



Curso: Factores de riesgo ergonómico en el trabajo (NOM-036-1-STPS-2018), registrado ante STPS

Incluye:

- ✓ Memorias del curso digitales
- ✓ Bolígrafo
- ✓ Reconocimiento con valor curricular
- ✓ Constancia de habilidades laborales DC-3 (STPS)
- ✓ 6 meses de asesoría por email o WhatsApp sin costo
- ✓ Garantía de satisfacción: Si el curso no es de su agrado, le devolvemos su dinero

Duración: 8 horas

Instructor: Con más de 15 años de experiencia en ergonomía, salud y seguridad industrial.

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.

Requisitos del participante: ninguno

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

2. Objetivo y campo de aplicación de la NOM-036-1-STPS-2018

- Entidades regulatorias
- Marco legal

3. Obligación del patrón en la NOM-036-1-STPS-2018

- Medidas de prevención
- Análisis de factores de riesgo

Buenavista #258, Col. Lindavista, Gustavo A. Madero. Ciudad de México. C.P. 07300.

Tel. (0155) 5367-8683 y 55864043

Email: info@mcgmexico.com

<http://www.mcgmexico.com>

4. Obligaciones de los trabajadores en la NOM-036-1-STPS-2018

- Desempeño del trabajo
- Cumplimiento de las medidas de seguridad

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

- Identificación de factores de riesgo
- Estimación de nivel de riesgo

6. 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

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

- Programa de vigilancia a la salud
- Exámenes médicos

8. 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

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



MCG de México

10. Evaluaciones ergonómicas adicionales

- Cuestionario nórdico de Kuorinka
- Identificación de las regiones que presentan molestias musculo esqueléticas

11. Capacitación y adiestramiento

- Prevención de riesgos.
- Capacitación para trabajadores de nuevo ingreso
- Reforzamiento periódico
- Registros de capacitación

12. Conclusiones de la NOM-036-1-STPS-2018

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