

Plan de Formación en Prevención de Riesgos Laborales de la UAH-2019
FICHA IDENTIFICATIVA DE LA ACTIVIDAD FORMATIVA

Prevención de trastornos musculoesqueléticos (online)
CÓDIGO: AFPS-06

Destinatarios	Todos los colectivos de trabajadores de la UAH
Objetivos	Formar a los trabajadores sobre los trastornos que pueden surgir por la adopción de malas posturas, que conozcan los problemas musculoesqueléticos más comunes y las diferentes técnicas de corrección postural.
Contenido	TEMA 1. Trastornos musculoesqueléticos (TME) 1.1. ¿Qué son los TME? 1.2. ¿Por qué se producen? 1.3. ¿Cuáles son los síntomas? 1.4. Causas de los TME 1.5. Clasificación de los TME 1.6. Prevención de los TME TEMA 2. Buenas prácticas para la prevención de los TME 2.1. Hábitos posturales saludables en el trabajo 2.2. Hábitos posturales saludables extralaborales 2.3. Tabla de ejercicio físico
Duración	2 h.
Nº asistentes	POR DETERMINAR
Nº ediciones	1
Calendario	16 AL 19 DE JULIO
Horario	ONLINE
Lugar	Plataforma online
Profesorado	SERVICIO DE PREVENCIÓN AJENO QUIRÓN PREVENCIÓN.
Certificado	Si
Duración	2 h.