

**TeSP - Tecnologia e Programação em Sistemas de Informação**

Técnico Superior Profissional

Plano: Aviso nº 909/2016 - 27/01/2016

**Ficha da Unidade Curricular: Ergonomia do Trabalho**

ECTS: 2; Horas - Totais: 54.0, Contacto e Tipologia, TP:30.0;

Ano | Semestre: 1 | S1

Tipo: Obrigatória; Interação: Presencial; Código: 60247

Área de educação e formação: Segurança e higiene no trabalho

**Docente Responsável**

Isabel Maria da Cruz Ferreira

Professor Coordenador

**Docente(s)**

Isabel Maria da Cruz Ferreira

Professor Coordenador

**Objetivos de Aprendizagem**

Identificar principais conceitos e princípios da Ergonomia. Reconhecer problemas a nível ergonómico.

**Objetivos de Aprendizagem (detalhado)**

Identificar principais conceitos e princípios da Ergonomia. Reconhecer problemas a nível ergonómico. Aplicar as regras de utilização ergonómica dos equipamentos. Refletir sobre alternativas mais ergonómicas na organização do local de trabalho.

**Conteúdos Programáticos**

1. Origem e desenvolvimento da Ergonomia do trabalho
2. Anatomia e fisiologia
3. Antropometria
4. Biomecânica ocupacional
5. Posto de trabalho

6. Ambiente físico
7. Fatores humanos no trabalho
8. Ergonomia do produto

#### **Conteúdos Programáticos (detalhado)**

1. Origem e desenvolvimento da Ergonomia do trabalho
2. Anatomia e fisiologia (olho, coluna vertebral)
3. Antropometria (principais medidas)
4. Biomecânica ocupacional (posturas e forças)
5. Posto de trabalho (principais características da cadeira e mesa)
6. Ambiente físico (iluminação, ruído, temperatura)
7. Fatores humanos no trabalho
8. Ergonomia do produto

#### **Metodologias de avaliação**

1. Realização de duas avaliações escritas ao longo do período de contacto, para admissão ou dispensa de exame final.
2. Avaliação escrita nas épocas de exame estabelecidas.
3. Condições:
  - a) Quanto à realização das duas avaliações escritas durante o semestre (a 1.<sup>a</sup> em meados do semestre e a 2.<sup>a</sup> no final do período letivo), para admissão ou dispensa de exame final, os alunos só serão admitidos à realização da 2.<sup>a</sup> avaliação se tiverem obtido na 1.<sup>a</sup> avaliação uma classificação igual ou superior a 7,0 (sete vírgula zero) valores. São dispensados de exame, os alunos cuja média aritmética obtida nas duas avaliações, seja igual ou superior a 9,5 (nove vírgula cinco) valores e com um mínimo de 7,0 valores em cada uma delas.
  - b) Em qualquer prova escrita se a classificação for maior ou igual a 15,5 (quinze vírgula cinco), o aluno é admitido a uma prova oral (de igual peso que a prova escrita) e a nota final é a média das provas. Caso não compareça será atribuída a classificação de 15,0 (quinze vírgula zero) valores.

#### **Software utilizado em aula**

Não aplicável.

#### **Estágio**

Não aplicável.

#### **Bibliografia recomendada**

- MOREIRA, A. (2010). *Segurança e Saúde no Trabalho em Ambiente de Escritório* Lisboa: Editora Lidel.
- IIDA, I. (2005). *Ergonomia: Projeto e Produção* São Paulo: Edgard Blücher.
- DULL, J. (2004). *Ergonomia prática* São Paulo: Edgard Blücher.
- ABRAHÃO, J. (2009). *Introdução à Ergonomia* São Paulo: Edgard Blücher.

### Coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos

Os conteúdos programáticos sobre vários temas de Ergonomia (antropometria, análise ergonómica de postos de trabalho, biomecânica ocupacional, ambiente físico) visam implementar a futura aplicação de princípios ergonómicos na conceção/correção de postos de trabalho.

### Metodologias de ensino

Aulas TP com exposição oral e com apresentação/discussão de casos concretos, apoiadas por datashow.

### Coerência das metodologias de ensino com os objetivos

Nas sessões são apresentados os principais conteúdos teóricos e algumas das melhores práticas para a resolução de várias situações problemáticas.

### Língua de ensino

Português

### Pré-requisitos

Não aplicável.

### Programas Opcionais recomendados

Não aplicável.

---

**Docente responsável**

Isabel Maria da Cruz  
Ferreira

Digitally signed by Isabel Maria da  
Cruz Ferreira  
Date: 2019.05.14 09:12:31 +01'00'

---

Homologado pelo C.T.C.

Acta n.º 36 Data 19/6/2019