

MODELO PROPUESTA DE ACCIÓN FORMATIVA

<b>TÍTULO</b>	<b>ERGONOMIA APLICADA EN EL PUESTO DE TRABAJO DEL PDI</b>
<b>MÓDULO AL QUE PERTENECE</b>	FORMACIÓN COMPLEMENTARIA: SALUD LABORAL
<b>DURACIÓN EN HORAS</b>	10 horas.
<b>MODALIDAD</b>	Asíncrono a través de la plataforma Moodle
<b>FECHAS Y HORARIO</b>	12 y 13 de noviembre de 16 a 19 horas. 14 de noviembre de 16 a 20 horas.
<b>PLAZAS A OFERTAR</b>	16
<b>PERFIL DE LOS DESTINATARIOS</b>	PDI
<b>OBJETIVOS Y COMPETENCIAS A CONSEGUIR</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mejorar las condiciones laborales de los trabajadores en el puesto de trabajo.</li> <li>2. Sensibilizar de la importancia de la salud del trabajador en el futuro.</li> <li>3. Mejorar hábitos de vida en términos de salud laboral.</li> <li>4. Adoptar hábitos saludables antes, durante y después del trabajo.</li> </ol>
<b>CONTENIDOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluamos nuestro puesto de trabajo: Elementos de análisis, variables a considerar.</li> <li>2. Riesgos asociados a las posturas forzadas.</li> <li>3. Medidas preventivas para</li> <li>4. Pausas activas al realizar el trabajo</li> <li>5. Ejercicios prácticos para evitar el riesgo ergonómico</li> </ol>
<b>METODOLOGÍA</b>	Asíncrono a través de la plataforma Moodle. Se propondrán ejemplos prácticos sobre la aplicabilidad de los diferentes ejercicios a realizar por los alumnos en las clases de forma práctica.
<b>PROFESORADO DE LA ULE</b>	María José Fínez Silva 1 hora
<b>OTRO PROFESORADO</b>	Fernando Minaya Rodríguez 9 horas