



PREVENCIÓN EN ERGONOMÍA

Docente: Dr. ARMANDO TALAVERANO O.
Especialista en Medicina del Trabajo y Ergonomía
Lima, 2015

- ✓ Especialista en Medicina del Trabajo, Argentina y Perú.
- ✓ Especialista en Ergonomía, Argentina.
- ✓ Auditor en Sistemas Integrados de Gestión: Calidad, Medio Ambiente y Salud Ocupacional. (ISO 9001, ISO 14001, OHSAS 18001), Perú.
- ✓ Auditor en Salud Ocupacional, Argentina.
- ✓ Experto en Auditoría Médica.
- ✓ Magister en Gerencia de Proyectos y Programas Sociales, UPCH, Perú.
- ✓ Miembro CAOHC.
- ✓ Ex miembro del Subcomité de Salud Ocupacional del Colegio Médico del Perú.
- ✓ Coordinador y docente en el Postgrado de Medicina Ocupacional y del Medio Ambiente de la UPCH.
- ✓ Ex docente del Postgrado de la UNMSM, Instituto para la Calidad de la PUCP, Universidad de Piura, sociedades, empresas privadas y públicas a nivel nacional e internacional.
- ✓ Asesor y Consultor en temas de Salud Ocupacional, SGSST, Medicina Ocupacional, Ergonomía y psicología, Higiene Ocupacional y Seguridad Industrial para diferentes sectores industriales a nivel nacional.



**Dr. Armando Talaverano
Ojeda.**



OBJETIVOS

1. Brindar los conceptos e interpretaciones necesarias para implementar eficientemente la ergonomía en puestos administrativos y operativos.

2. Brindar las principales recomendaciones para prevenir los riesgos disergonómicos en puestos administrativos y operativos.

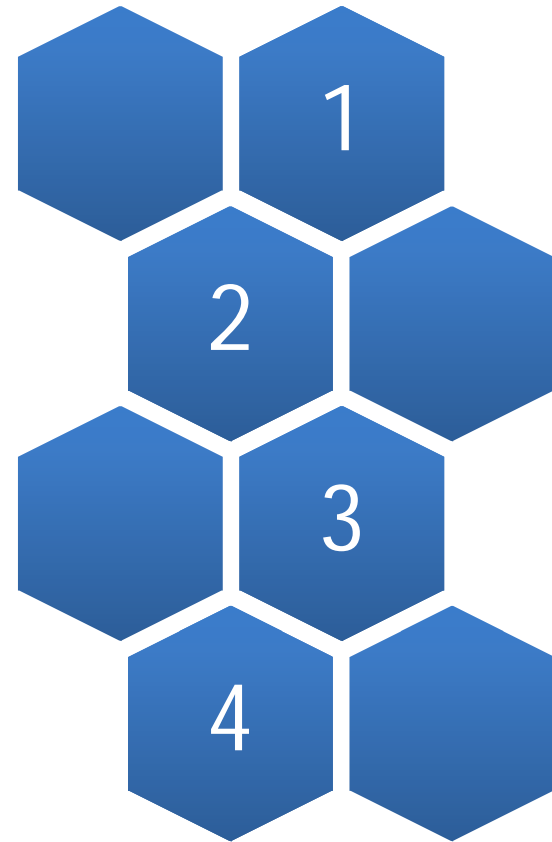


CARGA LABORAL

POSTURAS INCÓMODAS O FORZADAS:



