

Exportadas un total de 10 entidades.

Anatomía y mecánica de la columna vertebral

Título : Anatomía y mecánica de la columna vertebral

Autor Principal : CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE LA CORUÑA (CEC)

Autor Secundario : CONSELLO GALEGO DE SEGURIDADE E SAÚDE LABORAL

Descripción : Ponencia que recoge los contenidos impartidos en el taller de espalda celebrado por la Confederación de Empresarios de La Coruña el 20 de mayo de 2010. Los contenidos son los siguientes: 1. Anatomía y mecánica de la columna vertebral. 2. Principales problemas en la columna. 3. Factores de riesgo: - Factores generales. - Factores físico-motrices. 4. Actitud ante el dolor. 5. Cómo prevenir los dolores de espalda. 6. Higiene postural y ergonomía. 7. Cuidados al cargar peso. 8. Ergonomía en la oficina: - La silla ergonómica. - Los teclados. - Puesto de trabajo y ergonomía. 9. Estrés en el lugar de trabajo. 10. Guía de terapias naturales. 11. Beneficios del ejercicio físico. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad autónoma de Galicia.

Código Acción : IT-0038/2009

Acción : 3254 - Programa de información en Prevención de Riesgos Laborales, para Pymes (hasta 49 trabajadores).

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Asesoría técnica

Palabra Clave : Antropometría

Palabra Clave : Ejercicio físico

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Riesgos laborales

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Galicia

Estado : Producto publicado

Prevencción de los riesgos ergonómicos en el ámbito sanitario

Título : Prevencción de los riesgos ergonómicos en el ámbito sanitario

Autor Principal : UNIÓN GENERAL DE TRABAJADORES BALEARES

Autor Secundario : UNIÓN GENERAL DE TRABAJADORES BALEARES

Descripción : Jornada informativa sobre las pautas a seguir para evitar y/o minimizar los riesgos de tipo ergonómico en el sector sociosanitario. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de las Islas Baleares.

Código Acción : IT-0029/2012

Acción : 7270 - OFICINA DE ASISTENCIA TÉCNICA PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DIRIGIDA A LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN DE PYMES DE TODOS LOS SECTORES PRODUCTIVOS DE ILLES BALEARS

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Sector sanitario

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de las Islas Baleares

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Estado : Producto publicado

Trastornos musculoesqueléticos en el ámbito laboral

Título : Trastornos musculoesqueléticos en el ámbito laboral

Autor Principal : CONFEDERACIÓN EMPRESARIAL DE OURENSE

Autor Secundario : CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE GALICIA (CEG)

Descripción : Ponencia realizada por M^a Jesús López Vila, médico especialista en medicina física y de rehabilitación, referida a los trastornos músculo-esqueléticos derivados de diversas patologías originadas en el ámbito laboral. Los contenidos son los siguientes: 1. Trastornos músculo-esqueléticos. 2. Dolor lumbar y lumbalgia. 3. Cervicalgia. 4. Patología del hombro. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la comunidad autónoma de Galicia.

Código Acción : IT-0165/2010

Acción : 4925 - Gabinete de asesoramiento y asistencia técnica en prevención de riesgos laborales, para Pymes de hasta 49 trabajadores

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Jornada

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Hombros

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Galicia

Estado : Producto publicado

Higiene postural

Título : Higiene postural

Autor Principal : CENTRO DE INVESTIGACION Y FORMACION DE EMPRESA, SAL

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

Descripción : Higiene postural

Código Acción : IT-0055/2011

Acción : 5787 - CAMPAÑA DE ASESORAMIENTO TÉCNICO Y ASISTENCIA TÉCNICA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LA ZONA SUR DE MADRID

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Recomendaciones

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Lesiones dorsolumbares

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Madrid

Estado : Producto publicado

Importancia de la higiene postural

Título : Importancia de la higiene postural

Autor Principal : CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE LUGO (CEL)

Autor Secundario : CONSELLO GALEGO DE SEGURIDADE E SAÚDE LABORAL

Descripción : Ponencia sobre la importancia de la higiene postural celebrada el 9 de junio del 2010 y realizada por el técnico Carlos Quintias. Los contenidos son los siguientes: 1. Introducción y generalidades. 2. Funciones. 3. Padecimientos frecuentes. 4. Columna lumbar. 5. Causas de lesión. 6. Programa de higiene. 7. Medidas posturales. 8. Medidas preventivas. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad autónoma de Galicia.

