

ERGONOMÍA: El ser humano, las máquinas y el ambiente laboral.

Vanessa Duque
26/09/2017



Categorías:
Administrativos, Alumnos, Docentes, UTPL

¿Estamos listos para prevenir los riesgos laborales? ¿Las empresas adaptan el trabajo a las capacidades y posibilidades del ser humano?

Pasamos ocho horas al día compartiendo con nuestros compañeros de trabajo, estamos sentados frente a una pantalla, tenemos como lugar de trabajo un espacio amplio o a veces un espacio reducido y, en muchas ocasiones nuestra postura del cuerpo está de forma incorrecta provocando de tal forma dolores de espalda, aumento de estrés, dolores de cabeza, entre otros.

Existen diferentes disciplinas que estudian el clima laboral de las empresas, las comunicaciones internas, y también existen estudios que favorecen y previenen riesgos laborales, esta disciplina se llama *la ergonomía*.

¿Cuál es la importancia de la ergonomía?

Su importancia radica en que ésta permite evitar o reducir las lesiones y enfermedades del hombre vinculadas al uso de la tecnología y de entornos artificiales dentro del trabajo. También permite aumentar la eficiencia, productividad y el buen clima que existe dentro de la organización.

Es necesario que se tomen en cuenta algunas recomendaciones que permiten mejorar la posición del cuerpo y evitar posibles dolores.

RECOMENDACIONES PARA LA POSICIÓN DEL CUERPO

Ajustar la posición del teclado de su computadora para prevenir el síndrome del túnel carpiano.



Asegurarse que la altura de la silla de su escritorio permite que sus pies descansen horizontalmente en el piso.



Aprender la forma adecuada de levantar objetos pesados para prevenir lesiones en la espalda.

Independientemente del trabajo que un individuo realice, lo que busca la ergonomía es garantizar que el trabajador esté seguro, cómodo y menos propenso a lesiones relacionadas con el trabajo.

En este contexto, la Universidad Técnica Particular de Loja a través de la carrera de Ingeniería Industrial ha puesto en marcha las Jornadas Nacionales de Ergonomía que se desarrollarán el 08 y 09 de noviembre en el Centro de Convenciones de la UTPL. En este espacio se tratarán varios temas interesantes en torno a la ergonomía fisiológica, ergonomía participativa, posturología (disciplina que estudia el sistema tónico postural (STP), su regulación, alteraciones, adaptaciones y formas de tratamiento), ergonomía en arte, ergonomía enfocada al diseño e industria.

Ven y descubre esta disciplina que aportará a tu vida. Inscríbete en: <https://goo.gl/aUVYov> [1]

Costos:**Estudiantes y Docentes UTPL:** \$ 80.00**Público en general:** \$ 100.00**Source URL:** <https://noticias.utpl.edu.ec/ergonomia-el-ser-humano-las-maquinas-y-el-ambiente-laboral>**Links**[1] <https://goo.gl/aUVYov>