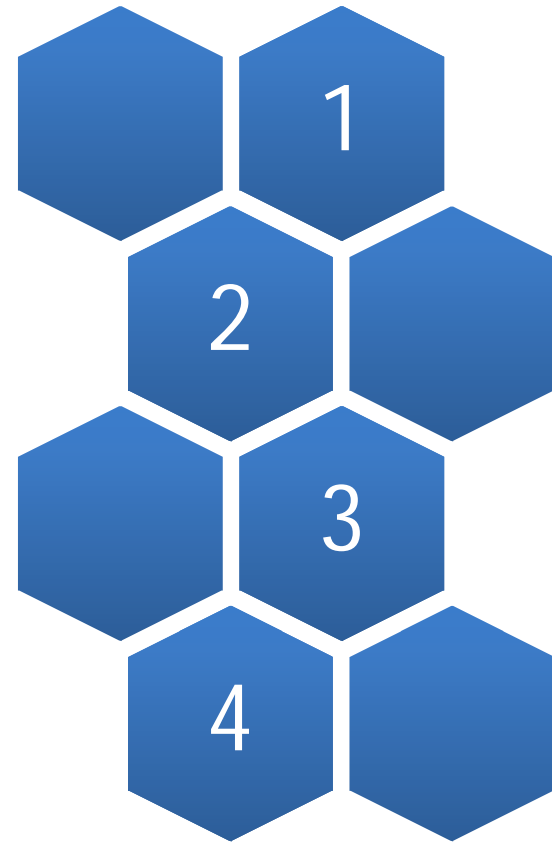
POSTURAS INCÓMODAS O FORZADAS



MOVIMIENTOS REPETITIVOS CON ALTA FRECUENCIA



MOVIMIENTOS REPETITIVOS



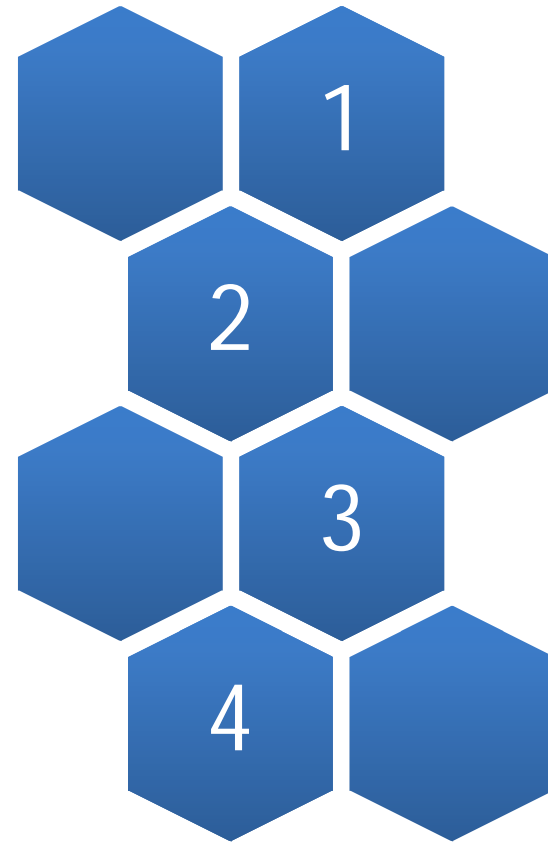
LEVANTAMIENTO DE CARGA FRECUENTE



LEVANTAMIENTO DE CARGA FRECUENTE



MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS





CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

MEDIO
AMBIENTE DE
TRABAJO

Confort
auditivo



CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

MEDIO
AMBIENTE DE
TRABAJO

Confort
visual



CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

