

Exportadas un total de 2 entidades.

---

**Taller práctico de prevención de trastornos musculoesqueléticos**

**Título :** Taller práctico de prevención de trastornos musculoesqueléticos

**Autor Principal :** AREA DE FORMACIÓN Y ESTUDIOS SL

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

**Descripción :** Recopilación de contenidos teórico-prácticos respecto a los trastornos musculoesqueléticos causados por trabajos específicos de movimientos repetitivos y posturas forzadas, indicándose las medidas preventivas a aplicar. Los contenidos son los siguientes: A. Contenidos teóricos: 1. Anatomía y Biomecánica Básica. 2. Los trastornos músculo-esqueléticos (TME). Factores de riesgo. 3. Patologías más frecuentes. Medidas preventivas. 4. Higiene Postural y manipulación de cargas. B. Contenidos prácticos: 1. El ejercicio físico como medida preventiva. 2. Rutinas de ejercicios para el cuidado de la espalda. 3. Columna cervical. 4. Columna dorso-lumbar. 5. Abdominales. 6. Miembro superior e inferior. 7. Ejercicios respiratorios. 8. Relajación. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad de Madrid.

**Código Acción :** IT-0032/2010

**Acción :** 4685 - "ASESORÍA TÉCNICA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA EL ÁMBITO DE CENOR (SERVICIO PERSONAL, TELEFÓNICO Y ON-LINE EN LA ZONA NORTE DE MADRID). FASE VII".

**Materias :** 3 - Ergonomía

**CNAE :** 000 - Multisectorial

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Buenas prácticas

**Palabra Clave :** Ejercicio físico

**Palabra Clave :** Manipulación manual de cargas

**Palabra Clave :** Lesiones

**Palabra Clave :** Movimientos repetitivos

**Palabra Clave :** Antropometría

**Palabra Clave :** Medidas preventivas

**Palabra Clave :** Trastornos musculoesqueléticos

**Palabra Clave :** Espalda

**Palabra Clave :** Lesiones dorsolumbares

**Palabra Clave :** Riesgo ergonómico

**Palabra Clave :** Comunidad Autónoma de Madrid

**Estado :** Producto publicado

## Boletín PRL nº 2: Las lesiones músculo-esqueléticas derivadas del trabajo

**Título** : Boletín PRL nº 2: Las lesiones músculo-esqueléticas derivadas del trabajo

**Autor Principal** : AREA DE FORMACIÓN Y ESTUDIOS SL

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

**Descripción** : Boletín informativo nº 2 del 2011 en materia de prevención de riesgos y salud laboral en cuanto a los riesgos derivados de lesiones de tipo músculo-esqueléticos en las empresas de la Zona norte de Madrid. Los contenidos son los siguientes: 1. ¿Sabías qué? 2. ¿Porqué se producen? 3. Lesiones más comunes. 4. Medidas para prevenir estas lesiones. 5. Taller informativo. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad de Madrid.

**Código Acción** : IT-0037/2010

**Acción** : 4555 - ASESORÍA TÉCNICA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA EL ÁMBITO DE ACENOMA - CONTINUACION

**Materias** : 6 - Formación, información y comunicación

**CNAE** : 000 - Multisectorial

**Formato** : PUBLICACIÓN PERIÓDICA

**Idioma** : CASTELLANO

**Palabra Clave** : Posturas forzadas

**Palabra Clave** : Riesgo ergonómico

**Palabra Clave** : Medidas preventivas

**Palabra Clave** : Recomendaciones

**Palabra Clave** : Movimientos repetitivos

**Palabra Clave** : Accidente de trabajo

**Palabra Clave** : Trastornos musculoesqueléticos

**Palabra Clave** : Lesiones dorsolumbares

**Palabra Clave** : Comunidad Autónoma de Madrid

**Estado** : Producto publicado

