

**NOTA DE PRENSA**

**El Excelentísimo Colegio Oficial de Enfermería de Sevilla lanza un curso dirigido a toda la población para prevenir las lesiones osteomusculares, los problemas visuales y el estrés relacionado con el trabajo o el estudio con ordenadores**

Sevilla, 21 de noviembre de 2022.

El Excelentísimo Colegio de Enfermería de Sevilla (ECOES) lanza el **curso gratuito** **‘Prevención de Lesiones en el uso de Ordenadores’** dirigido a **toda la población** y que tendrá lugar en modo on-line el próximo 28 de noviembre.

El ECOES es el primer colegio profesional en toda Andalucía en ofrecer un servicio de conocimiento científico a sus colegiados a través de la empresa Salusplay, dedicada al contenido multimedia, recursos web exclusivos y formación sanitaria. Sin embargo, en esta ocasión, la entidad ha ampliado el cupo con la idea de llegar a toda la población con la finalidad de enseñar a prevenir las lesiones osteomusculares, los problemas visuales o el estrés relacionadas con el trabajo o estudio con ordenadores. Lo hará a través de Saluslife, un servicio dirigido a formar a la ciudadanía sobre prevención, promoción y actuación ante problemas de salud.

Las inscripciones a esta formación ya están abiertas a través de [**https://www.saluslife.app/Sevilla**](https://www.saluslife.app/Sevilla)**.** Está basada en **contenidos audiovisuales** y tras la superación de un ‘serious game’, el alumno obtendrá un **certificado** de superación emitido por el ECOES.

Víctor Bohórquez Sánchez, presidente del ECOES, explica que “un **58,7%** de los problemas de salud que tiene la población trabajadora, son **lesiones osteomusculares,** de los cuales, el **44,2% de ellos se deben a problemas de espalda y el 35,2% a problemas de cuello**. Además, el **16,2%** de los problemas de la salud en el trabajo se relaciona con **estrés, depresión o ansiedad** y el **1,6% a fatiga ocular**”. Esta información reveladora se desprende del **informe ‘Problemas o efectos adversos para la salud y el bienestar relacionados con el trabajo’**, desarrollado por Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo durante el año 2021.

A la vez, el mencionado informe indica que el 62,6% de los problemas musculares, el 16,4% de los casos de estrés, depresión o ansiedad y el 0,7% de los casos de dolor de cabeza y/o fatiga visual, tienen una relación directa con los trabajos en los que se utiliza habitualmente ordenadores y pantallas de visualización de datos.

El ECOES ha tenido en cuenta estas conclusiones tan reveladoras y, como entidad colegial que vela por las enfermeras, apuesta firmemente por los cuidados de los ciudadanos e impulsa la prevención para la salud, ha decidido poner a alcance de la población una formación gratuita con el fin de prevenir el mayor número de lesiones osteomusculares, problemas visuales y estrés, derivado del trabajo o estudio con ordenadores.

**Inscripción**Todas las personas interesadas en realizar esta formación on-line gratuita, que se impartirá entre el **28 de noviembre y el 28 de diciembre** desde la plataforma SalusLife, deberán inscribirse a través del siguiente enlace:

* [**https://www.saluslife.app/Sevilla**](https://www.saluslife.app/Sevilla)

El desarrollo del curso ‘Prevención de Lesiones en el uso de Ordenadores’ será impartido por **Pablo Tomé Bravo**, enfermero especialista en Enfermería del Trabajo y docente de la Escuela Nacional de Medicina del Trabajo.

**Contenidos**

El curso “Prevención de Lesiones en el Uso de Ordenadores” está estructurado en los siguientes tres temas:

* Tema 1. Definición y conceptos básicos
* Tema 2. Riesgos asociados al trabajo con Pantallas de Visualización de Datos:
  + 2.1. Fatiga física y lesiones musculoesqueléticas
  + 2.2. Fatiga visual
  + 2.3. Carga mental y estrés
* Tema 3. Medidas preventivas
  + 3.1. Fatiga física y lesiones musculoesqueléticas
  + 3.2. Fatiga visual
  + 3.3. Carga mental y estrés

Según explica Carlos Valdespina, enfermero y director de SalusPlay, “los alumnos de este curso contarán con un manual en formato pdf, 13 vídeos y podcasts. Este aprendizaje basado en ‘píldoras’ audiovisuales de una duración breve, favorece la retención de conocimientos”, destaca el experto.

**Formación en Empresas y Centros Educativos**

Aquellos centros educativos y organizaciones empresariales que quieran fomentar la salud de sus alumnos/as o trabajadores/as, pueden participar gratuitamente enviando un email a info@salusplay.com e indicando que quieren que SalusLife les incluya como organización.

Una vez recibida la solicitud, les enviaremos un enlace para facilitar su inscripción.