

Duración: 120 horas.
Modalidad: a distancia.

Objetivos:

Identificar los riesgos derivados de la organización del trabajo y aplicar técnicas para su evaluación.

Aplicar técnicas de medida del microclima de trabajo para la prevención de riesgos ergonómicos.

Reconocer los riesgos derivados de la carga de trabajo y aplicar técnicas para su evaluación.

Intervenir en la valoración de los resultados obtenidos del análisis de la organización y la carga de trabajo.

Proponer medidas destinadas a eliminar o reducir los riesgos derivados de la organización y la carga de trabajo.

Contenidos:

La organización del trabajo. Factores de naturaleza psicosocial:

Factores de la estructura de la organización. Características del puesto, individuales y de la empresa. Organización del tiempo de trabajo. Trabajo a turnos y trabajo nocturno. Metodología y técnicas de evaluación de los factores psicosociales y sus consecuencias. Intervención psicosocial: cambios en la organización del trabajo, cambios en el estilo de dirección y cambios en los individuos. Normativa.

La organización del trabajo, concepción del puesto de trabajo:

Ergonomía y sus temas de estudio. El diseño del centro de trabajo. Configuración del espacio, mobiliario, mandos y controles. La selección y el diseño de las máquinas y las herramientas. La posición de trabajo en las máquinas. Puestos de trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización. Exigencias y características visuales y sonoras de la actividad. La calidad del aire en los espacios interiores. Contaminantes del microclima de trabajo. Temperatura, ventilación y humedad. Dispositivos de medida. Valores límite de exposición. Normativa.

Carga de trabajo:

El trabajo físico y su problemática: los esfuerzos, las posturas y los movimientos repetitivos. Parámetros para la valoración y prevención de los problemas relacionados con la carga física. Factores que determinan la carga mental. Valoración de la carga mental. Prevención de la fatiga mental. Normativa.

Trabajo a turnos y nocturno:

Organización del trabajo a turnos: sistema discontinuo, sistema semi-continuo, sistema continuo. Inconvenientes del trabajo a turnos: Alteración del equilibrio biológico, hábitos alimentarios, alteraciones del sueño, incidencia en la actividad profesional. El trabajo nocturno. Normativa.

El estrés relacionado con el trabajo:

Características y consecuencias fisiológicas, psíquicas, sociales y laborales del estrés. Magnitud del problema. Problemas derivados de las relaciones interpersonales: hostigamiento psicológico, acoso sexual y violencia en el trabajo. Síntomas: absentismo, hostigamiento, errores, comportamiento, trastornos de sueño, irritabilidad. Medidas preventivas: cultura empresarial; relaciones personales.

La violencia en el trabajo:

Los actos agresivos o violentos: los insultos, las amenazas, la agresión física o psicológica. Minimización del daño tras los incidentes violentos.

El hostigamiento psicológico en el trabajo:

Origen. Formas de expresión. Desarrollo. Consecuencias. Intervención. Hostigamiento laboral.