

## A INFLUÊNCIA DAS ATIVIDADES ERGONÔMICAS NA PRODUTIVIDADE DOS FUNCIONÁRIOS EM ESCRITÓRIOS COM BASE NAS DIRETRIZES DA NORMA REGULAMENTADORA 17 (NR17)

Gustavo Matos da Silva<sup>1</sup>

Michael Rodrigues de Carvalho<sup>2</sup>

Pablo Vieira da Silva<sup>3</sup>

Cleverson Faber de Assis<sup>4</sup>

Sandra Helena da Silva de Santis<sup>5</sup>

**RESUMO:** O presente estudo tem como foco compreender o impacto das práticas ergonômicas sobre a produtividade de colaboradores que atuam em escritórios, utilizando como referência os parâmetros estabelecidos pela Norma Regulamentadora nº 17 (NR17). Busca-se examinar de que maneira ações voltadas à ergonomia podem contribuir para a diminuição de fatores como cansaço físico, desconforto e enfermidades ocupacionais. A abordagem metodológica envolveu levantamento teórico por meio de bases acadêmicas, além de entrevistas com especialistas da área. Os achados indicam que ambientes organizados com critérios ergonômicos favorecem o rendimento dos profissionais, reduzem ausências por questões de saúde e aumentam o contentamento com o trabalho. Conclui-se que a ergonomia, além de proporcionar benefícios à saúde, configura-se como um elemento estratégico para o desempenho organizacional.

2967

**Palavras-chave:** Ergonomia. Produtividade. NR17.

**ABSTRACT:** This study aims to understand the impact of ergonomic practices on the productivity of office workers, using the parameters established by Regulatory Standard No. 17 (NR17) as a reference. The aim is to examine how actions focused on ergonomics can contribute to reducing factors such as physical fatigue, discomfort and occupational illnesses. The methodological approach involved a theoretical survey using academic bases, as well as interviews with experts in the field. The findings indicate that environments organized with ergonomic criteria favor the performance of professionals, reduce absences due to health issues and increase job satisfaction. It is concluded that ergonomics, in addition to providing health benefits, is a strategic element for organizational performance.

**Keywords:** Ergonomics. Productivity. NR17.

### I.INTRODUÇÃO

A ergonomia desempenha papel fundamental na promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis e eficientes, influenciando diretamente o bem-estar, a

<sup>1</sup> Tecnólogo em Gestão da Produção Industrial. Faculdade de Tecnologia Ferraz de Vasconcelos – Fatec Ferraz.

<sup>2</sup> Tecnólogo em Gestão da Produção Industrial. Faculdade de Tecnologia Ferraz de Vasconcelos – Fatec Ferraz.

<sup>3</sup> Tecnólogo em Gestão da Produção Industrial. Faculdade de Tecnologia Ferraz de Vasconcelos – Fatec Ferraz.

<sup>4</sup> Pós-graduado em Logística e Operações. Faculdade de Tecnologia Ferraz de Vasconcelos – Fatec Ferraz.

<sup>5</sup> Mestrado em Ciências-Materiais e Processos. Faculdade de Tecnologia Ferraz de Vasconcelos – Fatec Ferraz.

produtividade e a qualidade de vida dos colaboradores. Em especial nos escritórios, onde as tarefas são geralmente realizadas diante de computadores por períodos prolongados, a adoção de práticas ergonômicas adequadas torna-se imprescindível para a prevenção de agravos à saúde e para o aprimoramento do desempenho funcional (Iida, 2005; Moraes; Mont'Alvão, 2017).

Considerando esse contexto, este estudo propõe a seguinte indagação: de que maneira a aplicação dos princípios da Norma Regulamentadora nº 17 (NR17) pode afetar a produtividade em ambientes corporativos de escritório? O objetivo central consiste em examinar a relação entre a implementação dessas diretrizes e o desempenho laboral dos profissionais. Entre os objetivos específicos estão: identificar barreiras à aplicação prática da norma, mensurar impactos sobre a saúde dos trabalhadores e verificar possíveis ganhos em eficiência organizacional.

A pesquisa adota uma abordagem qualitativa, baseada em revisão documental e bibliográfica, complementada por entrevistas com trabalhadores do setor administrativo, sem vinculação a uma única empresa. Essa escolha metodológica visa garantir uma análise mais ampla e representativa das dinâmicas entre ergonomia e desempenho, considerando distintos cenários ocupacionais.

2968

Justifica-se esta investigação pela relevância de aprofundar os estudos sobre a influência da ergonomia na performance profissional. Sua aplicação correta pode contribuir significativamente para a redução do absenteísmo e para a elevação dos indicadores de produtividade. Ao enfocar a NR17, o artigo também busca fomentar a construção de ambientes laborais mais seguros, funcionais e benéficos tanto para as empresas quanto para os seus colaboradores.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

A ergonomia exerce influência significativa na promoção da saúde ocupacional e na otimização da performance profissional, sendo especialmente relevante em ambientes administrativos. Nos escritórios, a conformidade do espaço físico com as características dos trabalhadores é um fator determinante para o aumento da produtividade. De acordo com a Organização Internacional do Trabalho (Oit, 2021), ambientes adequadamente projetados reduzem o cansaço, elevam o rendimento e favorecem a preservação da saúde ao longo do tempo.

