



Escola Superior de Tecnologia de Tomar

Ano letivo: 2020/2021

**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 do trabalho.

Diferenciar principais soluções ergonómicas (a nível do trabalhador, do posto de trabalho e da organização).

**Objetivos de Aprendizagem (detalhado)**

Caracterizar principais estruturas fisiológicas do corpo humano envolvidas no trabalho.

Identificar problemas ergonómico a nível: corpo humano, posto de trabalho e ambiente da organização.

Conhecer principais soluções ergonómicas.

Refletir sobre a importância da ergonomia de conceção e de correção, para o indivíduo e organização.

**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

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

1. Origem e desenvolvimento da Ergonomia do trabalho (principais marcos históricos)
2. Anatomia e fisiologia (olho, coluna vertebral, músculos)
3. Antropometria (principais medidas do corpo humano)
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 (motivação, grupo de trabalho)

#### **Metodologias de avaliação**

1. Realização de duas avaliações escritas ao longo do período de contacto, para admissão ou dispensa de exame final.
2. Épocas de exame estabelecidas: realização de uma prova escrita. Se a classificação na prova escrita for maior ou igual a 13 (treze) valores o estudante é admitido a uma prova oral. Nesta situação, a classificação final em exame será a média aritmética da prova escrita e da prova oral e caso não compareça, será atribuída a classificação de 13 (treze) valores.

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

Não aplicável.

#### **Estágio**

Não aplicável.

#### **Bibliografia recomendada**

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

#### **Coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos**

Os conteúdos programáticos sobre vários temas de Ergonomia (fisiologia humana, 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, analisados alguns casos e as soluções para a resolução das situações problemáticas mais comuns (a nível do trabalhador, do posto de trabalho e da organização).

### **Língua de ensino**

Português

### **Pré-requisitos**

Não aplicável.

### **Programas Opcionais recomendados**

Não aplicável.

### **Observações**

### **Docente responsável**

Isabel Maria da Cruz Ferreira

Assinado de forma digital por Isabel Maria da Cruz  
Ferreira  
Dados: 2021.01.26 14:29:33 Z

