

L'esquena al lloc de treball

Modalitat:

Mixta

Llengua:

Espanyol

Duració:

17 h (15 + 2)

Destinataris:

PAS

Destinataris: perfil professional

PAS de la Universitat de València

Calendari de realització

2a Edició

Sessió	Data	Horari	Lloc
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 línia
5a	17/05/2021	09:00 - 11:00	
6a	19/05/2021		

Formació síncrona y asíncrona

Professorat responsable

Montserrat Martínez Biot

Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals - Servei de Prevenció i Medi Ambient.

Gemma Victoria Espí López

Vicedegana d'Infraestructures - Facultat de Fisioteràpia.

UNIVERSITAT
DE VALÈNCIA

 Servei de
Formació Permanent
i Innovació Educativa

Objectius formatius i continguts

INTRODUCCIÓ

PART GENERAL

- Anatomia i aspectes funcionals.
- Ergonomia.

PART ESPECÍFICA

- Hàbits saludables.
- Autocures actives i passives per al dolor d'esquena.
- El tractament de fisioteràpia.
- Exercici preventiu i terapèutic.
- Recuperació funcional.
- Pantalles de visualització de dades.

Competències que es desenvoluparan

- Conèixer aspectes ergonòmics bàsics del nostre lloc de treball.
- Proporcionar informació respecte de la cura correcta de l'esquena.
- Entendre com tenir cura de l'esquena en l'àmbit laboral.
- Aprendre a reduir la possibilitat de lesions de l'esquena al treball i a casa.
- Adquirir hàbits saludables per l'esquena.

Criteris i procediment d'avaluació de l'activitat

Examen final.

Realització de dos casos pràctics.

Assistència al 85% de les hores síncrones o presencials, visualització del 100% dels continguts en línia i la superació de les proves d'avaluació fixades.