Além dos aspectos físicos, a ergonomia também contempla dimensões cognitivas e organizacionais, as quais impactam diretamente a qualidade e a eficiência do trabalho (Dul; Weerdmeester, 2012). Nesse contexto, a Norma Regulamentadora 17 (NR-17) estabelece parâmetros técnicos sobre iluminação, postura, equipamentos e distribuição das tarefas, com o intuito de mitigar riscos e ampliar a eficiência produtiva (Brasil, 2023).

Pesquisas apontam que a adoção criteriosa de medidas ergonômicas pode aumentar o desempenho dos trabalhadores, reduzir o número de afastamentos por problemas de saúde e elevar a satisfação profissional. Tais práticas também resultam na diminuição de custos com licenças médicas e tratamentos (Grandjean, 2018; Magrinelli; Iida, 2020).

Deste modo, esta seção fornece os fundamentos teóricos que sustentam a análise proposta neste estudo, estabelecendo conexões entre os princípios da ergonomia e os impactos observados na produtividade.

## 2.1 ERGONOMIA

A ergonomia tem como propósito estudar e otimizar as interações entre o ser humano e seu ambiente de trabalho, promovendo melhores condições para a realização das tarefas. De acordo com a Oit (2012), essa área do conhecimento reúne fundamentos de disciplinas como fisiologia, psicologia e engenharia com o intuito de aperfeiçoar as condições laborais. A sua aplicação é essencial na prevenção de enfermidades relacionadas à atividade profissional, como os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), especialmente comuns em atividades administrativas (Iida, 2005).

2969

Modelos teóricos variados têm sido utilizados para explicar a relação entre ambiente de trabalho e desempenho. Dul e Weerdmeester (2008) destacam que o alinhamento entre o perfil do trabalhador e o espaço físico favorece tanto a produtividade quanto o bem-estar. Para Helander (2006), a carga física e mental exercem influência direta sobre o rendimento. Já Karwowski (2006) enfatiza a importância da organização das tarefas para a eficiência e segurança no ambiente laboral.

A ergonomia, portanto, ultrapassa a teoria e assume um papel prático indispensável. Wisner (1987) reforça que a adoção de mobiliário ajustável e a correta disposição dos elementos no espaço são fundamentais para evitar lesões e melhorar o desempenho dos profissionais. Nesse sentido, ela se torna uma ferramenta estratégica para elevar a competitividade e a sustentabilidade das organizações.

## 2.2 PRODUTIVIDADE

A produtividade dentro das organizações pode ser compreendida como a relação entre os resultados obtidos – em termos de bens ou serviços – e os recursos empregados em sua produção, como tempo, mão de obra e capital (Porto, 2013). Não se trata apenas de volume de tarefas executadas, mas da eficiência e qualidade com que são realizadas.

Alvarez (1995) argumenta que a produtividade está intrinsecamente conectada às condições do ambiente de trabalho, incluindo fatores que vão além da remuneração ou jornada, como o bem-estar físico e psicológico. Silva Filho (1995), por sua vez, destaca que locais que oferecem conforto e segurança tendem a gerar maior envolvimento dos trabalhadores e reduzir o absenteísmo. O Modelo de Demanda-Controle, proposto por Karasek e Theorell (1990), corrobora essa visão ao demonstrar que um equilíbrio entre exigências e recursos disponíveis reduz o estresse e eleva o desempenho.

Complementando essa análise, Iida (2005) aponta que aspectos como a adequação do mobiliário e a organização espacial influenciam diretamente os índices de produtividade e saúde dos colaboradores. Portanto, investir em ergonomia representa uma estratégia valiosa para impulsionar resultados organizacionais.

2970

## 2.3 NORMA REGULAMENTADORA 17

A NR17, estabelecida pelo Ministério do Trabalho em 1978, tem como objetivo assegurar que as condições laborais estejam em conformidade com os aspectos psicofisiológicos dos profissionais (Brasil, 1978). Essa norma visa promover ambientes seguros, confortáveis e saudáveis, contribuindo para a prevenção de doenças ocupacionais e para a elevação da produtividade.

Dividida em três eixos principais — mobiliário, condições ambientais e organização do trabalho —, a norma orienta que o mobiliário seja ajustado às características físicas dos colaboradores, evitando lesões por má postura (Iida, 2005). Também estipula critérios para iluminação, temperatura e ruído, que devem ser controlados para evitar desgaste físico e mental (Helander, 2006). Quanto à organização das tarefas, recomenda pausas periódicas e alternância de atividades para prevenir a sobrecarga (Magrinelli; Iida, 2020).

O cumprimento das exigências da NR17, além de atender à legislação, oferece benefícios como redução de afastamentos, melhoria no clima organizacional e aumento no

rendimento dos profissionais (Longen, 2023). Dessa forma, seu papel vai além da prevenção, sendo uma aliada do desempenho corporativo.

## 2.4 IMPACTOS DA ERGONOMIA NA EFICIÊNCIA DO TRABALHO

A incorporação de princípios ergonômicos no ambiente de trabalho tem impacto significativo no desempenho organizacional, atuando diretamente na prevenção da fadiga, do estresse e de doenças ocupacionais (Iida, 2005). Conforme observa Grandjean (2008), um posto de trabalho bem projetado permite a execução das tarefas com menor desgaste físico e mental, o que favorece o aumento da produtividade.

Por outro lado, a negligência em relação às práticas ergonômicas pode desencadear problemas de saúde como as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), resultando em afastamentos frequentes e elevação dos custos operacionais (MORAES; MONT'ALVÃO, 2017). Os efeitos da ergonomia, no entanto, não se limitam ao aspecto físico: ela também influencia fatores cognitivos e emocionais, contribuindo para ambientes mais saudáveis e eficientes (DUL; Weerdmeester, 2008).

