

GUÍA DIDÁCTICA

CURSO DE EXPERTO EN EVALUACIÓN ERGONÓMICA



INTRODUCCIÓN

Bienvenido/a al curso de Experto en evaluación ergonómica para técnicos de prevención de riesgos laborales.

Valoramos y reconocemos el esfuerzo que suponen los estudios a distancia, por lo que tratamos de hacer la experiencia on-line lo más intuitiva y sencilla posible.

La presente guía está diseñada para **acompañarte y orientarte sobre los contenidos** e instrucciones que deberás desarrollar durante el curso virtual.

Lee atentamente las **pautas y orientaciones** de la Guía y, para cualquier inquietud y/o orientación sobre el desarrollo del curso, **comunícate con el tutor o tutora** del campus, a través del sistema de mensajería interna.

CONTENIDOS DEL CURSO

En el presente curso está desarrollado en formato online con contenidos teóricos y prácticos desarrollados a través de videotutoriales.

El curso abarca los principales apartados del Real Decreto 487/1997 y se apoya en los criterios y recomendaciones técnicas del INSST para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos, especialmente en materia de manipulación manual de cargas.

Asimismo, se han incorporado módulos específicos para dotar al alumnado de una base metodológica sólida en evaluación ergonómica (cribado inicial ISO/TR 12295 y aplicación de métodos como ROSA, REBA, OWAS, OCRA, tiro/arrastre y fuerzas isométricas), finalizando con la elaboración de un informe técnico completo con resultados y plan de medidas.



OBJETIVOS

El presente curso está orientado a cubrir las necesidades formativas de técnicos/as superiores de prevención para aplicar con rigor métodos de evaluación ergonómica y elaborar resultados técnicamente defendibles en contextos reales de trabajo.

El itinerario comienza con un cribado inicial (ISO/TR 12295) para determinar si procede una evaluación detallada y qué metodología conviene aplicar, y a partir de ahí desarrolla, de forma práctica y guiada, la evaluación de manipulación manual de cargas, posturas forzadas, movimientos repetitivos, tiro y arrastre y fuerzas isométricas, utilizando herramientas de uso profesional y recursos gratuitos (ErgoIBV, Ergonautas, INSST, Kinovea).

El objetivo final es dotar al alumnado de competencias para evaluar e interpretar el riesgo ergonómico y elaborar un informe técnico completo, con conclusiones y un plan de medidas (priorización y propuesta técnica) aplicable a puestos y tareas reales.





CONTENIDOS DEL CURSO

Módulo 1. IDENTIFICACIÓN DE FACTORES DE RIESGO

- CHECKLIST INICIAL (ISO/TR 12295)
- Cribado inicial y selección del método / necesidad de evaluación detallada
- Riesgos ergonómicos en oficinas. Método ROSA

Módulo 2. MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

- Tareas simples, compuestas, múltiples y secuenciales (ErgoIBV + Ergonautas)
- Movilización de enfermos. Método MAPO

Módulo 3. POSTURAS FORZADAS

- REBA y OWAS (ErgoIBV, INSST y Ergonautas) + medición de ángulos (Ruler/Kinovea)

Módulo 4. MOVIMIENTOS REPETITIVOS

- Checklist OCRA y OCRA extendido (cálculo e interpretación con ErgoIBV/Ergonautas)

Módulo 5. TIRO Y ARRASTRE

- Medición con dinamómetro + interpretación de resultados (ErgoIBV/Ergonautas)

Módulo 6. FUERZAS ISOMÉTRICAS

- UNE EN 1005-3: toma de datos con dinamómetro y resolución (ErgoIBV/Ergonautas)

Módulo 7. INFORME DE EVALUACIÓN ERGONÓMICA

- Estructura, trazabilidad, resultados, conclusiones y plan de medidas (priorización y propuesta técnica)

LAS ACTIVIDADES

El curso es **totalmente virtual**. Todas las actividades se pueden desarrollar en cualquier horario, desde cualquier ordenador con acceso a Internet, desde cualquier lugar.

TIEMPO ASIGNADO

Las actividades y contenidos están diseñadas para que se desarrollen en aproximadamente **25 horas**, por lo que sugerimos hacer una planificación personal para cumplir con los objetivos del curso.

MATERIALES DIDÁCTICOS

El desarrollo del temario se realizará mediante **vídeo-clases** de los/as profesores/as y presentaciones. Adicionalmente, el alumnado tendrá a su disposición **material complementario** y bibliografía por si quiere ampliar sus conocimientos.

LOS MEDIOS

El curso se desarrollará utilizando los módulos de la plataforma moodle, permitiendo una comunicación virtual permanente a través de:

- **Foro General del Aula**, que permite el intercambio asincrónico del grupo sobre un tema compartido.
- **Novedades del Docente**, para las comunicaciones realizadas por el profesorado.

EVALUACIÓN DEL CURSO

Al final de cada uno de los módulos se realizarán **cuestionarios de autoevaluación** que serán de obligado cumplimiento para poder pasar al siguiente módulo.

El alumnado dispondrá de **intentos ilimitados para resolver cada cuestionario**, con tiempo **ilimitado**. Se escogerá el intento con mayor puntuación.

Al final del curso se realizará un **examen final**, de obligado cumplimiento, con los contenidos de todos los módulos.

Se requerirá de una **puntuación mínima** de al menos un 5 **en los cuestionarios** para poder hacer media. Se considerará **superado** el curso cuando se obtenga una nota global **media igual o superior a 5**.

La superación del curso supondrá la obtención de un **certificado acreditativo** de superación y aprovechamiento del curso.

