



**IAGNÊS SILVA TEIXEIRA**

**ANÁLISE ERGONÔMICA DE UMA UNIDADE DE  
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM UMA ESCOLA  
MUNICIPAL DE MINAS GERAIS**

**LAVRAS-MG**

**2019**

**IAGNÊS SILVA TEIXEIRA**

**ANÁLISE ERGONÔMICA DE UMA UNIDADE DE  
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM UMA ESCOLA  
MUNICIPAL DE MINAS GERAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Universidade  
Federal de Lavras, como parte das  
exigências do Curso de Nutrição,  
para a obtenção do título de  
Bacharel.

Prof.<sup>a</sup> Dr. Carolina Valeriano de Carvalho

Orientadora

**LAVRAS-MG**

**2019**

## RESUMO

A escola é um espaço para a educação e saúde, e as merendeiras ocupam lugar central no debate por serem as responsáveis diretas pelo preparo da alimentação, atividade essa, que deve ser desenvolvida com a adoção de práticas ergonômicas adequadas para realização das atividades com qualidade, sendo que a melhoria contínua da qualidade de trabalho é um grande desafio a ser vencido a cada dia. Objetiva-se com este trabalho avaliar a condição ergonômica da Unidade de Alimentação e Nutrição da “Escola Municipal Cantinho Feliz” da cidade de Ingaí-MG; a relação das merendeiras no ambiente inserido, possibilitando conhecer sobre suas necessidades e peculiaridades, afim de proporcionar condições favoráveis para o desenvolvimento de suas atividades. A metodologia utilizada se baseia em aferições dos equipamentos disponíveis no local e na aplicação de questionário para coleta de dados, por meio dos quais, através de análises das respostas, busca-se identificar problemas da UAN. As merendeiras, em sua maioria, demonstram satisfação em relação ao ambiente e condições de trabalho, afirmando gostar de desempenhar as funções que realizam, sentindo-se valorizadas e estimuladas. No que tange à ergonomia, destacam-se dores/desconforto mais graves nas costas e pernas, respectivamente, tendo como possível explicação a inadequação da instalação dos equipamentos. Contudo, a pesquisa continua em andamento para coleta de mais informações.

Palavras-chave: Unida de Alimentação e Nutrição (UAN); merendeiras; ergonomia; conforto ambiental; condições de trabalho.

## 1. Introdução

Unidade de Alimentação e Nutrição é uma unidade de trabalho ou órgão de uma empresa que desenvolve atividades de alimentação e nutrição com objetivo de fornecer refeições que cumpram os padrões dietéticos e higiênicos estabelecidos e que atendam às necessidades nutricionais de seus usuários. (MALHEIROS, 2018)

Nas Unidades de Alimentação e Nutrição o planejamento físico e estrutural deve ser adequado para bom desenvolvimento e empenho na nas realizações das atividades, garantindo assim qualidade do produto e das preparações. (LIDA 2005 apud LIMA, et al, 2017).

Para manter a segurança dos trabalhadores durante a realização das atividades, se aplicam conceitos de ergonomia, que promovem a saúde dos mesmos, já que traz uma relação do ser humano com o sistema nele inserido (TEIXEIRA et al., 2006; DOURADO; LIMA, 2011 apud ESTEVAM; GUIMARÃES, 2013).

O risco ergonômico e psicossocial é a probabilidade de exposição a agentes ergonômicos, que são os fatores que podem interferir nas características psicofisiológicas do trabalhador, causando-lhe desconforto ou afetando sua saúde. Além disso podendo ocasionar ao trabalhador doenças como varizes de membros inferiores, hemorroidas, distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho, distúrbios do sono, irritabilidade, alterações no funcionamento gastrointestinal e doenças mentais relacionadas ao trabalho. (PORTAL ANVISA).

A ergonomia surgiu para aplicação de um conjunto de conhecimentos científicos relativos ao homem na concepção de ferramentas, máquinas e dispositivos para serem utilizados em suas atividades, com intuito de promover segurança e melhorar o rendimento do trabalho e o melhoramento e a conservação da saúde dos trabalhadores, adequando as atividades às suas características, habilidades e limitações e o adequado funcionamento do sistema de produção (GONÇALVES; XAVIER; REZENDE, 2005; MONTEIRO, 2009).

