

# XORNADA PRL RISCOS ERGONÓMICOS: PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN FRONTE AOS TME

**Data:** 27/10/2022

**Horario:** 10:00 a 12:00 h

**Modalidade:** Híbrida

**Lugar:** CEC A Coruña



# Xornada PRL

## RISCOS ERGONÓMICOS: PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN FRONTE AOS TME

Tanto o sedentarismo como a sobrecarga por esforzo, poden ser un problema no ámbito laboral.

Os programas de actividade física na empresa, son unha ferramenta para promover a saúde no traballo.

Un estudo do Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo afirma que un 38,5% dos accidentes laborais teñen como orixe un sobreesforzo.

Así mesmo, varios estudos evidencian que a actividade física está directamente relacionada co benestar emocional e a produtividade no traballo.

Nesta sesión, abordaranse os aspectos clave que permitan integrar programas de actividade física na empresa:

- 10:00      Presentación  
[María Botana | CEC](#)
- 10:10      Loita contra o sedentarismo na empresa. Programas de actividade física nas empresas.  
[José Manuel Ferreira | Motricidad Laboral](#)
- 11:00      Pausa Activa
- 11:10      Solucións e avances tecnolóxicos para a prevención dos TME no ámbito laboral  
[Xavier Cornes | UMANA Centro de Biomecánica](#)
- 12:00      Coloquio empresarial e peche

[INSCRIPCIONES](#)



Co financiamento de:

