

PROGRAMA DEL CURSO  
OT-1029. ERGONOMIA Y SALUD OCUPACIONAL.

PROFESOR. Mauricio Bolanos Sanchez.  
Email: mponcho@gmail.com

**I. CONSIDERACIONES GENERALES.**

El curso Psicología del Trabajo (OT-1025), que precede en línea lógica al presente, facilitó en las y los estudiantes una aproximación pormenorizada sobre la importancia de la actividad laboral como factor constitutivo del desarrollo humano integral y de la sociedad, además de las dimensiones organizacionales que deben contemplarse para comprender el devenir del trabajo en las organizaciones laborales desde una perspectiva socio-crítica y así orientar toda acción que busque mejorarlo o corregirlo.

Trabajo Social, como una disciplina con una alta vocación interdisciplinaria, que busca articular distintas teorías y consolidarlas a favor de modelos y procesos de intervención profesional realmente integrales, se decanta como una profesión utilísima para mejorar los ambientes laborales, mismos que han venido cediendo espacios e incorporando los lineamientos que definen los programas de “flexibilidad laboral” promovidos y fomentados transnacionalmente como parte del proceso de globalización neoliberal<sup>1</sup>.

En este contexto es imprescindible que las y los futuros profesionales incorporen nuevas competencias que les permita hacerse de los espacios necesarios y legítimos para, desde allí, hacer aportes creativos a favor de los y las trabajadoras, e ir más allá de la lógica de la productividad y la rentabilidad. Es necesario que las y los futuros profesionales en Trabajo Social logren evidenciar la importancia central que cobra la “Responsabilidad Empresarial”, hacia dentro y fuera de ella, en un mundo cada vez más sensible y crítico frente a iniciativas empresariales claramente fagocitantes, del ambiente y las personas. Se trata de mostrar y persuadir alrededor de las relaciones intrínsecas que se dan entre: Bienestar humano, Salud y Desarrollo Integral con respecto a la Productividad, Satisfacción, Eficiencia y Eficacia organizacional. De allí la importancia de este curso.

Se parte de la premisa de que, aquellas organizaciones que pongan atención y abanderen mejoras en los temas de: Ergonomía ambiental, de procesos, temporal y del puesto, Riesgos del trabajo, Selección y destino del y la trabajadora, Salud Ocupacional, Organización de la Prevención, tendrán en su quehacer y a corto plazo, mejores y variadas retribuciones.

Se sigue entonces el consejo de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), que define los

---

<sup>1</sup> Carballo, Priscila (2007) *Informe del proyecto: Impactos del proceso de flexibilidad laboral en el ejercicio profesional del trabajo social: estudio de caso de la región central de occidente*. San Ramón: UCR.

Servicios de Salud Ocupacional como "...aquellos encargados de llevar a cabo funciones esencialmente preventivas, así como aconsejar a empleadores, trabajadores y sus representantes acerca de los requerimientos de establecer y mantener un lugar de trabajo seguro y saludable. Además, contribuyen a la adaptación del trabajo a las capacidades de los trabajadores, en beneficio de su óptimo estado físico y mental". (2002).

Bajo esta perspectiva, los y las estudiantes aprenderán la importancia de fomentar, proteger y promover la seguridad, la salud y la calidad de vida de los trabajadores, así como mejorar las condiciones de trabajo y el ambiente laboral.

El curso en su aspecto teórico abarca generalidades de la Salud Ocupacional y la Ergonomía; mientras que en su aspecto práctico se relacionarán con problemas psicosociales de actualidad que afectan a todos los niveles ocupacionales y que requieren la acción inmediata, tales como el estrés ocupacional, la violencia, el burn-out, el moobing, la fármaco-dependencia, entre otros. Considerados como problemáticas de amplio interés por la OIT ya que, juntos todos ellos, representan la mayor causa de accidentes, lesiones, enfermedades y ausentismo, tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo.

