

## **MÓDULO PROFESIONAL 3. PREVENCIÓN DE RIESGOS DERIVADOS DE LA ORGANIZACIÓN Y LA CARGA DE TRABAJO.**

Asociado a la unidad de competencia 4: Evaluar y controlar los riesgos derivados de la organización y la carga de trabajo.

### **1.- CONTENIDOS**

#### **LA PSICOSOCIOLOGÍA COMO TÉCNICA DE PREVENCIÓN**

- Concepto y evolución histórica de la “Psicosociología Aplicada”
- Factores psicosociales: concepto, clasificación y marco normativo:
  - Factores inherentes a la tarea o a las características del puesto.
  - Factores debidos a la organización del trabajo (trabajo a turnos,...).
  - Factores individuales o del trabajador.
  - Factores exógenos: la doble presencia.
- Concepto y tipos de riesgos psicosociales
- La intervención psicosocial: metodología y técnicas de evaluación de los factores psicosociales
- El teletrabajo.
- El trabajo en grupo.

#### **LA ERGONOMÍA COMO TÉCNICA DE PREVENCIÓN**

- Ergonomía: Concepto, evolución histórica y marco normativo.

#### **LA ERGONOMÍA GEOMÉTRICA: DISEÑO FÍSICO DEL LUGAR DE TRABAJO**

- Marco normativo
- Diseño del edificio industrial.
- Diseño físico del puesto de trabajo: la Antropometría
- Posturas de trabajo y diseño del mobiliario
- Diseño de los displays y de los mandos y controles
- Diseño de las herramientas de trabajo
- Diseño de las máquinas
- La distribución de los puestos de trabajo.

#### **PUESTOS DE TRABAJO CON EQUIPOS QUE INCLUYEN PVD**

- Marco normativo
- Factores de riesgo ergonómicos y psicosociales en este tipo de puestos
- Riesgos ergonómicos y psicosociales asociados a estos puestos.
- Evaluación: metodología.
- Medidas preventivas a adoptar.

#### **ERGONOMÍA AMBIENTAL: ILUMINACIÓN**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Factores de riesgo asociados a la iluminación
- Riesgos laborales asociados
- Evaluación
- Medidas preventivas a adoptar

#### **ERGONOMÍA AMBIENTAL: EL AMBIENTE TÉRMICO**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Confort e inconfort térmico
- Factores de riesgo que originan inconfort térmico
- Riesgos laborales asociados
- Evaluación
- Medidas preventivas a adoptar.

#### **ERGONOMÍA AMBIENTAL: VIBRACIONES**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Factores de riesgo
- Riesgos laborales asociados
- Evaluación
- Medidas preventivas a adoptar.

#### **ERGONOMÍA AMBIENTAL: EL RUIDO. LA ERGOACÚSTICA**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Factores de riesgo ergonómicos relacionados con el ruido
- Riesgos ergonómicos y psicosociales asociados al ruido
- Evaluación
- Medidas preventivas a adoptar

#### **ERGONOMÍA AMBIENTAL: LA CALIDAD DEL AMBIENTE INTERIOR. EL SEE**

- La calidad del ambiente y la calidad del aire en los espacios interiores.
- Marco normativo.
- Factores de riesgo: Contaminantes del microclima de trabajo. Temperatura, ventilación y humedad.
- Riesgos asociados
- Evaluación
- Medidas preventivas a adoptar.
- El Síndrome del Edificio Enfermo (SEE).

#### **ERGONOMÍA DINÁMICO-OPERACIONAL: CARGA FÍSICA DE TRABAJO**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Ergonomía dinámico-operacional: disciplinas en las que se apoya.
- Problemática del trabajo físico: esfuerzo muscular y fatiga
- Factores de riesgo presentes en la carga física
- Riesgos laborales derivados de la carga física
- Métodos de evaluación
- Medidas preventivas a adoptar.

### **LAS POSTURAS DE TRABAJO Y LA CARGA FÍSICA**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Riesgos ergonómicos derivados de las posturas inadecuadas
- Evaluación: método OWAS
- Medidas preventivas a adoptar.

### **LOS MOVIMIENTOS REPETITIVOS Y LA CARGA FÍSICA**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Riesgos ergonómicos derivados de los movimientos repetitivos.
- Evaluación: métodos RULA, REBA, STRAIN INDEX
- Medidas preventivas a adoptar.

### **LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS (MMC) Y LA CARGA FÍSICA**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Riesgos ergonómicos asociados a la MMC
- Evaluación: el método de la Guía técnica del INSST (basado en el NIOSH)
- Medidas preventivas a adoptar.

### **ERGONOMÍA ORGANIZACIONAL: LA CARGA MENTAL**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Factores de riesgo asociados a la Carga Mental
- Evaluación: método LEST
- Medidas preventivas a adoptar

### **EL ESTRÉS LABORAL**

- Conceptos previos
- Marco normativo
- Factores de riesgo que originan estrés laboral
- Efectos del estrés laboral
- Evaluación
- Medidas preventivas a adoptar
- Estudio detallado de los tipos de estrés:
  - Acoso moral en el trabajo o mobbing
  - Síndrome del burnout
  - Adicción al trabajo
  - Acoso sexual en el trabajo

## 2.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN

### **Analizar los peligros derivados de la organización del trabajo y aplicar técnicas para la evaluación de sus riesgos.**

- Definir los factores de riesgo relacionados con la organización de trabajo que inciden en la salud del trabajador.
- Utilizar las fuentes de información necesarias para evaluar los riesgos de un puesto de trabajo-tipo relacionados con la organización del trabajo.
- Enumerar indicadores significativos de la existencia de riesgos relacionados con la organización del trabajo.
- Relacionar los riesgos de la organización del trabajo con los efectos sobre la salud.
- Aplicar técnicas de evaluación, objetivas y subjetivas, para determinar riesgos derivados de la organización del trabajo.
- Argumentar la importancia de la participación de los grupos sociales implicados en el proceso de evaluación de riesgos derivados de la organización del trabajo.

