

**Atividade Extensionista**

**PROJETO**

**1. Identificação do Objeto**

**Atividade Extensionista:**

PROGRAMA  **PROJETO**  CURSO  OFICINA  EVENTO  PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS  AÇÃO DE EXTENSÃO SOCIAL

**Área Temática:** Direitos Humanos

**Linha de Extensão:** Ergonomia no ambiente de trabalho.

**Local de implementação (Instituição parceira/conveniada):** Centro de Beleza Maíra Negrão.

**Título Geral:** Ergonomia.

**2. Identificação dos Autor(es) e Articulador(es)**

**Curso:** Direito

**Coordenador de Curso:** Adalberto Nogueira Aleixo

**Articulador(es)/Orientador(es):** Prof. Lourivânia Soares de Lacerda

**Aluno(a)/Equipe:**

<b>Nome Completo</b>	<b>Curso / Matrícula</b>	<b>E-mail</b>
Luciana Diniz Cipriani	Direito/2310010000048	luhcupriani@gmail.com
Matheus Mascarenhas Barros	Direito/2310010000066	matheusmasbarros@gmail.com
Irineu Ortiz de Albernaz	Direito/2320010000009	
Francisco das Chagas Feitosa Dourado	Direito/ 2320010000127	chdourado@gmail.com
Gabriel Aires Rego Bastos	Direito/2310010000098	h_aires@hotmail.com

### **3. Desenvolvimento**

#### **Apresentação:**

A Declaração Universal dos Direitos Humanos foi promulgada em 1948 pela Organização das Nações Unidas – ONU. Ela foi constituída em 30 artigos destinados à preservação da vida humana, dispondo acerca de diversos princípios de proteção às pessoas, especialmente a **saúde**.

No Brasil, a Segurança e a Saúde no Trabalho são garantidas pela Constituição Federal. Trata-se de um conjunto de normas exigidos tanto de empresas quanto de colaboradores que visam prevenir as doenças ocupacionais, os acidentes de trabalho e proteger a integridade física do trabalhador.

O direito à saúde no trabalho é preceito fundamental de qualquer ser humano. A **Ergonomia** como ciência, surgiu para melhorar as condições de trabalho e o conforto do trabalhador. Ela foi regulamentada pela NR 17, dispondo sobre um conjunto de regras e procedimentos que estudam a organização do ambiente de trabalho e as interações entre o homem, as máquinas e os equipamentos. Seu objetivo é reduzir riscos, atuando nas condições dos espaços físicos da empresa e organização de processos corporativos.

A Ergonomia desempenha um papel fundamental na prevenção de problemas de saúde relacionados ao trabalho, uma vez que se concentra no *design* e na organização do trabalho de forma a otimizar o bem-estar dos trabalhadores e minimizar os riscos de lesões e doenças ocupacionais.

Assim, este trabalho justifica-se pela fundamental necessidade de se **propiciar ao trabalhador condições salutaras de trabalho**. Isso será possível a partir do conhecimento e da verificação da aplicação da ergonomia física e organizacional, juntamente com os níveis de satisfação das profissionais do Centro de Beleza Maíra Negrão.

#### **Fundamentação Teórica:**

Conforme as Nações Unidas, a **Declaração Universal dos Direitos Humanos - DUDH** é um documento marco na história dos direitos humanos. Elaborada por

representantes de diferentes origens jurídicas e culturais de todas as regiões do mundo, a Declaração foi proclamada pela Assembleia Geral das Nações Unidas em Paris, em 10 de dezembro de 1948, por meio da Resolução 217 A (III) da Assembleia Geral como uma norma comum a ser alcançada por todos os povos e nações. Ela estabelece, pela primeira vez, a proteção universal dos direitos humanos.

Desde sua adoção, em 1948, a DUDH foi traduzida em mais de 500 idiomas – o documento mais traduzido do mundo – e inspirou as constituições de muitos Estados e democracias recentes.

Ela foi constituída em 30 artigos destinados à preservação da vida humana, dispendo acerca de diversos princípios de proteção às pessoas, especialmente a **saúde**. Em seus artigos 23 e 25, dispõe o seguinte:

**Artigo 23.**

1. Todo ser humano tem direito ao trabalho, à livre escolha de emprego, a **condições justas e favoráveis de trabalho** e à proteção contra o desemprego. (grifo nosso)

(...)

