



## Salud y seguridad laboral en entornos de trabajo físico

---

**Sku:** VIDEO\_BLOQUE\_02

**Horas:**

### CONTENIDOS

- Conceptos y factores de riesgo (5:30 min)
- Esfuerzo físico necesario y aspectos fisiológicos (6:18 min)
- Factores personales de riesgo (4:47 min)
- Las lesiones musculoesqueléticas más comunes en el trabajo y efectos de las lesiones (5:24 min)
- Condiciones del medio de trabajo y organización de la actividad (4:30 min)
- Las 5S como filosofía de trabajo (5:42 min)
- Diferenciación de las operaciones de manipulación de cargas manual (6:15 min)