

HermanMiller  
Ratio



## Sentar. Levantar. Movimentar-se. Repetir

Em média, trabalhadores passam entre três e oito horas por dia em suas mesas, e muitos passam mais tempo sentados do que dormindo.

Pesquisas mostram relação entre um estilo de vida sedentário e aumento no risco de diabetes, obesidade, doenças cardíacas e alguns tipos de câncer.

Ficar de pé por períodos curtos aumenta o fluxo sanguíneo, queima calorias e acelera o metabolismo. Ficar de pé por períodos prolongados pode levar a um risco maior de dores nas costas e fadiga, portanto é melhor mudar de posição ao longo do dia.

Mobiliário com ajuste de altura pode reduzir o tempo passado sentado em até 60%\*, e alternar entre tempo sentado e de pé é mais saudável para nosso corpo.



\* Alkhajah, T. A. (2012). Estações de Trabalho Sit-Stand: A Pilot Intervention to Reduce Office Sitting Time [Uma Intervenção Piloto para Reduzir o Tempo Passado Sentado em Escritórios]. American Journal of Preventive Medicine, 43(3), 298-303.

Encontre o equilíbrio entre sentar-se  
e ficar de pé na sua mesa de trabalho



### **Ratio: Sua mesa, do seu jeito**

Pesquisas indicam que mudar de posição é benéfico à saúde – pessoas que se movimentam mais se sentem melhor. E pessoas que se sentem melhor, trabalham melhor.

A mesa Ratio com ajuste de altura permite uma transição suave entre trabalhar sentado ou de pé. Os usuários podem mudar de posição conforme necessário, para encontrar o equilíbrio ideal entre ficar sentado e de pé ao longo do dia.

A Ratio pode ser especificada como uma mesa única ou em agrupamentos ilimitados, trabalhando com nossas outras soluções de mesa de trabalho para completar qualquer ambiente.









## Design Simples

Com suas linhas simples e design leve. A Ratio foi criada para harmonizar com o ambiente de escritório moderno.

Ratio incentiva os usuários a se movimentar e mudar de posição ao longo do dia de trabalho. Está disponível com dois tipos de ajuste de altura elétrico, incluindo pré-ajustes programáveis para mesas designadas, ou seja, o usuário pode ajustar sua mesa para a altura exata para ele ao toque de um botão.

Há uma série de opções de divisores para a Ratio, de acordo com a configuração do espaço de trabalho. Quando utilizada

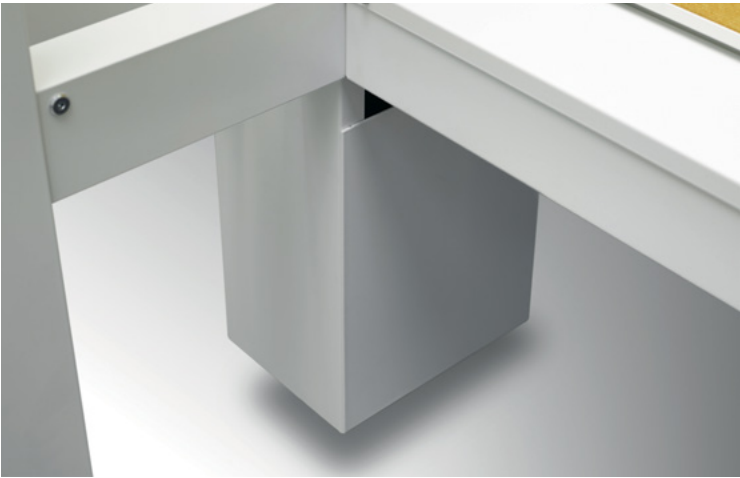
como mesa auto-portante, o divisor é opcional; quando plataforma, o divisor sobe e desce simultaneamente para oferecer mais privacidade. Na configuração dupla, o divisor permanece em uma posição fixa entre as duas mesas.

O design da Ratio garante que ferramentas ergonômicas como braços para monitor tenham suporte total. Isso permite que o usuário altere facilmente a posição de um ou mais monitores quando ajustar sua própria posição.

## Detalhes e Recursos



Ajuste de altura elétrico, incluindo pré-ajustes programáveis para uso em mesas designadas.



Subida de cabeamento vertical de alta capacidade oferece acesso em 360° para entrada de energia de forma compacta.



Tampa de bandeja na configuração dupla para organizar e esconder os cabos.



O elegante design em H garante um espaço de trabalho organizado.



A Ratio atua com nossos outros produtos, incluindo mesas e sistemas de armazenamento, cadeiras de trabalho e mesas laterais complementares.

