

Curso: Factores de riesgo ergonómico en el trabajo- Manejo manual de cargas (NOM-036-1-STPS), registrado ante STPS

Incluye:

- ✓ Manual de trabajo del participante
- ✓ Reconocimiento con valor curricular
- ✓ Constancia de habilidades laborales DC-3 (STPS) para los participantes que aprueben el curso

Duración: 8 horas Total incluyendo la hora de comida y descansos por didáctica

Modalidad: En línea y en instalaciones del cliente

Requisitos del participante: Ninguno

Modo de evaluación: Evaluación teórica mínimo 80%

Instructor: Con más de 15 años de experiencia comprobada en seguridad y salud ocupacional

Objetivos: Al finalizar el curso, el participante conocerá los requisitos de la NOM-036-1-STPS-2018 y será capaz de evaluar condiciones de riesgo ergonómico en su centro de trabajo para el manejo manual de cargas

Dirigido a:

- Coordinadores, jefes y gerentes de seguridad e higiene
- Supervisores de salud y seguridad industrial
- Médicos laborales
- Miembros de la comisión de seguridad

Temario general.

1. Introducción a la NOM-036-1-STPS-2018

- ¿Qué es Ergonomía?
- Panorama de la ergonomía en México
- Justificación de la aplicación de la ergonomía
- Entidades regulatorias
- Marco legal
- Obligaciones del patrón y los trabajadores

2. Análisis de los factores de riesgo ergonómico por el manejo manual de cargas

- Cuestionario nórdico de Kuorinka
- Identificación de factores de riesgo
- Estimación de nivel de riesgo

3. Medidas de prevención y control por el manejo manual de cargas

- Modo de realización de actividades
- Procedimientos de seguridad
- Cargas máximas por edad y género
- Medidas de control en los centros de trabajo

4. Vigilancia a la salud de los trabajadores en la NOM-036-1-STPS-2018

- Programa de vigilancia a la salud
- Exámenes médicos

5. Estimación del riesgo por el levantamiento y transporte de cargas

- Criterios de niveles de riesgo
- Estimación del riesgo de actividades que impliquen levantamiento/descenso de cargas
- Estimación del riesgo de operaciones de transporte de cargas
- Evaluación del riesgo de operaciones de manejo manual de cargas en equipo
- Estimación del nivel de riesgo

6. Estimación del riesgo por empuje y arrastre de cargas con o sin equipo auxiliar

- Consideraciones
- Evaluación del riesgo de actividades que impliquen empuje o arrastre sin uso de equipo auxiliar
- Evaluación del riesgo de actividades que impliquen empujar o jalar con el uso de equipo auxiliar
- Estimación del nivel de riesgo de actividades que impliquen empuje o arrastre de cargas con el uso de equipo auxiliar

7. Capacitación y adiestramiento

- Capacitación para trabajadores de nuevo ingreso
- Reforzamiento periódico
- Registros de capacitación

Metodología: 60% teoría - 40% ejercicios y casos prácticos

Nota: Todos los cursos se pueden ajustar según los requerimientos del cliente de tiempos