



Áreas de “Seguridad e Higiene” y “Docencia e Investigación”
(Coordinado junto al IEJ)

“ERGONOMIA Y REEDUCACION POSTURAL EN EL AMBITO LABORAL”

TEMARIO

MODULO 1:

1. Generalidades anatómicas de la Columna Vertebral.
2. Encuesta previa, presentación y evaluación de cada caso.
3. Evaluación subjetiva del dolor e incapacidad de actividades de la vida diaria (Test de Owesstry).

MODULO 2:

1. Estresores de la vida diaria/laboral
2. Origen de las lesiones, presentación de dos casos. (Toma de conciencia)
3. Posibles AVD como agravantes de la patología.

MODULO 3:

1. Función muscular. Musculatura antigravitatoria.
2. ¿Solo están expuestas aquellas personas que realizan trabajos de sostén, transporte o levantamiento de cargas?
3. Circulo vicioso del dolor. Repercusiones.

MODULO 4:

1. Propuestas de abordaje. Pausa activa.
2. ¿Por qué duele nuestra espalda?
3. Principios fundamentales
4. Presentación estadística. Datos relevantes.

- Se entregaran certificados de asistencia. (Para esto deberán concurrir a 3 de las 4 clases)
- Se entregará material de lectura y folletería explicativa.