

Exportadas un total de 10 entidades.

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

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

Prevencción de la fatiga física y mental

Título : Prevencción de la fatiga física y mental

Autor Principal : EUROQUALITY S.L.U

Autor Secundario : COMISIÓN PARA LA DECISIÓN DEL DESTINO DE LOS FONDOS QUE SE ATRIBUYAN AL AMPARO DE LA DA 5ª DE LA LEY 31/1995

Descripción : Cartel informativo sobre las pautas a seguir para evitar la fatiga física y mental en el puesto de trabajo. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad de Madrid.

Código Acción : IT-0225/2007

Acción : 1717 - Maratón de PRL.: Plan de choque a la siniestralidad

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : CARTEL

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Recomendaciones

Palabra Clave : Carga mental

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Fatiga física

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Riesgos laborales

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Madrid

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 músculo-esqueléticos (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

Prevencción de riesgos ergonómicos de los trabajadores/as de centros de educación especial

Título : Prevencción de riesgos ergonómicos de los trabajadores/as de centros de educación especial

Autor Principal : UNIÓN GENERAL DE TRABAJADORES BALEARES

Autor Secundario : UNIÓN GENERAL DE TRABAJADORES BALEARES

Descripción : Guía informativa sobre los tipos de riesgos ergonómicos que pueden sufrir los trabajadores de centros de atención a personas discapacitadas, y las medidas preventivas y recomendaciones a seguir para minimizar las lesiones que dichos riesgos pueden ocasionar. Los contenidos son los siguientes: 1. Ergonomía. 2. Tareas principales. 3. Dolencias más frecuentes. 4. Movilización de usuarios. 5. Manejo de herramientas y equipos. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares.

Código Acción : IT-0050/2010

Acción : 4617 - 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 : Recomendaciones

Palabra Clave : Movilización de enfermos

Palabra Clave : Información

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Lesiones

Palabra Clave : Persona con discapacidad

Palabra Clave : Sector de la enseñanza

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de las Islas Baleares

Estado : Producto publicado

Guía de buenas prácticas ergonómicas para la Federación de Asociaciones Empresariales de la Distribución y el Comercio de Cantabria

Título : Guía de buenas prácticas ergonómicas para la Federación de Asociaciones Empresariales de la Distribución y el Comercio de Cantabria

Autor Principal : SGS TECNOS, S.A.

Autor Secundario : GEOE CEPYME CANTABRIA

Descripción : Guía de buenas prácticas ergonómicas para la Federación de Asociaciones Empresariales de la Distribución y el Comercio de Cantabria

Código Acción : IT-0082/2011

Acción : 6379 - GUIA DE BUENAS PRACTICAS ERGONOMICAS PARA LA FEDERACION DE ASOCIACIONES EMPRESARIALES DE LA DISTRIBUCION Y EL COMERCIO DE CANTABRIA

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Lesiones dorsolumbares

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Sector comercio

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Comunidad Autónoma de Cantabria

Estado : Producto publicado

Ejercicios de prehabilitación en el sector de flores y plantas

Título : Ejercicios de prehabilitación en el sector de flores y plantas

Autor Principal : FEDERACIÓN ESTATAL DE SERVICIOS, MOVILIDAD Y CONSUMO (SCM UGT)

Autor Principal : FEDERACIÓN DE SERVICIOS DE COMISIONES OBRERAS (CCOO - SERVICIOS)

Autor Secundario : FEDERACIÓN ESTATAL DE SERVICIOS, MOVILIDAD Y CONSUMO (SCM UGT)

Autor Secundario : FEDERACIÓN ESTATAL DE SERVICIOS, MOVILIDAD Y CONSUMO (SCM UGT)