A ergonomia, é uma forma de prevenir acidentes e doenças ocupacionais, para isso o local de trabalho deve ser sadio e agradável. Entretanto

existe fatores que podem interferir de forma negativa, afetando a qualidade do ambiente. Estes fatores estão relacionados à ambiência do trabalho, entre eles destacam-se a temperatura, a iluminação, ruídos, entre outros (COLARES; FREITAS, 2007; MONTEIRO, 2009 apud ESTEVAM; GUIMARÃES, 2013). Geralmente, nessas instituições as condições físicas não são adequadas, tendo ruído excessivo, temperatura elevada, iluminação deficiente, arranjo físico e instalações precárias mesmo com a criação de novas tecnologias (ABREU; SPINELLI; ARAÚJO, 2002; MONTEIRO, 2009 apud ESTEVAM; GUIMARÃES, 2013).

Outros fatores, que estão relacionados à organização do trabalho, como ritmo de trabalho e esforço, pouco tempo de folga, número de funcionários, postura inadequada e movimentos repetitivos, também influenciam tanto na produtividade como na saúde dos colaboradores (COLARES; FREITAS, 2007; MONTEIRO, 2009 apud ESTEVAM; GUIMARÃES, 2013). Deste modo, a ergonomia é essencial para adequação do local de trabalho ao homem, promovendo um ambiente mais propício para o desenvolvimento proveitoso das atividades (ANTUNES; SPINELLI; KOGA, 2005; MONTEIRO, 2009 apud ESTEVAM; GUIMARÃES, 2013).

Objetiva-se com este trabalho avaliar as condições ergonômicas na UAN de uma Escola Municipal de Minas Gerais e a percepção das merendeiras quanto ao ambiente e condições de trabalho.

## 2. Metodologia

Foi realizado um estudo quali-quantitativo, com avaliação dos aspectos ergonômicos do trabalho. A amostra foi composta por 10 merendeiras de dois turnos (manhã e tarde) de uma unidade de alimentação e nutrição da Escola Municipal Cantinho Feliz, localizada na cidade de Ingaí – MG, onde são fornecidas 340 refeições/dia.

As participantes foram informadas sobre os procedimentos do estudo, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e concordaram com a realização do mesmo. Para a coleta de dados, foram aplicados um questionário adaptado<sup>1</sup>, dividido em três partes, sendo a primeira com 16 questões sobre conforto ambiental, a segunda com 8 questões sobre condições de trabalho e a terceira com 6 questões sobre condições de saúde, com intuito de desenvolver uma relação entre as condições de trabalho, as capacidades e limitações do trabalhador e a sua eficiência de produção. O questionário foi aplicado em um curto período de tempo, afim de não prejudicar as atividades diárias, já que foram aplicados em horário de serviço, contendo perguntas diretas e de fáceis respostas.

Para análise dos resultados foram divididas faixas de avaliação de uma escala de 0 – 100, sendo 0 – 20 ruim, 21 – 50 regular, 51 – 80 bom e 81 – 100 ótimo, referentes ao primeiro questionário; para o segundo questionário, as faixas foram divididas de forma que 0 significaria nada/nenhum(a), 1 – 35 pouco, 36 – 70 moderado, 71 – 100 muito; para o terceiro questionário dividiu-se as faixas em 0 nenhuma dor/desconforto, 1 – 35 dor/desconforto leve, 36 – 70 dor/desconforto moderado, 71 – 100 dor/desconforto grave.

Além disso, para obter análise do espaço, foi realizada medições de equipamentos do espaço físico, como bancadas, pias, fogões, mesas, etc.

---

<sup>1</sup> Vide anexo A

### 3. Resultados e discussão

A Tabela 1 apresenta a percepção das merendeiras em relação as condições de trabalho.

**Tabela 1 – Análise das condições do ambiente de trabalho.**

N=10	0-20	21-50	51-80	81-100
Temperatura		40%	30%	30%
Ruído	10%	20%	30%	40%
Iluminação	10%		50%	40%
Poeira		50%		50%
Postura			30%	70%
Espaço	10%	30%	30%	30%
Qualidade de equipamento		50%	30%	20%
Quantidade de equipamento	30%	40%	20%	10%
Qualidade de manutenção	20%	40%	20%	20%
Número de funcionários		30%	20%	50%
Tempo de pausa	10%	10%	20%	60%
Relacionamento com colegas			10%	90%
Relacionamento com chefia				100%
Uso de habilidades			30%	70%
Atendimento a sugestões e solicitações			20%	80%
Ritmo de trabalho		10%	20%	70%
Organização e distribuição de tarefas		10%	10%	80%

A temperatura foi considerada, por 40%, como regular, e de acordo com a observação do espaço, que teve uma divergência, sendo que 30% considerou regular, 30% bom e 30% ótimo, pode haver um aumento de temperatura que possa prejudicar as condições de trabalho devido transmissão de calor de alguns equipamentos. As condições desfavoráveis associado ao trabalho físico pesado pode impactar em um desequilíbrio térmico, levando ao aumento da temperatura corporal (LIDA, I.,2002 apud ALBUQUERQUE, et al). Em relação ao ruído, a maioria, 40%, considerou ótimo, mas como pode-se observar durante a visita a localização da escola e até mesmo os barulhos internos, podem gerar desconforto durante a realização do trabalho.

