



# ERGONOMIA Y PAUSAS ACTIVAS

100% ONLINE

CON AVAL INTERNACIONAL MATRICULADO LEGAL  
CERTIFICACION UNIVERSITARIA

[www.fitnesscrossinternational.com](http://www.fitnesscrossinternational.com)

Duración: 2 Meses

Costo: \$2000AR. Todos los Medios de Pago!

PROGRAMA

## CURSO ERGONOMIA Y PAUSAS ACTIVAS

• Es una actividad física realizada en un breve espacio de tiempo en la jornada laboral, Se entienden también como aquellos períodos de descanso en los cuales las personas realizan una serie de actividades y acciones que les permiten a diferentes partes del cuerpo un cambio en su rutina habitual, con el fin de prevenir la aparición de problemas o desórdenes en diferentes grupos musculares y articulares, además de reactivar o mejorar la atención y la producción en las diferentes tareas.

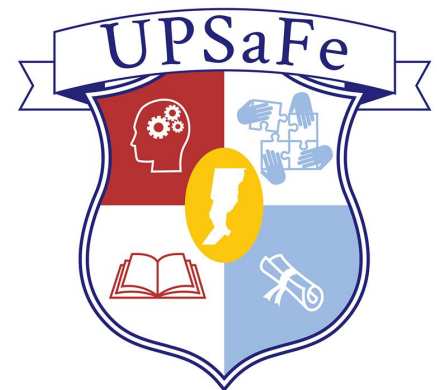
- ENFERMEDADES QUE PUEDE SUFRIR
- LAS PAUSAS ACTIVAS
- Multidisciplinar edad en Ergonomía



# Universidad Popular de Santa Fe



- LA MACROERGONOMIA
- LOS PUESTOS DE TRABAJO
- PRODUCTIVIDAD Y TRABAJO
- DISEÑO DE AMBIENTE DE TRABAJO
- CAMPO DE APLICACION
- HISTORIA DE LA ERGONOMIA
- ORIGEN Y FINALIDAD DE LA ERGONOMIA
- La ergonomía es el enfoque en el ser humano



Universidad Popular de Santa Fe