A Norma Regulamentadora nº 17 (Brasil, 1978) estabelece diretrizes essenciais para garantir condições de trabalho adequadas, incluindo a utilização de mobiliário compatível, pausas regulares durante a jornada e controle das variáveis ambientais. Nessa perspectiva, Wisner (1987) argumenta que a ergonomia deve ser encarada como um investimento estratégico, capaz de promover tanto a saúde dos trabalhadores quanto a melhoria contínua dos processos produtivos.

2971

## 2.5 TREINAMENTO, CONCIÊNTIZAÇÃO E MOTIVAÇÃO

A eficácia das ações ergonômicas vai além de mudanças no espaço físico de trabalho — ela depende fortemente do envolvimento ativo dos profissionais na utilização adequada dos recursos disponibilizados. Para alcançar esse objetivo, é essencial promover um processo contínuo de capacitação e sensibilização. A formação em ergonomia fornece aos trabalhadores o conhecimento necessário para adotarem posturas corretas e utilizarem os equipamentos de forma segura, o que contribui para a prevenção de distúrbios ocupacionais e para o aumento do rendimento profissional (Iida, 2005).

Nesse contexto, Grandjean (2008) ressalta que os resultados positivos da ergonomia estão intrinsecamente ligados aos comportamentos rotineiros dos indivíduos. Organizações

de grande porte, como Google e Microsoft, têm reconhecido essa relação e, por isso, implementam programas educativos e treinamentos regulares com foco na ergonomia. Além disso, o papel da liderança é determinante: gestores conscientes e comprometidos tendem a instituir medidas ergonômicas mais efetivas e duradouras, como apontam Moraes e Mont'Alvão (2017).

A adoção de diretrizes ergonômicas no planejamento dos ambientes de trabalho está diretamente associada ao bem-estar dos colaboradores. Espaços concebidos com base nesses princípios contribuem para a redução do estresse, promovem maior engajamento e fortalecem o vínculo do trabalhador com a organização (Dul; Weerdmeester, 2008; Karasek; Theorell, 1990). A Norma Regulamentadora nº 17 (Brasil, 1978) reforça essa abordagem ao destacar a importância da formação contínua como parte essencial das diretrizes ergonômicas nas empresas.

Por fim, como enfatiza Wisner (1987), a ergonomia só se torna efetiva quando está inserida de forma genuína na cultura organizacional — um processo que exige o comprometimento coletivo e ações permanentes voltadas à melhoria das condições laborais.

### 3. METODOLOGIA

2972

Este estudo adota uma abordagem qualitativa para investigar a correlação entre práticas ergonômicas e produtividade no ambiente corporativo, tomando como base a Norma Regulamentadora nº 17 (NR-17). Inicialmente, foi conduzida uma revisão bibliográfica utilizando o Google Acadêmico, com os termos “ergonomia e produtividade”, “NR17” e “práticas ergonômicas em escritórios”. Foram selecionados apenas textos completos, disponíveis gratuitamente, em português ou inglês, que abordassem o contexto de escritórios administrativos. Foram excluídas publicações voltadas ao setor industrial ou que estivessem incompletas. A análise seguiu os procedimentos metodológicos descritos por Gil (2019), com foco na classificação dos tipos de pesquisa e sistematização dos dados. A base teórica foi composta por nove estudos selecionados conforme os critérios estabelecidos.

Além da fundamentação teórica, foi realizada uma pesquisa de campo com 92 profissionais atuantes em escritórios localizados nos estados de São Paulo e Santa Catarina. Os participantes pertenciam a empresas de pequeno e médio porte e possuíam no mínimo dois anos de atuação nesse tipo de ambiente, assegurando familiaridade com as práticas ergonômicas.

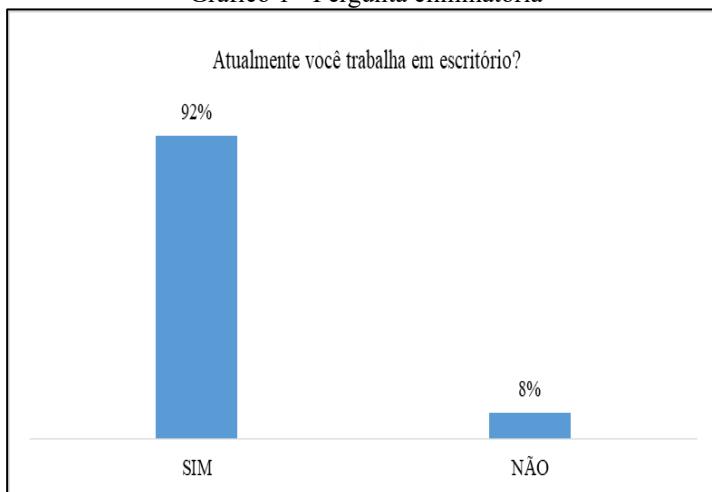
O instrumento de coleta foi um questionário dividido em duas etapas: a primeira consistiu em perguntas de triagem, abordando tempo de experiência, porte da empresa e gênero. A segunda parte investigou a percepção dos trabalhadores sobre ergonomia, incluindo aspectos como conhecimento prático, impacto na concentração e influência percebida na produtividade.

A união entre a análise bibliográfica e os dados empíricos possibilitou uma avaliação mais completa dos efeitos das práticas ergonômicas, aliando fundamentos teóricos às experiências relatadas pelos profissionais entrevistados.

