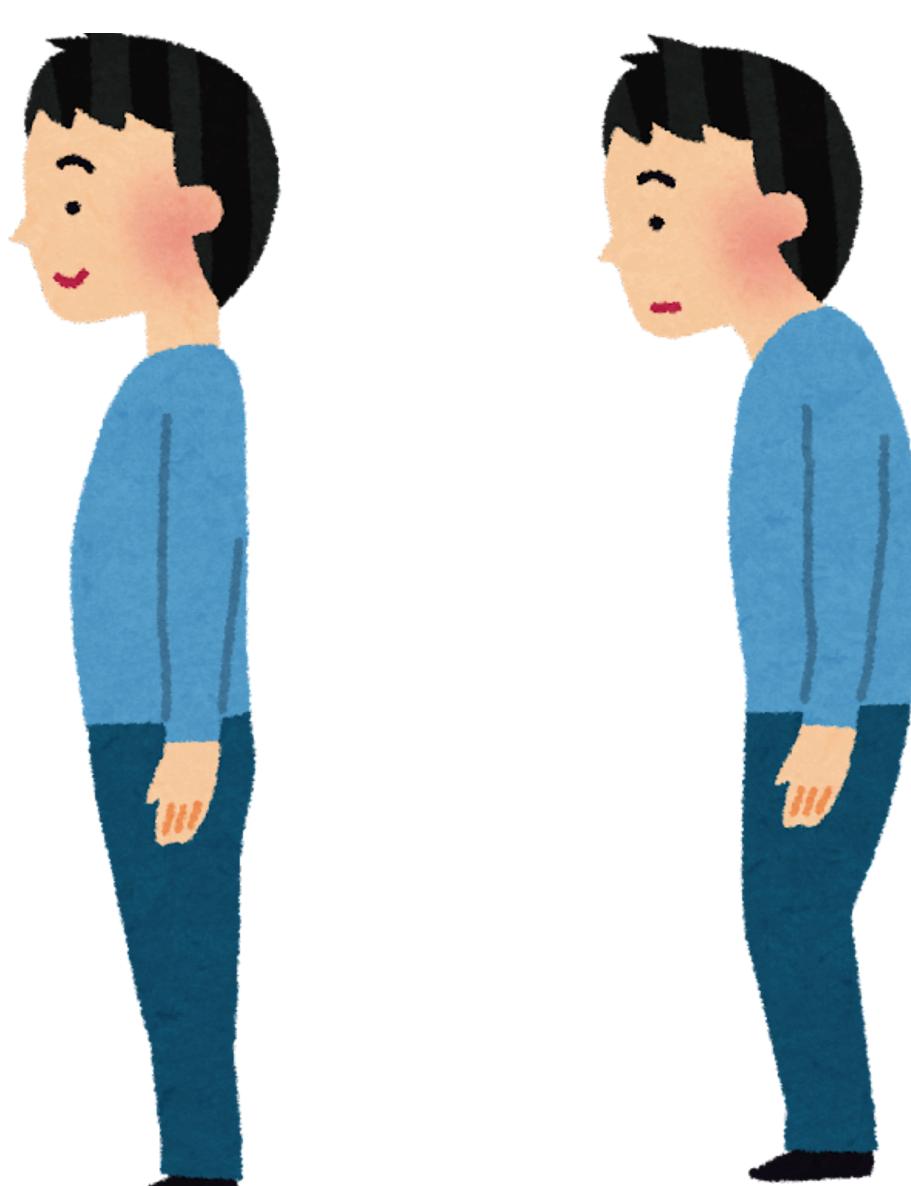


A influência da ergonomia nos laboratórios de prótese dentária

Ergonomia de precisão em laboratório de prótese (RULA/REBA)

Daniela Lobito¹, Filipa Alexandre¹, Petra Kinanga¹, Ângela Amaro-Leal²
 Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science, 2829-511 Caparica, Almada, Portugal
¹⁾ Estudante 1.º ano ; ²⁾ Docente



INTRODUÇÃO

Em laboratórios de prótese dentária, as posturas mantidas e a manipulação de equipamentos de precisão são fatores que influenciam diretamente a saúde ocupacional.

Este trabalho tem como objetivo identificar e avaliar riscos ergonómicos em contexto laboratorial, aplicando os métodos RULA (Rapid Upper Limb Assessment) e REBA (Rapid Entire Body Assessment).

