

Código do curso	LIN-26-078
Denominación	A ERGONOMÍA NO POSTO DE TRABALLO PARA PERSOAL OPERARIO
Persoas destinatarias	Persoal operario da Deputación de Pontevedra e dos concellos adheridos ao Plan agrupado de formación continua
Número de horas	15
Datas	Do 01/10/2026 ao 30/10/2026
Metodoloxía	Teórico-práctica
Obxectivos	Aprender a coidar a súa postura durante a xornada laboral, co propósito de previr lesións
Contido	<ul style="list-style-type: none">• Exercicios ergonómicos• Principios ergonómicos• Principais factores de risco ergonómico• Tipos de ergonomía• Seguridade en xeral: nocións básicas• Definición de programas ergonómicos