Sobre iluminação, a mesma foi considerada, por 50%, como boa. É válido ressaltar que a eficiência do trabalho tem relação com a iluminação adequada, já que a mesma pode interferir no mecanismo fisiológico da visão (FONSECA, 2009; ALBUQUERQUE; SEABRA; GOMES, 2012 apud LIMA, et al,

2017). Então, é de grande importância que a iluminação seja planejada de forma a aproveitar adequadamente a luz natural complementando com a artificial, se necessário (FONSECA, 2009 apud LIMA, et al, 2017).

Para manter um ambiente livre de fungos, gases, fumaça, pós, partículas em suspensão, condensação de vapores dentre outros a ventilação deve garantir a renovação do ar para que não se comprometa a qualidade higiênico-sanitária do alimento. Além disso, o fluxo de ar não deve acontecer diretamente sobre os alimentos (ANVISA). No quesito poeira/sujeira de acordo com as respostas, a percepção varia em 50% regular e 50% ótimo, uma possível explicação seria ao fato de as mesmas funcionárias que preparam as refeições realizam a limpeza do local. Apesar de o número de funcionários ser avaliado como ótimo, isso mostra que trabalhos diversos são executados pelos mesmos funcionários. Embora isso aconteça, em relação a organização e distribuição de tarefas, as merendeiras estão satisfeitas, tendo ótima como média de avaliação.

Em relação ao tempo de pausa, o mesmo foi avaliado como ótimo, sendo 60%, porém, por análise observacional, as merendeiras têm um curto período de tempo para realizar suas refeições. Já o ritmo de trabalho foi considerado ótimo, mas apesar disso, há queixa de dor/desconforto nos pés e pernas, que pode ser decorrente da sobrecarga de tarefas e pouco tempo de pausa.

Uma outra questão abordada foi em relação aos equipamentos utilizados na UAN. De acordo com as respostas, tanto a qualidade, como a quantidade, e qualidade de manutenção, a maioria, 50%, 40% e 40%, respectivamente, considera regular, afirmando a falta de alguns utensílios, o que pode implicar desde limitações nas preparações de cardápios até mesmo prejudicar o rendimento das atividades.

Outro tema abordado foi o relacionamento com colegas e chefia, que em totalidade foram considerados ótimos, isso é de grande importância para um bom desenvolvimento das atividades a serem realizadas e um bom convívio. Isso indica que as merendeiras têm domínio e autonomia ao desempenharem suas funções e o uso de habilidades, questão avaliada como ótima. Em relação ao atendimento a sugestões e solicitações, foi considerada, em sua totalidade, ótimo, o que nos leva



acreditar que a nutricionista tem disponibilidade e está disposta a sempre ajudar com o que for necessário.

A Tabela 2 mostra a percepção das merendeiras com relação as condições de trabalho.

**Tabela 2 – Análise das Condições de trabalho.**

N=10	0	1-35	36-70	71-100
Esforço físico	10%	30%	50%	10%
Esforço mental	10%	20%	40%	30%
Responsabilidade				100%
Sentir valorizado			10%	90%
Autonomia			10%	90%
Pressão psicológica	80%	10%	10%	
Sente nervoso	30%	40%	20%	10%
Gosta do trabalho				100%

A análise da tabela nos leva a entender não haver grande esforço mental e físico, apesar da quantidade de equipamentos ser insuficiente, sendo que a maioria considera medianos, diante disso, as merendeiras consideram ter uma grande responsabilidade, se sentem valorizadas e relatam gostar muito do trabalho que realizam, com resultados de 100%, 90% e 100%, respectivamente.

Embora a maioria das questões estejam classificadas como boas e ótimas, pela observação realizada no local no momento das visitas, não são precisamente como relatadas. Uma possível explicação seria a presença da nutricionista no momento do preenchimento dos questionários, podendo gerar interferência nas respostas das merendeiras. Uma segunda explicação seria a falta de conhecimento das merendeiras sobre ergonomia, devido sempre trabalharem em condições de trabalho inadequadas e não conhecerem um ambiente que atendem às adequações ergonômicas.

