



## Projeto ErgoTeams

LIDL Portugal e Ergoform

O projeto ErgoTeams é a resposta estratégica do Lidl Portugal para transformar a cultura de Segurança e Saúde no Trabalho na logística. Focado no conceito de Bem-estar Produtivo, o projeto utiliza o método ErgoCoaching® para combater a principal causa de acidentes na operação: as lesões musculoesqueléticas. Diferenciadores e Inovação: Liderança Ativa: O foco inicial recai nos Coordenadores de Armazém, que atuam como modelos de comportamento. A mudança ocorre pelo exemplo das chefias, reforçando o vínculo com as equipas. Tecnologia IA: Através do sistema ErgoAnalytics, sensores vestíveis com Inteligência Artificial convertem movimentos em dados objetivos, identificando riscos biomecânicos invisíveis à observação comum. Microlearning On-the-Job: Intervenções práticas no posto de trabalho (aquecimento de 5 min no briefing e correções individuais de 2 min) garantem a reeducação postural nas Power Zones sem interromper o fluxo produtivo. Resultados: Implementado nos 5 entrepostos do país, o ErgoTeams alcançou reduções de até 36% na sinistralidade em unidades-piloto. Ao unir tecnologia de ponta, acompanhamento presencial e digitalização (dashboards e MUPIs), o projeto converteu a segurança de uma obrigação num hábito, provando que um colaborador saudável é a base de uma logística eficiente. “Antes da preparação, prepara-te a ti!”

Objetivos Centrais do Projeto ErgoTeams Transformação Cultural: Implementar a cultura de "Bem-estar Produtivo", utilizando a liderança (Coordenadores) como exemplo ativo e motor de mudança nas equipas. Prevenção de Lesões: Reduzir a incidência de LMERT (Lesões Musculoesqueléticas Relacionadas com o Trabalho) e acidentes de trabalho através da reeducação postural nas "Power Zones". Capacitação On-the-Job: Promover a autonomia dos colaboradores mediante ErgoCoaching® e microlearning, integrando exercícios de aquecimento e pausa no ritmo operacional. Inovação Digital: Utilizar Inteligência Artificial (IA) e sensores para monitorizar riscos biomecânicos e otimizar as medidas de controlo através de dados em tempo real. Reforço de Elos Hierárquicos: Aproximar a relação entre a coordenação e as equipas operacionais através de uma linguagem comum de cuidado e segurança partilhada.

Sistemas e Tecnologias Implementadas O ErgoTeams destaca-se pela convergência entre metodologias de treino humano e ferramentas de análise digital avançada: Inteligência Artificial e Sensores (ErgoAnalytics): Utilização de sensores vestíveis (wearables) que, através de algoritmos de IA, quantificam a sobrecarga mecânica na coluna lombar e ombros, gerando KPIs de risco inéditos na operação. Método ErgoCoaching®: Sistema de formação on-the-job baseado em microlearning, que permite a reeducação postural contínua sem interromper o fluxo produtivo. Ecosistema Audiovisual Digital: Produção de conteúdos dinâmicos e vídeos de formação prática difundidos em dispositivos digitais (MUPIs e ecrãs interativos) estrategicamente localizados nos entrepostos. Dashboard Dinâmico de Impacto: Painel de controlo em fase de monitorização que cruza os dados de participação das chefias com os indicadores de sinistralidade, permitindo uma gestão preditiva da segurança. Plataformas de Comunicação Interna: Utilização de sinalética digital e suportes one-page para garantir a uniformização da linguagem de "Bem-estar Produtivo" em toda a rede logística.



## PRÉMIOS DE SEGURANÇA

SECURITY MAGAZINE | REVISTA DOS PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA

**A Motivação para o Desenvolvimento do Projeto O ErgoTeams** surgiu da necessidade de dar uma resposta disruptiva a três desafios críticos identificados na operação logística do Lidl Portugal: **Prevalência de Sinistralidade Específica:** As lesões musculoesqueléticas (LMERT) constituíam a principal tipologia de acidentes de trabalho, exigindo uma abordagem que fosse além da formação teórica convencional. **Barreiras Culturais e Distanciamento:** O período pandémico acentuou a necessidade de encontrar novas formas de ligar as chefias às equipas, superando a resistência natural a rotinas de exercício e correção postural no ambiente de trabalho. **Necessidade de Precisão Técnica:** A carência de dados quantitativos sobre o esforço real dos colaboradores motivou a procura por tecnologias (IA e sensores) que permitissem identificar riscos invisíveis à observação comum. **Humanização da Performance:** A vontade de evoluir de uma cultura de "produtividade a qualquer custo" para uma de "Bem-estar Produtivo", onde a eficiência operacional é o resultado direto de um colaborador saudável e bem acompanhado.

