

Ergonomia Laboral



O que vai aprender nesta formação?

Identificar os principais factores de risco emergentes da relação entre o trabalhador, o equipamento de trabalho e ao ambiente de trabalho, por forma a permitir o conhecimento dos factores de risco e das medidas de prevenção aplicáveis para eliminar ou reduzir o impacto das questões suscitadas por deficientes posturas de trabalho, pela actividade com equipamentos dotados de visor e pelos movimentos repetitivos:

- Conhecer o sistema trabalhador- equipamento de trabalho- ambiente de trabalho;
- Saber reconhecer as áreas com impacto nas boas práticas ergonómicas;
- Identificar os principais factores de riscos ergonómicos para a saúde dos profissionais da AP
- Conhecer as mais relevantes lesões musculoesqueléticas emergentes do trabalho
- Identificar as obrigações gerais do empregador contidas na Lei-Quadro de SST com impacto nas condições ergonómicas
- Saber quais as principais medidas a tomar
- Conhecer os riscos adstritos ao teletrabalho

Destinatários

- Dirigentes em cargos de direção intermédia
- Dirigentes em cargos de direção superior
- Trabalhadoras/es da carreira geral de técnico superior
- Trabalhadoras/es da carreira geral de assistente técnico
- Trabalhadoras/es da carreira geral de assistente operacional
- Trabalhadoras/es das carreiras especiais

Quais as competências comportamentais do ReCAP que esta formação potencia?

- Orientação para o Serviço Público
- Orientação para Resultados
- Orientação para a Segurança
- Análise Crítica e Resolução de Problemas

Qual o valor da propina?

120€

Requisitos gerais de acesso

Inscrição

Formadores

Luís Conceição Freitas

Área de Formação: **Interesse e Serviço Público**

Área Temática: **Segurança e Saúde no Trabalho**

Duração: **12 horas**

Forma de organização da formação: **Formação a Distância (assíncrona)**

[Visitar página do Curso](#)

Ficheiro descarregado a: 22/10/2026