A Tabela 3 apresenta a percepção das merendeiras sobre condições de saúde.

**Tabela 3 – Análise ergonômica.**

N=10	0	1-35	36-70	71-100
Dor/desconforto braços	10%	40%	40%	10%
Dor/desconforto pernas	20%	10%	50%	20%
Dor/desconforto pés	60%	10%	20%	10%
Dor/desconforto costas	10%	20%	30%	40%
Dor/desconforto pescoço	70%	10%	10%	10%
Dor/desconforto cabeça	70%	20%	10%	

Pela análise do questionário, a questão de dor/desconforto nos braços, em maioria, foi considerada um problema de leve a moderado, isso pode estar relacionado à altura da bancada e/ou fogão, ao esforço em levantar pesos ou até mesmo ao misturar as preparações e à sobrecarga de tarefas. Em relação a dor/desconforto costas, está classificado de moderado a grave, o que pode estar relacionado com a postura que realizam as atividades, com a altura de alguns equipamentos e com sobrecarga de tarefas.

Segundo a NR 17, 1990, que se refere à ergonomia:

Para trabalho manual sentado ou que tenha de ser feito em pé, as bancadas, mesas, escrivaninhas e os painéis devem proporcionar ao trabalhador condições de boa postura, visualização e operação e devem atender aos seguintes requisitos mínimos:

- a) ter altura e características da superfície de trabalho compatíveis com o tipo de atividade, com a distância requerida dos olhos ao campo de trabalho e com a altura do assento;
- b) ter área de trabalho de fácil alcance e visualização pelo trabalhador;
- c) ter características dimensionais que possibilitem posicionamento e movimentação adequados dos segmentos corporais.

Em questão a dor/desconforto nas pernas foi considerada de moderada a grave, de acordo com as respostas, que pode ser decorrente da realização de mais tarefas e do grande tempo que passam em pé para realizarem suas atividades diárias.

Já em relação a dor/desconforto do pescoço, cabeça e pés, a maioria relata não sentir dor/desconforto, e as merendeiras que queixam, consideram como leve, o que evidencia pouco esforço destes membros.

Para uma melhor análise ergonômica foram realizadas medidas dos equipamentos disponíveis do local, como aponta a Tabela 4.

**Tabela 4 – Medidas dos equipamentos disponíveis.**

Equipamentos	Tipo de trabalho	Medida (altura)
Fogão	Pesado	80cm
Pia	Pesado	95cm
Bancada	Leve	80cm

De acordo com Grandjean 1983, a altura das superfícies deve variar entre 70cm e 105cm para mulheres, de acordo com a intensidade do trabalho, sendo para trabalhos de precisão de 95cm – 105cm, trabalhos leves 85cm – 90cm e trabalhos pesados 70cm – 85cm.

Nos trabalhos realizados em pé, as alturas das bancadas devem ser adequadas, de 10 a 15cm abaixo da altura do cotovelo para atividades manuais que necessitem espaço para ferramentas, recipientes ou bens de trabalho. Além disso, a altura de uma mesma bancada deve atender as diferenças individuais, por isso, deve ser regulável, e para prevenir a fadiga, os usuários devem ser instruídos sobre a melhor altura para cada indivíduo (DUL; WEERDMEESTER, 1995; GRANDJEAN, 1998.).

Pela análise dos dados, aparentemente, o fogão está com altura adequada, porém devido às atividades realizadas, ao tamanho (altura) das painéis e a baixa estatura das merendeiras, o mesmo pode estar relacionado a algumas queixas de dor/desconforto nos braços. A pia apresenta altura superior ao indicado, sendo um segundo indicativo para as queixas de dor/desconforto nos braços. Já a bancada, está a baixo da altura recomendada, provocando inclinação (postura inadequada) das merendeiras para realização das atividades, podendo estar relacionado a dor/desconforto das costas.

Apesar da postura, relatada na Tabela 1, ter sido considerada ótima por 70% da amostra, as alturas dos equipamentos apresentam inadequação, o que está provocando uma postura inadequada durante as atividades, podendo estar relacionada às queixas de dor/desconforto nas costas.

Uma alternativa para melhorar a questão de dores e desconforto nas partes do corpo citadas, seria o emprego de estrado para adequar os equipamentos à altura das merendeiras, que também melhoraria a postura adotada. Uma outra alternativa possível seria analisar o número de funcionárias, para evitar a sobrecarga de tarefas, já que as merendeiras realizam limpeza além do preparo das refeições.