Descripción : Informe de resultados sobre las condiciones ergonómicas de trabajo de los dependientes en comercio de venta de plantas. El objetivo es la mejora de su capacitación física para minimizar y/o evitar los trastornos musculares a través del ejercicio y una vida saludable. Los contenidos son los siguientes: Bloque 1. Introducción: - Gráficos de respuestas al cuestionario de las visitas. - Preguntas sobre la jornada laboral. - Preguntas sobre el entorno de trabajo. - Preguntas sobre las molestias músculo-esqueléticas. - Preguntas sobre ejercicio físico. - Preguntas sobre intenciones para mejorar. - Sobre la satisfacción del servicio recibido. Bloque 2. Conclusiones de las visitas: - La importancia del eje columna, tronco y cadera. - La sobrecarga positiva. - El entrenamiento estático y dinámico. - Los ejercicios de resistencia muscular y los de flexibilidad. - Tus molestias no cambiarán si no cambias tu vida. Bloque 3. Como cuidar el aparato locomotor: - El sistema muscular. - Como aparece el dolor en el aparato locomotor. - La contractura muscular como causa del dolor. - ¿Qué solución podemos encontrar? - Factores de riesgo para el dolor y molestias músculo-esqueléticas. Bloque 4. Normas posturales: - En posiciones de sentado. - En posiciones de pie. - Sea cual sea su posición. Bloque 5. Una alimentación equilibrada. Bloque 6. Programa de ejercicios: - ¿Cómo seguir nuestro programa de ejercicios? - El horario de entrenamiento. - Lo que debe saber. - Los programas. - Vista general. - Vista detallada. Producto final es una guía y un cartel informativo y está destinado prioritariamente a empresas y trabajadores del pequeño comercio de plantas y flores.

Código Acción : IS-0314/2012

Código Acción : IS-0315/2012

Acción : 7848 - Promoción de los ejercicios de prehabilitación con visitas presenciales en el sector del pequeño comercio de las flores y plantas.

Acción : 7878 - Promoción de los ejercicios de prehabilitación con visitas presenciales en el sector del pequeño comercio de las flores y plantas.

Materias : 6 - Formación, información y comunicación

CNAE : 478 - Comercio al por menor en puestos de venta y mercadillos

CNAE : 477 - Comercio al por menor de otros artículos en establecimientos especializados

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Condiciones de trabajo

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Recomendaciones

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Sector comercio

Palabra Clave : Ejercicio físico

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Jornada de trabajo

Palabra Clave : Técnicas cuantitativas

Palabra Clave : Cuestionario

Estado : Producto publicado

Riesgos ergonómicos y medidas preventivas en las empresas lideradas por jóvenes empresarios

Título : Riesgos ergonómicos y medidas preventivas en las empresas lideradas por jóvenes empresarios

Autor Principal : PREVALIA CGP, S.L..U.

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

Descripción : Folleto informativo sobre los riesgos de tipo ergonómico y las medidas preventivas y las pautas de actuación a aplicar. Los contenidos son los siguientes: 1. Introducción. 2. Riesgos ergonómicos. 3. Factores de riesgo. 4. Lesiones más frecuentes derivadas de riesgos ergonómicos. 5. Obligaciones del joven empresario. 6. Metodología de evaluación de posturas forzadas, trabajos repetitivos, manipulación manual de cargas y aplicación de posturas forzadas. 7. Medidas preventivas para evitar los sobreesfuerzos. 8. Bibliografía. 9. Biblioweb. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la comunidad autónoma de Madrid.

Código Acción : IT-0069/2013

Acción : 100009206 - ASISTENCIA TÉCNICA PARA LA PROMOCIÓN DE PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS FRENTE A RIESGOS ESPECÍFICOS EN EMPRESAS LIDERADAS POR JÓVENES EMPRESARIOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Lesiones

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Manipulación manual de cargas

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Jóvenes

Palabra Clave : Empresario

Palabra Clave : Medidas preventivas

Estado : Producto publicado



Pautas de trabajo para la prevención de riesgos ergonómicos en la selección manual de materia prima en la Industria de Conservas de Tomate

Título : Pautas de trabajo para la prevención de riesgos ergonómicos en la selección manual de materia prima en la Industria de Conservas de Tomate

Autor Principal : PREVALIA CGP, S.L..U.

