

030

PRINCÍPIOS BIOMECÂNICOS DA POSTURA CORPORAL, NA POSIÇÃO SENTADA, E SUA RELAÇÃO COM A ERGONOMIA. *Eric Luis Kessler, Anneliese Schonhorst Rocha (orient.)* (UNISINOS).

O presente estudo conceitua o tema ergonomia, demonstra suas aplicações práticas e seu amplo espectro de utilização, relacionando-a com a posição sentada, tão comum na sociedade atual. Isto se deve, em grande parte, à informatização dos ambientes de trabalho, que "concentra" o trabalhador várias horas por dia em frente ao computador. Uma abordagem biomecânica da postura sentada é enfocada, interrelacionando os estudos ergonômicos realizados, todos se referindo à análise da posição sentada, seja por eletromiografia, seja por medida da pressão intradiscal. Esta dinâmica foi escolhida no intuito de verificar quais os princípios biomecânicos que serviram como referencial para o projeto ergonômico de cadeiras. Algumas pesquisas realizadas por Andersson (1974, 1975 e 1979), Nachemsom (1966, 1975 e 1979), Eklund (1984), Corlett (1984 e 1999), Örtengren (1974, 1975 e 1979), Jonsson (1974), entre outros, são apresentadas, demonstrando que o ângulo entre coxa e pelve é importante para a manutenção da lordose lombar, aceita como fator de diminuição do desconforto referido nesta região. Nestes estudos, foram descritos vários testes com diferentes modelos de cadeiras e as posturas assumidas em alguns postos de trabalho, como caixa de loja de departamentos e montador de microcomponentes, estimando-se, dessa forma, a carga a que suas estruturas vertebrais estariam submetidas. Os modelos com sincronia de movimentos entre encosto e assento apresentaram a menor carga para a região lombar, enquanto aqueles sem encosto, apresentaram as maiores. Sendo assim, a posição sentada, de preferência, deve se dar em uma cadeira com encosto e, quando possível, que esta possua sistema sincronizado.