

# SPFVI208 / CURSO DE ERGONOMÍA Y FACTORES DE RIESGOS BIOMECÁNICOS

**DURACIÓN:** 8 horas a realizar en un mes

**MODALIDAD:** ONLINE

**ESPECIFICACIONES:** Este curso incorpora locuciones y videos con lo que será necesario disponer de tarjeta de sonido y altavoces o auriculares.

## DIRIGIDO A

Trabajadores que en su puesto de trabajo se encuentran expuestos a riesgos ergonómicos.

## OBJETIVOS

- Facilitar el cumplimiento de las exigencias legales en materia de prevención
- Analizar las condiciones ergonómicas de los puestos de trabajo
- Conocer los riesgos asociados y las medidas preventivas adecuadas
- Motivar una actitud positiva en el ámbito de la prevención de riesgos laborales

## CONTENIDOS

### Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo

- El trabajo y la salud
- Los riesgos profesionales y su prevención
- Condiciones de trabajo
- Daños derivados del trabajo
- Compromisos del empresario
- Compromisos del trabajador

### Características del puesto de trabajo

- Condiciones del puesto de trabajo
- Ergonomía y psicología

### Trastornos musculoesqueléticos

- ¿Qué son los trastornos musculoesqueléticos?

- Factores de riesgo
- Aparato locomotor
- Prevención

**Factores de riesgos ergonómicos**

- Introducción. Ergonomía
- Manipulación manual de cargas
- Movimientos repetitivos
- Posturas forzadas