



# CURSO DE ERGONOMIA BÁSICA

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

**Datas:** 17 e 19 de novembro (turmas 1 e 2)

**Plataforma:** Microsoft Teams

### Ergonomia Física e Cognitiva

- Conceito e classificação da ergonomia.
- Trabalho prescrito x trabalho real.
- Benefícios da ergonomia para a saúde.
- Noções básicas de biomecânica.
- Novo modelo de atuação: Teletrabalho.
- Como montar uma estação de trabalho em casa.
- Desafios do teletrabalho.
- Ergonomia cognitiva: o que é? E qual sua importância?

Mais Informações:  
[ceaf.pdc@mpba.mp.br](mailto:ceaf.pdc@mpba.mp.br)