

Educação Postural no Campo



CONTEÚDO DO CURSO

Conheça os temas e tópicos oferecidos:

Módulo 1: Noções gerais de saúde e segurança do trabalho

- » A segurança do trabalho nas atividades rurais
- » Conceitos básicos sobre ergonomia
- » NR31 e suas principais disposições relacionadas à ergonomia

Módulo 2: A educação postural aplicada ao trabalho no campo

- » Conceito de educação postural e sua aplicação no trabalho no campo
- » A má postura no trabalho rural e os danos à saúde
- » A boa postura na atividade de capina, plantio, colheita manual e poda
- » A boa postura no cultivo de plantas industriais (café)
- » A boa postura na operação e manutenção de tratores agrícolas
- » A boa postura na pulverização costal manual (aplicação de agrotóxico)
- » A boa postura na ordenha manual
- » A boa postura no Trabalho com equinos (equideocultura)
- » A boa postura no levantamento e transporte manual de cargas

Módulo 3: Saúde e cuidados gerais de segurança no desenvolvimento de atividades rurais

- » Dicas de cuidados gerais com a saúde e segurança no desenvolvimento de atividades rurais
- » Exercícios de alongamento e relaxamento durante a jornada de trabalho