Além disso, algumas medidas precisam ser adotadas para melhoria do espaço, como a ampliação do mesmo e o aumento da quantidade de equipamentos disponíveis, que implicaria de forma positiva na fluidez do espaço, melhorando a circulação das merendeiras e prevenindo, assim, possíveis acidentes, além de melhorar a eficiência e evitar limitações.

#### **4. Conclusão**

Em relação ao conforto ambiental, pela percepção das merendeiras, os fatores abordados estão adequados, porém não são como relatados, indicando que podem estar interferindo no funcionamento da UAN.

De acordo com a percepção das merendeiras, as questões de condições de trabalho indicam que as mesmas se sentem confortáveis nas condições atuais e gostam muito das atividades que realizam.

Já em relação à ergonomia, grande parte da amostra queixa dor/desconforto nas partes do corpo citadas, o que explica a existência de condições ergonômicas inadequadas.

Pelos resultados obtidos no estudo verifica-se a importância de buscar alternativas para que amenize os impactos causados pelas condições ergonômicas inadequadas encontradas no ambiente estudado. Adotar práticas ergonômicas adequadas, ajuda na melhoria da qualidade do trabalho que é essencial para uma boa realização das atividades.

Contudo, a pesquisa continua em andamento para coleta de mais informações.

## Referências:

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA - ANVISA. **Biossegurança e Gerenciamento de Resíduos-Atualizações**. Disponível em:

<<http://portal.anvisa.gov.br/documents/4048533/4992156/Biosseguran%C3%A7a+e+Gerenciamento+de+residuos.pdf/b8bb3a6c-89ed-4b32-8b8b-235f2b7651bf>>

Acesso em: 30 de abril 2019.

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA – ANVISA - Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004.

ALBUQUERQUE, Erika Nathalia. et al. **Riscos Físicos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição: implicações na saúde do trabalhador**. Natal, 2012.

CARVALHO, Alice Teles. et al. **Programa de Alimentação Escolar no Município de João Pessoa: as merendeiras em foco**, Paraíba, Brasil, Interface – COMUNICAÇÃO SAÚDE EDUCAÇÃO v.12, n.27 out./dez. 2008.

DUL, J., WEERDMEESTER, B. Ergonomia Prática. Tradução de Itiro lida. 2. ed. São Paulo. Edgard Blücher, 2004.

ESTEVAM, Elaine; GUIMARÃES, Marilene, **Caracterização do perfil nutricional e dos aspectos ergonômicos relacionados ao trabalho de colaboradores de uma unidade de alimentação e nutrição**. Minas Gerais, 2013.

GRANDJEAN, Etienne. Manual de Ergonomia: adaptando o trabalho ao homem. 4 eds. Porto Alegre: Bookman, 1998.

Izabelle Mara Rodrigues Mesquita, Ana Carolina Delgado Lima, Mônica Perussi, Aline Dias. **Ergonomia em UAN**, 2013. Página Inicial. Disponível em: <<http://ergonomiaemuan.blogspot.com>> Acesso em 09 de outubro de 2019.

LIMA, Ana Paula de. et al. **Avaliação dos Aspectos Ergonômicos de um restaurante localizado na Zona Urbana de São Paulo**. São Paulo, 2017.

MALHEIROS, Gabriele Freitas. **Resto Ingestão de Unidades de Alimentação e Nutrição – UAN's**. Cuiabá, 2018.

MONTEIRO, Marlene A. M. **Importância da Ergonomia na saúde dos funcionários de Unidades de Alimentação e Nutrição**. Minas Gerais, 2009.

NORMA REGULAMENTADORA – 17: Ergonomia. In: HOEPPNER, Marcos Garcia (Org.). NR: normas reguladoras relativas à segurança e medicina do trabalho. São Paulo, 1990.

VEIGA, Jessica da; **Abordagem Ergonômica e de Segurança no Trabalho em uma Indústria Plástica de Chapecó/SC**. Chapecó, 2018.

## ANEXO A

Questionário adaptado de “Abordagem Ergonômica e de Segurança no Trabalho em uma Indústria Plástica de Chapecó/SC”, de Jessica da Veiga, 2018.

### **Prezado amigo(a)!**

Solicito que você preencha com seus dados e marque com um X, na escala, a resposta que melhor representa sua opinião com relação aos diversos itens apresentados.

As informações são sigilosas e servirão para o trabalho que está sendo desenvolvido pela Universidade Federal de Lavras – UFLA, departamento de Nutrição, em parceria com a “Escola Municipal Cantinho Feliz”.

