

GUÍA DOCENTE

Introducción del curso: Manipulación Manual de Cargas	
<p>Curso destinado especialmente a los trabajadores de la UCLM interesados en obtener un alto grado de conocimiento respecto a los a que está expuesto en sus tareas diarias en el trabajo. Serán capaces de identificar los riesgos derivados de la manipulación manual de cargas y cómo manipularlas de forma segura.</p> <p>La manipulación de cargas es una de las actividades que más lesiones ocasiona en el entorno laboral, tanto en el sector industrial como en el sector servicios.</p>	
Objetivos:	
<p>Este curso tiene como objetivo principal conocer el campo de la ergonomía relativo a las prácticas seguras a la hora de manejar cargas ayuda a prevenir accidentes y lesiones que afectan negativamente a la salud de los trabajadores e impactan gravemente en la economía de las empresas.</p> <p>Además, la normativa en materia de Prevención de Riesgos Laborales (PRL) y de seguridad y salud en el trabajo establece la obligación de los empresarios de garantizar la adecuada formación de los trabajadores sobre la forma correcta de manipular cargas.</p> <p>Este curso permitirá identificar y distinguir la manipulación manual de cargas de la manipulación mecánica, conocer los factores de riesgo que intervienen, los límites de peso máximo y los factores de corrección establecidos por la normativa vigente.</p>	
Contenidos:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción. El Real Decreto 487/1997 2. Conceptos anatómicos y fisiológicos 3. Lesiones dorsolumbares 4. Factores de Riesgo principales 5. Análisis y evaluación de riesgos 6. Prevención del riesgo dorsolumbar desde el punto de vista de la prevención de riesgos laborales. 7. Medidas preventivas en la manipulación manual de cargas y para evitar posturas forzadas. 8. Método para levantar una carga: procedimiento 9. Higiene Postural. Prevención de patologías dorsolumbares 10. Ejercicios de relajación, estiramientos y potenciación. 	
Metodología:	
<p>Metodología abierta y participativa, con casos prácticos y test intermedios. En el test final se consolidarán los conocimientos previamente adquiridos por el alumno en toda la parte online.</p> <p>Uso de medios audiovisuales / Moodle.</p> <p>Resolución de dudas a través de los foros de la aplicación</p>	
Modalidad formativa de impartición:	Requisitos previos de impartición:
Modalidad online 10h.	<p>Será necesario acceder a los contenidos online antes de poder realizar los test intermedios. Será necesario haber completado toda la parte online antes de poder acceder al test final.</p>
Evaluación del curso:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Participación en foros liderados por los formadores con cuestiones propuestas por parte tanto del profesorado como del alumnado 2. Realización obligatoria de módulos online. Se tendrán en cuenta los accesos a la plataforma Moodle. 3. Realización obligatoria de los test intermedios, que serán llave para acceder al tema siguiente. 4. Prueba final de evaluación, una vez se haya finalizado el contenido online y la realización de los test intermedios. 	
1. Participación en foros liderados por los formadores con cuestiones propuestas	
<p>Foro, en función de entradas y calidad e importancia de las mismas por parte del alumno a juicio del tutor, podrá sumar a la nota final pero en ningún caso restará a la misma.</p>	
2. Realización de ejercicios de carácter obligatorio, propuestos en cada módulo (50%)	
<p>Módulos del curso online, obligatorio tanto el acceso, como la realización de test intermedios.</p>	
3. Prueba final de evaluación (50%)	

Evaluación final, vendrá dada por una prueba:

Un cuestionario test de 25 preguntas de opción múltiple donde sólo una respuesta es la correcta, o de verdadero/falso, sumando un punto cada respuesta correcta acertada y no restando negativamente las falladas.

Equipo formativo

FORMADOR 1 Julián Gómez González Rol: Coordinador Director Ejecutivo SPMA-UCLM Julian.Gomez@uclm.es	FORMADOR 2. Sandra Rubio Núñez Rol: Profesor Técnico II SPMA-UCLM Sandra.Rubio@uclm.es
FORMADOR 3. Ana Isabel García Murillo Rol: Profesor Técnico II SPMA-UCLM Analsabel.Garcia@uclm.es	FORMADOR 4. María Teresa Medrano Ponce Rol: Profesor Técnico III SPMA-UCLM MariaTeresa.Medrano@uclm.es
FORMADOR 5. Enrique Marín Camuñas Rol: Profesor Técnico III SPMA-UCLM Enrique.Marin@uclm.es	FORMADOR 6. Pablo García Castell Rol: Profesor Técnico II SPMA-UCLM Pablo.GarciaCastell@uclm.es
FORMADOR 7. José María García Espadas Rol: Profesor Técnico III SPMA-UCLM JoseMaria.GEspadas@uclm.es	