PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 24 - numero 5125 di Venerdì 18 marzo 2022

Un corso sulla prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche

Il 26 maggio 2022 un corso in presenza a Brescia fornirà nozioni teoriche e pratiche per acquisire maggiore consapevolezza posturale e respiratoria e per diffondere la cultura e consapevolezza delle patologie muscolo-scheletriche.

Nel mondo del lavoro i **disturbi muscolo-scheletrici** sono un problema di salute globale e una delle principali sfide in materia di prevenzione: colpiscono la salute generale di molti lavoratori ed essendo una delle cause più importanti di disabilità, assenze lavorative e riduzione della produttività hanno anche un grande impatto economico sulle organizzazioni.

Proprio in relazione alle conseguenze delle patologie muscolo-scheletriche sui lavoratori e sulle aziende è stata promossa per il triennio 2020-2022, dall'Agenzia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, la campagna " Ambienti di lavoro sani e sicuri. Alleggeriamo il carico!". Una campagna che è nata proprio con l'obiettivo di aumentare nei luoghi di lavoro, tra tutti gli attori della sicurezza aziendale, la consapevolezza e la prevenzione dei disturbi muscolo-scheletrici.

Il corso in presenza per prevenire le patologie muscolo-scheletriche

La diffusione e le conseguenze delle patologie muscolo-scheletriche

Le informazioni e il programma del nuovo corso di formazione

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[ACAG01.U] ?#>

Il corso in presenza per prevenire le patologie muscolo-scheletriche

Proprio per favorire una maggiore consapevolezza e prevenzione anche nelle aziende italiane, l'**Associazione Italiana Formatori ed Operatori della Sicurezza sul Lavoro** (AiFOS), che nella campagna europea è partner nazionale del focal point italiano Inail, organizza per il **26 maggio 2022** il corso in presenza di 8 ore dal titolo "**Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche**".

Il nuovo corso, coerente con gli obiettivi dell'attuale campagna europea sui disturbi muscolo-scheletrici, vuole fornire nozioni teoriche e soprattutto pratiche per acquisire maggiore consapevolezza posturale e respiratoria. Attraverso gli strumenti offerti, con prese di coscienza, tecniche di training autogeno, esercizi posturali e respiratori, i lavoratori potranno migliorare la loro qualità di vita e lavorativa.

La lezione sarà caratterizzata da una metodologia didattica attiva, con la presentazione di tecniche ed esercizi pratici, e sarà tenuta da **Emanuele Angelo Toso**: formatore AiFOS posturologo e massofisioterapista.

La diffusione e le conseguenze delle patologie muscolo-scheletriche

I **disturbi muscoloscheletrici** correlati alle attività lavorative sono compromissioni delle strutture corporee, quali muscoli, articolazioni e tendini, causate o aggravate principalmente dal lavoro o dagli effetti dell'ambiente di lavoro immediato. In alcuni casi possono essere dannosi non solo per la qualità di vita individuale ma anche per la capacità di lavorare.

E, come ricordato più volte nella campagna europea 2020-2022, sono milioni i lavoratori in tutta Europa che ne sono affetti: secondo alcuni dati nell'Unione europea circa **tre lavoratori su cinque** lamentano disturbi muscoloscheletrici.

In particolare uno dei fattori di rischio più frequentemente identificato è costituito dai movimenti ripetitivi della mano o del braccio, ma i rischi connessi a questi disturbi includono spesso anche la postura seduta prolungata, il sollevamento/spostamento di persone o carichi pesanti e le posizioni lavorative faticose o dolorose.

Le informazioni e il programma del nuovo corso di formazione

Per conoscere e prevenire le patologie muscolo-scheletriche connesse al mondo del lavoro si terrà giovedì **26 maggio 2022** ? dalle 09.00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 18.00 - il corso in presenza di 8 ore "**Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche**".

Il corso si terrà a **Brescia** presso la sede di AiFOS Service in Via Branze, 45, c/o CSMT, Università degli studi di Brescia.

Il **programma** del corso:

- Fattori di Rischio delle Patologie Muscolo-Scheletriche
- Concetti base di Anatomo-Fisiologia della Colonna Vertebrale
- Back School (Scuola della Schiena) e Neck School (Scuola del Collo)
- Educazione posturale ed Esercizi Pratici
- Fattori di rischio di ansia e stress
- Concetti base di Anatomo-Fisiologia del Diaframma Respiratorio
- Educazione Respiratoria ed Esercizi Pratici
- Tecniche per la Gestione di Ansia e Stress

La partecipazione al corso vale come 8 ore di **aggiornamento** per RSPP/ASPP, Coordinatori alla sicurezza, Formatori

qualificati seconda area tematica. Il corso è valido anche ai fini della formazione specifica prevista per il Manager HSE (UNI 11720:2018 ? area tecnica in materia di sicurezza sul lavoro) e ai fini della formazione necessaria per l'iscrizione al Registro Consulenti AiFOS (ambito sicurezza sul lavoro - Legge 4/2013).

Il link per avere ulteriori dettagli sul corso e iscriversi.

Per **informazioni**:

Sede nazionale AiFOS - via Branze, 45 - 25123 Brescia c/o CSMT, Università degli Studi di Brescia - tel.030.6595035 - fax 030.6595040 www.aifos.it - formarsi@aifos.it

Licenza Creative Commons

www.puntosicuro.it