

EP-012 - ERGONOMIA NUMA UNIDADE TÉCNICAS DE GASTRO

Pedro Miguel Dias Ferreira Pires<sup>1</sup>

1 - Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte

A ergonomia é uma forma de focar as capacidades e necessidades das pessoas no design dos sistemas tecnológicos. Tem como objetivo assegurar que as pessoas e a tecnologia funcionem em harmonia, com o equipamento e as intervenções adequadas às características humanas. O que eu quero dizer é que a intervenção deve adaptar-se à pessoa, ao profissional de saúde. Adicionalmente a intervenção de trabalho não deve comprometer as capacidades da pessoa que a esta a desempenhar.

A ergonomia demarca-se em **três áreas clínicas: física, psicológica e ambiental**. E é nestas áreas que devemos intervir no intuito de otimizar o desempenho profissional e evitar a desmotivação e fadiga. A fadiga no trabalho que é uma diminuição no rendimento por parte do organismo, tanto a nível muscular como psicológico, podendo envolver um determinado órgão ou função.

Análise do posto de trabalho:

Do ponto de vista ergonómico há que distinguir o sistema de trabalho em várias dimensões:

1. Dimensão técnica: não depende da pessoa; esta relacionada com as características arquitetónicas e ambientais onde se desenvolve onde se desenvolve a prática laboral habitual (Ex: iluminação, temperatura, acessibilidade..);
2. Dimensão humana: Análise da influencia do trabalho na pessoa ( Ex: carga física sobre o aparelho músculo-esquelético, sistema cardiovascular, entre outros.);
3. Postura: Corresponde à posição do corpo ou de um segmento corporal em relação com a gravidade, resultando de um equilíbrio entre as forças gravitacionais e anti-gravitacionais.

O objetivo desta formação é dotar o profissional de saúde de ferramentas que potenciem a prevenção das lesões músculo-esqueléticas mais frequentes nesta atividade, através da aquisição de competências na área do alinhamento corporal, postura, gestão de esforços e alongamentos.