortos Músculo Esqueléticos, Escala de Borg.

**Referências Bibliográficas:**

Guilland, Romilda, Cruz, Roberto Moraes e Kaszubowski, Erikson Propriedades Psicométricas do Inventário de Fatores Psicológicos de Doenças Relacionadas ao Trabalho: Um Estudo com Trabalhadores de Frigoríficos. *Psico-USF* [online]. 2018, v. 23, n. 3 [Acessado 10 Julho 2021], pp. 539-554. Disponível em: . Epub Jul-Sep 2018. ISSN 2175-3563. <https://doi.org/10.1590/1413-82712018230312>.

<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nr5>. Comissão Tripartite Paritária Permanente. Publicado em 22/10/2020 8h19 Atualizado em 09/07/2021 17h30.

<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/normas-regulamentadoras/nr-17.pdf>.

<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/normas-regulamentadoras/nr-36.pdf>.

Marcus Alessandro de Alcântara; Gabriela da Silveira e Nunes; Bárbara Coura Moreira dos Santos Ferreira. Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho: o perfil dos trabalhadores em benefício previdenciário em Diamantina (MG, Brasil) Departamento de Fisioterapia, Universidade Federal dos Vales de Jequitinhonha e Mucuri. Rua da Glória 187, Centro. 39100-000 Diamantina MG. [alcantaramarcus@hotmail.com](mailto:alcantaramarcus@hotmail.com).

Picoloto, Daiana e Silveira, Elaine da Prevalência de sintomas osteomusculares e fatores associados em trabalhadores de uma indústria metalúrgica de Canoas - RS. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. 2008, v. 13, n. 2 [Acessado 11 Julho 2021], pp. 507-516. Disponível em: . Epub 11 Feb 2008. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232008000200026>.

Oliveira, Max Moura de et al. Problema crônico de coluna e diagnóstico de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) autor referidos no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Epidemiologia e Serviços de Saúde* [online]. 2015, v. 24, n. 2 [Acessado 12 julho de 21], pp. 287-296. Disponível em: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200011>. Epub Apr-Jun 2015. ISSN 2237-9622. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200011>.

Revista Eletrônica Gestão & Saúde ISSN: 1982-4785 Gandon LFM, Ferraz RRN, Pavan LMB et al Artigo Original Rev. Gestão & Saúde (Brasília) Vol. 08, n. 01, Jan. 2017. P 92-113 92 Redução das faltas e dos acidentes de trabalho com base na implementação de melhorias ergonômicas na linha de produção de um frigorífico gaúcho Luiz Fernando Martins Gandon , Renato Ribeiro Nogueira Ferraz , Luciana Maria Bernstein Pavan , Ana Paula Demarco Resende Esmelindro Zaions.

Silva, André Calil e et al. Escalas de Borg e OMNI na prescrição de exercício em cicloergômetro. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano* [online]. 2011, v. 13, n. 2 [Acessado 13 Julho 2021], pp. 117-123. Disponível em: . Epub 20 Jul 2011. ISSN 1980-0037. <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2011v13n2p117>.

A acurácia da Escala de Borg modificada no exercício de crianças e adolescentes com fibrose cística. Patrícia Xavier Hommerding. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, Brasil. 2008.

Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, São Paulo. v.12. n.80. Suplementar 3. p.1180-1185. Jul./Dez.2018. ISSN 1981-9900. ESCALA DE PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO DE BORG COMO FERRAMENTA DE MONITORIZAÇÃO DA INTENSIDADE DE ESFORÇO FÍSICO Pauline Louise Kellermann Kaercher., Marcelo

Henrique Glänzel,Guilherme Görgen da Rocha, Luiza Müller Schmidt, Patrik Nepomuceno, Luana Stroschöen, Hildegard Hedwig Pohl,Miriam Beatrís Reckziegel.

Silva, Corrêa, Danilo. et al. Contribuições científicas de Bernard Forest de Bélidor para o estudo e a organização do trabalho. São Paulo, SP. Editora Unesp: Cultura Acadêmica, 2010.

Marafon, Carine. et al. Benefícios do Investimento em Automação no processo de Empacotamento de Farinha de Trigo. Anais Engenharia de Produção. Academia de Engenharia da Uceeff, 2018.

Delwing, Becker, Eduardo. Análises das condições de trabalho em uma empresa do setor frigorífico a partir de um enfoque macro ergonômico. Porto Alegre, RS. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Engenharia, 2007.