

# NOTA DE PRENSA

## “Cómo prevenir las lesiones relacionadas con la manipulación de cargas o personas”

El Colegio de Enfermería de Palencia lanza un nuevo curso gratuito dirigido a toda la población, en el que se enseñará a evitar las consecuencias negativas de la manipulación de cargas o personas.

*13 de Noviembre de 2023*

Los Trastornos Musculo Esqueléticos (TME) se están situando como la causa de enfermedad profesional más extendida en la Unión Europea, afectando a un impresionante 23% de los trabajadores que padecen dolores musculares. Detrás de estas cifras alarmantes, se esconde una realidad aún más inquietante; el 62% de los trabajadores se ven expuestos a labores repetitivas, mientras que el 46% deben soportar posturas dolorosas y un 35% luchan diariamente con cargas pesadas. Además, en el ámbito del traslado de cargas, las mujeres trabajadoras enfrentan un riesgo notablemente mayor (11%) en comparación con los hombres (6%) durante al menos una cuarta parte de su jornada laboral.

El panorama se torna aún más preocupante al explorar el estado de ánimo empresarial. De acuerdo con las encuestas europeas ESENER I y ESENER II, los TME se han convertido en una de las principales preocupaciones de las empresas, con un abrumador 78% de ellas reconociendo estos trastornos como un problema, quedando únicamente detrás de los accidentes (80%) y el estrés (79%) en la lista de preocupaciones más acuciantes.

A nivel nacional, la 6ª Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo (2015) arroja luz sobre la magnitud del problema. Los Trastornos Musculo Esqueléticos no discriminan y prevalecen como la principal preocupación de los trabajadores encuestados, eclipsando otros problemas de salud relacionados con el trabajo, independientemente del sector, la edad o el género. La urgencia de abordar este tema crítico se hace más evidente que nunca.

Teniendo en cuenta estos datos, y con el fin de ayudar a prevenir las posibles lesiones derivadas de la manipulación manual de cargas y/o personas, desde el **Colegio de Enfermería de Palencia** hemos decidido ofrecer gratuitamente a toda ciudadanía el curso online titulado ['Prevención de riesgos en la manipulación de cargas y/o personas'](#).

Este curso basado en contenidos audiovisuales se impartirá entre el 20 de noviembre al 20 de diciembre de la mano de la plataforma [SalusLife](#). Todas las personas interesadas podrán inscribirse pinchando en el siguiente enlace:

- <https://www.saluslife.app/palencia>

El curso **Prevención de riesgos en la manipulación de cargas y/o personas** cuenta con un manual en pdf y 13 vídeos en calidad HD con sus correspondientes podcasts descargables. Esta formación ha sido desarrollada y será tutorizada por Esperanza M<sup>a</sup> Alonso Jiménez, enfermera especialista en Enfermería del Trabajo.

Durante el curso que está estructurado en dos temas, se explica que es la manipulación manual de cargas y de personas, la legislación que regula los puestos de trabajo que la desempeñan, los posibles riesgos de su realización y como prevenir las lesiones derivadas de ella.

### **Más información sobre el curso online gratuito:**

#### **Título:**

- Prevención de riesgos en la manipulación de cargas y/o personas

#### **Duración**

- 20 Noviembre - 20 Diciembre 2023

#### **Inscripción:**

- <https://www.saluslife.app/palencia>

#### **Dirigido a:**

El curso está dirigido a todas las personas mayores de 18 años. Las personas de entre 14 y 18 años podrán inscribirse con el consentimiento de sus padres o tutores.

#### **Campus Virtual y Formación Audiovisual:**

La formación se realizará 100% online a través un campus virtual.

Con el objetivo de aprender de forma lúdica, el curso permite la posibilidad de que el alumno afiance los conocimientos adquiridos jugando a un *serious game*. Tras la realización de esta prueba obtendrá un certificado de superación del curso.

#### **Formación en Empresas y Centros Educativos**

Aquellos centros educativos y organizaciones empresariales que quieran fomentar la salud de sus alumnos o trabajadores pueden participar gratuitamente como organización enviando un email a [info@salusplay.com](mailto:info@salusplay.com). De esta forma, sus alumnos o trabajadores podrán acceder al curso a través de un enlace personalizado con el nombre de su fundación, asociación o empresa.

#### **Más Información:**

- Carlos Valdespina Aguilar
- [info@salusplay.com](mailto:info@salusplay.com)