Aparte de su estrecha relación con la calidad y la producción laboral, estas problemáticas no se limitan a dicho ámbito. Por el contrario, se extienden a la familia y a la comunidad. He aquí la importancia de su estudio y la justificación de una adecuada intervención profesional.

## **II. DESCRIPCION DEL CURSO**

En el presente curso se introduce al (a la) estudiante en una serie de postulados teóricos alrededor de temas sobre: Salud Ocupacional, Ergonomía, Antropometría, Clima Laboral, actitudes hacia la salud, conflicto laboral, seguridad social, comunicación, entre otros. Se parte de una perspectiva integral del ser humano como bio-psico-social, y del trabajo como actividad social, económica, ontogenética y política. Por lo tanto, la Psicología Social se decanta como una disciplina óptima para aproximarse al entendimiento de esta realidad, ya que correlaciona en un análisis integral a los sistemas social y personal.

El proceso descriptivo-analítico-crítico, inició con el abordaje teórico-epistemológico sobre el trabajo como actividad antroposociogenética, que se debatió en el curso anterior (Psicología del Trabajo, OT-1025); ello posibilita, en el presente curso, profundizar con perspectiva crítica sobre las condiciones reales en que laboran las personas en nuestra propia realidad, en el marco de los supuestos epistemológicos básicos que proponen las doctrinas de Seguridad y la Salud Ocupacional. Por último, se aplicarán los conocimientos teóricos al análisis de casos concretos que los y las estudiantes se encargarán de investigar.

## **III. DIDACTICA DE TRABAJO.**

La modalidad del curso es teórico-práctico. Se pretende estimular la reflexión y el hacer del y la estudiante mediante metodologías participativas en la presentación y discusión de los temas teóricos y de investigación que permita vincular la teoría a la práctica a partir de una recuperación de su propia experiencia e intereses. De tal manera que la participación estudiantil es indispensable.

#### IV. OBJETIVOS GENERALES.

1. Comprender la importancia de la Seguridad Ocupacional y el valor del capital humano en el contexto laboral.
2. Familiarizar al y la estudiante con la legislación nacional e internacional vigente en materia de Salud Ocupacional.
3. Desarrollar procedimientos de análisis que permitan corregir condiciones laborales de riesgo ergonómico y promover condiciones adecuadas de trabajo.
4. Promover la creatividad de las estudiantes a través de tareas relacionadas con la promoción de la Salud en el Trabajo.
5. Identificar, evaluar e implementar propuestas para el mejoramiento de las condiciones psicosociales en el trabajo.

#### IV. CONTENIDOS TEMÁTICOS Y CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.

1. Presentación del curso. Lectura del programa. Distribución del trabajo. (14 de agosto)
2. Seguridad e higiene laboral. Definición de riesgos y acciones básicas de prevención. (21 de agosto)
3. Salud Ocupacional. Conceptos de: salud, accidente, incidente, acto subestándar, condición subestándar. Determinación de causas y consecuencias. Efectos DOMINO e ICEBERG. Consecuencias en los Costos. Modelo de Frank E. Bird Jr. (28 de agosto)
4. Aspectos Psicológicos y Sociales de la Seguridad. (Tema 1). (4 de septiembre)
5. ERGONOMÍA BÁSICA. Adecuar el trabajo a la persona. (Tema 2). (11 de setiembre)
6. ANTROPOMETRÍA BÁSICA. La falacia del "hombre medio". (Tema 3). (18 de setiembre)
7. Primera prueba escrita. (26-9). (25 de setiembre)
8. LA SALUD COMO VALOR. (Temas 4). (2 de Octubre)
9. SELECCION, DESTINO Y CAPACITACION DEL EMPLEADO. Diseño del puesto de trabajo. Inducción en el trabajo y normas de seguridad. (Temas 5 y 6). (9 de octubre)
10. DISEÑO DE TRABAJO Y ESTRÉS LABORAL. Causas y consecuencias. Control. (Temas 7 y 8). (16 de octubre)