Código Acción : IT-0040/2009

Acción : 3549 - PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA PYMES DE HASTA 49 TRABAJADORES.

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Ejercicio físico

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Lesiones

Palabra Clave : Jornada

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Galicia

Estado : Producto publicado

Manual de higiene postural

Título : Manual de higiene postural

Autor Principal : CENTRO DE INVESTIGACION Y FORMACION DE EMPRESA, SAL

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

Descripción : Guía formativa sobre las lesiones causadas por los trastornos musculoesqueléticos en el lugar de trabajo. Se incluye información específica sobre los tipos y causas de las lesiones y los ejercicios a realizar para minimizar el impacto de dichos trastornos. Módulo 1: Anatomía básica y trastornos musculoesqueléticos: Ud. 1: Anatomía básica del sistema musculoesquelético: 1. Elementos del sistema músculo-esquelético: - Esqueleto. - Ligamentos. - Músculos. - Tendones. - Fascias o aponeurosis. 2. La columna vertebral: - Musculatura de la columna vertebral. 3. Extremidades superiores: - Hombro. - Codo. - Muñeca. - Mano. 4. Extremidades inferiores: - Pelvis y cadera. - Rodilla. - Tobillo. - Pie. Ud. 2: Trastornos musculoesqueléticos (TME): 1. Concepto de trastornos musculoesqueléticos (TME): - Factores desencadenantes de los TME. - Factores contribuyentes. 2. TME de la columna vertebral: - Cervicalgia. - Dorsalgia. - Lumbalgia. - Hernia discal. - Ciática. 3. TME de las extremidades superiores e inferiores: - Tendinitis. - Bursitis. - Mialgias. - Neuropatías por presión. - Esguinces y luxaciones. Módulo 2: Prevención y tratamiento de los TME: Ud. 1: Prevención de los TME: higiene postural: 1. Concepto de higiene postural. 2. Postura de pie. 3. Postura sentada. 4. Postura tumbada. 5. Postura conduciendo. 6. Manipulación de cargas. 7. Consejos para actividades de la vida diaria: - Recomendaciones al vestirse. - Recomendaciones al afeitarse. - Recomendaciones al ir a la compra. - Recomendaciones al planchar. - Recomendaciones al barrer, fregar o limpiar el suelo. - Recomendaciones al limpiar cristales o paredes. Ud. 2: Prevención de los TME: ejercicios de estiramiento: 1. Pautas para realizar los ejercicios de estiramiento. 2. Ejercicios de estiramiento de la zona cervical. 3. Ejercicios de estiramiento de la zona dorsal (zona media de la espalda). 4. Ejercicios de estiramiento de la zona lumbar. 5. Ejercicios de estiramiento de los brazos. 6. Ejercicios de estiramiento de las manos. 7. Ejercicios de estiramiento de los miembros inferiores. 8. Ejercicios en el trabajo Ud. 3: Técnicas de tratamiento de los TME: 1. Natación terapéutica. 2. Relajación: - Respiración. - Reconocimiento de nuestro propio cuerpo. - Relajación total. 3. Auto masaje. 4. Masaje. 5. Hidroterapia. 6. Acupuntura. 7. Pilates. Producto final destinado prioritariamente a trabajadores y empresas asociadas a la Asociación de Asociaciones del Comercio de la Pequeña y Mediana Empresa de Villaverde-Usera (FACOVU) en la Comunidad de Madrid.

