**Título:** Ergonomia no Trabalho

**Público- alvo:** todas as pessoas que trabalham no IST

**Modalidade:** Formação on-line na plataforma Zoom

**Data:** 3 de maio de 2022

**Horário:** 14h00 – 15h00

**Limite de participantes:** 20 formandos

**Formador:** Rita Sá Costa

**Conteúdo Programático:**

1. Conceito de ergonomia;
2. Boas práticas ergonómicas: posto de trabalho; organização do trabalho; postura no trabalho; ambiente; layout da zona de trabalho
3. Avaliação do posto de trabalho – identificação de não conformidades – correções propostas
4. Lesões músculo-esqueléticas
5. Boas práticas para  movimentação de cargas