#### 4. DISCUSSÕES E ANÁLISES

A pesquisa de campo teve início com uma pergunta de caráter eliminatório, cujo objetivo foi filtrar os participantes com experiência real em ambientes de escritório. Essa etapa buscou selecionar apenas os respondentes que atuam ou atuaram nesse tipo de ambiente nos últimos dois anos, assegurando a relevância e a confiabilidade dos dados analisados na investigação sobre a relação entre ergonomia e produtividade.

Gráfico 1 - Pergunta eliminatória



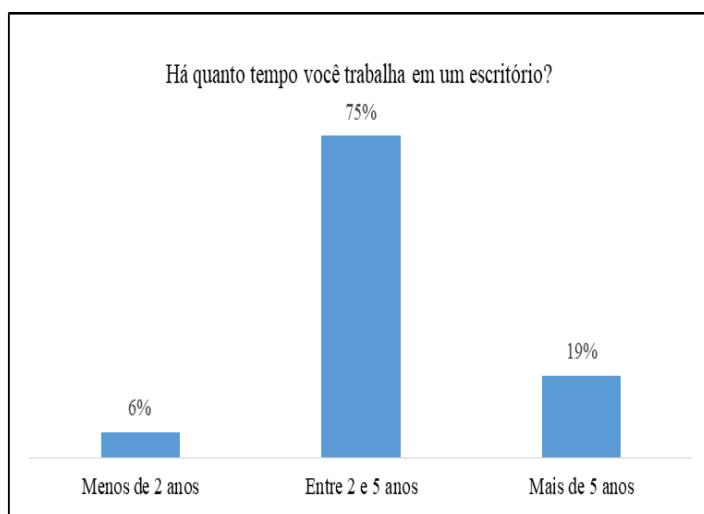
2973

Fonte: Os autores, 2025

Observa-se que 92% dos participantes possuem experiência recente em ambientes de escritório, enquanto apenas 8% não atendem a esse critério. Essa predominância reforça a adequação da amostra ao objetivo do estudo e valida a relevância das percepções coletadas, fortalecendo a análise sobre o impacto das condições ergonômicas na produtividade desses trabalhadores.

A segunda pergunta do questionário, também de caráter eliminatório, teve como objetivo identificar há quanto tempo os participantes atuam em ambiente de escritório. Essa informação foi utilizada como critério de inclusão, a fim de garantir que os respondentes possuíssem experiência consolidada com rotinas administrativas e, consequentemente, exposição significativa às práticas ergonômicas. As respostas obtidas estão apresentadas no Gráfico 2.

Gráfico 2 - Tempo em atividade



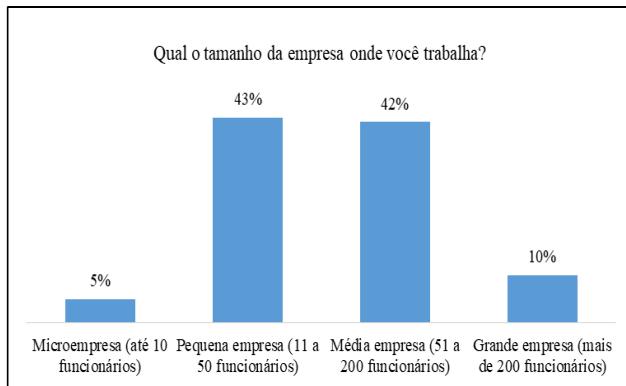
Fonte: Os autores, 2025

2974

Dos participantes, 75% relataram atuar entre dois e cinco anos em ambientes de escritório, enquanto 19% possuem mais de cinco anos de experiência. Apenas 6% indicaram menos de dois anos de atuação e, por esse motivo, foram excluídos da amostra. Essa medida contribuiu para reduzir possíveis distorções na análise, assegurando que os resultados fossem fundamentados em vivências mais consistentes e consolidadas no contexto organizacional.

A terceira pergunta do questionário buscou identificar o porte das empresas em que os participantes estão inseridos. Essa informação, apresentada no Gráfico 3, foi utilizada como critério de filtragem da amostra, priorizando colaboradores de pequenas e médias empresas — ou seja, organizações com 11 a 200 funcionários. O objetivo dessa delimitação foi garantir uma base de respostas mais homogênea, considerando ambientes organizacionais com estrutura minimamente consolidada, mas ainda com desafios no acesso e implementação de práticas ergonômicas. Assim, foram excluídas respostas de profissionais de microempresas (até 10 funcionários) e grandes corporações (mais de 200 funcionários).

Gráfico 3 - Tamanho da empresa



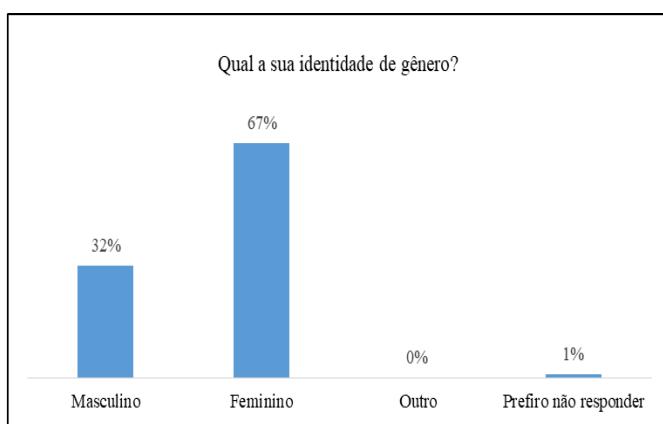
Fonte: Os autores, 2025

Os resultados apresentam que 3, 43% dos participantes atuam em pequenas empresas e 42% em médias, compondo a maior parte da amostra. Já os profissionais vinculados a microempresas (5%) e grandes empresas (10%) foram excluídos do estudo. Esse recorte metodológico contribuiu para a coerência da análise, permitindo examinar a ergonomia em contextos organizacionais que apresentam certa estrutura operacional, mas que ainda lidam com limitações orçamentárias e de gestão — cenário típico de pequenas e médias empresas no Brasil.

