

Função: Gerente financeiro
Setor: Administração
Descrição das atividades: - Exercer a gerência dos serviços administrativos.

Máquina / posto de trabalho	Ruído dB (A)	NR - 15 - Anexo I Ruído-Limite de tolerância p/ 08:00h	Iluminação Lux	NBR 5413 - Iluminação Limite mínimo
Mesa administrativa	53	85	870	500

Risco Detectado	Fator de Risco	Caracterização da exposição
Ergonômico	Postura Inadequada	Intermitente

EPI's utilizados: -

### CONCLUSÃO

Conforme a NR-15 esta atividade não faz jus ao adicional de insalubridade.  
Cód GFIP: 0

### RECOMENDAÇÕES ERGONÔMICAS

- Usar cadeira confortável com apoio da região lombar e sentar recostado (entre 100° e 110°)
- Situar o topo da tela do computador entre a altura da linha dos olhos até 8cm abaixo desta.
- Dispor a tela de maneira que não produza reflexo.
- Sentar a uma distância igual ao comprimento do braço.
- Manter os pés bem apoiados no chão ou providenciar suporte para os pés.
- Usar suporte para documentos.
- Manter os punhos na linha dos antebraços, sem contratura para cima ou para baixo.
- Manter os braços e cotovelos próximos ao corpo.
- Usar suporte de teclado e mouse.
- Manter ombros e pescoço relaxados.
- Quando permanecer por longo período realizando digitação. Fazer pausas frequentes e curtas (olhar para longe, intercalar outras tarefas, levantar e caminhar).