



GESTÃO DE PESSOAS DO PODER JUDICIÁRIO

1ª Premiação de Práticas em Gestão de Pessoas do Poder Judiciário

Nome da prática (iniciativa/projeto):

**REALIZAÇÃO DE PESQUISA - PRIMEIRO CENSO ERGONÔMICO DO
PODER JUDICIÁRIO**

Tema escolhido (ver anexo II do edital):

Tema 4: Valorização e Ambiente de Trabalho

Subtema (ver anexo II do edital):

Promoção de saúde

Detalhamento da prática:

O Tribunal de Justiça do Tocantins passou por “Pesquisa de Clima” no ano de 2013 que apontou grande demanda quanto à ambientação e ergonomia. O Planejamento Estratégico 2015 – 2020 direciona diversas situações a serem contemplados nas ações em conjunto ao Programa de Qualidade de Vida e diretrizes da Resolução CNJ – nº 207/2015 de Atenção Integral à Saúde de Magistrados e Servidores. A fim de contribuir para implementação de ações mais assertivas com a proposta de cuidado e promoção de saúde foi idealizado a realização do primeiro Censo Ergonômico com o objetivo de mapear os reais problemas de ordem postural e estilo de vida entre a



GESTÃO DE PESSOAS DO PODER JUDICIÁRIO

população de servidores e magistrados do Poder Judiciário. A escrita do projeto, primeiro Censo Ergonômico, ocorreu no ano de 2015 e sua execução inicialmente na comarca de Palmas. O projeto contemplou a aplicação de questionário modificado, com base em trabalhos do Dr Hudson Couto, composto por 17 perguntas com foco na existência de dores, tipo de dor, intensidade da dor, período do dia que mais dói, localização no corpo, postura adotada para dormir e no trabalho, tempo na função, prática de atividade física regular, doenças diagnosticadas, frequência de procura por consulta médica, outros problemas de saúde. A aplicação do questionário ocorreu de forma presencial em Palmas e por meio de formulário online, para as demais comarcas do Poder Judiciário. Os resultados obtidos em resposta ao censo foram de 424 servidores em Palmas e 393 servidores das comarcas do interior, não havendo necessidade de identificação no ato das respostas. Após compilação dos dados foi observado como fator de grande preocupação, as queixas de algias em altos graus, sedentarismo presente em quase 50% dos servidores, além da incidência de doenças osteomusculares como as lombalgias, hérnias de disco e tendinites, a saber:

- Percentual considerável de pessoas com LER/DORT (48,5% em Palmas e 94% nas comarcas) diagnosticadas;
- Percentual de 44% das respostas aponta sedentarismo;
- 75% sentem dores ao longo do dia;
- Principais locais de dores, referidos pelos entrevistados, sendo alto o percentual de algias nos ombros, costas, região lombar, cabeça e nuca o que sugere uma forte ligação com a postura sentada. A representação do índice de dores variou em menor e maior grau entre 30% e 70%.

Diante dos resultados obtidos através do Censo Ergonômico verificou-se a riqueza das informações colhidas para subsidiar soluções e intervenções para contemplar a melhoria da qualidade de vida no trabalho. O Censo Ergonômico abriu espaço para que as pessoas pudessem relatar anseios, por meio das críticas e sugestões as quais foram acatadas com implantação de assistências e serviços de saúde como: Em 2016 a Ginástica laboral,



GESTÃO DE PESSOAS DO PODER JUDICIÁRIO

ferramenta preventiva de cuidado com a saúde instituindo pausas prescritas no trabalho; Em 2017 abordagens ergonômicas com intervenção e reajustes posturais nos postos de trabalho em todas as comarcas do Poder Judiciário; Em 2016 a 2018 intensificação do Programa Judiciário na medida, para o combate ao sedentarismo, projeto perene; Em 2018 Mat Pilates para tratamento e prevenção de dores e problemas musculoesqueléticos principalmente os de coluna vertebral; Em 2017 e 2018 Levantamento de necessidades ergonômicas e construção de termo de referência para aquisição de aparatos ergonômicos como apoio para pés, mouse pad; encosto lombar e suporte para computadores, em andamento; Em 2019 ampliação assistencial com atendimentos de fisioterapia complementar, com técnicas como a Acupuntura, Craniopuntura, Auriculoterapia, Dry Needling; Reabilitação Vestibular, fisioterapia Ocular e Microfisioterapia. O mapeamento situacional realizado por meio do Censo Ergonômico é extremamente passível de replicação em outras localidades considerando seu potencial de coletar informações com grande poder para subsidiar a implementação de ações com enfoque na promoção de saúde e nos reais problemas locais, além de não conferir dispêndio financeiro para sua realização, com curto prazo de implantação e execução. Contudo, após a experiência foi observado que esse tipo de pesquisa possui maior receptividade e participação do público alvo, com a aplicação do questionário de forma presencial.