



TRASTORNOS MÚSCULO-ESQUELÉTICOS (TMERT-EESS)



Este curso aborda los trastornos musculoesqueléticos (TME) de extremidades superiores relacionados con el trabajo, lesiones físicas que se desarrollan gradualmente debido a traumas acumulados por esfuerzos repetidos en el sistema musculoesquelético. Nuestra capacitación se centra en identificar las causas laborales más frecuentes de estos trastornos, así como en detectar los factores de riesgo implicados y en aprender las medidas de control necesarias para prevenir su aparición y promover un entorno laboral más seguro y saludable.

CONTENIDOS

MÓDULO I

INTRODUCCIÓN A LOS TRASTORNOS MÚSCULO-ESQUELÉTICOS (TME)

- Definiciones de Trastornos Músculo-Esqueléticos (TME)
- TME Relacionadas de Causa Laboral más Comunes.
- Factores de Riesgo Biomecánicos: Repetitividad, Postura y Fuerza.

MÓDULO II

NORMATIVA Y PROCEDIMIENTOS PARA LA PREVENCIÓN DE TME

- Norma Técnica para Identificación y Evaluación de los Factores de Riesgo para el Desarrollo de Trastornos Músculo-Esqueléticos Relacionados con el Trabajo de Extremidad Superior (Tmert-Eess).
- Responsabilidades Legales y pasos para la Implementación de la Norma Técnica Tmert Ee-Ss.

MÓDULO III

MANEJO Y PREVENCIÓN DEL TME EN EL AMBIENTE LABORAL

- Guía Técnica Manejo Manual de Carga.
- Identificación, Evaluación y Control de los Factores de Riesgo Asociados al Manejo Manual de Carga.
- Antecedentes de TME Relacionados a Puestos Administrativos.

OBJETIVO GENERAL

Capacitar a los participantes en la comprensión integral de los Trastornos Músculo-Esqueléticos (TME), abordando las causas laborales más comunes, los factores de riesgo biomecánicos y las normativas legales y técnicas relacionadas, con el fin de promover la prevención y el manejo adecuado de estos trastornos en el entorno laboral.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los TME más comunes relacionados con el trabajo.
- Explorar los factores de riesgo biomecánicos en la generación de TME y identificar estrategias para reducirlos.
- Conocer las responsabilidades legales de los empleadores y trabajadores en la prevención y manejo de los TME, así como los pasos para la implementación de la normativa técnica.
- Aplicar técnicas de evaluación de riesgos y medidas de control específicas para prevenir los TME en puestos administrativos, desarrollando habilidades prácticas para promover un entorno laboral saludable y seguro.

METODOLOGÍA

Exposiciones con apoyo de material audiovisual: orientadas al dominio de las conceptualizaciones y contenidos.

Desarrollo de actividades y talleres: en modalidad individual o colaborativa, destinados a la aplicación de conceptualizaciones y contenidos.

Revisión y análisis de documentos: estrategia destinada a favorecer una profundización de los contenidos relacionados.

Elaboración de Productos: nuestros cursos se orientan al desarrollo de distintos tipos de productos.