### **Dados pessoais:**

Nome Completo:

Idade:

Sexo:

Escolaridade:

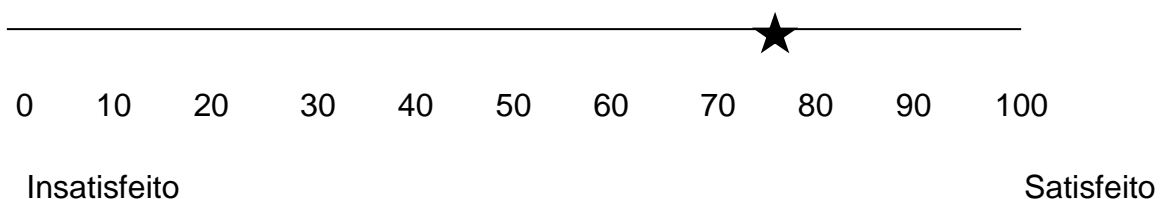
Tipo de contrato: ( ) Efetivo ( ) Contratado

Turno: ( ) Manhã ( ) Tarde

Função:

### **Exemplo:**

#### **1. Time de futebol da empresa**





*Marque na escala qual a sua opinião quanto às seguintes questões:*

**1. Temperatura no seu ambiente de trabalho**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

**Ruído no seu ambiente de trabalho**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

**2. Iluminação no seu ambiente de trabalho**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

**3. Poeira/sujeira no seu ambiente de trabalho**

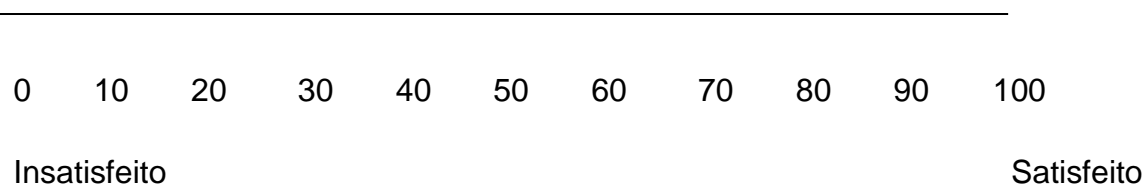
---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

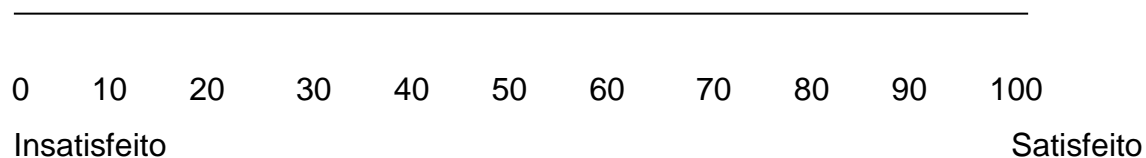
Insatisfeito

Satisfeito

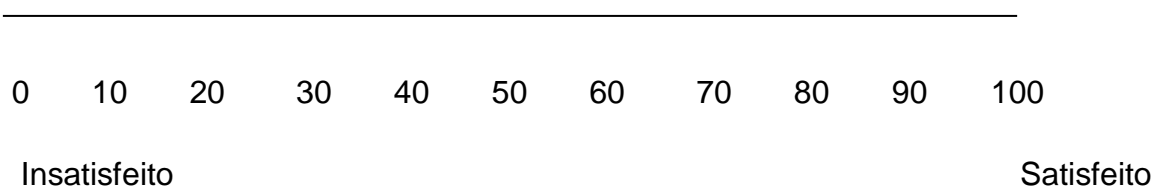
#### **4. Postura de trabalho adotada**



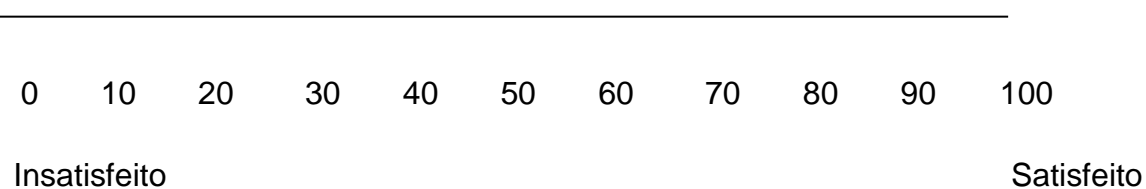
#### **5. Condições do espaço de trabalho**



