



NFC | NEBRIJA  
FORMACIÓN  
CONTINUA



# PROGRAMA FORMATIVO

***Ergonomía (Curso Online Homologado  
ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación  
Universitaria con 4 Créditos ECTS)***





Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4  
Créditos ECTS)

## Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4 Créditos ECTS)

**Duración:** 110 horas

**Precio:** 260 € \*

**Modalidad:** Online

\* Materiales didácticos, titulación oficial y gastos de envío

NFC | NEBRIJA  
FORMACIÓN  
CONTINUA

Centro de Formación Euroinnova Business  
School en colaboración con Universidad  
Antonio de Nebrija

### SUMA HASTA 2 PUNTOS Y MEJORA TU NOTA FINAL EN EL BAREMO

Cursos que puntúan como méritos en el Baremo de las Oposiciones para el  
Cuerpo de Maestros, Profesores de Secundaria, FP y EOI



1 Curso de  
110 horas



0,5 puntos  
para el baremo



2 Puntos en  
el baremo



0,66 puntos en  
la nota final

Consulta la Convocatoria de tu Comunidad Autónoma

Puntúa con tu curso como méritos en el Baremo de las Oposiciones. Realizándolo podrás sumar hasta 2 puntos sobre el total de 10 en la fase de Concurso. La nota final depende, dos tercios de la nota de examen y un tercio del Concurso Oposición. Con la realización de este curso puedes llegar a añadir 0,66 puntos a la nota global del concurso-oposición.



## Descripción

La ergonomía va más allá de la prevención de riesgos laborales, se trata de una disciplina preventiva que abarca la adecuación de las distintas capacidades de las personas y las exigencias de las capacidades demandadas por las tareas del trabajo. Esto ha potenciado el interés de las empresas por la ergonomía, lo que ha hecho imprescindible la existencia de profesionales cada vez más cualificados en esta especialidad. Con este curso de Ergonomía se aportarán al alumnado las capacidades necesarias para evitar o reducir accidentes de trabajo, adaptar las condiciones de trabajo al trabajador en sus aspectos físicos, psíquicos y sociales para aumentar el confort y la capacidad productiva.

## A quién va dirigido

El curso de Ergonomía se dirige a todos aquellos Profesionales que trabajan en el servicio de urgencias hospitalarias cualquier otra organización, profesionales interesados en la ergonomía, estudiantes o técnicos del área de la prevención de riesgos laborales, personas que trabajen en el área de la ergonomía, y a todas aquellas personas no profesionales que se puedan ver interesadas por la ergonomía.

## Salidas laborales

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





## 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 situación laboral y organización de trabajo del personal.
- Desarrollar unas buenas condiciones de trabajo que favorezcan el buen funcionamiento y productividad de la empresa.
- Proteger la salud del personal, utilizando todos los medios disponibles para evitar los riesgos que conlleva su labor diaria.

## Para que te prepara

El curso de Ergonomía le prepara para intervenir en la gestión ergonómica preventiva en cualquier tipo de organización. Además, contribuye a la protección de la salud del personal de la organización, a mejorar las condiciones de trabajo, a desarrollar un mayor nivel de bienestar físico, psíquico y social de los trabajadores y, por lo tanto, un mayor nivel de salud laboral utilizando todos los recursos disponibles para evitar los riesgos que conlleva asociados a su labor diaria.

## Titulación

Titulación Universitaria de Ergonomía con 4 Créditos Universitarios ECTS. Formación Continua baremable en bolsas de trabajo y concursos oposición de la Administración Pública.

Esta titulación la expide la prestigiosa Universidad Antonio de Nebrija, con ella se obtendrán 4 créditos ECTS(European Credit Transfer System).



## Forma de pago

### Tarjeta de Crédito / PayPal

Eligiendo esta opción de pago, podrá abonar el importe correspondiente, cómodamente en este mismo instante, a través de nuestra pasarela de pago segura concertada con Paypal

### Transferencia Bancaria

Eligiendo esta opción de pago, deberá abonar el importe correspondiente mediante una transferencia bancaria.

No será aceptado el ingreso de cheques o similares en ninguna de nuestras cuentas bancarias.

## Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4 Créditos ECTS)

### Contrareembolso

Podrá pagar sus compras directamente al transportista cuando reciba el pedido en su casa. Eligiendo esta opción de pago, recibirá mediante mensajería postal, en la dirección facilitada en el formulario, el material del curso, abonando el importe correspondiente a la recepción.

## Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. Además recibirá los materiales didácticos que incluye el curso para poder consultarlos en cualquier momento y conservarlos una vez finalizado el mismo. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

## Materiales didácticos

- Manual teórico 'Ergonomía'



## *Profesorado y servicio de tutorías*

Nuestro centro tiene su sede en el "Centro de Empresas Granada", un moderno complejo empresarial situado en uno de los centros de negocios con mayor proyección de Andalucía Oriental. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional.

Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.



## *Plazo de finalización*

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido:

- **Master a distancia y online:** El plazo de finalización será de 12 meses a contar desde la fecha de recepción de las materiales del curso.
- **Curso a distancia y online:** El plazo de finalización será de 6 meses a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso.

En ambos casos, si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses.

## *Bolsa de empleo*

El alumno tendrá la posibilidad de incluir su currículum en nuestra bolsa de empleo y prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por más de 2000 empresas y organismos públicos colaboradores, en todo el territorio nacional.

## *Club de alumnos*

Servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

## *Revista digital*

El alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.



## *Campus Virtual*

Es el aula virtual donde encontrarás todos los contenidos de los cursos, cuidadosamente revisados y actualizados por nuestro equipo de profesores y especialistas.

El campus virtual se convierte en el principal escenario de aprendizaje y es aquí donde el alumnado podrá acceder a los contenidos del curso con tan sólo un clic.

Este nuevo sistema de aprendizaje online puede facilitar el trabajo del alumnado y del equipo docente en varios sentidos:

La presentación online de la acción formativa hace posible incluir contenidos en muy diversos formatos: texto, imagen, vídeo, audio, etc.

Asimismo, el alumnado puede descargarse en pdf el temario de su curso conforme vaya avanzando en los contenidos para que pueda tenerlos guardados.

Además, el campus virtual permite establecer contacto directo con el tutor o tutora a través del sistema de comunicación por correo electrónico que también permitirá intercambiar archivos entre las partes.

El entorno virtual simplifica y agiliza la evaluación y seguimiento del alumnado, tanto para el propio alumno o alumna como para el equipo docente. Por un lado, el alumnado podrá observar su avance a lo largo del itinerario formativo y recibirá retroalimentación inmediata sobre sus resultados en las pruebas de evaluación. En segundo lugar, el equipo docente verá simplificado su trabajo, puesto que todos los datos acerca de la actividad del alumnado en la plataforma, así como los resultados de las pruebas quedan registrados de manera automática, evitando así la labor de corrección manual y permitiendo al profesor o profesora tener una visión del progreso de sus alumnos/as con tan sólo un clic.

Puede acceder como invitado a nuestro Campus Virtual a través del siguiente enlace:

<http://campusvirtual.euroinova.edu.es/login/index.php>



## Programa formativo

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS BÁSICOS DE ERGONOMÍA

- - Conceptos básicos de ergonomía
- - Objetivos y principios básicos de la ergonomía
- - Ciencias relacionadas con la Ergonomía
- - La Ergonomía y las Disciplinas Preventivas
- - Métodos de investigación en ergonomía
- - Principales Áreas de Trabajo de la Ergonomía
  - Antropometría
  - Biomecánica y Fisiología
  - Ergonomía Ambiental
- - Ergonomía Preventiva y Correctiva
- - Ergonomía Cognitiva
- - Ergonomía de Necesidades
- - Ergonomía de Diseño y Evaluación
- - Las Condiciones de Trabajo
- - Valoración de los Factores Ergonómicos
  - Métodos de Valoración

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ERGONOMÍA. CONDICIONES AMBIENTALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO: CAI Y TEMPERATURA

- - Las Condiciones Ambientales en Ergonomía
- - Calidad del Ambiente Interior
- - Calidad del Aire Interior
- - Contaminantes Químicos
- - Contaminantes biológicos
  - Causa y origen de los contaminantes del aire interior
  - Alteraciones de la salud relacionadas con la Calidad del Aire Interior
  - Estudio de la Calidad del Aire Interior
- - Normas y directrices de exposición a contaminantes
- - Medidas preventivas de la Calidad del Aire Interior
- - Ambiente Térmico

## Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4 Créditos ECTS)

- - El Confort Térmico
- - - Parámetros del Ambiente Térmico ó Factores Ambientales
- - - Factores del ambiente térmico no Ambientales
- - Criterios e Índices para determinar el confort térmico

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ERGONOMÍA. CONDICIONES AMBIENTALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO: FACTORES VISUALES

