







IN  
—  
BU

# ***Ergonomía (Titulación U EC***



# INESEM

---

## SINESS SCHOOL

***Universitaria con 5 Créditos  
(ECTS)***

**+ Información Gratis**

**titulación de formación continua bonificada  
empresarial**

# ***Ergonomía (Titulación U*** ***EC***

***duración total:*** 125 horas

***horas telefo***

***precio:*** 0 € \*

***modalidad:*** Online

\* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

**+ Información Gratis**

## *descripción*

La ergonomía va más allá de la prevención de riesgos laborales preventiva que abarca la adecuación de las distintas capacidades de las capacidades demandadas por las tareas del trabajo en las empresas por la ergonomía, lo que ha hecho imprescindible para las empresas más cualificados en esta especialidad. Con este curso de formación se adquieren las capacidades necesarias para evitar o reducir accidentes de trabajo al trabajador en sus aspectos físicos, psíquicos y mejorar su capacidad productiva.

**+ Información Gratis**



**+ Información Gratis**

ersitaria con 5 Créditos ECTS)



y matrículas: 958 050 240

fax: 958 050 245

## *a quién va dirigido*

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo q  
conocimientos técnicos en este área.

**+ Información Gratis**

## *objetivos*

- Mejorar la seguridad y ambiente físico en el trabajo.
- Alcanzar un mayor confort en el trabajo.
- Mejorar la calidad productiva.
- Adecuar la carga física y mental al trabajador.
- Abordar los factores psicosociales que influyen en la del personal.
- Desarrollar unas buenas condiciones de trabajo que fa productividad de la empresa.
- Proteger la salud del personal, utilizando todos los me conlleva su labor diaria.

**+ Información Gratis**

## *para qué te prepara*

El curso de Ergonomía le prepara para intervenir en la gestión de la organización. Además, contribuye a la protección de la salud de la organización, a mejorar las condiciones de trabajo, a de mejorar el bienestar psíquico y social de los trabajadores y, por lo tanto, un recurso humano de los recursos disponibles para evitar los riesgos que conlleva el trabajo.

## *salidas laborales*

Especialistas en ergonomía y responsables de prevención de riesgos laborales en centros de trabajo tanto público como privado.

**+ Información Gratis**

## *titulación*

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte Oficial que acredita el haber superado con éxito todas la el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la du alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que e firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de l recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).

**+ Información Gratis**



## INSTITUTO EUROPEO DE EST

como centro de Formación acreditado para la im  
EXPIDE LA SIGUIENTE

**NOMBRE DEL A**

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los

**Nombre de la Acc**

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formac  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con

Con una calificación de €

Y para que conste expido la pre  
Granada, a (día) de (m

La direccion General

MARIA MORENO HIDALGO

Sellc



*forma de bonificación*

+ Información Gratis

[www.formacioncontinua.eu](http://www.formacioncontinua.eu)

información y

## UDIOS EMPRESARIALES

partición a nivel nacional de formación  
TITULACIÓN

ALUMNO/A

estudios correspondientes de

## ión Formativa

ión INESEM en la convocatoria de XXXX  
número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

SOBRESALIENTE

esente TITULACIÓN en  
es) de (año)



Firma del alumno/a

NOMBRE DEL ALUMNO/A



- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los s  
mes a la Seguridad Social.

**+ Información Gratis**

## *metodología*

El alumno comienza su andadura en INESEM a través de una metodología de aprendizaje online, el alumno debe seguir un itinerario formativo, así como realizar las actividades y actividades del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final con un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder acceder al título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán seguimiento de todos los progresos del alumno así como estableciendo consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar toda su formación en la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad de Aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

**+ Información Gratis**

***materiales didácticos***

- Manual teórico 'Ergonomía'

**+ Información Gratis**



**+ Información Gratis**

[www.formacioncontinua.eu](http://www.formacioncontinua.eu)

información y

Universitaria con 5 Créditos ECTS)



y matrículas: 958 050 240

fax: 958 050 245

*profesorado y servicio de tutorías*

**+ Información Gratis**

Nuestro equipo docente estará a su disposición para de contenido que pueda necesitar relacionado con el cu nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email un documento denominado “Guía del Alumno” entregad Contamos con una extensa plantilla de profesores espe con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y form como solicitar información complementaria, fuentes bibli Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y co respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías tel hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede c del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizan

+ Información Gratis

**+ Información Gratis**

[www.formacioncontinua.eu](http://www.formacioncontinua.eu)

información y



**+ Información Gratis**

[www.formacioncontinua.eu](http://www.formacioncontinua.eu)

información y

rsitaria con 5 Créditos ECTS)



y matrículas: 958 050 240

fax: 958 050 245

## *plazo de finalización*

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo par  
misma duración del curso. Existe por tanto un calendario  
de fin.

## *campus virtual online*

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cu  
de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad

**+ Información Gratis**



Después de la finalización del curso, que dependerá de la modalidad formativa con una fecha de inicio y una fecha

Para los cursos de modalidad online, el campus virtual incluye actividades y ejercicios interactivos.

## *comunidad*

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y pron para aprender idiomas...

## *revista digital*

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, p artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de opo administración, ferias sobre formación, etc.

## *secretaría*

**+ Información Gratis**

Este sistema comunica al alumno directamente con nue  
de matriculación, envío de documentación y solución de

Además, a través de nuestro gestor documental, el alum  
sus documentos, controlar las fechas de envío, finalizac  
lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos,  
seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

## *programa formativo*

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS BÁSICOS DE ER**

1. Conceptos básicos de ergonomía
2. Objetivos y principios básicos de la ergonomía
3. Ciencias relacionadas con la Ergonomía
4. La Ergonomía y las Disciplinas Preventivas

**+ Información Gratis**

- 5. Métodos de investigación en ergonomía
- 6. Principales Áreas de Trabajo de la Ergonomía
  - 1.- Antropometría
  - 2.- Biomecánica y Fisiología
  - 3.- Ergonomía Ambiental
  - 4.- Ergonomía Preventiva y Correctiva
  - 5.- Ergonomía Cognitiva
  - 6.- Ergonomía de Necesidades
  - 7.- Ergonomía de Diseño y Evaluación
- 7. Las Condiciones de Trabajo
- 8. Valoración de los Factores Ergonómicos
  - 1.- Métodos de Valoración

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ERGONOMÍA. CONDICIONES, TEMPERATURA**

- 1. Las Condiciones Ambientales en Ergonomía
- 2. Calidad del Ambiente Interior
- 3. Calidad del Aire Interior
- 4. Contaminantes Químicos
- 5. Contaminantes biológicos
  - 1.- Causa y origen de los contaminantes del aire in

+ Información Gratis

- 2.- Alteraciones de la salud relacionadas con la Ca
- 3.- Estudio de la Calidad del Aire Interior
- 4.- Normas y directrices de exposición a contamina
- 5.- Medidas preventivas de la Calidad del Aire Inter
- 6.Ambiente Térmico
- 7.El Confort Térmico
  - 1.- Parámetros del Ambiente Térmico ó Factores A
  - 2.- Factores del ambiente térmico no Ambientales
- 8.Criterios e Índices para determinar el confort térmicc

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ERGONOMÍA. CONDICIONES , FACTORES VISUALES**

- 1.El Ambiente Visual
- 2.Ergonomía Visual: Variables y Parámetros Relativos
- 3.Ergonomía Visual: Magnitudes Luminosas Fundame
- 4.Variables y Factores de la Visibilidad
  - 1.- Iluminación general y localizada
  - 2.- Iluminación directa e indirecta
  - 3.- Niveles de Iluminación
  - 4.- Distribución de iluminación y luminancia
  - 5.- Color de la Luz

+ Información Gratis

6.- Iluminación natural

5.Ergonomía Visual. Medidas Preventivas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ERGONOMÍA. CONDICIONES**

1.El Ruido

2.La Ergoacústica

1.- Ergoacústica. Aspectos subjetivos

2.- Ergoacústica. Aspectos objetivos

3.El Confort Acústico

1.- La Música Ambiental

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. DISEÑO Y CONFIGURACIÓN E**

