

Exportadas un total de 2 entidades.

---

## 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

## Guía de buenas prácticas empresariales en Gestión del Estrés Laboral

**Título :** Guía de buenas prácticas empresariales en Gestión del Estrés Laboral

**Autor Principal :** VALLELLANO PÉREZ, María Dolores

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

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

**Descripción :** Guía de acción preventiva para facilitar la gestión del estrés laboral de forma transversal e integrada en las empresas, organizaciones sindicales y Administraciones Públicas. El contenido es el siguiente: 1. Justificación. 2. Estrés y estrés laboral: - ¿Pero qué es el estrés? - El estrés laboral. - Estresores laborales. - Consecuencias del estrés laboral. 3. Evaluación del estrés laboral: - Objetivo. - Métodos de evaluación del estrés laboral. - Criterios para la elección de un procedimiento de evaluación. - El proceso de evaluación del estrés. - Instrumentos de evaluación del estrés laboral. 4. Intervención en estrés laboral: - Intervención sobre la organización. - Intervención sobre el individuo. 5. Buenas prácticas en gestión del estrés laboral: - Contexto externo a la empresa. - Filosofía de empresa. - Actividades de identificación, análisis y valoración de los factores de riesgo de estrés. - Diseño y propuesta de medidas preventivas. - Acciones de intervención. - Seguimiento, control y evaluación de las medidas implementadas. 6. Bibliografía. 7. Anexos. Producto final destinado trabajadores y empresarios de todos los sectores de actividad.

**Código Acción :** DI-0004/2015

**Acción :** OBSERVATORIO DE RIESGOS PSICOSOCIALES (2015)

**Materias :** 4 - Psicosociología

**CNAE :** 000 - Multisectorial

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Soporte :** Digital

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Carga mental

**Palabra Clave :** Riesgo psicosocial

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

**Palabra Clave :** Buenas prácticas

**Palabra Clave :** Intervención psicosocial

**Palabra Clave :** Evaluación de riesgos

**Depósito Legal :** M-39655-2016