DESENVOLVIMENTO

Segundo a Associação Internacional de Ergonomia (IEA, 2021), a ergonomia é a disciplina científica que tem o objetivo de otimizar o bem-estar humano e o desempenho global do sistema. A ausência de práticas ergonómicas adequadas pode resultar em desconfortos tais como:

Desconfortos musculoesqueléticos

Redução da produtividade

Fadiga

Desenvolvimento de doenças profissionais

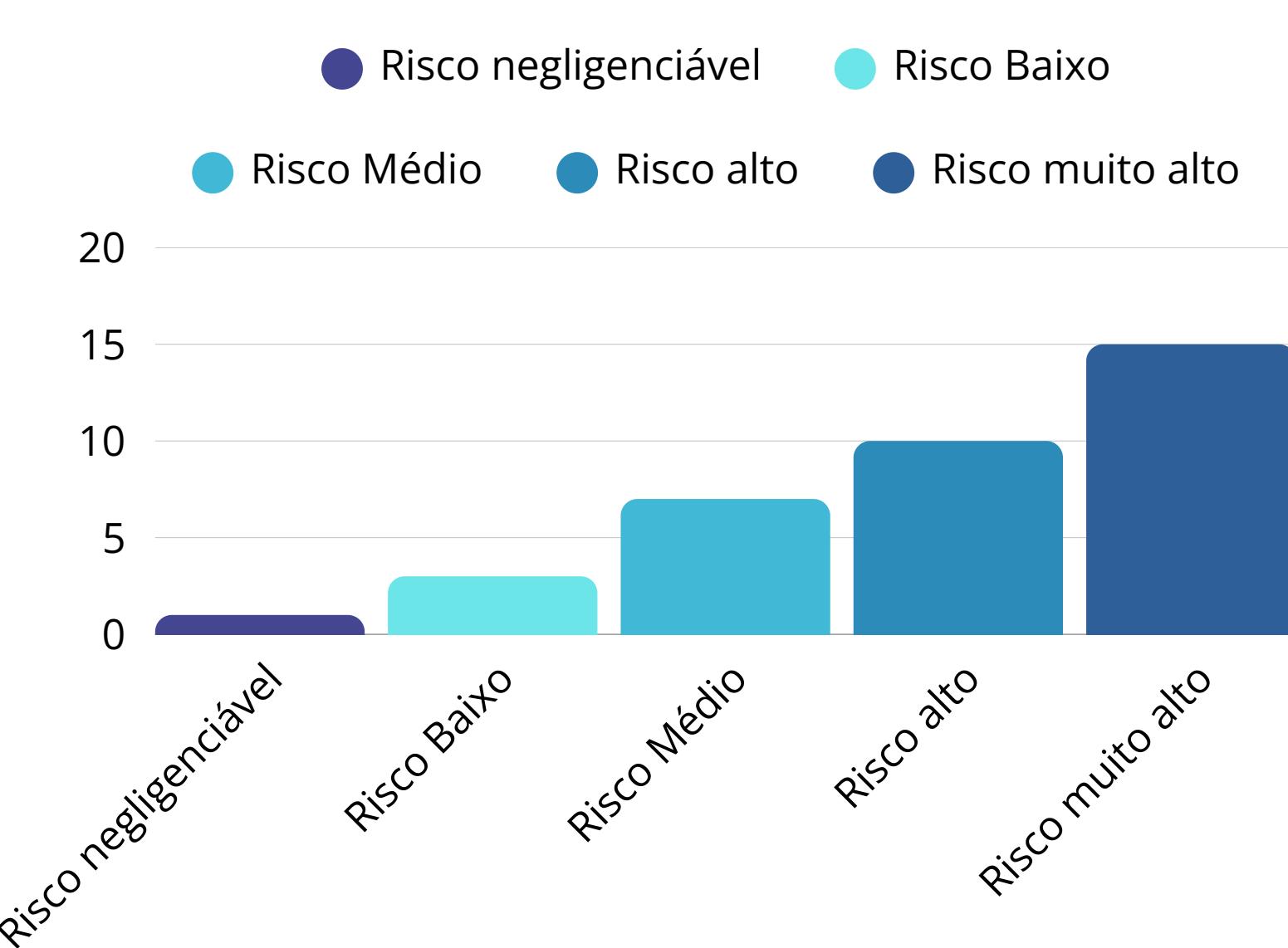


Estes métodos estão em conformidade com a Lei n.º 102/2009 e a NP EN ISO 11226:2002, que definem critérios para a avaliação de posturas de trabalho.