Código Acción : IT-0048/2010

Acción : 4538 - CAMPAÑA DE PROMOCIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LA ZONA SUR DE MADRID

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Ejercicio físico

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Madrid

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Recomendaciones

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Espalda

Estado : Producto publicado

Pantalla de visualización de datos y sus efectos

Título : Pantalla de visualización de datos y sus efectos

Autor Principal : COMISIONES OBRERAS DE CANARIAS

Autor Secundario : COMISIONES OBRERAS DE CANARIAS

Descripción : Ponencia realizada por Victor Toledo, técnico de prevención, sobre los trastornos y lesiones que puede causar el trabajo continuado con pantallas de visualización de datos. Dicha ponencia tuvo lugar el 17 de octubre de 2011. Los contenidos son los siguientes: 1. Riesgos posturales. 2. Dolores de espalda. 3. Pantallas de visualización de datos. 4. Manipulación manual de cargas. Producto final destinado prioritariamente a empresas, trabajadores y delegados de prevención de la Comunidad autónoma de Canarias.

Código Acción : IT-0076/2010

Acción : 4481 - Asesoramiento y asistencia técnico sindical en materia de prevención de riesgos laborales para la Comunidad Autónoma de Canarias.

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Jornada

Palabra Clave : Manipulación manual de cargas

Palabra Clave : Normativa

Palabra Clave : Puesto de trabajo

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Lesiones

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Pantallas de visualización de datos

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Canarias

Estado : Producto publicado

[Recopilación] Fichas preventivas sector agrícola

Título : [Recopilación] Fichas preventivas sector agrícola

Autor Principal : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Autor Principal : COORDINADORA DE ORGANIZACIONES DE AGRICULTORES Y GANADEROS (COAG)

Autor Principal : UNIÓN DE PEQUEÑOS AGRICULTORES Y GANADEROS (UPA)

Autor Secundario : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Autor Secundario : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Autor Secundario : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Descripción : Recopilación de fichas sobre los riesgos ergonómicos más habituales en el sector agrícola que incluye una descripción de la actividad junto al tipo de riesgo específico y las medidas preventivas y de control a aplicar. Los contenidos son los siguientes: 1. Bovino de carne intensivo: - Entrada y salida de cuadras. - Preparación y suministro de cuadras manualmente. 2. Caprino de leche intensivo: - Corte pezuñas. - Limpieza comederos. - Ordeño mecánico. - Preparación y reparto de comida. - Reposición de pienso y leche en nodrizas. 3. Cultivos en invernaderos: - Descarga de cajas de carro. - Encajado y traslado de carros. - Entutorado. - Recolección posturas forzadas. - Eliminación de malas hierbas. 4. Ovino de carne extenso: - Preparación y aprovisionamiento de comida. - Reparto manual de comida. - Separa animales y limpieza de instalaciones. 5. Plantación de viñedo - Aplicar fitosanitarios con tractor. - Poda verde. - Emparrado y subir alambre. - Mezcla fitosanitarios con tanque pulverizador. 6. Recolección de aceituna. - Recogida de mantones. - Uso de rastrillo. - Uso de sopladora. - Vareado vibrado automático. - Vareado manual. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores del sector agrícola y ganadero.

Código Acción : IS-0302/2013

Código Acción : IS-0134/2013

Código Acción : IS-0303/2013

Acción : 100009124 - PORTAL MULTIMEDIA PARA LA PROMOCIÓN DE LA ERGONOMÍA EN EL SECTOR AGRARIO

Acción : 100009118 - PORTAL MULTIMEDIA PARA LA PROMOCIÓN DE LA ERGONOMÍA EN EL SECTOR AGRARIO

Acción : 100009087 - PORTAL MULTIMEDIA PARA LA PROMOCIÓN DE LA ERGONOMÍA EN EL SECTOR AGRARIO

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 016 - Actividades de apoyo a la agricultura, a la ganadería y de preparación posterior a la cosecha

CNAE : 013 - Propagación de plantas

CNAE : 012 - Cultivos perennes

CNAE : 011 - Cultivos no perennes

CNAE : 015 - Producción agrícola combinada con la producción ganadera

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Manipulación manual de cargas

