

PrevenControl®

Servicio Ajeno
de Prevención
de Riesgos Laborales

Servicio Ajeno de Prevención de Riesgos Laborales, acreditado por el Departamento de Trabajo de la Generalitat de Catalunya con el núm SP-028-B,

CERTIFICA : Que Javier Alarcón Salvador con DNI 45499313T ha realizado el curso de F- Manipulación de Cargas el día 13/11/2017 de 2 horas de duración y con el siguiente temario :

MANIPULACIÓN DE CARGAS

Formación específica sobre manipulación de cargas:

Accidentes de trabajo

Accidentes según la naturaleza de la lesión

Accidentes según la causa

La carga física en el ámbito laboral

El trabajo estático de pie

Aspectos anatómicos de la columna vertebral

Funcionamiento del disco intervertebral

Comportamiento del disco vertebral

Accidentes discales más frecuentes (lumbago agudo, ciática, hernia discaO

Actividades laborales que pueden producir lumbalgia:

Factores agravantes (envejecimiento natural, peso, deformaciones permanentes)

Consejos generales (mantener la espalda recta, sentarse correctamente, cambiar posturas, ejercicios y gimnasia compensativa)

Real Decreto 487/1997, de 14 de abril sobre manipulación de cargas:

Factores a tener en cuenta

Normas generales

Medidas preventivas

Medios mecánicos

Y para que así conste, se extiende este certificado.

Terrassa, jueves, 16 de noviembre de 2017

Firma del alumno

