

CURSO **ERGONOMIA**

DIRIGIDO A

Personal de las empresas que necesiten desarrollar esta área como parte de sus tareas profesionales.

CONTENIDO

1 Métodos y técnicas

1.1 Ergonomía

1.2 Enfoques sobre la ergonomía

1.3 Métodos que utilizan en ergonomía

1.4 Cuestionario: unidad didáctica 1

2 métodos estadísticos

2.1 Estudios empleados en ergonomía

2.2 Pronóstico del estudio

2.3 Colectivo de personas necesarias para el estudio

2.4 Concepto y selección de las variables

2.5 Recogida de datos

2.6 Códigos asignados a las variables

2.7 Organización de los datos recogidos

2.8 Procedimientos que se emplean para la inferencia estadística

2.9 Cuestionario: unidad didáctica 2

3 Técnicas de investigación

3.1 Técnicas de investigación

3.2 Definición, etapas, medios y modalidades de la observación

3.3 Objetivos, definición, tipos y técnicas de la entrevista

3.4 Encuesta y cuestionario

3.5 Reuniones o grupos de discusión

3.6 Cuestionario: unidad didáctica 3

4 Ambientes interiores

4.1 Cómo evaluar los riesgos laborales

4.2 Prevención y control de los riesgos

4.3 Cuestionario: unidad didáctica 5

5 Evaluación del bienestar y malestar térmico

5.1 Confort térmico

6 El ruido

6.1 Ruido

6.2 Efectos que ocasiona el ruido desde el punto de vista ergonómico

6.3 Valoración del ruido

6.4 Medidas ante el riesgo de ruido

6.5 Cuestionario: unidad didáctica 6

7 La iluminación

7.1 Descripción de magnitudes luminotécnicas

7.2 Leyes que se emplean para la luminotécnica

7.3 Tipos de reflexión

7.4 Aspectos que influyen sobre el rendimiento visual

7.5 Entorno visual que afecta a la tarea

7.6 Tipos de lámparas y luminarias

7.7 Nivel de iluminación y de iluminancia

7.8 Cuestionario: unidad didáctica 7

8 Ambiente físico

- 8.1 Ambiente físico
- 8.2 Reacciones subjetivas sobre el ambiente físico de trabajo
- 8.3 Influencia del ambiente físico sobre el comportamiento
- 8.4 Ciencia psicofisiológica
- 8.5 Cuestionario: unidad didáctica 8

9 Antropometría

- 9.1 Qué se entiende por antropometría
- 9.2 Planos sobre el cuerpo humano
- 9.3 Tipos de aberturas
- 9.4 Cuestionario: unidad didáctica 9

10 Mando y señales

- 10.1 Tipos de señales y displays
- 10.2 Clases de mandos y controles
- 10.3 Cuestionario: unidad didáctica 10

11 Pantallas de visualización de datos

- 11.1 Evaluación de los puestos con pvd
- 11.2 Análisis de los puestos con pvd
- 11.3 Cuestionario: unidad didáctica 11

12 Ergonomía del software

- 12.1 Software
- 12.2 Tipos de guías de ayuda que existen
- 12.3 Características sobre la presentación de información
- 12.4 Cuestionario: unidad didáctica 12

13 Carga física

- 13.1 Contracción muscular
- 13.2 Medida contra la carga de trabajo dinámico
- 13.3 Concepto sobre la capacidad de trabajo física
- 13.4 Empleo de métodos indirectos
- 13.5 Efectos de la fatiga y su recuperación
- 13.6 Cuestionario: unidad didáctica 13

14 Evaluación de las posturas de trabajo

- 14.1 Factores que influyen sobre los trastornos músculo-esqueléticos
- 14.2 Relación que existe entre los tme y los factores del trabajo
- 14.3 Métodos y técnicas que registran y evalúan los factores asociados a los tme
- 14.4 Métodos que se utilizan para registrar las posturas de trabajo
- 14.5 Métodos que se emplean para las posturas de trabajo
- 14.6 Cuestionario: unidad didáctica 14