Palabra Clave : Sector ganadero

Palabra Clave : Sector agrícola

Palabra Clave : Recomendaciones

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Estado : Producto publicado

Guía de trastornos musculoesqueléticos en distintos sectores

Título : Guía de trastornos musculoesqueléticos en distintos sectores

Autor Principal : COMISIONES OBRERAS CANTABRIA

Autor Secundario : CONSEJO CÁNTABRO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Descripción : Guía de acción preventiva sobre los trastornos musculoesqueléticos en distintos sectores de actividad. Los contenidos son los siguientes: 1. Definición. 2. Situación actual. Los TME en Europa, España y Cantabria. 3. Factores: causas que influyen. 4. Riesgos más importantes. - Manipulación manual de cargas. - Posturas forzadas. - Movimientos repetitivos. 5. Qué hacer si tengo TME laboral. 6. Prevención de los TME en el entorno laboral. 7. TME por sectores. - Trabajadores de conservas. - Trabajadores de la construcción. - Trabajadores de oficinas. - Trabajadores del sector limpieza. - Auxiliares de enfermería y cuidadores. - Conductores. - Trabajadores de líneas de producción. - Trabajadores de hostelería. 8. Anexos. Cuadro de enfermedades profesionales. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad Autónoma de Cantabria.

Código Acción : IT-0189/2007

Acción : 1681 - Asesoramiento y divulgación de la prl a delegados de prevención y trabajadores como impulso para un mayor conocimiento de riesgos específicos en el entorno de trabajo.

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Enfermedad profesional

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Manipulación manual de cargas

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Cantabria

Estado : Producto publicado

Mejora de la prevención de riesgos laborales derivados de carga física por la adopción de posturas forzadas

Título : Mejora de la prevención de riesgos laborales derivados de carga física por la adopción de posturas forzadas

Autor Principal : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Autor Secundario : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Editor : FEDERACIÓN DE INDUSTRIA, CONSTRUCCIÓN Y AGRO DE LA UGT (FICA-UGT)

Descripción : Guía informativa para prevenir los trastornos músculo esqueléticos más habituales en el sector de la fabricación de bebidas, producidos como consecuencia de la adopción de posturas forzadas, movimientos repetitivos o manipulación manual de cargas, entre otros, para fomentar hábitos de trabajo seguros. El contenido es el siguiente: 1. Introducción: - Objetivos. - Descripción del sector y puestos de trabajo. - Contingencias laborales. 2. Trastornos músculo-esqueléticos (TME): Conceptos: - Factores de riesgo. - Trastornos músculos esqueléticos (TME). Tendinitis del manguito de los rotadores. - Epicondilitis y epitrocleitis. - Síndrome cervical por tensión. - Lumbalgia. 3. Factores de riesgo: - Posturas forzadas. - Manipulación manual de cargas (MMC). - Movimientos repetitivos. - Ambiente térmico y termorregulación. - Vibraciones. 4. Medidas preventivas y/o correctoras: - Medidas de gestión. - Medidas técnicas. - Medidas organizativas. - Medidas del trabajador. 5. Bibliografía. Nota: Se incluye folleto informativo "Prevención de riesgos músculo-esqueléticos derivados de la adopción de posturas forzadas en el sector de fabricación de bebidas" Productos finales destinados prioritariamente a trabajadores y empresarios del sector de fabricación de bebidas (aguas envasadas, cervezas, vinos, bebidas refrescantes...).

Código Acción : AS2017-0121

Acción : MEJORA DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DERIVADOS DE CARGA FÍSICA POR LA ADOPCIÓN DE POSTURAS FORZADAS EN EL SECTOR DE FABRICACIÓN DE BEBIDAS

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 11 - Fabricación de bebidas

Formato : MONOGRAFÍA

Formato : FOLLETO

Soporte : Digital

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Siniestralidad

Palabra Clave : Hábitos saludables

Palabra Clave : Espalda

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Lesiones dorsolumbares

Palabra Clave : Síndrome del túnel carpiano

Palabra Clave : Epicondilitis

Palabra Clave : Tendinitis

Palabra Clave : Manipulación manual de cargas

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Condiciones de trabajo

Palabra Clave : Sector alimentación y bebidas

