

### **Posturas para Pessoas que Trabalham de Pé**

#### **Objetivos Gerais**

Este Curso é dirigido a todos os profissionais que pretendam adquirir conhecimentos gerais sobre Postura e regras de vestuário e calçado de forma a minimizar o impacto do número de horas em pé.

#### **Objetivos Específicos**

No final do Curso os formandos ficarão aptos:

- Caracterizar as diferentes posturas de trabalho;
- Identificar os fatores de risco para o organismo humano associados à manutenção prolongada de uma postura em pé;
- Implementar as adequadas medidas de prevenção para minimizar os efeitos nocivos à saúde que advêm dos riscos anteriormente identificados.

#### **Destinatários**

Este Curso destina-se a todos os profissionais cuja postura principal de trabalho seja em pé.

#### **Carga Horária**

6 Horas

#### **Conteúdo Programático**

**Módulo I – Posturas de Trabalho**

**Módulo II – Espaço e Equipamentos de Trabalho**

**Módulo III – Principais Problemas Associados à Manutenção Prolongada da Postura em Pé**

**Módulo IV – Medidas Preventivas**