

Exportadas un total de 1 entidades.

Higiene postural

Título : Higiene postural

Autor Principal : SERSYS PREVENCIÓN S.A

Autor Secundario : CONFEDERACIÓN EMPRESARIAL DE MADRID (CEIM-CEOE)

Editor : SERSYS PREVENCIÓN S.A

Descripción : Manual de primeros auxilios utilizado para la jornada impartida por SERSYS PREVENCIÓN S.A el 18/12/2015, e impartida por Elena Álvarez (DUE y Técnico Superior de prevención de riesgos laborales) sobre las actuaciones a seguir en caso de emergencia y/o accidente en el puesto de trabajo. El contenido es el siguiente 1. Conceptos básicos. 2. Indicadores ergonómicos: - Dimensiones de los espacios de trabajo. - Condiciones ambientales de trabajo. 3. Riesgos ergonómicos: - Fatiga física. - Fatiga mental. - Fatiga visual. 4. Usuarios de PVD: - Mesa. - Silla de trabajo. - Pantalla. - Teclado. - Ratón. - Elementos auxiliares. - Ordenadores portátiles. - Colocación del puesto de trabajo con PVD. - Pausas. - La columna vertebral. 5. Trastornos músculo-esqueléticos: - TME de la columna vertebral. 6. Prevención de los TME : higiene postural: - Postura de pie. - Postura sentada. - Postura tumbada. - Postura conduciendo. - Manipulación de cargas. - Ejercicios de estiramiento de la zona cervical. - Otros ejercicios de estiramiento. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad de Madrid.

Código Acción : AT-0144/2014

Acción : CAMPAÑA PARA LA CREACIÓN DE UN GABINETE DE ASESORAMIENTO Y ASISTENCIA TÉCNICA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (2014)

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Soporte : Digital

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Madrid

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Columna vertebral

Palabra Clave : Lesiones dorsolumbares

Palabra Clave : Ejercicio físico

Palabra Clave : Pantallas de visualización de datos

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Ejercicio físico

