"DATO CURIOSO".

¿Sabías que?

La ergonomía es una necesidad fundamental para las empresas a nivel mundial, especialmente para las empresas ecuatorianas, basándose entre los artículos más destacados de NTE INEN-ISO, como el Artículo 14, el cual aborda criterios técnicos para el análisis de riesgos, poniendo énfasis en la normativa nacional de ergonomía (CENEA, 2018) .



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO

DIRIGIDO PARA LA UNIDAD EDUCATIVA CÉSAR DÁVILA ANDRADE

Realizado por:
Erika Corte

Estudiante de la carrera de enfermería

Tutora:
Dra. Catia Argudo



IMPORTACIA DE LA ERGONOMIA

Y ESTRATEGIAS PARA APLICAR

"PREVENIR ES SIEMPRE MEJOR QUE CURAR"





¿QUÉ ES LA ERGONOMÍA?

"La ergonomía es la ciencia que estudia la interacción entre los humanos-trabajo, se enfoca en el ambiente laboral, posturas adecuadas y adaptación de herramientas, con la finalidad de mejorar la calidad de vida laboral."



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA ERGONOMÍA?

- Mejora la Salud y seguridad
- Aumenta eficiencia y productividad
- Contribuye al Bienestar físico y emocional
- Ayuda a obtener calidad de vida
- Cumplimiento de Normativa

RIESGOS ERGONÓMICOS

1. Movimientos repetitivos
2. Manipulación manual de cargas
3. Alcance inadecuado
4. Esfuerzo físico excesivo
5. Condiciones ambientales adversas
6. Diseño inadecuado de equipos y herramientas

PRINCIPALES RIESGOS POR EL USO DEL COMPUTADOR

- Trastornos musculoesqueléticos
- Fatiga visual
- Fatiga mental

RECOMENDACIONES

- Aplicar una buena postura.



- Fomentar un ambiente laboral positivo y cuidar las relaciones interpersonales con sus colegas.



- Tomar pequeños descansos periódicos para relajar los músculos y descansar su visión.
- Realizar movimientos que fomentan la circulación sanguínea, como estiramientos.

