

## GUÍA DOCENTE 2025-2026

### DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

<b>ASIGNATURA:</b>	ERGONOMÍA		
<b>PLAN DE ESTUDIOS:</b>	MÁSTER UNIVERSITARIO EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES		
<b>FACULTAD:</b>	CENTRO DE POSGRADO		
<b>CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:</b>	OBLIGATORIA		
<b>ECTS:</b>	3		
<b>SEMESTRE:</b>	PRIMERO		
<b>IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:</b>	CASTELLANO		
<b>PROFESORADO:</b>	Dra. René Velázquez		
<b>DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:</b>	rene.velazquez@uneatlantico.es		

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

<b>REQUISITOS PREVIOS:</b>
No aplica
<b>CONTENIDOS:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Tema 1. Conceptos y objetivos de la ergonomía<ul style="list-style-type: none"><li>Subtema 1.1: definición, objeto y metodología de estudio</li><li>Subtema 1.2: metodología para la aplicación de la ergonomía</li></ul></li><li>• Tema 2. Calidad del ambiente interior<ul style="list-style-type: none"><li>Subtema 2.1: factores o peligros que influyen en la calidad del ambiente interior</li><li>Subtema 2.2: efectos debidos a una deficiente calidad del ambiente interior</li></ul></li></ul>

Subtema 2.3: medidas preventivas y control de riesgos

- Tema 3. Iluminación en el puesto de trabajo  
Subtema 3.1: magnitudes y unidades  
Subtema 3.2: funciones visuales  
Subtema 3.3: principales requisitos de la iluminación  
Subtema 3.4: los sistemas de iluminación  
Subtema 3.5: mantenimiento de los sistemas de iluminación

- Tema 4. Concepción y diseño del puesto de trabajo

Subtema 4.1: criterios ergonómicos generales aplicables al diseño  
Subtema 4.2: dimensiones y configuración del puesto  
Subtema 4.3: espacios de trabajo e interpersonales  
Subtema 4.4: disposición de los puestos en el lugar de trabajo  
Subtema 4.5: requisitos ergonómicos para el diseño del mobiliario

- Tema 5. Pantallas de visualización (PVD)

Subtema 5.1: problemática del trabajo con pantallas de visualización  
Subtema 5.2: acondicionamiento de los puestos con PVD

- Tema 6. Riesgos derivados de la carga física de trabajo

Subtema 6.1: concepto de carga física  
Subtema 6.2: contracción muscular y efectos en el organismo  
Subtema 6.3: trastornos musculoesqueléticos  
Subtema 6.4: normativa

- Tema 7. Manipulación de cargas

Subtema 7.1: método para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación de cargas  
Subtema 7.2: ejemplo de aplicación

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

RAK3: Identificar la ergonomía preventiva con el principio de acción relativo al modo en que ésta adapta el trabajo a las capacidades y posibilidades del trabajador dentro del marco legislativo.

## METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

### METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método expositivo
- Estudio y análisis de casos
- Resolución de ejercicios
- Aprendizaje basado en problemas
- Aprendizaje cooperativo/trabajo en grupo
- Trabajo autónomo

### ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno llevará a cabo las siguientes actividades formativas:

Actividades formativas		Horas
Actividades supervisadas	Actividades de foro	11.25
	Supervisión de actividades	2.25
	Tutorías (individual / en grupo)	6
Actividades autónomas	Sesiones expositivas virtuales	6
	Preparación de actividades de foro	11.25
	Estudio personal y lecturas	18.75
	Elaboración de trabajos / tareas (individual / en grupo)	15
	Realización de actividades de autoevaluación	2.25
Actividades de evaluación	Actividades de evaluación	2.25

El día de inicio del período lectivo de la asignatura, el profesor proporciona información detallada al respecto para que el alumno pueda organizarse

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

### CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	Resolución de un caso práctico	20%
	Participación mínima de dos veces	20%

en foro de trabajo colaborativo

**Evaluación  
final**

Examen

60%

Para más información consúltase [aquí](#)

**CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:**

En la convocatoria extraordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	Calificación obtenida en la actividad de foro de la convocatoria ordinaria	20%
	Trabajo individual	20%
Evaluación final	Examen	60%

Para más información consúltase [aquí](#)

**BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES**

**BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:**

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria y están ordenadas por nivel de importancia:

- [1]. Rodríguez, Y. (2024). Ergonomía y salud pública: creando entornos de trabajo saludables y seguros. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 42, 1–6. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.e358206>
- [2]. Aventín, V. P. (2024). Ergonomía inclusiva en el trabajo. *Gestión Práctica de Riesgos Laborales*, 221, 73–75.
- [3]. Dziatkovskii, A. (2023). Pedagogical ergonomics: The possibilities of AI, ZKP, and ML. *Deutsche Internationale Zeitschrift Für Zeitgenössische Wissenschaft*, 55, 41–43. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7890636>
- [4]. Durant, O. (2022). Ergonomía en el sector hotelero. *Gestión Práctica de Riesgos Laborales*, 208, 62–63.
- [5]. Sobhani, S., Tabanfar, S., Variiani, A. S., & Varmazyar, S. (2024). An Ergonomic Evaluation of the Office Workplace: Determining the Cut-off Point of Checklists for Workstation Layout and Computer Users' Posture. *Journal of*

*Human Environment, & Health Promotion (JHEHP)*, 10(1), 57–62.  
<https://doi.org/10.61186/jhehp.10.1.57>

#### **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable. Están ordenadas alfabéticamente:

- [1]. Escobar-Galindo, C. M. (2020). Ergonomía y factores humanos en la lucha contra el COVID-19. *Revista Médica Herediana*, 31(3), 207–209. <https://doi.org/10.20453/rmh.v31i3.3815>
- [2]. Hemati, K., Darbandi, Z., Kabir-Mokamelkhah, E., Poursadeghiyan, M., Ghasemi, M. S., Mohseni-Ezhiye, M., Abdollahian, Y., Aghilinejad, M., Ali Salehi, M., & Dehghan, N. (2020). Ergonomic intervention to reduce musculoskeletal disorders among flour factory workers. *Work*, 67(3), 611–618. <https://doi.org/10.3233/WOR-203275>
- [3]. Hirata Pinetti, A. C., Harrison Mercer, N. C., Aparecida Zorzi, Y., Ponce Miranda, G., Guizelini Calderon, M., Alexandre da Silva, R., & Rogerio de Oliveira, M. (2020). Impact of Exercise and Ergonomics on the Perception of Fatigue in Workers: a Pilot Study. *Journal of Health Sciences (2447-8938)*, 22(1), 43–47. <https://doi.org/10.17921/2447-8938.2020v22n1p43-47>
- [4]. Montalvo Romero, N., Montiel Rosales, A., & Aranda Moreno, V. (2019). Evaluación del Estrés en la Ergonomía Ocupacional. *Congreso Internacional de Investigación Academia Journals*, 11(9), 2351–2353.
- [5]. Srivastava, A. K., & Oberai, S. (2023). Ergonomics: The Solution for Users and a Safer Workplace. *Indian Journal of Occupational Therapy (Wolters Kluwer India Pvt Ltd)*, 55(1), 1–2. [https://doi.org/10.4103/ijoth.ijoth\\_16\\_23](https://doi.org/10.4103/ijoth.ijoth_16_23)

#### **WEBS DE REFERENCIA:**

- Instituto nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo: <http://www.insht>

#### **OTRAS FUENTES DE CONSULTA:**

- Base de datos EBSCO – Acceso a través del campus virtual.