**Artigo 25.**

1. Todo ser humano tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar a si e a sua família **saúde** e bem estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis, e direito à segurança em caso de desemprego, doença, invalidez, viuvez, velhice ou outros casos de perda dos meios de subsistência fora de seu controle. (grifo nosso)

Salienta-se que a Constituição Federal de 1988 foi a primeira a utilizar expressamente o termo saúde do trabalhador em seu texto. No artigo 196, dispõe que:

Art. 196. A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação.

Dessa forma, observa-se que o direito à **saúde no trabalho** é preceito fundamental de qualquer ser humano. Conforme Bernardes e Parise, a **Ergonomia** tem como objetivo melhorar as condições de trabalho e o conforto do trabalhador.

Assim, este trabalho justifica-se pela fundamental necessidade de se propiciar ao trabalhador condições salubres de trabalho. Isso será possível a partir do conhecimento e da verificação da aplicação da ergonomia física e organizacional, juntamente com os níveis de satisfação das profissionais do **Centro de Beleza Maíra Negrão**.

Diversos fatores podem contribuir para que os profissionais tenham sua saúde e sua integridade física afetadas, como os movimentos repetitivos, o barulho dos equipamentos utilizados, o contato com produtos químicos, muito tempo em pé e demais.

Por esse motivo, é necessário que os donos dos estabelecimentos precisam conhecer as normas de segurança e oferecer os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) adequados para a função exercida, protegendo toda a equipe.

Os principais riscos desses profissionais são:

- **Má postura:** Além de exigir movimentos repetitivos e esforços físicos, o que pode gerar lesão nas mãos e dores nas costas, na coluna, nos ombros e nas pernas, além de demais enfermidades que afetam nervos e músculos, como a tendinite.
- **Complicações respiratórias:** Esse é um dos principais riscos encontrados nos salões de beleza, principalmente pelo fato de os funcionários manusearem frequentemente produtos químicos, como formol, tintura de cabelo, amoníaco, peróxido de hidrogênio, tolueno, ácido acético etc.
- **Alergias:** As alergias, mais conhecidas como dermatites de contato, também ocorrem devido ao contato diário com produtos químicos e podem surgir logo após um único uso do composto ou pela utilização excessiva. Entre suas principais consequências, estão a descamação da pele, coceiras, entre outros incômodos que, em casos mais sérios, impedem que o profissional exerça suas atividades.
- **Exposição à radiação:** Outra exposição comum no salão de beleza é a exposição à radiação emitida por alguns aparelhos muito usados nesse tipo de estabelecimento, como o laser empregado em certos tratamentos, as câmaras de bronzeamento, os esterilizadores, as estufas, a radiação infravermelha dos secadores de cabelo etc. A exposição a esse agente pode gerar lesões nos olhos, danos à pele, queimaduras, alterações no sistema imunológico e demais ferimentos.

- **Exposição ao ruído:** Os ruídos também fazem parte dos salões de beleza, já que, dentro do ambiente, podem ser encontrados os sons de secadores, ar-condicionado, massageadores, aparelhos da podóloga, máquina de cortar cabelo, telefones, televisão, conversas de clientes etc. Isso pode gerar a perda da audição, que pode provocar alguns sintomas, como elevação da pressão sanguínea, ansiedade, aumento do ritmo cardíaco, irritabilidade e demais.
- **Riscos biológicos:** Os riscos biológicos podem acometer qualquer profissional que trabalhe no salão de beleza, como cabeleireiro, manicure, podólogo, depilador, massagista e outros integrantes da equipe que possam ter contato físico com fluidos e sangue de pessoas portadoras de alguma enfermidade ou infecções de pele. Por exemplo, no momento de fazer as unhas das mãos e pés das clientes, alguns instrumentos são usados e, caso não sejam higienizados e esterilizados da forma mais adequada, podem transmitir doenças sérias, como a hepatite B e C, alergias, fungos e micoses.
- **Riscos de acidentes:** Os acidentes são algo imprevisível, já que podem acontecer a qualquer hora e com qualquer pessoa. Por exemplo, existem problemas que podem surgir dentro do ambiente de trabalho, como no deslocamento de casa para o salão de beleza. Entre as principais causas desses acidentes, estão: escadas, pisos escorregadios, fios desencapados, tapetes e outros objetos que podem gerar acidentes bastante graves.