2975

A quarta e última pergunta voltada ao perfil dos participantes tratou da identificação de gênero, com o intuito de permitir uma análise mais detalhada sobre possíveis diferenças na percepção das condições ergonômicas no ambiente de escritório. Embora essa questão não tenha caráter eliminatório, as respostas apresentadas no Gráfico 4 contribuem para enriquecer a compreensão dos resultados, considerando aspectos sociais e individuais que podem influenciar na experiência de trabalho.

Gráfico 4 - Gênero



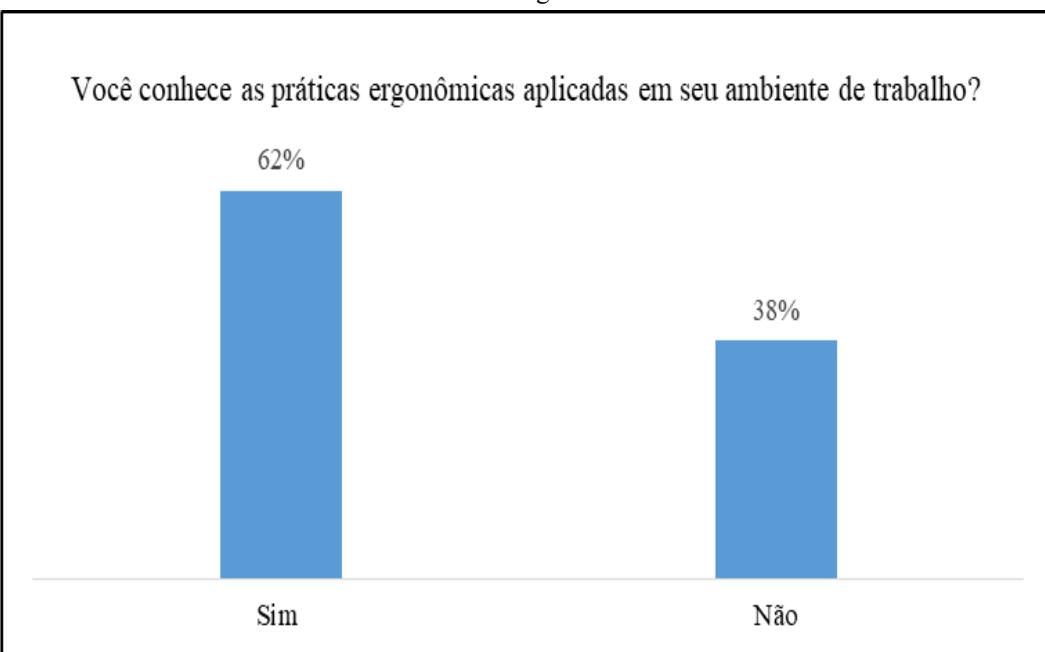
Fonte: Os autores, 2025

A maioria dos respondentes se identificou como do gênero feminino 67%, seguida por 32% do gênero masculino, enquanto 1% optou por não informar essa informação. Embora essa variável não tenha sido utilizada como critério de exclusão, sua distribuição é relevante para analisar possíveis diferenças na sensibilidade ou no impacto das condições ergonômicas entre gêneros, aspectos que podem influenciar recomendações e intervenções em ambientes corporativos.

#### 4.1 PERCEPÇÕES SOBRE AS PRÁTICAS ERGONÔMICAS NO AMBIENTE DE TRABALHO

A quinta pergunta do questionário buscou identificar o grau de conhecimento dos participantes sobre as práticas ergonômicas presentes em seus locais de trabalho. As respostas estão detalhadas no Gráfico 5.

Gráfico 5 - Ergonomia



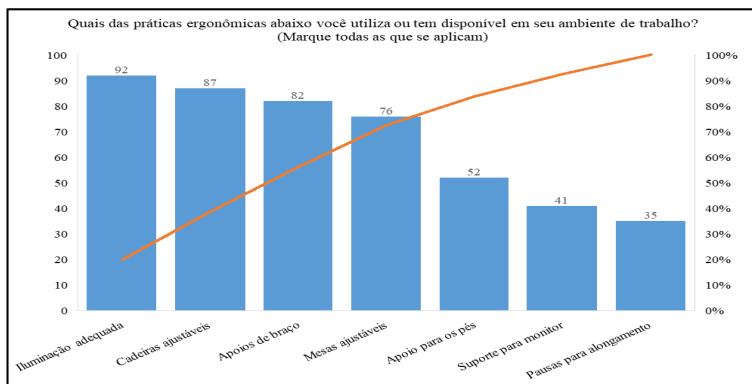
2976

Fonte: Os autores, 2025

Um percentual de 62% dos respondentes afirmou conhecer as práticas ergonômicas adotadas no ambiente em que atuam, enquanto 38% relataram desconhecimento sobre o tema. Esse dado evidencia que uma parcela significativa dos colaboradores ainda não está familiarizada com essas práticas, o que ressalta a necessidade de investimentos por parte das empresas em programas de treinamento e sensibilização. A ampliação do conhecimento sobre ergonomia é fundamental para assegurar a efetiva aplicação das recomendações da NR17, contribuindo para melhorias na saúde e produtividade dos trabalhadores.

