



ERGONOMIA-PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS

CÓDIGO

ET F 25 00

DURAÇÃO:

4 Horas



SAÚDE
• Saúde - programas não classificados
noutra área de formação
SERVIÇOS DE SEGURANÇA
• Promoção de pessoas e bens
• Segurança e higiene no trabalho

ENQUADRAMENTO

A Lei n.º102/2009 de 10 de Setembro, regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho, no capítulo II, Artigo 15.º ponto 4, diz que o empregador, Sempre que confia tarefas a um trabalhador, devem ser considerados os seus conhecimentos e as suas aptidões em matéria de segurança e de saúde no trabalho, cabendo ao empregador fornecer as informações e a formação necessárias ao desenvolvimento da atividade em condições de segurança e de

OBJETIVOS GERAIS

Habilitar os formandos com conhecimentos, teóricos e práticos, que lhes permitam adotar posturas corretas no local de trabalho de forma a diminuir lesões resultantes de más posturas.

DESTINATÁRIOS

Funcionários de empresas e instituições - Trabalhadores sem formação base na área da saúde.

SAÚDE

Programas não classificados
noutras áreas de formação

PROMOÇÃO DE SAÚDE NO TRABALHO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da formação os trabalhadores devem conseguir identificar:

- Diversos riscos ergonómicos presentes no local de trabalho e associar-lhes as respetivas medidas preventivas/corretivas;

MODALIDADE DE FORMAÇÃO

Outras ações de formação contínua (não inseridas no catalogo nacional de qualificações).

FORMA DE ORGANIZAR A FORMAÇÃO

Regime presencial, sendo obrigatória a frequência de 100% da carga horária.

METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

- Método expositivo, centralizado na transmissão oral dos conteúdos.
- Método Ativo;
- Estudo de Casos;
- Método demonstrativo, centralizado na explicação e demonstração de procedimentos seguida da realização de exercícios práticos.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICO

- Enquadramento legal;
- Conceitos básicos de prevenção de riscos;
- Conceitos básicos de ergonomia;
- Doenças profissionais;
- Lesões músculo esqueléticas – Ergonomia no posto de trabalho.
- Exercícios de ginástica Laboral.

CRITÉRIOS E METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO

Formativa, realizada ao longo da ação e em todas as situações de aprendizagem.

Sumativa, realizada no final da ação através da aplicação de um teste escrito.

RECURSOS PEDAGÓGICOS

Recursos físicos a usar pelo formador:

-Computador, videoprojector.

ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS

Características da sala de formação:

- Área útil mínima por formando – 2m²;
- Condições ambientais adequada: luz, temperatura, ventilação, insonorização;
- Condições de higiene e Segurança adequada.
- Mesas e cadeiras em número suficiente para o n^o máximo de formandos por turma.