A **Ergonomia** desempenha um papel fundamental na prevenção de problemas de saúde relacionados ao trabalho, uma vez que se concentra no *design* e na organização do trabalho de forma a otimizar o bem-estar dos trabalhadores e minimizar os riscos de lesões e doenças ocupacionais.

Abaixo, serão listadas algumas diretrizes e práticas que podem ajudar na prevenção da saúde do trabalhador com base na ergonomia:

#### Avaliação ergonômica do local de trabalho:

- Análise ergonômica do local de trabalho para identificar riscos e áreas que podem ser melhoradas em termos de *design* e *layout*.

- Disposição dos equipamentos, mobiliário, iluminação, temperatura e ventilação.

#### Design de estações de trabalho:

- Ajustar a altura das mesas, cadeiras e equipamentos para se adequar às dimensões do trabalhador, permitindo posturas de trabalho confortáveis.
- Usar cadeiras ergonômicas que ofereçam suporte adequado para a coluna vertebral e permitam ajustes de altura e inclinação.
- Utilizar suportes para monitor e teclado ajustáveis para evitar tensões no pescoço, ombros, braços e pulsos.

#### Movimentação segura de cargas:

- Fornecer treinamento para técnicas adequadas de levantamento e movimentação de objetos pesados para evitar lesões na coluna e nos músculos.
- Utilizar equipamentos de elevação, como guinchos e empilhadeiras, sempre que possível.

#### Organização do trabalho:

- Planejar pausas regulares para permitir que os trabalhadores descansem e alonguem-se, reduzindo o risco de lesões por esforço repetitivo.
- Implementar uma rotação de tarefas para evitar que os trabalhadores realizem a mesma atividade por longos períodos.

#### Iluminação adequada:

- Garantir que a iluminação no local de trabalho seja adequada para a realização das tarefas, evitando o cansaço visual e a tensão nos olhos.

#### Controle de ruído e vibração:

- Implementar medidas para reduzir os níveis de ruído e vibração no local de trabalho, pois a exposição prolongada a esses fatores pode levar a problemas de audição e saúde.

#### Treinamento e conscientização:

- Oferecer treinamento aos funcionários sobre ergonomia e a importância de boas práticas no local de trabalho.
- Incentivar os trabalhadores a relatarem quaisquer desconfortos ou problemas ergonômicos para que possam ser abordados prontamente.

#### Monitoramento e adaptação:

- Avaliar as condições ergonômicas no local de trabalho e faça ajustes conforme necessário para melhorar o conforto e a segurança dos funcionários.

#### Integração da ergonomia no design de novos equipamentos e processos:

- Considerar a ergonomia desde o início ao projetar novos equipamentos, ferramentas ou processos de trabalho, a fim de evitar problemas futuros.

A aplicação consistente dos princípios ergonômicos no local de trabalho pode ajudar a prevenir uma série de problemas de saúde ocupacional, incluindo lesões músculo-esqueléticas, problemas de visão, estresse e fadiga relacionados ao trabalho. A promoção de um ambiente de trabalho ergonomicamente saudável pode melhorar a qualidade de vida dos funcionários e aumentar a produtividade da empresa.

Portanto, este projeto tem como objetivo analisar as condições ergonômicas físicas e organizacionais das profissionais do Centro de Beleza Maíra Negrão, com o objetivo de erradicar, minimizar e/ou evitar a ocorrência de doenças do trabalho.

Identificar esses casos e buscar as principais estratégias para garantir a saúde e a segurança dos colaboradores é fundamental, seja por meio do fornecimento de EPI, seja tomando os cuidados necessários, entre outros.

São problemas sérios, que devem ser evitados, já que, além de provocarem danos ou até mesmo a morte de um funcionário, também comprometem a reputação do estabelecimento. Por isso, ao adquirir os equipamentos de proteção individual adequados aos serviços prestados, é preciso contar com um fornecedor qualificado e que tenha credibilidade no mercado, já que é primordial contar com itens de qualidade e que realmente proporcionem a segurança de todos os membros da equipe.

**Tema Geral:**

Ergonomia no ambiente de trabalho.

**Tema Específico do Grupo:**

Conduas a serem utilizadas pelas profissionais do Centro de Beleza Maíra Negrão para o exercício do trabalho, a fim de evitar problemas sérios, como danos ou até mesmo a morte de algum funcionário, que irá comprometer também a reputação do estabelecimento.