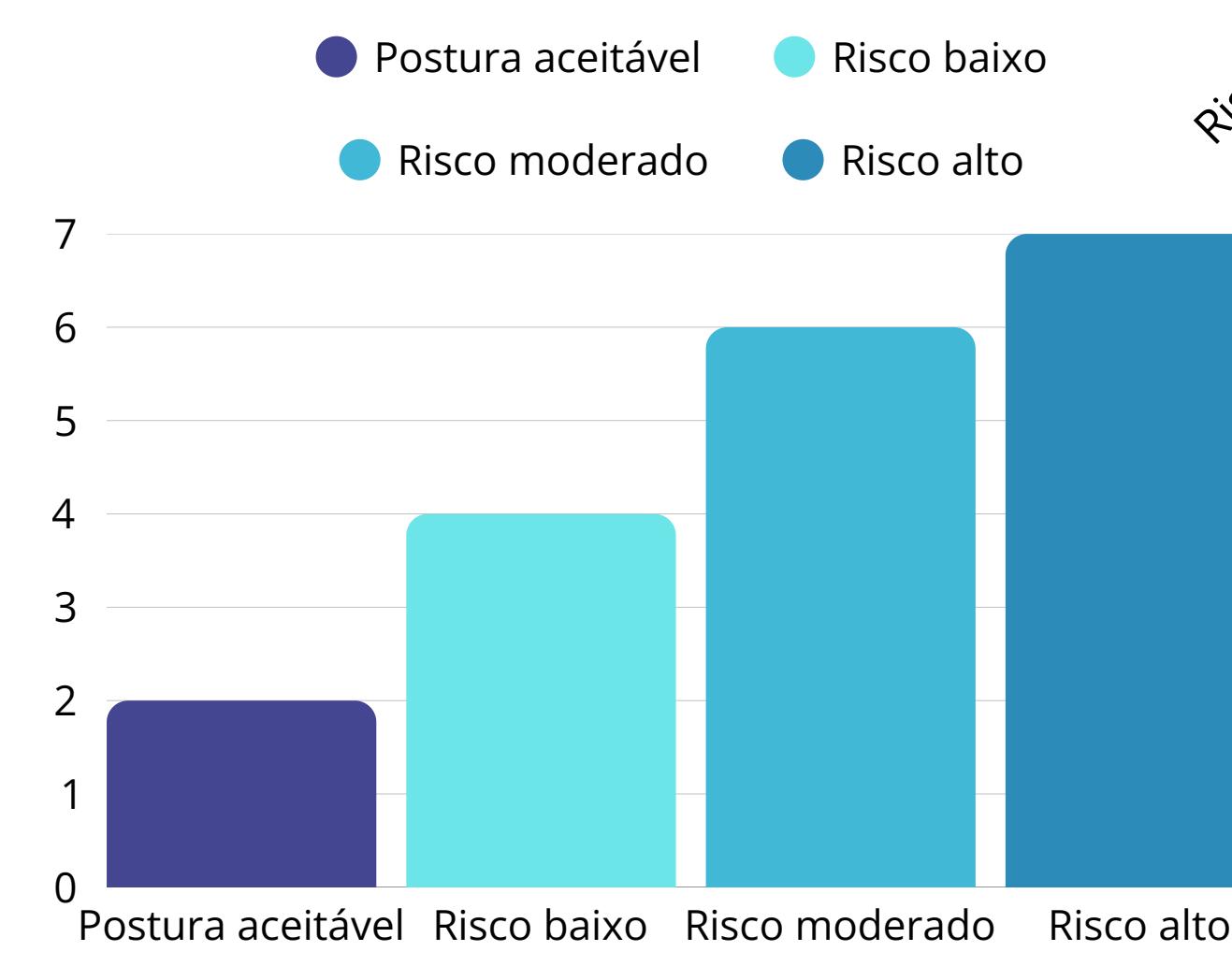
Em suma, aplicação dos métodos RULA e REBA em laboratórios de prótese dentária permite identificar posturas de risco e orientar melhorias ergonómicas simples, reduzindo desconforto, fadiga e lesões musculoesqueléticas.

A utilização conjunta desses métodos facilita a detecção do nível de risco postural, direciona ações corretivas e contribui para melhores condições de trabalho, sendo essencial para programas eficazes de ergonomia e saúde ocupacional.

Pontuação e níveis de risco REBA



Pontuação e níveis de risco RULA

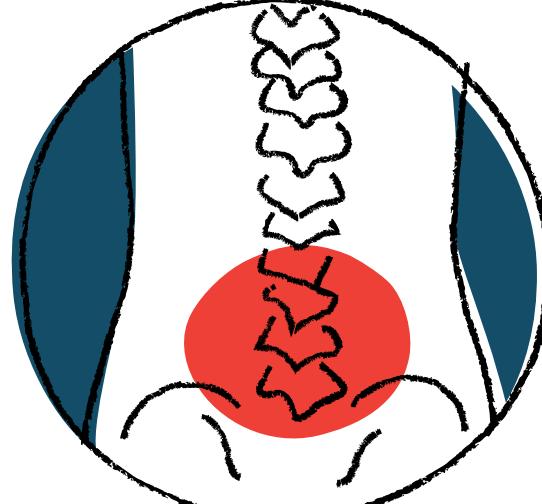


ERGONOMIA FÍSICA

ERGONOMIA ORGANIZACIONAL

relacionada às características anatômicas, antropométricas e biomecânicas do corpo humano. Envolve o estudo de posturas, movimentos, esforços e o manuseio de ferramentas.

refere-se à estrutura e à gestão do trabalho, comunicação e cultura organizacional.