15 Factores de riesgo de los tme

- 15.1 Los tme de la extremidad superior
- 15.2 Método checklist
- 15.3 Método rula
- 15.4 Método ergo-ibv
- 15.5 Método strain index (índice de carga)
- 15.6 Cuestionario: unidad didáctica 15

16 Método niosh

- 16.1 Método niosh
- 16.2 Tipos y definiciones de las variables de ecuación

- 16.3 Restricciones de las tareas de levantamiento
- 16.4 Ecuación niosh
- 16.5 Pasos a seguir para analizar tareas de levantamiento
- 16.6 Sugerencias sobre el diseño o rediseño de las tareas
- 16.7 Cuestionario: unidad didáctica 16
- 17 Manipulación manual de cargas
 - 17.1 Manipulación manual de cargas
 - 17.2 Evaluación del empuje y la tracción de cargas
 - 17.3 Evaluación del transporte de cargas
 - 17.4 Cuestionario: unidad didáctica 17
- 18 Evaluación del riesgo de la carga física
 - 18.1 Consecuencias de una mala postura de trabajo
 - 18.2 La técnica del mapa del cuerpo
 - 18.3 Cuestionario nórdico
 - 18.4 Restricciones de los cuestionarios
 - 18.5 Cuestionario: unidad didáctica 18
- 19 Carga mental
 - 19.1 Carga mental. conceptos
 - 19.2 Norma iso 10075
 - 19.3 Factores que influyen sobre la carga mental
 - 19.4 Medidas a adoptar ante los efectos de la carga mental de trabajo
 - 19.5 Cuestionario: unidad didáctica 19
- 20 Evaluación de la carga mental
 - 20.1 Carga mental. tipos de indicadores
 - 20.2 Métodos globales
 - 20.3 Cuestionario: unidad didáctica 20
- 21 Estrés laboral
 - 21.1 Tipos de estrés
 - 21.2 Tipos de estresores laborales
 - 21.3 Características de cada persona
 - 21.4 Síntomas y consecuencias del estrés
 - 21.5 Evaluación del estrés
 - 21.6 Cuestionario: unidad didáctica 21
- 22 Factores psicosociales
 - 22.1 Consejos
 - 22.2 Evaluación de los riesgos psicosociales
 - 22.3 Pasos a realizar para evaluar los factores psicosociales
 - 22.4 Cuestionario: unidad didáctica 22
- 23 Escalas de actitudes
 - 23.1 Definición y características de la actitud
 - 23.2 Escalas para medir la actitud
 - 23.3 Método lickert
 - 23.4 Cuestionario: unidad didáctica 23
- 24 El trabajo y el cambio
 - 24.1 Análisis psicosocial del trabajo
 - 24.2 Patrones de comportamiento en el ámbito laboral
 - 24.3 Indicadores de la necesidad de cambio

24.4 Respuesta del trabajador ante cambios

24.5 Estrategias y habilidades ante los cambios

24.6 Cuestionario: unidad didáctica 24

24.7 Cuestionario: cuestionario final

MODALIDAD

ONLINE. 60 horas

OBJETIVOS

Capacitar a los participantes en el desarrollo de habilidades en este campo.



GESINOR FORMACIÓN

Detectamos la necesidad formativa y adecuamos cada acción formativa a dicha necesidad, contenidos personalizados, metodologías, formatos, horarios, etc. Cuidamos todo para lograr una experiencia agradable para los alumnos/as y que cubra sus expectativas. Contamos con aulas propias, dotadas de las últimas tecnologías y con formadores/as de gran experiencia en la impartición de cursos a trabajadores y especializados en su área.

Desarrollamos planes de formación personalizados dirigidos a las empresas para adaptar la formación a sus necesidades reales.

A CERCA DE GESINOR

Más de 20 años de experiencia en el área de la PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, garantizando el cumplimiento de la LPRL en las empresas, evitando accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, y mejorando la salud de las personas y CREANDO EMPRESAS SALUDABLES.

Grandes profesionales, técnicos y sanitarios, especialistas en todas las disciplinas y con los recursos más innovadores del mercado. Comprometidos con la mejora continua.