**Problema verificado:**

Os profissionais de salão de beleza estão expostos a vários riscos ocupacionais, comprometendo sua saúde e sua integridade física, como os movimentos repetitivos, barulho dos equipamentos utilizados, contato com produtos químicos, muito tempo em pé, dentre outros. Por esse motivo, é necessário conscientizar os profissionais acerca de medidas a serem adotadas no ambiente de trabalho, além de conscientizar os donos dos estabelecimentos a conhecer as normas de segurança e oferecer os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) adequados para a função exercida, protegendo toda a equipe.

**Identificação do público-alvo do projeto:**

Profissionais do Centro de Beleza Maíra Negrão.

**Objetivo geral:**

Conscientizar os profissionais acerca de medidas a serem adotadas no ambiente de trabalho, além de conscientizar os donos dos estabelecimentos a conhecer as normas de segurança e oferecer os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) adequados para a função exercida, protegendo toda a equipe.



### **Objetivos específicos:**

- Capacitar os profissionais com palestra ministrada por uma Fisioterapeuta;
- Criar banners e folders digitais para explicar ao público alvo o tema abordado; e
- Envolver o público alvo nas atividades por meio de entrevistas.

### **Justificativa:**

Recentemente, tem se observado um aumento da demanda de serviços prestados pelos profissionais da Beleza, que são especialistas nos cuidados corporais - em especial o cabelo, o rosto e o corpo, visando à manutenção da saúde, da beleza e do bem estar. Não obstante, a demanda por esses serviços não tem sido acompanhada com a devida qualificação profissional. Desse modo, o profissional da Beleza fica exposto e pode expor clientes a diferentes tipos de riscos quanto ao uso inadequado de cosméticos e procedimentos não recomendados pelos órgãos regulamentadores da profissão da Estética e de Saúde Pública.

### **Metas:**

- Capacitar os profissionais com palestra ministrada por uma Fisioterapeuta;

### **Hipótese / Resultado esperado:**

Parte-se da hipótese de que os profissionais da beleza estão mais vulneráveis a doenças ocupacionais, como má postura (movimentos repetitivos e esforços físicos), complicações respiratórias (frequente manuseio de produtos químicos), alergias (contato diário com produtos químicos), exposição à radiação (emitida por alguns aparelhos muito usados nesse tipo de estabelecimento, como o laser empregado em certos tratamentos, as câmaras de bronzeamento, os esterilizadores, as estufas, a radiação infravermelha dos secadores de cabelo etc), exposição ao ruído (sons de secadores, ar-condicionado,

massageadores, aparelhos da podóloga, máquina de cortar cabelo, telefones, televisão, conversas de clientes etc), riscos biológicos (contato físico com fluidos e sangue de pessoas portadoras de alguma enfermidade ou infecções de pele) e riscos de acidentes (escadas, pisos escorregadios, fios desencapados, tapetes). Com o trabalho, espera-se aumentar a percepção do público-alvo dos riscos de determinadas atividades e aumentar o seu conhecimento sobre medidas de prevenção contra acidentes.

### **Metodologia:**

- Realização de palestras;
- Uso de Banners; e
- Uso de folders.

**Data de início:** 09/08/2023.

**Data de término:** 20/11/2023.

### **Referência Bibliográfica:**

Declaração Universal dos Direitos Humanos. Disponível em <https://brasil.un.org/pt-br/91601-declara%C3%A7%C3%A3o-universal-dos-direitos-humanos>.

DECLARAÇÃO UNIVERSAL DOS DIREITOS HUMANOS. Disponível em <file:///C:/Users/luciana.cipriani.PRESIDENCIA/Downloads/Declara%C3%A7%C3%A3o%20Universal%20dos%20Direitos%20Humanos%20-%201948.pdf>.

Confira Os 7 Principais Riscos Ocupacionais Em Salão De Beleza. Disponível em <https://blog.volkdobrasil.com.br/riscos-ocupacionais-em-salao-de-beleza/>.



Riscos ocupacionais de uma amostra dos profissionais da beleza do município de Goiânia.

Disponível

em

<<https://docs.academicoo.com/user/itelvides/riscos-ocupacionais-uma-amostra-dos-trabalhadores-em-saloes-de-beleza.pdf>>.