

Movimientos Repetitivos - Riesgos y Medidas Preventivas

Los trabajos, actividades o tareas que requieren realizar movimientos repetitivos o acciones con las extremidades superiores están presentes en todos los sectores de actividad. Identificar si esta condición de trabajo o peligro está presente en un puesto de trabajo es una cuestión crítica porque puede comportar un riesgo significativo, dependiendo de la presencia de los factores de riesgo: cómo identificar el peligro y factores de riesgo. Dentro de las medidas destinadas a prevenir las alteraciones musculoesqueléticas está el conocimiento sobre métodos de trabajo que reduzcan el riesgo, así como la práctica de diversos ejercicios y estiramientos.

Objetivo del curso: Al finalizar la formación, los asistentes serán capaces de identificar los riesgos y las medidas preventivas que se han de adoptar en su puesto de trabajo derivadas de los movimientos repetitivos

Modalidad: Presencial

Crédito horario: 1 hora

Contenido:

- Definiciones
- Situaciones de riesgo y medidas a adoptar
- Condiciones ergonómicas del puesto de trabajo
- Efectos sobre la salud
- Recomendaciones