








ERGONOMÍA: RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS 4 H



	PRESENCIAL		
	Duración: 2 H	Horas presenciales: 2 H	Horas online: 0 H
	Familia: PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIOAMBIENTE Área: GENERAL PRL		
	Dirigido a: Trabajador@s, personas desempleadas, autónomos, personal de dirección, etc. que deseen adquirir, mejorar o afianzar los conocimientos teóricos relacionados con su puesto de trabajo o su pasada, presente o futura trayectoria laboral.		
	Objetivos: Sensibilizar al personal de la importancia de la prevención en la empresa, identificar diferentes riesgos y los medios y acciones para prevenirlos.		
	Metodología: Metodología activa y participativa, basada en la explicación y demostración de los contenidos utilizando los medios didácticos adecuados para la transmisión de del conocimiento fomentando la participación e implicación de los alumn@s a través de la realización de actividades, desarrollándose en un ambiente de buena comunicación entre alumno y formador		
	Contenidos: 1. Introducción. 1.1. Ley de Prevención de Riesgos Laborales. 1.2. Conceptos básicos en P.R.L. 2. MARCO NORMATIVO EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. 2.1. Derechos y obligaciones en materia de prevención 2.2. Obligaciones del empresario después de un accidente 3. MÁQUINAS Y HERRAMIENTAS 3.1. Condiciones para un adecuado diseño 4. TIEMPO DE TRABAJO 5. CARGA MENTAL 5.1. Factores que determinan la carga mental		

- 5.2. Prevención de la fatiga mental
- 6. MANIPULACIÓN MANUAL DE LA CARGA
 - 6.1. ¿Qué entendemos por carga?
 - 6.2. Metodología para levantar una carga
- 7. POSTURA FORZADA
 - 7.1. Efectos sobre la salud por posturas forzadas
 - 7.2. Medidas preventivas para postura forzada
 - 7.3. Medidas preventivas para posturas forzadas mantenidas
- 8. MOVIMIENTO REPETITIVO
 - 8.1. Lesiones producidas por movimientos repetitivos
 - 8.2. Medidas preventivas para movimientos repetitivos
- 9. ENFERMEDADES PROFESIONALES RELACIONADAS CON EL SECTOR DE ACTIVIDAD.
- 10. OTROS ASPECTOS PREVENTIVOS
Vigilancia de la salud