

Exportadas un total de 2 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

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