ERGONOMIA COGNITIVA

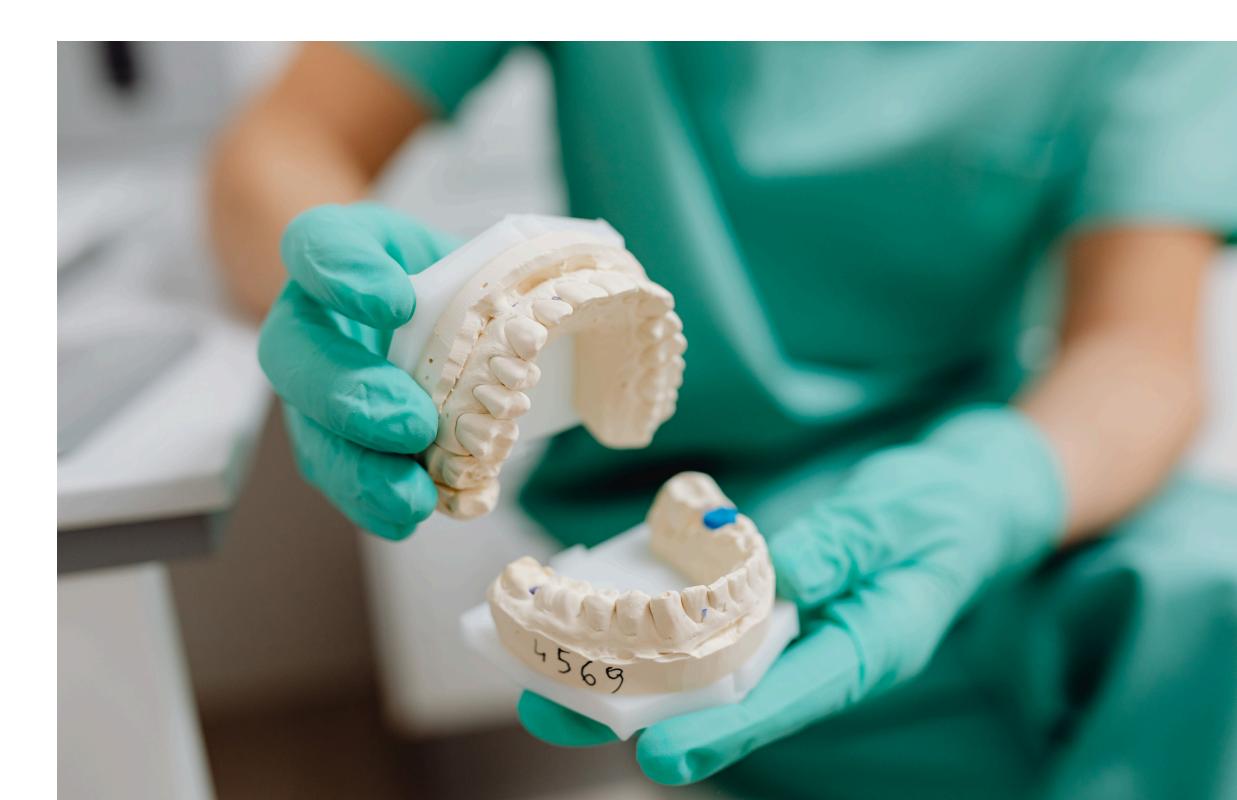


trata dos processos mentais, como percepção, memória e tomada de decisão, buscando otimizar a carga mental e reduzir erros.

RULA/REBA

RULA: método rápido que avalia riscos de distúrbios musculoesqueléticos ligados a posturas inadequadas dos membros superiores, considerando ângulos articulares e cargas. Utiliza pontuações de 1 a 7, que indicam desde risco aceitável até risco elevado.

REBA: método que analisa todo o corpo, incluindo fatores do ambiente de trabalho, identificando riscos em tarefas com movimentos variados, levantamento de cargas e posturas instáveis. Apresenta pontuações de 1 a 15, variando de risco insignificante a risco muito alto.



REFERÊNCIAS



Conclui-se que a ergonomia é indispensável para a saúde, o conforto e o desempenho dos profissionais de prótese dentária. Sua implementação reduz riscos ocupacionais, melhora a qualidade do trabalho e deve ser entendida como um investimento estratégico na valorização profissional e na melhoria contínua dos processos laboratoriais.

CONCLUSÃO