

**Núcleo de Avaliação:** Núcleo II

**Área temática:** Ergonomia

**Área do Conhecimento:** Engenharia de Produção

## **Análise ergonômica sobre a postura de motoristas de caminhões caçamba na cidade de Mossoró-Rn**

Moniele da Conceição Cabral de Assis

**Introdução:** A ergonomia aplicada à condução de caminhões tem se tornado um foco essencial na promoção da saúde e do bem-estar dos motoristas. Compreendendo a importância de um ambiente de trabalho confortável e seguro, as inovações de assistência ao motorista têm sido fundamentais para melhorar a postura e reduzir o risco de lesões musculoesqueléticas. Além disso, a conscientização sobre práticas ergonômicas e a realização de pausas regulares estão se tornando parte integrante da formação dos motoristas. Este avanço na ergonomia não apenas visa proteger a saúde dos profissionais, mas também aumentar a eficiência e a segurança nas estradas, refletindo um compromisso com a qualidade de vida no trabalho. As condições de trabalho às quais motoristas são expostos interferem em diversos aspectos da sua vida profissional e pessoal, incluindo lesões musculoesqueléticas, problemas circulatórios e estresse. **Objetivos:** O estudo tem por objetivo realizar uma análise ergonômica da postura de motoristas de caminhões caçambas com auxílio de ferramentas da ergonomia, visando a melhoria da qualidade de vida destes trabalhadores. **Materiais e métodos:** De início, o trabalho baseia-se em uma revisão bibliográfica sobre ergonomia, postura e a ferramenta de ergonomia RULA por meio de artigos, livros e teses. Com relação ao método RULA, surgiu a necessidade de coleta de dados quantitativos. Sob esta óptica, foi feito um estudo de caso no qual 5 motoristas foram analisados nos seus postos de trabalho. Foi realizado também um questionário aplicado através da ferramenta Google Forms. O questionário teve por objetivo caracterizar o respondente, buscar informações sobre a rotina do trabalho e identificar possíveis regiões de dor/desconforto. Com relação à utilização da ferramenta RULA, foi utilizado o software Ergolândia 8.0, comparando o posto de trabalho real com as situações ilustradas no próprio programa através de imagens. O estudo de caso foi composto por 3 etapas, a primeira foi a análise dos resultados obtidos através do questionário geral, aplicado a 20 motoristas (incluindo os 5 para avaliação pelo RULA), posteriormente os resultados da análise via RULA e por fim, propostas de melhoria para os problemas identificados: Pausas e alongamentos, fortalecimento muscular, treinamento e conscientização. **Resultados e conclusões:** Constatou-se que parte dos entrevistados sentem dor, ou desconforto musculoesquelético, na região do tronco e pescoço, estas queixas podem estar associadas à posição sentada por períodos prolongados. Quanto a análise das posturas através do RULA, demonstrou risco moderado, pois a postura sentada por longos períodos é prejudicial a coluna, precisando de ajustes na tarefa executada e implementação de pausas regulares. Conclui-se que é necessário a implantação de programas de orientações, realizadas por profissionais da saúde

---

e das empresas, visando à correção de posturas inadequadas e na melhoria das condições de saúde em geral destes trabalhadores durante seu dia a dia de trabalho.

**Palavras-chave:** Postura, Ergonomia, Motorista, RULA, Caçamba.

**Agência financiadora:** Não possui.

**Campus:** Mossoró.

---