

Exportadas un total de 2 entidades.

---

**Guía para trabajadores del sector  
socio sanitario**

**Título :** Guía para trabajadores del sector socio sanitario

**Autor Principal :** PREVENCIÓN NAVARRA, SOCIEDAD DE PREVENCIÓN MUTUA NAVARRA, S.L

**Autor Secundario :** INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA Y LABORAL DE NAVARRA

**Descripción :** Guía de acción preventiva para hacer frente a los riesgos específicos de las ocupaciones relacionadas con el sector socio sanitario: cuidadores, gerocultores y auxiliares de enfermería. Se establece la relación entre los tipos de riesgos, las tareas relacionadas y las medidas preventivas a aplicar. Los contenidos son los siguiente: 1. Riesgos de seguridad: - Atropellos y accidentes de tráfico. - Cortes con útiles y menaje de cocina. - Caídas / caídas de material. - Incendios. - Riesgo Eléctrico. - Quemaduras. - Agresiones. 2. Riesgos de higiene: - Contacto e inhalación de productos químicos. - Proyección de productos químicos. - Agentes biológicos (enfermedades de transmisión). - Temperaturas desfavorables. 3. Riesgos de ergonomía: - Manipulación manual de cargas. - Movilización de personas. - Sobreesfuerzos, empuje y arraste. - Movimientos repetidos. - Riesgo ergonómico: Trabajos con ordenador y pantallas de visualización de datos (PvD's). 4. Ejercicios de calentamiento y estiramiento. 5. Riesgos de psicología. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores del sector, en la Comunidad Foral de Navarra.

**Código Acción :** IT-0131/2009

**Acción :** 3676 - MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS PARA LA PREVENCIÓN DE LESIONES MUSCULOESQUELÉTICAS EN LA MANIPULACIÓN DE PACIENTES.

**Materias :** 1 - Seguridad en el trabajo

**CNAE :** 861 - Actividades hospitalarias

**CNAE :** 86 - Actividades sanitarias

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Riesgo físico

**Palabra Clave :** Información

**Palabra Clave :** Ejercicio físico

**Palabra Clave :** Riesgo ergonómico

**Palabra Clave :** Riesgo biológico

**Palabra Clave :** Riesgo químico

**Palabra Clave :** Medidas preventivas

**Palabra Clave :** Riesgos laborales

**Palabra Clave :** Buenas prácticas

**Palabra Clave :** Riesgo psicosocial

**Palabra Clave :** Sector sanitario

**Estado :** Producto publicado

## Gestión individual del estrés

**Título** : Gestión individual del estrés

**Autor Principal** : PREVENCIÓN NAVARRA, SOCIEDAD DE PREVENCIÓN MUTUA NAVARRA, S.L

**Autor Secundario** : INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA Y LABORAL DE NAVARRA

**Descripción** : Guía de acción preventiva para hacer frente al estrés negativo y convertirlo en positivo en trabajadores con responsabilidad intermedia y trabajadores especialmente cualificados. Los contenidos son los siguientes: 1. Introducción: - ¿Qué es el estrés? - Técnicas de intervención individual para combatir el estrés. 2. Hábitos saludables: - La importancia del descanso. - Nutrición y estrés. - Tiempo libre. 3. Antes. Anticipación: - Creadores de estrés y autocontrol. - Mi personalidad ante el estrés. - Anticipación positiva a situaciones de estrés. - Gestión del tiempo. 4. Durante. Vigilancia: - Mis indicadores de alarma. - Autocontrol a través de la respiración- 5. Después. Descarga/Relajación: - Relajación a través de la respiración abdominal. - Relajación activa. Ejercicio físico. - Relajación pasiva. 6. bibliografía. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores del sector en la Comunidad Foral de Navarra.

**Código Acción** : IT-0129/2009

**Acción** : 3648 - ESTUDIO SOBRE LOS FACTORES PSICOSOCIALES GENERADORES DE ESTRÉS EN LOS PUESTOS DIRECTIVOS Y DE TRABAJADORES TÉCNICOS CUALIFICADOS

**Materias** : 4 - Psicosociología

**CNAE** : 000 - Multisectorial

**Formato** : MONOGRAFÍA

**Idioma** : CASTELLANO

**Palabra Clave** : Comunidad Foral de Navarra

**Palabra Clave** : Ejercicio físico

**Palabra Clave** : Buenas prácticas

**Palabra Clave** : Vigilancia de la salud

**Palabra Clave** : Hábitos saludables

**Palabra Clave** : Estrés laboral

**Palabra Clave** : Organización del trabajo

**Palabra Clave** : Trabajador

**Palabra Clave** : Carga mental

**Palabra Clave** : Medidas preventivas

**Palabra Clave** : Riesgo psicosocial

**Palabra Clave** : Recomendaciones

**Estado** : Producto publicado

