

## GUÍA DOCENTE

<b>Introducción del curso: Manipulación Manual de Cargas</b>	
<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>	
<b>Objetivos:</b>	
<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>	
<b>Contenidos:</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción. El Real Decreto 487/1997</li> <li>2. Conceptos anatómicos y fisiológicos</li> <li>3. Lesiones dorsolumbares</li> <li>4. Factores de Riesgo principales</li> <li>5. Análisis y evaluación de riesgos</li> <li>6. Prevención del riesgo dorsolumbar desde el punto de vista de la prevención de riesgos laborales.</li> <li>7. Medidas preventivas en la manipulación manual de cargas y para evitar posturas forzadas.</li> <li>8. Método para levantar una carga: procedimiento</li> <li>9. Higiene Postural. Prevención de patologías dorsolumbares</li> <li>10. Ejercicios de relajación, estiramientos y potenciación.</li> </ol>	
<b>Metodología:</b>	
<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>	
<b>Modalidad formativa de impartición:</b>	<b>Requisitos previos de impartición:</b>
<p>Modalidad online 10h.</p>	<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>
<b>Evaluación del curso:</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Participación en foros liderados por los formadores con cuestiones propuestas por parte tanto del profesorado como del alumnado</li> <li>2. Realización obligatoria de módulos online. Se tendrán en cuenta los accesos a la plataforma Moodle.</li> <li>3. Realización obligatoria de los test intermedios, que serán llave para acceder al tema siguiente.</li> <li>4. Prueba final de evaluación, una vez se haya finalizado el contenido online y la realización de los test intermedios.</li> </ol>	
<b>1. Participación en foros liderados por los formadores con cuestiones propuestas</b>	
<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>	
<b>2. Realización de ejercicios de carácter obligatorio, propuestos en cada módulo (50%)</b>	
<p>Módulos del curso online, obligatorio tanto el acceso, como la realización de test intermedios.</p>	
<b>3. Prueba final de evaluación (50%)</b>	

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**

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