#### **6. Qualidade de ferramentas e equipamentos de trabalho**



#### **7. Quantidade de ferramentas e equipamentos de trabalho**



### **8. Qualidade de manutenção de equipamentos**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

### **9. Número de funcionários para a realização do trabalho**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

### **10. Tempo de pausas (inclusive intervalo para almoço e lanche)**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

### **11. Relacionamento com colegas do setor**

---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

### **12. Relacionamento com a chefia**

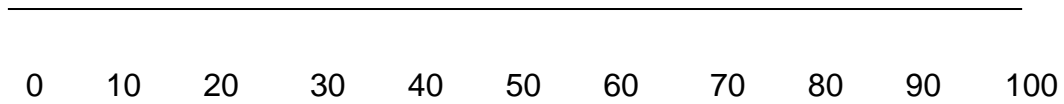
---

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Insatisfeito

Satisfeito

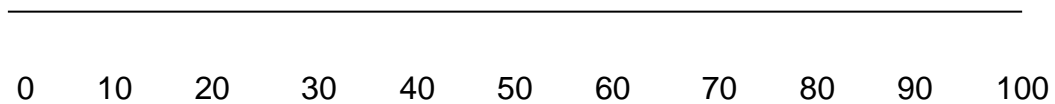
**13. Oportunidade de uso das habilidades**



Insatisfeito

Satisfeito

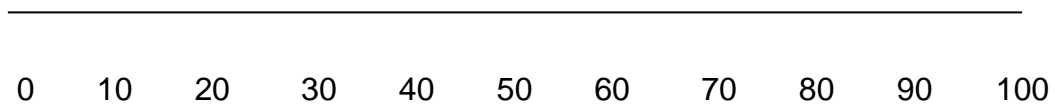
**14. Atendimento a sugestões e solicitações**



Insatisfeito

Satisfeito

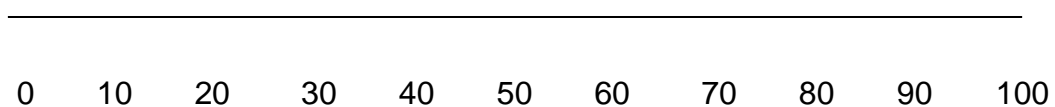
**15. Ritmo de Trabalho**



Insatisfeito

Satisfeito

**16. Organização e distribuição das tarefas por parte da chefia**



Insatisfeito

Satisfeito

*Marque na escala qual a sua opinião quanto às seguintes questões:*

**1. Quanto de esforço físico é exigido no seu trabalho?**

---

0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100

Nada Muito

**2. Quanto de esforço mental é exigido no seu trabalho?**

---

0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100

Nada Muito

**3. O seu trabalho envolve responsabilidade?**

---

0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100

Nada Muito

**4. O seu trabalho faz você se sentir valorizado?**

---

0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100

Nada Muito

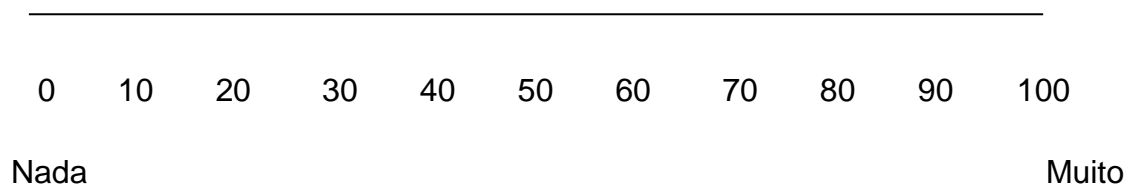
**5. Você sente autonomia na realização do seu trabalho?**

---

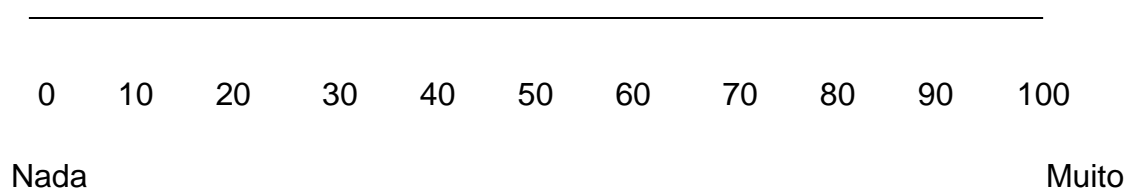
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100

