

# Tu espalda en el lugar de trabajo

**Modalidad:**

Mixto

**Lengua:**

Español

**Duración:**

17 h (15 + 2)

**Destinatarios:**

PAS

## Destinatarios: perfil profesional

PAS de la Universitat de València

## Calendario de realización

2ª Edición

Sesión	Fecha	Horario	Lugar
1ª	04/05/2021	09:00 - 12:00	
2ª	06/05/2021	09:00 - 11:30	
3ª	10/05/2021		
4ª	12/05/2021	09:00 - 12:00	En línea
5ª	17/05/2021	09:00 - 11:00	
6ª	19/05/2021		

Formación síncrona y asíncrona

## Profesorado responsable

### Montserrat Martínez Biot

Técnica de Prevención de Riesgos Laborales - Servei de Prevenció i Medi Ambient

### Gemma Victoria Espí López

Vicedecana de Estudios - Facultat de Fisioteràpia.

UNIVERSITAT  
DE VALÈNCIA

 Servei de  
Formació Permanent  
i Innovació Educativa

Adreça: Centre de Formació i Qualitat "Manuel Sanchis Guarner"

c/ Serpis, 29 | 46022-València | Campus dels Tarongers

Telèfon | Fax 961 62 50 30 | 961 62 50 32

Correu electrònic: [sfp@uv.es](mailto:sfp@uv.es)

## Objetivos formativos y contenidos

---

### INTRODUCCIÓN

#### PARTE GENERAL

- Anatomía y aspectos funcionales.
- Ergonomía.

#### PARTE ESPECÍFICA

- Hábitos saludables.
- Autocuras activas y pasivas para el dolor de espalda.
- El tratamiento de fisioterapia.
- Ejercicio preventivo y terapéutico.
- Recuperación funcional.
- Pantallas de visualización de datos.

## Competencias que se desarrollarán

---

- Conocer aspectos básicos a nivel ergonómico de nuestro lugar de trabajo.
- Proporcionar información respecto del correcto cuidado de la espalda.
- Entender cómo cuidar la espalda en el ámbito laboral.
- Aprender a reducir la posibilidad de lesiones de espalda en el trabajo y en casa.
- Adquirir hábitos saludables para la espalda.

## Criterios y procedimientos de evaluación de la actividad

---

Examen final.

Realización de dos casos prácticos.

Asistencia al 85 % de las horas síncronas o presenciales, visualización del 100% de los contenidos en línea y la superación de las pruebas de evaluación fijadas.