

Exportadas un total de 1 entidades.

Pilates como prevención de los trastornos musculoesqueléticos en hostelería

Título : Pilates como prevención de los trastornos musculoesqueléticos en hostelería

Autor Principal : PILATES WELLNESS AND ENERGY

Autor Secundario : FEDERACIÓN ESTATAL DE SERVICIOS, MOVILIDAD Y CONSUMO (SCM UGT)

Descripción : Guía de acción preventiva destinada a hacer frente a los riesgos ergonómicos específicos derivados de los trastornos musculoesqueléticos mediante la aplicación de un método específico con técnicas pilates. Los contenidos son los siguientes: 1. Método Pilates. Educación y reeducación postural. 2. ¿Qué ofrece el Método Pilates a los trabajadores del sector de la hostelería? 3. Educación y reeducación postural. 4. La respiración. 5. Ejercicios de pilates y trastornos musculoesqueléticos. 6. Aplicación de pilates en hostelería. 7. Legislación en prevención de riesgos laborales. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores del sector hostelero.

Código Acción : IS-0064/2009

Acción : 3346 - DISEÑO DE UN PROGRAMA DE FORMACIÓN EN MATERIA DE PRL PARA EL SECTOR DE HOSTELERÍA: APLICACIÓN DEL MÉTODO PILATES PARA LA PREVENCIÓN DE TMEs

Materias : 3 - Ergonomía

CNAE : 000 - Multisectorial

Formato : MONOGRAFÍA

Idioma : CASTELLANO

Palabra Clave : Ejercicio físico

Palabra Clave : Buenas prácticas

Palabra Clave : Posturas forzadas

Palabra Clave : Sector hostelería

Palabra Clave : Trastornos musculoesqueléticos

Palabra Clave : Riesgo ergonómico

Estado : Producto publicado

