

# PREVENCIÓN DE RIESGOS EN LA MANIPULACIÓN Y TRANSPORTE MANUAL DE CARGAS Y MOVIMIENTO DE PACIENTES

**CARGA HORARIA :** 240 minutos

**PARTICIPANTES:** Dirigido a personal técnico, mandos medios y operarios en general, especialmente a los que manipulan pacientes (enfermería, residenciales, etc).

## **CONTENIDOS :**

- Conceptos de Ergonomía – Peligros Ergonómicos
- Datos Estadísticos: accidentes con lesiones en la columna.
- Lesiones más frecuentes y factores que inciden en las lesiones.
- Conocer nuestra columna: Esquema anatómico y funcional de la espalda.
- Normativa aplicable.
- Técnicas de levantamiento y transporte manual de cargas.
- Movilización de pacientes en cama: paciente colaborador y no colaborador.
- Movilización del paciente con la ayuda de una sábana o una zalea.
- Pasar al paciente de la cama a la camilla.
- Pasar al paciente de la cama a la silla de ruedas
- Movilización de pacientes con grúa.
- Hábitos para mantener una buena postura de columna
- Ejercicios

