

## **El Plan del Curso-Parte 1: Introducción a la Ergonomía**

### **Resumen**

Esta lección da un resumen general de la ergonomía para los trabajadores en la industria del procesamiento avícola.

### **Los Objetivos**

Al completar esta lección, el empleado podrá:

1. Explicar el término “ergonomía”
2. Dar ejemplos de emparejar bien el empleado al trabajo
3. Dar ejemplos de herramientas o equipamiento que hacen su trabajo más fácil
4. Explicar su papel en el proceso de la ergonomía

### **Recursos del Entrenamiento**

1. Presentación de PowerPoint con apuntes en inglés para el instructor
2. Presentación de PowerPoint en español

### **Actividades y and Procedimientos para la Clase**

1. Métodos de Entrenamiento
  - a. Lección: presentar los materiales en las diapositivas de PowerPoint
  - b. Discusión dirigida: preguntar a los estudiantes si saben ejemplos de cuando el tamaño es importante. Cambiar la discusión de lo general a las áreas en el trabajo donde el tamaño adecuado es importante.
  - c. Discusión dirigida: preguntar a los estudiantes si pueden dar ejemplos de herramientas o equipamiento que usan que hace su trabajo más fácil. Cambiar la discusión de los comentarios generales a las herramientas o equipamiento que puede hacer su trabajo más fácil.
  - d. Discusión dirigida: preguntar a los estudiantes si pueden dar ejemplos de cosas que pueden hacer su trabajo más difícil.
2. Ejercicios/Actividades en Grupo

### **Plan para la Lección**

1. Introducción

Diapositivas para usar: 2-3  
Objetivos cubiertos: 1  
Ejercicios/Demostraciones:  
Recursos para Entrenamiento: ninguno

## 2. Adecuar el Trabajo al Empleado

Diapositivas para usar: 4-5

Objetivos cubiertos: 2

Ejercicios/Demostraciones: Por una discusión dirigida, pregunte a los estudiantes si pueden dar ejemplos que muestren la importancia de un tamaño adecuado.

Recursos para Entrenamiento: ninguno

## 3. Hacer el Trabajo más Fácil

Diapositivas para usar: 6-9

Objetivos cubiertos: 3

Ejercicios/Demostraciones: Por una discusión dirigida, pregunte a los estudiantes si pueden pensar en herramientas o equipamiento que hacen su trabajo más fácil. También, pregúnteles qué asuntos pueden hacer el trabajo más difícil.

Recursos para Entrenamiento: ninguno

## 4. El Papel del Empleado en la Ergonomía

Diapositivas para usar: 10-11

Objetivos cubiertos: 4

Ejercicios/Demostraciones:

Recursos para Entrenamiento: ninguno

### **Evaluación y Análisis**

1. La ergonomía es la ciencia de adecuar al empleado al equipo que ya existe. ¿C o F?

2. La ergonomía puede hacer el trabajo más cómodo o fácil. ¿C o F?

3. La iluminación inadecuada puede hacer que un trabajo sea más difícil. ¿C o F?

### **Recursos**

**NIOSH La Ergonomía y Desordenes Musculoesqueléticos**

<https://www.cdc.gov/spanish/niosh/topics/ergonomia.html>

**DOL-OSHA Página sobre la Ergonomía:**

<http://www.osha.gov/SLTC/ergonomics/index.html>

**DOL-OSHA eTool para la Industria del Procesamiento Avícola:**

<https://www.osha.gov/SLTC/etools/poultry/index.html>

**Evaluación del Síndrome del Túnel Carpiano y Otros Trastornos Musculoesqueléticos entre los Empleados en una Fábrica del Procesamiento Avícola, NIOSH 2014**

<https://www.cdc.gov/niosh/hhe/reports/pdfs/2014-0040-3232.pdf>

**DOL-OSHA Prevención de Lesiones Musculoesqueléticas en el Procesamiento Avícola**

<https://www.osha.gov/Publications/OSHA3749Spanish.pdf>