

PROGRAMA

Federación de asociaciones de trabajadores de la sanidad argentina

Secretaria de educacion

Curso a distancia de mecanica corporal

Justificacion del programa

El propósito de este curso es para que el personal de enfermería , cuidadoras, camilleros y todo el personal que se ocupa de trasladar, movilizar a pacientes con dificultades, y la importancia del cuidado de la salud para prevenir riesgos de trabajo.

Adquirir conocimientos en las diferente areas biologicas , psicologicas y socioculturales, todos ellos pueden afectar tanto a la postura que adopte el individuo y a su coordinación de movimientos como al equilibrio que le permite mantener la estabilidad.

La realización de ejercicio físico y el mantenimiento de determinadas posturas tiene una relación directa con el trabajo o la profesión que desempeña cada individuo.

Las posturas incorrectas que se adoptan de forma continuada durante las horas de trabajo pueden provocar alteraciones permanentes en la alineación corporal. En este sentido, es importante que en las escuelas de enfermería se acentúe la enseñanza de la correcta, posturas y los movimientos que le permite una buena movilización en protección a su estructura física.

Cada persona manifiesta sus emociones y sus sentimientos por medio de la postura y de los gestos u otras actividades físicas. Los movimientos que realiza un individuo, ya sea de forma consciente o inconsciente, reflejan claramente sus impulsos psicológicos internos o la falta de ellos. No obstante, algunas emociones como el miedo, la inestabilidad por dolor pueden disminuir de forma considerable los movimientos y la actividad del individuo, no permitiendo su recuperación ya sea una persona sana o que alla perdido la movilidad por alguna enfermedad.

Programa de Mecánica Corporal

Modulo 1

- Mecánica corporal definición
- Principios científicos de la mecánica corporal
- Importancia de la carga
- Ergonomía
- Lesiones provocadas por la carga
- Movilización activa y pasiva en los pacientes con inmovilidad
- Técnicas y procedimientos en mecánica corporal

Objetivos del modulo

Definir la importancia de la mecánica corporal

Definir la importancia de la ergonomía

Conocer la importancia de la carga física y sus modificaciones orgánicas

Conocer la importancia del alineamiento corporal

Conocer los diferentes dispositivos para utilizar en el bienestar del paciente

Modulo 2

- Fisiología y trabajo muscular en las actividades laborales
- Postura de trabajo
- Biomecánica
- Fatiga General
- Ley 24.557 – Riesgos del trabajo

Objetivos del modulo

Conocer la fisiología y el trabajo de los músculos esqueléticos que participan en la actividad.

Conocer la importancia de la postura en el trabajo laboral

Definir los alcances de la biomecánica

Definir las diferentes causas que intervienen en la fatiga general