A sexta pergunta buscou identificar quais práticas ergonômicas os participantes utilizam ou têm disponíveis em seus ambientes de trabalho. Foram listadas opções como iluminação adequada, cadeiras ajustáveis, apoios de braço, mesas ajustáveis em altura, apoio para os pés, suporte para monitor e pausas para alongamento. As respostas estão apresentadas no Gráfico 6, com o objetivo de mapear o nível de suporte ergonômico nas empresas.

Gráfico 6 – Práticas utilizadas



Fonte: Os autores, 2025

A análise dos dados revela que a maioria dos entrevistados conta com iluminação adequada (92), cadeiras ajustáveis (87) e apoios de braço para cadeira (82). Em contrapartida, práticas como apoio para os pés (52), suporte para monitor (41) e pausas para alongamento (35) apresentam menor adoção.

2977

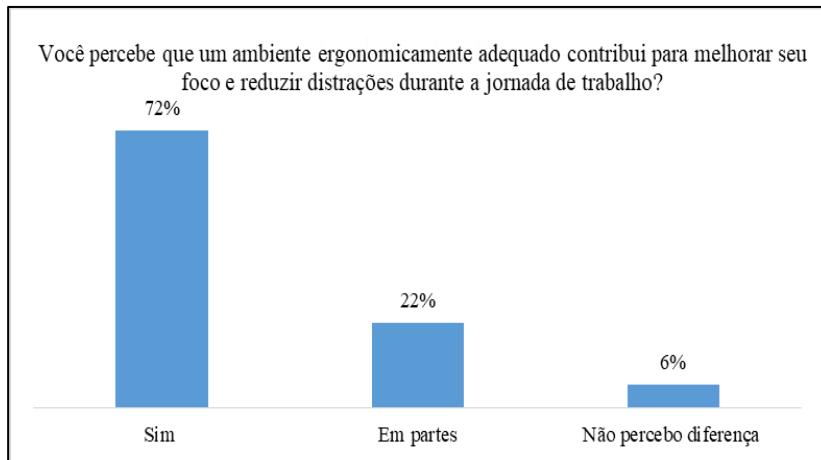
A baixa adoção de pausas para alongamento sugere uma cultura organizacional ainda pouco voltada à prevenção de doenças ocupacionais por meio de práticas simples e acessíveis. Estudos como os de Iida (2021) e Grandjean (2018) destacam a importância dessas pausas na prevenção da fadiga, das dores musculares e na preservação da produtividade.

#### 4.2 RELACIONAMENTO ENTRE ERGONOMIA E PRODUTIVIDADE

A sétima pergunta teve como objetivo analisar a percepção dos trabalhadores sobre o impacto de um ambiente ergonomicamente adequado na concentração e na redução de distrações durante a jornada de trabalho. Esse aspecto é fundamental para compreender como elementos físicos e organizacionais influenciam o desempenho cognitivo. Um ambiente ajustado aos princípios da ergonomia pode minimizar desconfortos, favorecer a postura adequada, reduzir esforços desnecessários e, com isso, promover melhores condições para o foco e a continuidade nas tarefas. De acordo com Dul e Weerdmeester (2004) e Iida (2021), a ergonomia não se limita ao conforto físico, mas exerce influência direta sobre a

atenção, memória e capacidade de processamento de informações. Complementando essa perspectiva, a Norma Regulamentadora nº 17 estabelece que o ambiente de trabalho deve ser planejado para proporcionar condições de conforto que favoreçam o desempenho eficiente e seguro (BRASIL, 2022), reforçando a relação entre ergonomia e desempenho mental.