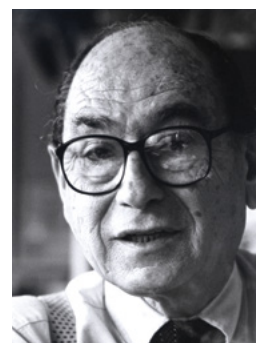
## História do Design: A continuação de uma história

A Herman Miller sempre acreditou na importância de oferecer suporte a uma série de posições e incentivar uma movimentação saudável no trabalho. Parte de nossa história no design inclui uma alternativa a sentar-se para trabalhar. Nos anos de 1960, Robert Propst e George Nelson foram pioneiros na criação do conceito de posições alternativas de trabalho.

Propst, o criador do Action Office, o primeiro sistema de escritórios de planta aberta do mundo, projetou um híbrido entre uma banqueta e uma cadeira que chamou de 'perch'. Nelson, nomeado Diretor de Design em 1947, gostava de trabalhar de pé e pensou que outros também pudessem gostar. Ele criou uma mesa alta com tampo deslizante para a linha Action Office. Os dois designers reconheciam os benefícios de trabalhar de pé, muito antes do termo 'ergonomia' ser amplamente conhecido e compreendido.



Robert Propst

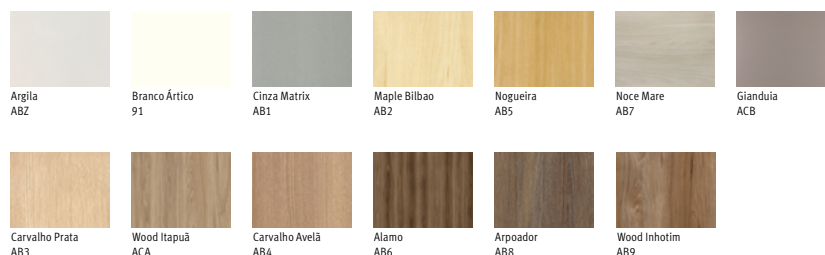


George Nelson

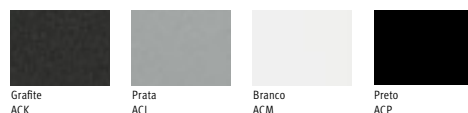
## Materiais

Por favor, fale com seu representante Herman Miller para conhecer os tecidos e materiais mais recentes oferecidos para a Ratio.

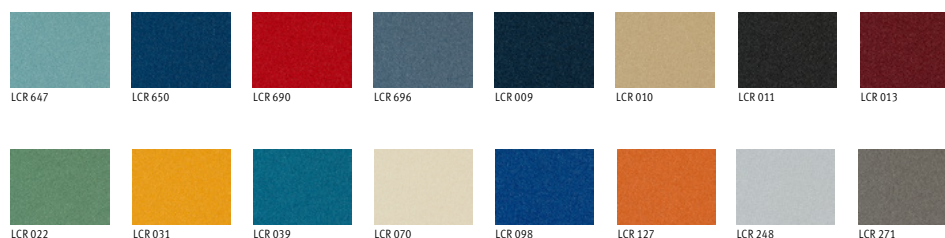
### Acabamentos melamínicos para superfícies



### Acabamentos estruturas metálica



### Acabamentos para painéis em tecido

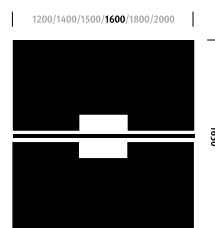


## Componentes

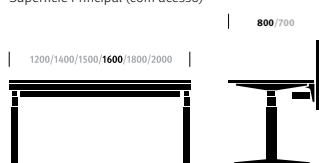
Ratio utiliza um conjunto simples de elementos para integrar-se às configurações usuais de espaços de trabalho.



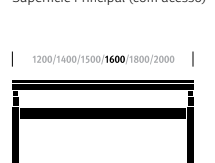
Superfície Principal (com acesso)



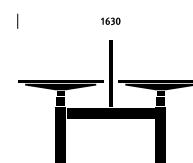
Superfície Principal (com acesso)



Mesa Individual



Aplicação Dupla



Amplitude do Mecanismo Sit-Stand



Saia frontal para mesa individual



Painel frontal para mesa individual



Divisor central para configuração dupla

Para mais informações, acesse [hermanmiller.com.br](http://hermanmiller.com.br) ou ligue para +55 (11) 4061 1011.

© Herman Miller e são marcas registradas da Herman Miller, Inc.  
© 2016 Herman Miller, Inc. PB2097\_B  
Todos os direitos reservados.