- - El Ambiente Visual
- - Ergonomía Visual: Variables y Parámetros Relativos al Individuo
- - Ergonomía Visual: Magnitudes Luminosas Fundamentales
- - Variables y Factores de la Visibilidad
- - - Iluminación general y localizada
- - - Iluminación directa e indirecta
- - - Niveles de Iluminación
- - - Distribución de iluminación y luminancia
- - - Color de la Luz
- - - Iluminación natural
- - Ergonomía Visual. Medidas Preventivas

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. ERGONOMÍA. CONDICIONES AMBIENTALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO: RUIDO

- - El Ruido
- - La Ergoacústica
- - - Ergoacústica. Aspectos subjetivos
- - - Ergoacústica. Aspectos objetivos
- - El Confort Acústico
- - - La Música Ambiental

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. DISEÑO Y CONFIGURACIÓN ERGONÓMICA DE PUESTOS DE TRABAJO

- - Introducción al Diseño Ergonómico del Puesto de Trabajo
- - Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Antropometría
- - Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Biomecánica
- - Disciplinas Auxiliares de Ergonomía: Fisiología
- - Configuración Ergonómica del Puesto de Trabajo



## Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4 Créditos ECTS)

- - Diseño Ergonómico del Puesto de Trabajo
- - - Principios del Diseño Ergonómico de los Puestos de Trabajo
- - - Fases del Diseño del puesto de trabajo
- - Postura y Posición de Trabajo
- - - La posición sentada
- - - La Postura de Pie
- - Ajuste correcto de los medios de trabajo
- - - Optimización de la disposición de los medios de trabajo
- - Planificación correcta de los métodos de trabajo
- - Dispositivos de Presentación de la Información
- - - Dispositivos Indicadores
- - - Controles

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. ERGONOMÍA. DISEÑO Y CONFIGURACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO CON PVDS

- - Las Pantallas de Visualización de Datos (PVDs)
- - Diseño de elementos bajo criterios Ergonómicos
- - - Pantalla
- - - La silla de trabajo
- - - Reposamuñecas y teclado
- - - Elementos Muebles Auxiliares
- - - Software y programas informáticos
- - Ambiente de Trabajo en trabajos con PVDs

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. CARGA FÍSICA DEL TRABAJO

- - Las exigencias físicas de la tarea
- - La Carga Física de Trabajo
- - - Consumo de Energía
- - - Carga Estática
- - - Carga Dinámica
- - - Manipulación Manual de Cargas
- - - Movimientos Repetitivos
- - - Prevención de la Fatiga



## Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4 Créditos ECTS)

- - Alteraciones de la Salud provocadas por la Carga Física
- - - Factores de Riesgo Biomecánico
- - - Alteraciones Músculo-Esqueléticas más frecuentes
- - - Medidas Preventivas para las Alteraciones Músculo-Esqueléticas
- - - Higiene Postural

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

- - Evaluación de la Carga Física de Trabajo
- - Método NIOSH
- - - Criterios de la ecuación NIOSH
- - - Obtención de la ecuación NIOSH
- - - Identificación del riesgo a través del índice de levantamiento
- - - Principales limitaciones de la ecuación
- - - Cálculo del índice compuesto para tareas múltiples
- - Método de evaluación de MMC del INSHT
- - - Criterios del Método del INSHT
- - - Procedimiento de aplicación del método
- - - Obtención de resultados
- - Procedimiento de Evaluación del Método del INSHT
- - - Aplicación del Diagrama de Decisiones
- - - Recogida de Datos y Factores de Análisis
- - - Cálculo del Peso Aceptable
- - - Evaluación del Riesgo
- - - Medidas Correctoras
- - Método OWAS
- - - Clasificación de las posturas y uso de la fuerza durante el trabajo
- - Método OCRA
- - Método REBA
- - - Aplicación del Método REBA

### UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA CARGA MENTAL DEL TRABAJO

- - Concepto de Carga Mental
- - - Definiciones de Carga Mental



## Ergonomía (Curso Online Homologado ESPECIALIDAD ERGONOMÍA con Titulación Universitaria con 4 Créditos ECTS)

- - Modelos de Procesamiento de la Información
- - - Niveles de Procesamiento de la Memoria
- - Factores Determinantes de la Carga Mental
- - - Exigencias de la Tarea
- - - Condiciones Ambientales
- - - Factores Psicosociales
- - Consecuencias de la Carga Mental
- - - Sobrecarga e Infracarga Mental
- - - Monotonía
- - - Fatiga Mental
- - - Estrés
- - Evaluación de la Carga Mental
- - - Métodos Objetivos
- - - Métodos Subjetivos
- - Criterios Preventivos