MEDIO
AMBIENTE DE
TRABAJO

Confort
térmico





DISEÑO Y DIMENSIONAMIENTO

EQUIPOS EN LOS PUESTOS DE TRABAJO INFORMÁTICOS



DIMENSIONES DEL CUERPO HUMANO



USO DE MOBILIARIO



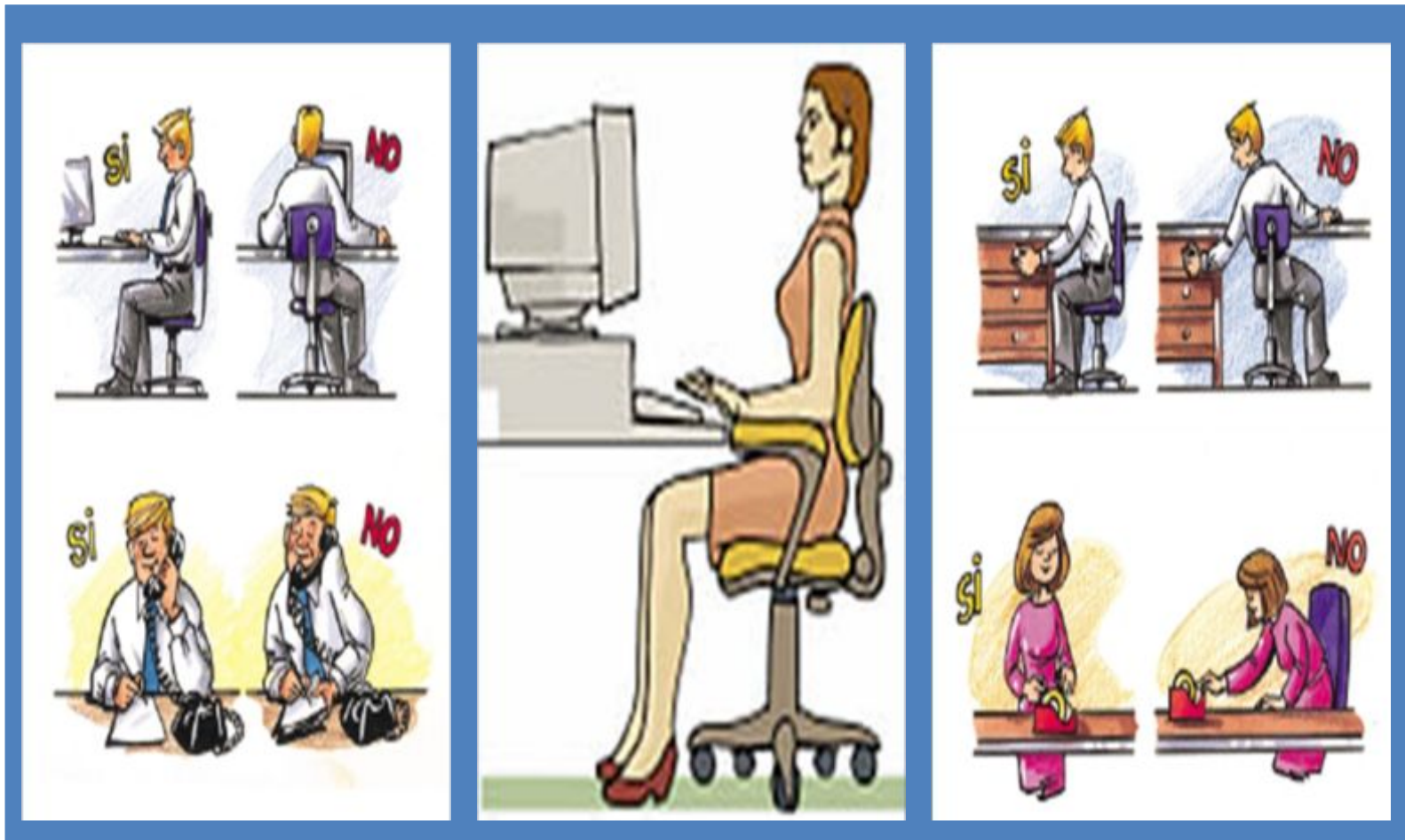
- ¿Cómo?





MEDIDAS ADICIONALES

PREVENCIÓN



HOGAR



DURANTE EL SUEÑO



PAUSAS LABORALES



EJERCICIOS



- PONGASE DE PIE

CONCLUSIONES

Tú decides
implementar
lo aprendido
para cuidar tu
salud y tu
seguridad





“Gracias por su participación y les deseo el mejor de los éxitos”.

Dr. Armando Talaverano, 2015