

## FORMACIÓN TEÓRICO-PRACTICA EN HIGIENE POSTURAL Y ERGONOMÍA



	<b>PRESENCIAL</b>		
	<b>Duración:</b> 3 H	<b>Horas presenciales:</b> 3 H	<b>Horas online:</b> 0 H
	<b>Familia:</b> PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIOAMBIENTE <b>Área:</b> GENERAL PRL		
	<b>Objetivos:</b> Proporcionar al trabajador conocimientos para identificar sus posturas incorrectas en el puesto de trabajo y aportarle las habilidades necesarias para mejorar esta postura. Con este objetivo, la formación práctica se impartirá en el puesto de trabajo siempre que sea posible.		
	<b>Contenidos:</b> 1ª PARTE:SESIÓN TEÓRICA: PROPOSITOS DEL CURSO BASES DE ANATOMÍA FÍSICA LLEVADA A LA ANATOMÍA FACTORES INFLUYENTES EN LA POSTURA DURACIÓN: 1 HORA 2ª PARTE: SESIÓN PRÁCTICA: LA POSTURA ERRORES HABITUALES POSTURAS CORRECTAS ESTIRAMIENTOS DURACIÓN: 2 HORAS		