

OFERTA FORMATIVA – SIPRP 2016

Formação	Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Conteúdo programático	Destinatários	Duração	Modalidade	Local	Formadores
9. Ergonomia - Sensibilização sobre posturas de trabalho e manipulação de cargas	Os formandos no final da formação deverão conhecer as obrigações legais do empregador relativamente à prevenção de riscos relativos à movimentação de cargas	<ul style="list-style-type: none"> - Saber identificar e definir o que são operações de movimentação de cargas; - Conhecer a estrutura da coluna vertebral e os aspetos anatómicos e fisiológicos determinantes na manipulação de carga e nas posturas de trabalho; - Conhecer e reconhecer a importância dos fatores de risco associados à movimentação manual de cargas e posturas de trabalho; - Identificar alguns tipos e características das lesões que podem decorrer da manipulação incorreta de cargas ou da manutenção de posturas de trabalho inadequadas; - Reconhecer e saber a importância da adoção de técnicas e métodos de trabalho que permitam eliminar ou minimizar os riscos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Introdução - Obrigações Legais - Definição de manipulação de cargas e posturas de trabalho - Aspetos anatómicos, fisiológicos e biomecânicos - Fatores de risco associados à manipulação de cargas - Lesões associadas à movimentação manual de cargas - Técnicas e métodos de trabalho (medidas preventivas) 	Colaboradores de pequenas e médias empresas. Candidatos com interesse específico nesta área	4 Horas	Presencial	A definir	A definir