



POLIDIAGNOSTICO
Empresas

Utilização saudável do computador

OBJETIVOS

Sensibilizar os presentes para os principais fatores de risco decorrentes da utilização do computador.

Por em prática um conjunto de medidas para prevenir as lesões músculo-esqueléticas (LMERT).

Implementar medidas ergonómicas, exercícios no posto de trabalho e outras medidas de prevenção.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- Fatores de risco das LMERT devido ao uso do computador
- Fatores de risco relacionados com o trabalho
- Fatores de risco individuais
- Doenças profissionais
- Problemas de visão, dores de cabeça, dificuldades em dormir
- Medidas de prevenção

DESTINATÁRIOS

Chefias e colaboradores com postos de trabalho com computadores

FORMADOR

Céu Santos – Fisioterapeuta

DATA E LOCAL

14 de outubro de 2015

09.30h às 12.30h

Polidiagnóstico-Empresas, Lda.

(Delegação de Pombal)

Instalações do Laboratório Beatriz

Godinho, Viaduto Eng. Guilherme

Santos N° 1, R/C

3100-427 Pombal

CONTACTOS E INSCRIÇÕES

Telefone: 244 830 460

Fax: 244 830 465

teresam@polidiagnosticoempresas.pt

ENTIDADE AUTORIZADA

Ao abrigo da Lei n° 102/2009 de
10 de Setembro

ACT (0890211210/2010)

DGS (processo PA/224)