Nada Muito

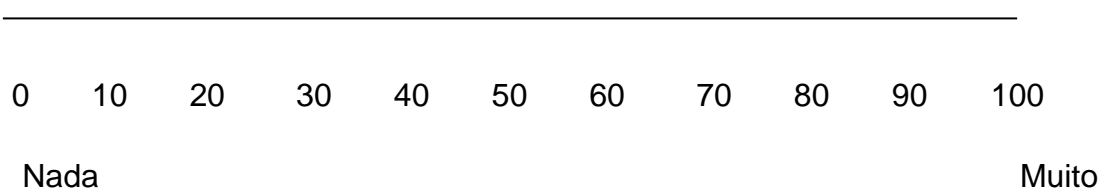
**6. Você sente pressão psicológica por parte dos seus superiores?**



**7. No seu trabalho você se sente nervoso?**

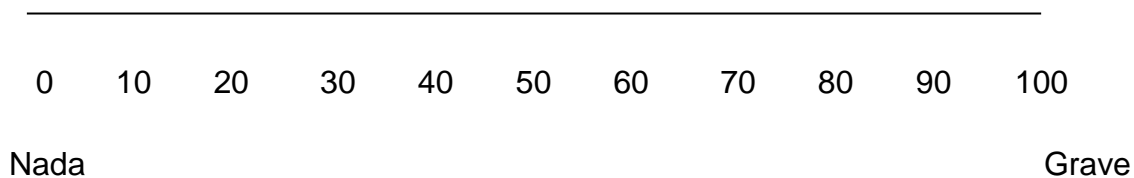


**8. Você gosta do seu trabalho?**

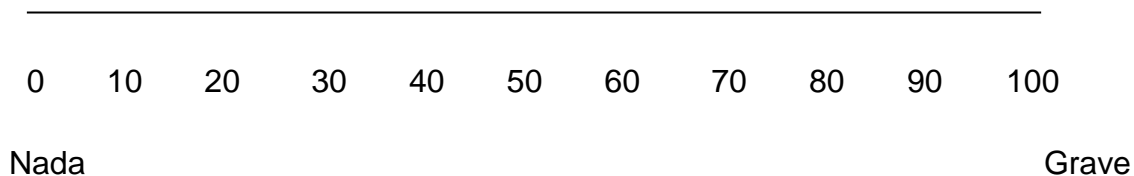


Marque na escala abaixo **o que você sente** durante seu trabalho:

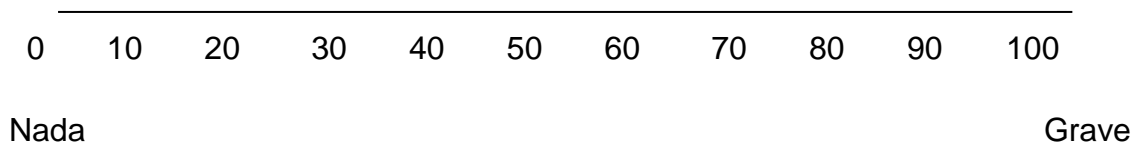
**1. No seu trabalho você sente dor/desconforto nos braços?**



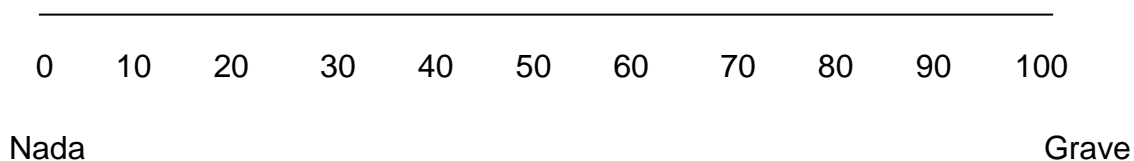
**2. No seu trabalho você sente dor/desconforto nas pernas?**



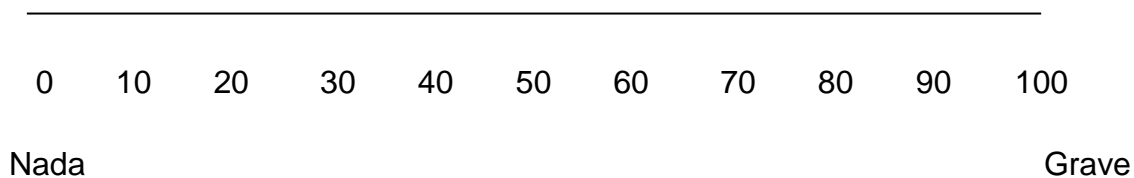
**3. No seu trabalho você sente dor/desconforto nos pés?**



**4. No seu trabalho você sente dor/desconforto nas costas?**



**5. No seu trabalho você sente dor/desconforto na cabeça?**



**6. No seu trabalho você sente dor/desconforto no pescoço?**

