

Exportadas un total de 2 entidades.

---

## **Guía de Actualización de la evidencia científica sobre la influencia de la fatiga física en patrones de movimiento y su interés en la prevención de procesos músculo-esqueléticos**

**Título :** Guía de Actualización de la evidencia científica sobre la influencia de la fatiga física en patrones de movimiento y su interés en la prevención de procesos músculo-esqueléticos

**Autor Principal :** CASTELLOTE OLIVITO, Juan Manuel

**Autor Secundario :** SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE UGT-CEC

**Editor :** SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE UGT-CEC

**Descripción :** Estudio que realiza un análisis sobre la influencia de la fatiga en patrones motores, con especial atención a la influencia en músculos posturales y músculos de tarea, resaltando el valor de su detección como medida preventiva. El presente documento espera contribuir a localizar los cambios en los gestos motores recopilando información que pueda ser de interés para que los agentes sociales puedan incluir las medidas preventivas y de control adecuadas en sus programas de salud laboral. El contenido del estudio es el siguiente: I. Introducción. II. Objetivos, material y métodos. III. Resultados comentados. IV. Bibliografía ANEXO I: Acrónimos ANEXO II: Búsqueda bibliográfica. ANEXO III: Artículos relevantes 1.- Fatiga en musculatura ejecutora: - Tarea de movimiento. 2.- Fatiga en musculatura ejecutora: - Tarea postural. 3.- Fatiga en musculatura ejecutora: - Tarea de estimación de movimiento. 4.- Fatiga en musculatura ejecutora: - Valoración de reflejos. 5.- Fatiga postural previa. 6.- Fatiga postural previa: - Tarea postural previa y en musculatura ejecutora. 7.- Fatiga en musculatura postural: - Tarea en musculatura postural. Producto final destinado a empresas, trabajadores y delegados de prevención de todos los sectores de actividad.

**Código Acción :** AD-0001/2012

**Acción :** ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ERGONOMÍA Y LA PSICOSOCIOLOGÍA APLICADA, Y CON LA ACCIÓN JUDICIAL EN LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (2012)

**Materias :** 3 - Ergonomía

**CNAE :** 000 - Multisectorial

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Soporte :** Digital

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Carga física

**Palabra Clave :** Lesiones

**Palabra Clave :** Hábitos posturales

**Palabra Clave :** Posturas forzadas

**Palabra Clave :** Trastornos musculoesqueléticos

**Palabra Clave :** Fatiga física

**Palabra Clave :** Trastornos musculoesqueléticos

**Palabra Clave :** Evaluación de riesgos

**Palabra Clave :** Informe de resultados

**Depósito Legal :** J-175-2013

## Guía del delegado: aplicación del procedimiento de prevención laboral activa

**Título** : Guía del delegado: aplicación del procedimiento de prevención laboral activa

**Autor Principal** : SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE UGT-CEC

**Autor Secundario** : SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE UGT-CEC

**Editor** : SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE UGT-CEC

**Descripción** : En el ámbito de la medicina deportiva, la prevención de trastornos musculoesqueléticos está centrada en generar medios de anticipación a las lesiones para que éstas no se produzcan, fomentando el cuidado particular de las lesiones para evitar recaídas. UGT, junto a expertos del Centro Tecnológico del Daño Corporal de FORSAPRELAB y la empresa FOREX, en coordinación con diferentes Universidades, han intentado trasladar este conocimiento al ámbito laboral. Estas investigaciones han dado lugar a un área de conocimiento específico, denominado Prevención Laboral Activa, objetivo de la presente guía. El contenido es el siguiente: I. Introducción. II. ¿Qué es la PLA?: 1. Ubicación de la Prevención Laboral Activa: - Especificidad. - Control de la repetición. 2. Definición: 3. Ergonomía & Biomecánica. Principales factores biomecánicos de la lesión laboral musculoesquelética desde la PLA: - Alineación postural. - Control motor y alteración del movimiento. - Fatiga. 4. Objetivos: - Beneficios de la Prevención Laboral Activa. - Beneficios para los trabajadores. - Beneficios para la empresa. 5. Evidencias científicas de la Prevención Laboral Activa (estudios UGT). III. Aplicaciones prácticas de la Prevención Laboral Activa: 1. Análisis de las acciones técnicas laborales. 2. Generalidades de la evaluación del sistema de movimiento de los trabajadores. 3. Intervención según la Prevención Laboral Activa: - Aprendizaje Motor. - Descanso: Pausas y micropausas activas. - Formación específica. 4. Ejemplos prácticos de los sistemas de movimiento de los trabajadores: - Pantallas de visualización. - Manejo de cargas. - Posturas Mantenidas. - Movimientos repetitivos. - Ejemplos prácticos. IV. Implantación: 1. Integración de la PLA en la empresa. 2. Recomendaciones prácticas para delegados. 3. Comunicación con técnicos PRL. V. Bibliografía. Producto final destinado a empresas, trabajadores y delegados de prevención de todos los sectores de actividad.

**Código Acción** : AD-0001/2012

**Acción** : ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ERGONOMÍA Y LA PSICOSOCIOLOGÍA APLICADA, Y CON LA ACCIÓN JUDICIAL EN LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (2012)

**Materias** : 3 - Ergonomía

**CNAE** : 000 - Multisectorial

**Formato** : MONOGRAFÍA

**Soporte** : Digital

**Idioma** : CASTELLANO

**Palabra Clave** : Trastornos musculoesqueléticos

**Palabra Clave** : Lesiones

**Palabra Clave** : Hábitos posturales

**Palabra Clave** : Posturas forzadas

**Palabra Clave** : Delegado de prevención

**Palabra Clave** : Antropometría

**Palabra Clave** : Fatiga física

**Palabra Clave** : Evaluación de riesgos

**Palabra Clave** : Gestión integrada de la prevención

**Palabra Clave** : Carga física

**Palabra Clave** : Pantallas de visualización de datos

**Palabra Clave** : Informe de resultados

**Depósito Legal** : J-62-2013

