

Evaluación del Riesgo Ergonómico en Oficina

Equipo docente: Dr. Federico Ferreira.

Unidad académica: Departamento de Bienestar y Salud.

Referente académico: Dr. Augusto Ferreira.

Dirigido a: Integrantes de los servicios de salud de las empresas, recursos humanos, responsables de seguridad y salud, Lic. en Seguridad y Salud Ocupacional, Prevencionistas, líderes sindicales.

Objetivos de la capacitación: Instruir a los alumnos en el desarrollo de una metodología de análisis y evaluación ergonómica en puestos sedentarios. Brindar los conocimientos sobre riesgo biomecánico estático y riesgo ergonómico

Metodología de enseñanza: Exposiciones, trabajo en clase y resolución de caso.

Evaluación: Entrega de una evaluación de un puesto de trabajo.

Resultados esperados: Al finalizar la capacitación, los cursantes lograrán:

- Determinar los principales riesgos de un puesto de trabajo
- Proponer mejoras a los riesgos identificados
- Generar un plan de acción para adecuar el puesto a la necesidad de los trabajadores

Productos concretos: Al finalizar el curso el estudiante tendrá una guía metodológica para implementar una evaluación concreta.

Cronograma de actividades:

Fecha	Horario	Modalidad	Actividad
Viernes 27/6	18:30 a 21:30h	Virtual	Introducción al riesgo ergonómico <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción a la ergonomía 2. Concepto de carga 3. Definición de riesgo ergonómico 4. Proceso de evaluación del riesgo ergonómico Trabajo asincrónico - Estudio de casos y resolución de problemas (2 h)

Sábado 28/6	9:00 a 12:00h	Presencial	<p>Biomecánica y Antropometría</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Definición de biomecánica. 2. Concepto de riesgo biomecánico 3. Definición de antropometría 4. Relación antropometría y puesto de trabajo 5. Taller evaluación bioantropometrica <p>Trabajo asincrónico - Estudio de casos y resolución de problemas (3 h)</p>
Viernes 4/7	18:30 a 21:30h	Virtual	<p>Evaluación de un puesto de trabajo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Definición del proceso de evaluación 2. Método de evaluación por observación directa 3. Método de evaluación ROSA 4. Determinación de un informe de resultados <p>Trabajo asincrónico - Estudio de casos y resolución de problemas (2 h)</p>
Sábado 5/7	9:00 a 12:00h	Presencial	<p>Plan de mejora</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Interpretación de datos y definición de riesgos. 2. Documentación y comunicación de riesgos 3. Definición de acción 4. Programa de mejora de las condiciones de trabajo y actitudes del personal <p>Trabajo asincrónico - Resolución de casos y ejemplos prácticos (3 h)</p>
		Asincrónico	<p>Trabajo autoadministrado. Cada estudiante debe elaborar el producto final del curso, con las orientaciones y guías brindadas por el docente.</p>
Viernes 11/7			<p>Entrega final.</p>

Modalidad: semipresencial.

Carga horaria total: 30 horas.

Días y horarios:

- Viernes de 18:30 a 21:30h (virtual sincrónico)
- Sábados de 9:00 a 12:00h (presencial)

Fecha de inicio: viernes 27 de junio de 2025.

Fecha de finalización: sábado 5 de julio de 2025.

Costo total: \$9.000 pesos uruguayos

Financiación hasta en 6 cuotas con tarjetas de crédito.

Pago en efectivo en 1 cuota, a través de redes de cobranza o transferencia bancaria.

Beneficios: Estudiantes UCU 25% - Alumni UCU 25% - Personal docente y administrativo UCU 20%.