Autor Secundario : FEDERACION DE COMISIONES OBRERAS DE INDUSTRIA

Descripción : Guía de acción preventiva destinada a mujeres embarazadas en la industria de la conserva del tomate. Los contenidos son los siguientes: 1. Introducción. 2. Descripción del proceso: selección manual de materia prima en la industria conservera de tomate. 3. Factores de riesgo: - Posturas forzadas. - Movimientos repetitivos. 4. Trastornos músculo-esqueléticos. 5. Medidas preventivas. 6. Bibliografía.

Código Acción : IS-0067/2008

Acción : 2217 - ESTUDIO DE RIESGOS ERGONÓMICOS EN LA SELECCIÓN MANUAL DE MATERIAS PRIMAS EN EL SECTOR DE CONSERVAS DE TOMATE

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 10 - Industria de la alimentación

CNAE : 103 - Procesado y conservación de frutas y hortalizas

Formato : FOLLETO

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Carga física

Palabra Clave : Protocolos de actuación

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Puesto de trabajo

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Movimientos repetitivos

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Medidas preventivas

Palabra Clave : Periodo de embarazo

Palabra Clave : Sector conservero

Palabra Clave : Sector agroalimentario

Estado : Producto publicado

Buenas prácticas para la prevención de trastornos musculoesqueléticos en el sector de la actividades de construcción especializada

Título : Buenas prácticas para la prevención de trastornos musculoesqueléticos en el sector de la actividades de construcción especializada

Autor Principal : COMISIONES OBRERAS DE CONSTRUCCIÓN Y SERVICIOS

Autor Secundario : COMISIONES OBRERAS DE CONSTRUCCIÓN Y SERVICIOS

Editor : COMISIONES OBRERAS DE CONSTRUCCIÓN Y SERVICIOS

Descripción : Guía de acción preventiva para evitar y/o minimizar los trastornos músculo-esqueléticos derivados de posturas y lesiones derivadas por sobreesfuerzos en actividades relacionadas con la construcción. El contenido es el siguiente: 1. Algunos conceptos básicos relacionados con los trastornos músculo-esqueléticos: - Los Trastornos Músculo-Esqueléticos ¿qué son? - ¿Qué se entiende por posturas forzadas? - ¿A qué se considera manipulación manual de cargas? - ¿Hay movimientos repetitivos en este sector? 2. Causas que provocan trastornos músculo-esqueléticos: - La adopción de posturas forzadas en el trabajo. - La manipulación de cargas diaria. - Los movimientos repetitivos. 3. Tipos de trastornos músculo-esqueléticos asociados al sector: - El funcionamiento de nuestro cuerpo humano. - Las lesiones músculo-esqueléticas. Enfermedades profesionales. 4. Buenas prácticas para prevenir los trastornos músculo-esqueléticos: - El plan de seguridad y salud y la evaluación ergonómica. - Información y formación. - La vigilancia de la salud. - Algunas medidas preventivas. - Los trabajadores del sector realizan propuestas. 5. Bibliografía. NOTA: Se incluye cartel informativo "Posturas forzadas y manipulación de cargas ¿Lesiones? ¿Cómo evitarlas?" Producto final destinado prioritariamente a trabajadores y empresas del sector de la construcción especializada.

Código Acción : AS2017-0079

Acción : BUENAS PRÁCTICAS PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS Y PSICOSOCIALES EN EL SECTOR DE ACTIVIDADES DE CONSTRUCCIÓN ESPECIALIZADA

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 43 - Actividades de construcción especializada

Formato : CARTEL

Formato : FOLLETO

Soporte : Digital

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Evaluación de riesgos

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Movimientos repetitivos

Palabra Clave : Manipulación manual de cargas

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Lesiones dorsolumbares

Palabra Clave : Sobreesfuerzos

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Sector de la construcción

Depósito Legal :