11. LA COMUNICACIÓN Y LAS ACTITUDES EN EL TRABAJO. (Temas 9 y 10). (23 de octubre)
12. ATENCIÓN TEMPRANA DE LOS ACCIDENTES. (Temas 11 y 12). (30 de octubre)
13. SALUD OCUPACIONAL. EFECTOS EN LA ORGANIZACIÓN. Compromiso gerencial y general. La regla de los 10 minutos (para todos los jefes). (Temas 13 y 14). (6 de noviembre)
14. Segunda prueba escrita. (28-11). (13 de noviembre)
- 15-16. Se dispondrán para la exposición de los temas de investigación. (21-11) (20-27 de noviembre)

## VI. EVALUACION.

Exámenes parciales (2)	50%.	
Análisis del puesto.	30%. (1)	
Dos adelantos		7,5% c/u.
El informe final con correcciones		15%.
Trabajo de clase	20%. (2)	

(1) Se refiere al análisis de un puesto de trabajo o de una ocupación donde caractericen:

**PRIMER ADELANTO.** (En la portada ponen el nombre del puesto o de la ocupación).

a. Principales accidentes o incidentes (salud, en los materiales o equipos y los procesos) del puesto que justifican la elección de la ocupación que evaluarán. (Entrevista)

b. Descripción de funciones y tareas. ¿QUÉ HACE? (Manuales del puesto y perfil profesiográfico. Por observación).

c. Descripción detallada del ambiente de trabajo. Instrumentos, máquinas, condiciones físicas, psicosociales, ergonómicas, limpieza y orden, otros. ¿DÓNDE Y CON QUÉ LO HACE? (Observación detallada).

d. Descripción detallada de las habilidades (físicas) y competencias (sociales – compañeros-as y público: asertividad, trato, disponibilidad, inclusividad, etc. y cognitivas – atención, memoria, CI, comprensión, capacidad de clasificar, etc.) que demanda el puesto al funcionario. ¿CÓMO LO HACE? (Por observación, entrevista e investigación de otras fuentes).

**SEGUNDO ADELANTO.** Tome los cinco (5) principales riesgos: Más dañinos y probables.

d. Tipos de riesgo que corre la persona. ¿QUÉ LE PUEDE SUCEDER?

e. Probabilidad de que ese riesgo se constituya en accidente o enfermedad. BAJA, MEDIA O ALTA. Se debe justificar.

f. Consecuencias probables del accidente. LEVEMENTE DAÑINO, DAÑINO, EXTREMADAMENTE DAÑINO. Se debe justificar.

NOTA. Los siguientes aspectos se entregarán en el informe final.

g. Acciones requeridas para evitar el accidente y forma de implementación.

h. Definir un responsable (es) de implementar las medidas.

i. Definir un método de comprobación de las acciones definidas.

(2) Los siguientes temas serán distribuidos en el grupo. Podrán ser distribuidos en personas solas o parejas, según el grado de profundización que se requiera.

La investigación será expuesta al grupo en forma sucinta y se entregarán DOS copias de resumen por escrito; uno para la revisión del profesor y otro para la conformación de un portafolio grupal que cada quien, luego, podrá reproducir si así lo desea.

La lista de temas es la siguiente:

1. Legislación nacional: Leyes y reglamentos. Comisiones de Salud ocupacional. (INS-MT)

2. Principales causas de accidentabilidad en el país. Especificar y analizar casos de baja accidentabilidad. (INS- Empresa Líder en SO).

3. Derechos laborales por enfermedad e incapacidad (parcial y total). Asistencia social. (INS, CCSS, MT).

Sobre los diferentes tipos de riesgo y el tipo de trabajo donde más comúnmente se generan que a continuación se presentan, deben presentar y exponer cada riesgo en el siguiente orden::

1. Definición.
2. Descripción o clasificación.
3. Efectos en la salud.
4. Formas de detección, medición o evaluación en el ambiente de trabajo
5. Prevención, control y atención en caso de suscitarse. Simbología.

