

Dades de l'acció formativa / Datos de la acción formativa					
Denominació (títol de l'acció formativa) / Denominación (Título de la acción formativa)					
Cuida tu espalda					
Modalitat formativa (marcar amb X) / Modalidad formativa (marcar con X)					
Curs / Curso	X	Seminari / Seminario		Grup de treball / Grupo de Trabajo	
Taller		Jornada		Conferència / Conferencia	
Modalitat d'impartició (marcar amb X) / Modalidad d'impartición (marcar con X)					
Presencial	X	En línia / En línea		Mixta	
Llengua d'impartició (marcar amb X) / Lengua de impartición (marcar con X)					
Espanyol / Español	X	Valencià / Valenciano		Anglès / Inglés	
Duració (hores) / Duración (horas)		15	Edicions (número) / Ediciones (número)		1ª

Calendari de realització (per a cadascuna de les sessions) / Calendario de realización (para cada una de las sesiones)			
Sessió / Sesión	Data / Fecha	Horari / Horario	Lloc / Lugar
1ª	10/09/2019	09:00 - 12:00	Aula M15 Facultat de Fisioteràpia
2ª	12/09/2019	09:00 - 11:30	
3ª	17/09/2019	09:00 - 12:00	
4ª	19/09/2019	16:00 - 18:30	
5ª	24/09/2019	16:00 - 18:00	
6ª	25/09/2019	16:00 - 18:00	

Destinatari: perfil professional (detallar) / Destinatarios: perfil profesional (detallar)
PAS y PDI de la Universitat de València.

Professorat responsable de l'acció formativa / Profesorado responsable de la acción formativa	
Nom/Nombre	Montserrat Martínez Biot
Breu CV/CV breve	Técnica de Prevención de Riesgos Laborales.
Nom/Nombre	Mª Isabel Rubio
Breu CV/CV breve	Médica del Trabajo – Servei de Prevenció i Medi Ambient.
Nom/Nombre	Gemma Victoria Espí López
Breu CV/CV breve	Vicedegana d'Infraestructures – Facultat de Fisioteràpia.

Objectius formatius i continguts / Objetivos formativos y contenidos

INTRODUCCIÓN

PARTE GENERAL

- Anatomía i 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.

Competències que es desenvoluparan / 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.

Criteris i procediment d'avaluació de l'activitat (obligatori) / Criterios y procedimientos de evaluación de la actividad (obligatorio)

Examen final presencial.

Asistencia, como mínimo, al 85% del total de las horas y realizar las tareas obligatorias fijadas en el programa o encomendadas por el/la tutor/a o profesor/a.