

PROGRAMA FORMATIVO DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA
FACTORES DE RIESGO EN EL MANEJO MANUAL DE CARGAS
SEAD112PO

PROGRAMAS DE FORMACIÓN DIRIGIDOS PRIORITARIAMENTE A TRABAJADORES OCUPADOS

Noviembre 2018

PROGRAMA DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA:
FACTORES DE RIESGO EN EL MANEJO MANUAL DE CARGAS

DATOS GENERALES DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA

1. Familia Profesional: SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE

Área Profesional: SEGURIDAD Y PREVENCIÓN

2. Denominación: FACTORES DE RIESGO EN EL MANEJO MANUAL DE CARGAS

3. Código: **SEAD112PO**

4. Objetivo General: Identificar los riesgos existentes en el trabajo de manipulación manual de cargas, aplicando las medidas preventivas apropiadas para evitar el dolor de espalda.

5. Número de participantes: Según normativa, el número máximo de participantes en modalidad presencial es de 30.

6. Duración:

Horas totales: 15

Modalidad: Presencial

Distribución de horas:

Presencial:..... 15

Teleformación:..... 0

7. Requisitos mínimos de espacios, instalaciones y equipamiento:

7.1 Espacio formativo:

AULA POLIVALENTE:

El aula contará con las instalaciones y equipos de trabajo suficientes para el desarrollo de la acción formativa.

- Superficie: El aula deberá contar con un mínimo de 2m² por alumno.
- Iluminación: luz natural y artificial que cumpla los niveles mínimos preceptivos.
- Ventilación: Climatización apropiada.
- Acondicionamiento eléctrico de acuerdo a las Normas Electrotécnicas de Baja Tensión y otras normas de aplicación.
- Aseos y servicios higiénicos sanitarios en número adecuado.
- Condiciones higiénicas, acústicas y de habitabilidad y seguridad, exigidas por la legislación vigente.
- Adaptabilidad: en el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad dispondrá de las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar la participación en condiciones de igualdad.
- PRL: cumple con los requisitos exigidos en materia de prevención de riesgos laborales

Cada espacio estará equipado con mobiliario docente adecuado al número de alumnos, así mismo constará de las instalaciones y equipos de trabajo suficientes para el desarrollo del curso.

7.2 Equipamientos:

Se contará con todos los medios y materiales necesarios para el correcto desarrollo formativo.

- Pizarra.
- Rotafolios.
- Material de aula.
- Medios audiovisuales.
- Mesa y silla para formador/a.
- Mesas y sillas para alumnos/as.
- Hardware y Software necesarios para la impartición de la formación.
- Conexión a Internet.

Se entregará a los participantes los manuales y el material didáctico necesarios para el adecuado desarrollo de la acción formativa

Las instalaciones y equipamientos deberán cumplir con la normativa industrial e higiénico sanitaria correspondiente y responderán a medidas de accesibilidad universal y seguridad de los participantes. En el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad se realizarán las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar su participación en condiciones de igualdad.

8. Requisitos necesarios para el ejercicio profesional:

(Este epígrafe sólo se cumplimentará si existen requisitos legales para el ejercicio de la profesión)

9. Requisitos oficiales de los centros:

(Este epígrafe sólo se cumplimentará si para la impartición de la formación existe algún requisito de homologación / autorización del centro por parte de otra administración competente.

10. CONTENIDOS FORMATIVOS:

1. MANIPULACIÓN DE CARGAS:

- 1.1. Tipos de manipulación de cargas.
- 1.2. Factores de riesgo en el manejo manual de cargas.
- 1.3. Las lesiones por sobreesfuerzos o fatiga producidas por una manipulación manual de cargas.
- 1.4. Causas de lesiones en el manejo de herramientas manuales.
- 1.5. El control de la salud de los trabajadores: pautas preventivas para evitar lesiones y accidentes.
- 1.6. Relajación general y local para evitar las tensiones musculares que se provocan en la realización del trabajo con cargas.
- 1.7. Primeros Auxilios.

2. MOVIMIENTO MANUAL DE CARGAS Y EL DOLOR DE ESPALDA:

2.1. CAUSAS DEL DOLOR DE ESPALDA:

- 2.1.1. Trabajo muscular.
- 2.1.2. Definición del dolor de espalda.
- 2.1.3. Causas más usuales del dolor de espalda.
- 2.1.4. Influencia de las posturas en la aparición del dolor de espalda.

2.2. EL TRATAMIENTO DE LA ESPALDA:

- 2.2.1. Medidas generales.
- 2.2.2. Ejercicio físico.
- 2.2.3. Tratamiento farmacológico.
- 2.2.4. Tratamiento quirúrgico.
- 2.2.5. Tratamiento psicológico.

2.4. EL CUIDADO DE LA ESPALDA:

- 2.4.1. Normas básicas para evitar el dolor de espalda.
- 2.4.2. Normas para el levantamiento de cargas.

2.5. FACTORES DE RIESGO DEL DOLOR:

- 2.5.1. Tipos de dolor de espalda.
- 2.5.2. Factores que influyen en la aparición del dolor de espalda.