



SAFESTART®

Ergonomía Personal

SafeStart Ergonomía Personal aborda los malos hábitos y errores humanos para resolver los problemas ergonómicos de forma eficaz. El programa combina el tradicional entendimiento de la postura corporal con las ideas de seguridad personal que permiten a los empleados reconocer los signos claros de los movimientos repetitivos y los esfuerzos excesivos antes de que puedan provocar lesiones.

Esta formación se inicia con una presentación cautivadora de las estrategias ergonómicas críticas, incluyendo:

- El posicionamiento corporal y la conciencia de la postura;
- Estiramientos y ejercicios seguros para la prevención de lesiones;
- Tácticas de fortalecimiento y recuperación;
- Técnicas de levantamiento de peso;
- Comprensión de las funciones cognitivas;
- Hábitos ergonómicos.



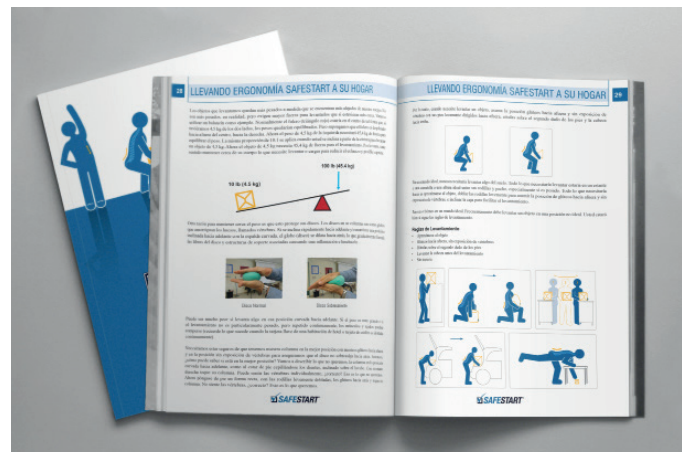
SafeStart Ergonomía Personal trata todo el cuerpo, pero se centra en los lugares donde se producen la mayoría de los problemas: **los hombros y la parte inferior de la espalda.**

Nuestro probado programa conduce a los trabajadores hacia una realización personal que luego viene apoyada por las técnicas y los métodos que les ayudan a reconocer siempre, en el momento decisivo, la ruta ergonómica segura.

Las tensiones musculoesqueléticas y el esfuerzo excesivo a menudo son causados por las malas posturas corporales. Este curso proporciona a los empleados los conocimientos y las competencias necesarias para mantener una postura saludable en sus vidas personales, mejorando su bienestar cuando estén de regreso al trabajo.

SafeStart Ergonomía Personal emplea las mismas técnicas y conceptos como SafeStart, fomentando un entendimiento coherente, al tiempo que refuerza los conocimientos sobre seguridad, hábitos y técnicas en cada sesión formativa.

Además, el curso se combina con SafeTrack y Evalúe su Estado para ayudar



a los supervisores a ser productivos cuando observen o intervengan. Las ideas establecidas de SafeStart, en consonancia con un lenguaje de seguridad compartido, refuerzan el compromiso y simplifican la implementación.

Este programa práctico aplica a cualquier organización, convirtiendo los conceptos del programa en nuevos hábitos y aptitudes que sustentan la deseada renovación de la seguridad a largo plazo, y aporta métodos sencillos y productivos que promueven la mejora de las competencias y la comunicación de seguridad.

Visite www.safestartlatam.com o comuníquese con uno de nuestros gerentes de cuentas a través del correo electrónico info@ssi.safestart.com para agendar una presentación en línea, obtener más información y precios.

www.safestartlatam.com | info@ssi.safestart.com