

# Riesgos ergonómicos en los puestos de trabajo en el sector de pasta, papel y cartón



## UNIDAD DIDÁCTICA 1

### Introducción a la Ergonomía

- Definiciones de ergonomía
- Campo de aplicación
- Legislación
- Normalización

## UNIDAD DIDÁCTICA 2

### Gestión de la Ergonomía en la Empresa

- Modelos de intervención
- Modelo de burke
- Modelo de Drury o "modelo de los diez pasos"
- Modelo de Smith
- Modelo REFA
- Modelo de intervención específico
- Metodología para aseguramiento de calidad

## UNIDAD DIDÁCTICA 3

### Biomecánica Ocupacional

- Tipo de lesiones producidas en el trabajo
- Factores de riesgo
- Postura y movimientos
- Fuerza
- Repetición del movimiento
- Medidas preventivas

## UNIDAD DIDÁCTICA 4

### Diseño del Puesto

- Antropometría
- Elección del diseño
- Trabajo de pie
- Trabajo sentado-de pie
- Trabajo semisentado
- Trabajo sentado
- Diseño de puestos con P.V.D
- Criterios de diseño

## UNIDAD DIDÁCTICA 5

### Metodología de Autoevaluación y Control

- Owas
- Rula
- Strain index
- Ocrá
- Checklist ergonómicos
- Cuestionario nórdico
- Michigan
- Ocrá
- Manipulación manual de cargas
- Niosh
- Guía insht