### **Analizar y aplicar técnicas de medida del microclima de trabajo**

- Identificar y explicar los factores de riesgo ergonómicos relacionados con el ambiente físico de trabajo.
- Enumerar los equipos e instrumentos utilizables en la medición y registro de los indicadores del ambiente físico de trabajo.
- Aplicar técnicas y métodos de evaluación de los riesgos ergonómicos derivados del ambiente físico de trabajo.
- En un supuesto práctico analizar el microclima de trabajo, proponiendo, en su caso, medidas preventivas y/o correctoras.

### **Analizar los peligros derivados de la carga de trabajo y aplicar técnicas para la evaluación de sus riesgos.**

- Relacionar los factores asociados a las condiciones de trabajo que influyen en la fatiga física.
- Calcular el gasto metabólico para distintos tipos de actividades.
- Describir las alteraciones de la salud relacionadas con la carga física y mental para determinadas profesiones.
- Aplicar técnicas y métodos de evaluación de los riesgos derivados de la carga de trabajo física y mental, y analizar los datos resultantes de la aplicación de estas técnicas y métodos.
- Describir las condiciones de aplicación y contraindicaciones de las técnicas de análisis y evaluación de los riesgos derivados de la carga del trabajo

### **Valorar los resultados obtenidos del análisis de la organización y la carga de trabajo.**

- Utilizar los criterios de referencia establecidos y/o los valores dados por la normativa vigente para evaluar los resultados sobre riesgos obtenidos en la aplicación de técnicas analíticas.
- Ponderar los riesgos en función de la gravedad de sus consecuencias para la salud.

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

- Citar los principios generales de la prevención en la priorización de acciones preventivas.
- Seleccionar las medidas preventivas de eliminación o reducción de los riesgos evitando generar otros riesgos.
- Argumentar la elección de las medidas preventivas frente a los riesgos a prevenir.

## **TIPO DE PRUEBA**

La prueba incluirá dos partes claramente diferenciadas:

### **I. Cuestiones teóricas:**

- Preguntas tipo test
- Preguntas cortas.
- Preguntas de desarrollo.

### **II. Uno o varios supuestos prácticos.**

## **MATERIAL NECESARIO PARA LA PRUEBA**

El alumno podrá usar el siguiente material: Calculadora científica, no programable.

## **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

- Las cuestiones teóricas se calificarán de 0 a 10 y tienen un peso del 60% del valor total de la prueba. Se requiere obtener una nota mínima de 5 para superar este apartado.
- Los supuestos prácticos se calificarán de 0 a 10 y tendrán un peso del 40% del valor total de la prueba. Se requiere obtener una nota mínima de 5 para superar este apartado.
- Para superar el módulo es necesario superar las dos partes, siendo requisito indispensable sacar un mínimo de 5 para tener una calificación positiva del módulo.

## **BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA**

Algunos de los manuales que se pueden utilizar para preparar la materia son, a título de ejemplo, los siguientes:

- **MANUALES:**
  - \* ***“Ergonomía y Psicología Aplicada: manual para la formación del especialista”***. 15ª Edición (enero 2010) F. Javier Llana Álvarez. Editorial Lex Nova.
  - \* ***“Ergonomía”***. Nogareda Cuixart, S., y otros técnicos del INSST. 5ª Edición (año 2008). Edit.: INSST
  - \* ***“Psicología del Trabajo”***. Nogareda Cuixart, C. 2ª Edición (año 2006). Edit.: INSST
  - \* ***“Ergonomía 2: Confort y estrés térmico”***. Pedro R. Mondelo y otros. Ediciones UPC (Universidad Politécnica de Cataluña) y Mutua Universal. Reimpresión (TEP) Año 2.007.
  - \* ***“Organización del trabajo, salud y riesgos psicosociales”***. Guía del Delegado y Delegada en Prevención. Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS). 2005.
  - \* ***“Ergonomía 3: Diseño de puestos de trabajo”***. Pedro R. Mondelo y otros. Ediciones UPC (Universidad Politécnica de Cataluña) y Mutua Universal. Año 2.001.

- \* Otros manuales del INSST sobre la materia.
- **NORMATIVA:**
  - \* ***Real Decreto 486/1997, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.***
  - \* ***Real Decreto 487/1997, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.***
  - \* ***Real Decreto 488/1997, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización de datos.***
  - \* ***Guía Técnica del INSST para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo.***
  - \* ***Guía Técnica del INSST para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de equipos con Pantallas de Visualización de Datos.***
  - \* ***Guía Técnica del INSST para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas.***
  - \* ***Notas Técnicas de Prevención (NTPs) del INSST*** vinculadas al módulo.