**Resultados Mensuráveis e Contribuição para a Segurança** O projeto ErgoTeams consolidou-se como um dos pilares de redução da sinistralidade no Lidl Portugal, apresentando resultados que validam a eficácia da abordagem on-the-job: **Redução da Sinistralidade:** Em unidades-piloto, o projeto contribuiu para uma redução de até 36% no número de acidentes de trabalho. Observou-se uma queda consistente nas Lesões Musculoesqueléticas Relacionadas com o Trabalho (LMERT), a principal causa de baixa na organização. **Adesão e Envolvimento:** Alcançou-se 100% de cobertura nas formações de microlearning, com uma participação ativa e semanal das chefias nos briefings de segurança, garantindo a sustentabilidade das boas práticas. **Mitigação de Riscos Ergonómicos:** A implementação de correções posturais baseadas em IA (ErgoAnalytics) permitiu otimizar o trabalho nas Power Zones, resultando numa diminuição objetiva da sobrecarga biomecânica sobre a coluna e ombros. **Recuperação e Saúde:** Através da identificação precoce e do encaminhamento para Fisioterapia Preventiva (caso do entreposto de Torres Novas), registou-se uma elevada taxa de sucesso na resolução de queixas de dor e desconforto, evitando a evolução para patologias crónicas. **Cultura de Segurança (Cuidado Ativo):** O projeto fortaleceu a posição da Segurança como um valor transversal. A transição para uma "linguagem comum" de Bem-estar Produtivo reduziu as barreiras culturais, tornando os exercícios de aquecimento e as pausas ergonómicas numa rotina natural e valorizada pelos colaboradores.

**Principais Desafios de Segurança para a Lidl** A natureza da operação logística e de retalho alimentar coloca desafios constantes que exigem uma gestão dinâmica e preventiva: **Sinistralidade Musculoesquelética:** Sendo a principal tipologia de acidentes, o grande desafio é controlar os riscos de LMERT decorrentes da movimentação manual de cargas e movimentos repetitivos no picking. **Gestão de Equipamentos de Movimentação:** Garantir a interação segura entre peões e máquinas (empilhadores, retráteis e pickers) em ambientes de alta cadência e espaços confinados (armazéns e cais). **Segurança contra Incêndio em Grandes Superfícies:** Manter a conformidade rigorosa em edifícios de 2ª Categoria de Risco, assegurando vias de evacuação desobstruídas e sistemas de deteção/extinção sempre operacionais perante fluxos elevados de mercadoria. **Cultura e Comportamento Humano:** Superar resistências culturais à adoção de novos equipamentos (ex: exoesqueletos) e garantir que as rotinas de segurança (aquecimentos e pausas) são mantidas de forma autónoma pelas equipas. **Gestão de Matérias Perigosas (HAZMAT):** Manusear e armazenar de forma segura produtos químicos e baterias de lítio, prevenindo derrames e garantindo a correta segregação de substâncias incompatíveis. **Adaptação Tecnológica:** Integrar novas ferramentas de Inteligência Artificial e sensores na rotina diária sem comprometer a agilidade operacional necessária à logística moderna.



## PRÉMIOS DE SEGURANÇA

SECURITY MAGAZINE | REVISTA DOS PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA

O que nos diferencia? O ErgoTeams rompe com o modelo tradicional de ergonomia através de três eixos inovadores: Liderança como Motor: Substituímos a formação passiva pelo exemplo das chefias. O Coordenador é o embaixador do gesto correto, gerando adesão por compromisso e não por imposição. Tecnologia IA: Utilizamos sensores vestíveis (ErgoAnalytics) para converter movimentos em dados objetivos. Eliminamos a subjetividade da análise visual, identificando riscos invisíveis. Intervenção "On-the-Job": Focamos no ErgoCoaching® em tempo real no posto de trabalho. Sessões de microlearning (2-5 min) que garantem correção imediata sem quebrar o fluxo logístico. Cultura de Bem-estar Produtivo: Elevamos a segurança a um pilar de performance, provando que um colaborador que trabalha nas Power Zones é, simultaneamente, mais saudável e mais eficiente.

*Nota: A informação contida neste documento destina-se exclusivamente à divulgação dos Prémios de Segurança da Security Magazine. Qualquer utilização para outros fins requer autorização prévia da Security Magazine e dos respetivos intervenientes.*