



**PROGRAMA FORMATIVO DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA
TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS EN UNA FÁBRICA DE
CEMENTO
SEAD305PO**

PROGRAMAS DE FORMACIÓN DIRIGIDOS PRIORITARIAMENTE A TRABAJADORES OCUPADOS

Noviembre 2018

PROGRAMA DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA:
TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS EN UNA FÁBRICA DE CEMENTO

DATOS GENERALES DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA

1. Familia Profesional: SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE

Área Profesional: SEGURIDAD Y PREVENCIÓN

2. Denominación: TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS EN UNA FÁBRICA DE CEMENTO

3. Código: **SEAD305PO**

4. Objetivo General: Tomar conciencia y aplicar las medidas necesarias en materia de prevención de los riesgos de lesiones físicas por posturas forzadas, movimientos repetitivos y vibraciones en el proceso de fabricación de cemento.

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

6. Duración:

Horas totales: 6

Modalidad: Presencial

Distribución de horas:

Presencial:..... 6

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. INTRODUCCIÓN
2. NORMATIVA Y LEGISLACIÓN
3. RIESGO DE LESIONES POR POSTURAS FORZADAS, MOVIMIENTOS REPETITIVOS Y VIBRACIONES
 - 3.1. Definiciones y conceptos
 - 3.2. Fuentes de exposición y usos
 - 3.3. Mecanismos de acción
 - 3.4. Efectos sobre la salud
4. EVALUACIÓN DEL RIESGO
 - 4.1. Valoración de riesgos por posturas forzadas
 - 4.2. Valoración de riesgos para tareas repetitivas
 - 4.3. Valoración de riesgos para manipulación de cargas
5. PROTOCOLO MÉDICO ESPECÍFICO
 - 5.1. Historia laboral
 - 5.2. Historia clínica
 - 5.3. Control biológico y estudios complementarios específicos
 - 5.4. Criterios de valoración
 - 5.5. Conducta a seguir según las alteraciones detectadas
6. ENFERMEDADES MUSCULOESQUELÉTICAS MÁS FRECUENTES EN EL SECTOR CEMENTERO
7. MEDIDAS PREVENTIVAS Y CORRECTIVAS
 - 7.1. Postura incómoda o forzada
 - 7.2. Posturas forzadas de pie-sentado
 - 7.3. Manipulación manual de cargas
 - 7.4. Levantamientos de carga
 - 7.5. Medidas preventivas y correctivas específicas
 - 7.6. Faja lumbar y cinturón abdominal
 - 7.7. Ejercicios gimnásticos de recuperación
 - 7.8. Recomendaciones para evitar factores de riesgo del trabajo repetitivo
8. FACTORES DE RIESGO DE LAS VIBRACIONES
 - 8.1. Definición y normativa
 - 8.2. Efectos de las vibraciones en la salud
 - 8.3. Medidas preventivas
9. EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS
 - 9.1. CASO 1: Desatranque de silos y tolvas
 - 9.2. CASO 2: Cambio de martillos
 - 9.3. CASO 3: Cambio de placas del molino
 - 9.4. CASO 4: Ensacado
 - 9.5. CASO 5: Limpieza de ciclones