

# ***AREA DE MEDICINA, ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA***

**CURSO**

## **TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS**

### **OBJETIVOS:**

Higiene Postural

Conocer las principales patologías que afectan como consecuencia de realizar sobreesfuerzos

Ejercicios de prevención

### **DIRIGIDO A:**

Trabajadores.

Trabajadores autónomos.

Representantes de organizaciones patronales, sindicales, centros docentes y trabajadores

### **CONTENIDOS:**

- ◆ Introducción
- ◆ Anatomía de la columna vertebral. Principales patologías
- ◆ Ejercicios de columna cervical, dorsal y lumbar

### **Fechas:**

10 y 11 de diciembre

### **Duración:**

8 horas

### **Horario:**

De 9.00 a 13.00 h

**[INSCRIPCIÓN](#)**