Gráfico 7 – Influência da ergonomia no foco e concentração



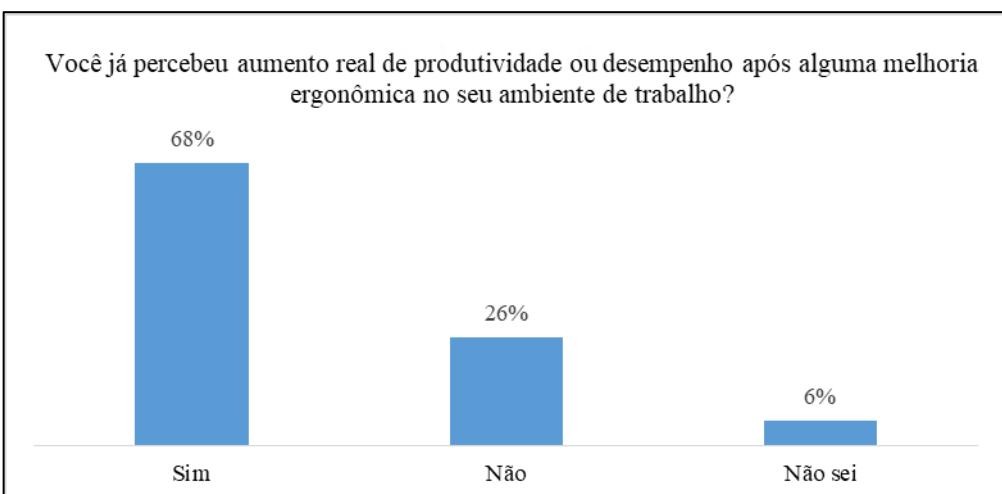
Fonte: Os autores, 2025

Os resultados demonstram que 72% dos participantes percebem que um ambiente ergonomicamente adequado melhora o foco e reduz distrações ao longo do expediente. Outros 22% reconhecem essa influência parcialmente, enquanto apenas 6% não percebem diferença. Essa percepção majoritariamente positiva destaca a importância da ergonomia como aliada do desempenho cognitivo. No entanto, o fato de parte dos respondentes não identificar plenamente essa relação pode estar associado à naturalização de desconfortos ou à ausência de intervenções ergonômicas perceptíveis. Como aponta Iida (2021), os efeitos da ergonomia tornam-se mais evidentes quando há um esforço sistemático das empresas em integrar melhorias físicas com resultados concretos do cotidiano. Dul e Weerdmeester (2019) observam que os benefícios ergonômicos são, muitas vezes, progressivos e demandam ações educativas para se tornarem evidentes. Além disso, Robertson et al. (2013) evidenciam que ambientes ergonomicamente otimizados não apenas melhoram o conforto físico, mas também favorecem a motivação, a atenção sustentada e o desempenho geral. Por isso, conforme orienta a NR-17, é fundamental que os empregadores promovam ações contínuas de adequação, sensibilização e acompanhamento das condições de trabalho, garantindo que os colaboradores estejam conscientes dos impactos positivos da ergonomia na sua saúde e produtividade.

Para além das expectativas teóricas sobre os benefícios da ergonomia, esta etapa da pesquisa buscou investigar se os trabalhadores efetivamente percebem melhorias em seu desempenho após intervenções ergonômicas.

A oitava pergunta da pesquisa, cujas respostas estão representadas no Gráfico 8, buscou investigar se os trabalhadores percebem ganhos reais de produtividade ou desempenho após a implementação de melhorias ergonômicas em seu ambiente de trabalho. A intenção foi ir além dos benefícios teóricos amplamente divulgados, explorando o impacto prático e cotidiano dessas intervenções. A produtividade está intrinsecamente relacionada ao conforto físico, à redução da fadiga, à adequação postural e à facilidade de interação com recursos e equipamentos. A percepção subjetiva de melhora no desempenho é um sinal importante da eficácia dessas ações e de sua internalização pelos colaboradores.

Gráfico 8 – Ergonomia x Produtividade



2979

Fonte: Os autores, 2025

Os dados revelam que 68% dos participantes perceberam um aumento real de produtividade após a adoção de melhorias ergonômicas. Esse resultado corrobora as premissas da literatura, validando empiricamente a influência positiva da ergonomia no desempenho laboral. Por outro lado, 26% dos respondentes afirmaram não ter percebido qualquer impacto, o que indica que, em alguns casos, as intervenções podem ter sido pontuais, mal comunicadas ou não suficientemente robustas para gerar efeitos perceptíveis.

Adicionalmente, os 6% que responderam “não sei” evidenciam uma possível falha na comunicação interna ou na sensibilização dos colaboradores quanto às mudanças realizadas. Iida (2021) destaca que a percepção dos benefícios ergonômicos depende do alinhamento entre as ações práticas e os processos educativos dentro das organizações. Nesse

sentido, a NR-17 orienta que as melhorias ergonômicas devem ser acompanhadas de informações claras, capacitações e escuta ativa dos trabalhadores, para que suas necessidades reais sejam atendidas e os benefícios efetivamente compreendidos (BRASIL, 2022).

Assim, para consolidar uma cultura ergonômica consistente, é fundamental que as organizações integrem intervenções técnicas com estratégias de comunicação, treinamento contínuo e participação ativa dos colaboradores.

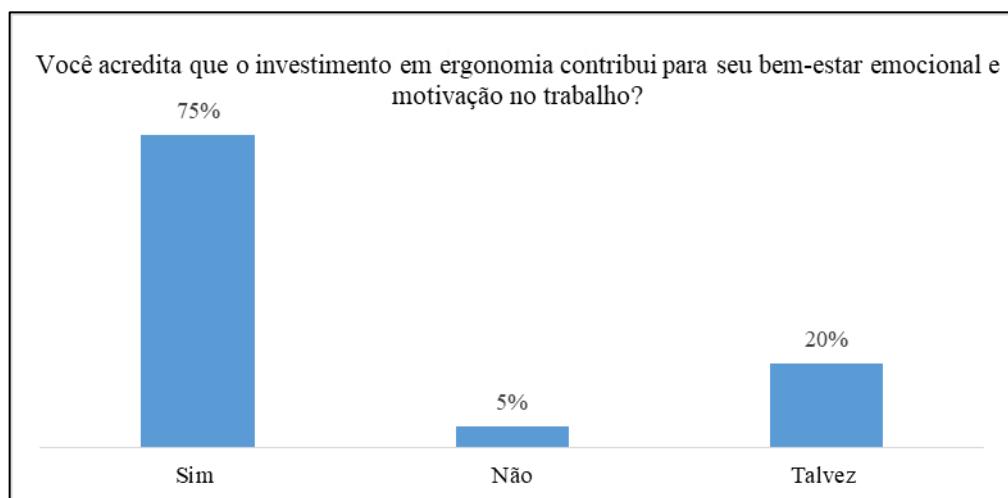
#### 4.3 RESULTADOS

Na etapa final do questionário, buscou-se compreender como os colaboradores percebem os efeitos do investimento em ergonomia sobre seu bem-estar emocional e motivação. O Gráfico 9 apresenta os resultados dessa pergunta, que visa captar não apenas os impactos físicos, mas também os efeitos subjetivos das condições ergonômicas no cotidiano profissional.