1.Introducción al Diseño Ergonómico del Puesto de Tr

2.Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Antropometría

3.Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Biomecánica

4.Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Fisiología

5.Configuración Ergonómica del Puesto de Trabajo

6.Diseño Ergonómico del Puesto de Trabajo

1.- Principios del Diseño Ergonómico de los Puesto

2.- Fases del Diseño del puesto de trabajo

7.Postura y Posición de Trabajo

1.- La posición sentada

**+ Información Gratis**

2.- La Postura de Pie

8. Ajuste correcto de los medios de trabajo

1.- Optimización de la disposición de los medios de

9. Planificación correcta de los métodos de trabajo

10. Dispositivos de Presentación de la Información

1.- Dispositivos Indicadores

2.- Controles

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. ERGONOMÍA. DISEÑO Y CONI**

1. Las Pantallas de Visualización de Datos (PVDs)

2. Diseño de elementos bajo criterios Ergonómicos

1.- Pantalla

2.- La silla de trabajo

3.- Reposamuñecas y teclado

4.- Elementos Muebles Auxiliares

5.- Software y programas informáticos

3. Ambiente de Trabajo en trabajos con PVDs

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. CARGA FÍSICA DEL TRABAJO**

1. Las exigencias físicas de la tarea

2. La Carga Física de Trabajo

1.- Consumo de Energía

+ Información Gratis

- 2.- Carga Estática
- 3.- Carga Dinámica
- 4.- Manipulación Manual de Cargas
- 5.- Movimientos Repetitivos
- 6.- Prevención de la Fatiga
- 3. Alteraciones de la Salud provocadas por la Carga Física
  - 1.- Factores de Riesgo Biomecánico
  - 2.- Alteraciones Músculo-Esqueléticas más frecuentes
  - 3.- Medidas Preventivas para las Alteraciones Músculo-Esqueléticas
  - 4.- Higiene Postural

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. MÉTODOS DE EVALUACIÓN DE LA CARGA FÍSICA DE TRABAJO**

- 1. Evaluación de la Carga Física de Trabajo
- 2. Método NIOSH
  - 1.- Criterios de la ecuación NIOSH
  - 2.- Obtención de la ecuación NIOSH
  - 3.- Identificación del riesgo a través del índice de le
  - 4.- Principales limitaciones de la ecuación
  - 5.- Cálculo del índice compuesto para tareas múltiples
- 3. Método de evaluación de MMC del INSHT
  - 1.- Criterios del Método del INSHT

**+ Información Gratis**

- 2.- Procedimiento de aplicación del método
- 3.- Obtención de resultados
- 4. Procedimiento de Evaluación del Método del INSHT
  - 1.- Aplicación del Diagrama de Decisiones
  - 2.- Recogida de Datos y Factores de Análisis
  - 3.- Cálculo del Peso Aceptable
  - 4.- Evaluación del Riesgo
  - 5.- Medidas Correctoras
- 5. Método OWAS
  - 1.- Clasificación de las posturas y uso de la fuerza
- 6. Método OCRA
- 7. Método REBA
  - 1.- Aplicación del Método REBA

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA CARGA MENTAL DEL TRA**

- 1. Concepto de Carga Mental
  - 1.- Definiciones de Carga Mental
- 2. Modelos de Procesamiento de la Información
  - 1.- Niveles de Procesamiento de la Memoria
- 3. Factores Determinantes de la Carga Mental
  - 1.- Exigencias de la Tarea

+ Información Gratis

- 2.- Condiciones Ambientales
- 3.- Factores Psicosociales
- 4. Consecuencias de la Carga Mental
  - 1.- Sobrecarga e Infracarga Mental
  - 2.- Monotonía
  - 3.- Fatiga Mental
  - 4.- Estrés
- 5. Evaluación de la Carga Mental
  - 1.- Métodos Objetivos
  - 2.- Métodos Subjetivos
- 6. Criterios Preventivos

**+ Información Gratis**