



Educação a Distância

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA

EDUCAÇÃO POSTURAL NO CAMPO



CONTEÚDO DO CURSO

Conheça os temas e tópicos oferecidos:

Módulo 1 - Noções gerais de segurança do trabalho

Aula 1 - A segurança do trabalho nas atividades agropecuárias

Aula 2 - NR-31 e suas principais disposições relacionadas a saúde, segurança do trabalho e ergonomia

Aula 3 - Conceitos básicos sobre ergonomia

Módulo 2 - A educação postural aplicada ao trabalho no campo

Aula 1 - A educação postural e o trabalho no campo

Aula 2 - Danos à saúde provocados pelas más posturas corporais no trabalho no campo

Aula 3 - As boas posturas corporais no trabalho no campo

Módulo 3 - Melhores posturas corporais na realização de diversas atividades no campo

Aula 1 - Atividades de capina, plantio, colheita manual e poda

Aula 2 - Atividades de cultivo de café

Aula 3 - Atividades de operação e manutenção de tratores agrícolas

Aula 4 - Atividade de pulverização costal manual (aplicação de defensivos agrícolas)

Aula 5 - Atividades de ordenha e equideocultura

Aula 6 - Atividade de levantamento e transporte manual de cargas

Módulo 4 - Cuidados gerais para a manutenção da saúde e segurança nas atividades no campo

Aula 1 - Cuidados gerais com a saúde durante a realização de atividades no campo

Aula 2 - Medidas de segurança do trabalho durante a realização de atividades no campo

Aula 3 - Exercícios de alongamento e relaxamento