Segundo Iida (2021), a ergonomia deve considerar o ser humano em sua totalidade — corpo, mente e emoções — adaptando o trabalho às suas necessidades reais. A NR-17 reforça esse princípio ao estabelecer que as condições laborais devem promover conforto, segurança e saúde física e mental. Nesse contexto, ações ergonômicas bem aplicadas funcionam como sinais concretos de valorização institucional, com potencial para fortalecer o engajamento, a satisfação e o vínculo dos colaboradores com a organização.

2980

Gráfico 9 – Investimentos em ergonomia



Fonte: Os autores, 2025

A maior parte dos respondentes (75%) reconhece que o investimento em ergonomia impacta positivamente seu bem-estar emocional e motivação no trabalho. Esse dado reforça a compreensão de que a ergonomia ultrapassa os aspectos físicos, sendo percebida também como um elemento de valorização profissional e cuidado institucional. Por outro lado, 20% indicaram “talvez”, revelando a existência de dúvidas ou experiências divergentes sobre o tema. Os 5% restantes, que responderam negativamente, apontam para a necessidade de fortalecer ações mais consistentes, visíveis e eficazmente comunicadas dentro das organizações.

Dul e Weerdmeester (2019) argumentam que o vínculo entre motivação e ergonomia se fortalece quando o trabalhador percebe que seu bem-estar é uma preocupação genuína da organização. Nesse contexto, intervenções ergonômicas funcionam como sinais simbólicos e práticos de cuidado institucional, com potencial para aumentar o comprometimento, reduzir o absenteísmo e fortalecer a cultura de saúde e desempenho sustentável. Os dados obtidos reforçam ainda que, embora algumas diretrizes ergonômicas já estejam parcialmente implementadas, ainda há um caminho importante a ser trilhado. A ampliação do conhecimento ergonômico e o estímulo a práticas preventivas representam oportunidades reais de avanço, tanto na promoção da saúde quanto no aumento da eficiência organizacional.

2981

## 5. CONCLUSÃO

Os resultados obtidos ao longo desta pesquisa permitem concluir que a aplicação de práticas ergonômicas em ambientes de escritório constitui uma estratégia eficaz para elevar a produtividade e promover a saúde dos colaboradores. Medidas como a utilização de cadeiras com ajustes ergonômicos, iluminação adequada e pausas para alongamento se mostraram relevantes para o alívio de desconfortos físicos e para a melhoria do desempenho funcional.

Apesar disso, observou-se que a implementação dessas práticas ainda enfrenta obstáculos consideráveis, como a escassez de conhecimento por parte de gestores e trabalhadores e a relutância de algumas organizações em alocar recursos para ações preventivas. Embora muitos participantes reconheçam os benefícios da ergonomia, uma parcela expressiva ainda desconhece seus impactos reais, o que aponta para a urgência de ações educativas e programas de sensibilização.

Dessa forma, o investimento em ergonomia deve ser compreendido não apenas como uma ação pontual, mas como parte de uma política organizacional ampla, voltada à valorização do trabalhador e à construção de um ambiente de trabalho mais funcional. É fundamental que existam estratégias bem definidas para superar as barreiras culturais e financeiras que dificultam a adoção sistemática dessas práticas.

Reforça-se, assim, que promover espaços laborais ergonomicamente estruturados contribui de forma decisiva para a qualidade de vida dos profissionais, além de otimizar os indicadores de desempenho das empresas. A ergonomia, nesse sentido, deve ser encarada como um investimento estratégico que alia bem-estar humano à sustentabilidade dos processos produtivos.

## REFERÊNCIAS

**BRASIL.** Ministério do Trabalho e Emprego. Norma Regulamentadora nº 17: Ergonomia. 1978. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-organos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-17-atualizada-2022.pdf>. Acesso em: 10 abr. 2025.

**DUL, Jan; WEERDMEESTER, Bernard.** *Ergonomia prática.* 5. ed. São Paulo: Edgard Blücher, 2019. 2982

**DUL, Jan; WEERDMEESTER, Bert.** *Ergonomia: princípios e métodos.* 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

**GIL, Antonio Carlos.** *Como elaborar projetos de pesquisa.* 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

**GRANDJEAN, Erich.** *Ergonomia: organização do trabalho e do ambiente de trabalho.* São Paulo: Blücher, 2008.

**IIDA, Itiro.** *Ergonomia: projeto e produção.* 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Edgard Blücher, 2021.

**KARASEK, Robert A.; THEORELL, Tores.** *Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life.* New York: Basic Books, 1990.

**LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade.** *Fundamentos de metodologia científica.* 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

**MORAES, A. M.; MONT'ALVÃO, W. C.** *Ergonomia no ambiente de trabalho.* São Paulo: Atlas, 2017.

**ROBERTSON, Michelle M.; HUANG, Yueng-Hsiang; LEE, Jin.** Office ergonomics training and a sit-stand workstation: Effects on musculoskeletal and visual symptoms and performance of office workers. *Applied Ergonomics*, Oxford, v. 44, n. 1, p. 73–85, 2013.

**WISNER, P.** *Ergonomia e saúde ocupacional.* São Paulo: Editora do Brasil, 1987.