4. Riesgos mecánicos y de sobrecarga de trabajo.

5. Riesgos eléctricos.
6. Riesgos de incendio.
7. Riesgos físicos: Ruido, Iluminación y temperatura.
8. Riesgos químicos y biológicos.
9. Riesgos ergonómicos. Espacio, superficie, equipo y herramientas.
10. Riesgos Psicosociales. Distrés, Burn-Out, Moobing.
11. Riesgos de saneamiento básico. Higiene y orden.
12. Los riesgos nacionales (desastres naturales). ¿Cómo organizarse en el trabajo?) Comisión Nacional de Emergencias.

## VII. BIBLIOGRAFIA DE CONSULTA.

Barquero, Alfredo (2003). *Administración de Recursos Humanos*. Tercera parte. UNED, San José.

Barrantes, Ana y Bravo, Roberto (2000). *Salud Ocupacional*. Editorial UNED, San José.

Chinchilla, Ryan (2002). *Salud y seguridad en el trabajo*. EUNED, San José

Díaz, Rafael (2000). *Higiene Industrial*. Lex Nova, España.

Faverge, Jean-Marie (1975). *Psicosociología de los accidentes de trabajo*. Trillas, México.

Grimaldi, John y Simonds, Rollin (1996). *La Seguridad Industrial. Su administración*. Alfaomega, México.

Instituto Nacional de Aprendizaje (sf). *Módulo: Salud Ocupacional Básico*. San José.

Instituto Nacional de Seguros (1972). *Principios de Ergonomía*. San José.

Instituto Nacional de Seguros (sf). *Memoria. I Foro Nacional de Riesgos del Trabajo y Salud Ocupacional*. San José.

Instituto Nacional de Seguros (2002). *Manual para la promoción y desarrollo de la gestión preventiva en Salud Ocupacional*. San José.

Janina, Camilo (1989). *Manual de Seguridad e Higiene Industrial*. LIMUSA, México.

Fernández, Leodogorio y otros (2001). *Guía Práctica de Prevención de Riesgos Laborales*. ACARL, Madrid.

Ministerio de Educación Pública (1993). *Antología. Salud Ocupacional*. San José.

Ministerio de Trabajo y Seguridad Social.

Riesgos de Trabajo. Ley y reglamento modificado.

Reglamento general de Seguridad e Higiene del Trabajo.

Comisiones de Salud Ocupacional.

Panero, Julius y Zelnik, Martín (1993). *Las dimensiones humanas en los espacios interiores*. Ediciones G. Gili, México.

Pendas, José (1975). *Seguridad e Higiene en el Trabajo*. Donostiarra, Zaragoza, España.

## ANTOLOGÍA DEL CURSO

### . ERGONOMIA Y SALUD OCUPACIONAL. OT-1029

1. RIESGOS DEL TRABAJO. En Chinchilla, Ryan (2002). *Salud y seguridad en el trabajo*. EUNED, San José
2. LAS CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LAS PÉRDIDAS. (Material mimeografiado).
3. ASPECTOS PSICOLÓGICOS Y ERGONOMÍA. En: Barquero, Alfredo (2003). *Administración de Recursos Humanos*. Tercera parte. UNED, San José.
4. ERGONOMÍA. En: Díaz, Rafael (2000). *Higiene Industrial*. Lex Nova, España.
5. INTRODUCCIÓN. Y LA DIMENSIÓN HUMANA. ANTROPOMETRÍA En: Panero, Julius y Zelnik, Martín (1993). *Las dimensiones humanas en los espacios interiores*. Ediciones G. Gili, México
6. LOS SIGNIFICADOS DE LA SALUD Y LA SALUD COMO UN VALOR (Martínez, E., 2001). En: Ros, M.; Gouveia, V. (2001). *Psicología social de los valores humanos. Desarrollos teóricos, metodológicos y aplicados*. Biblioteca Nueva, Madrid. (Pgs. 239 – 263).
7. SELECCION DE PERSONAL. (Material mimeografiado).
8. DISEÑO DE TRABAJO (PUESTO). En: Robbins, S. (1987). *Comportamiento Organizacional*. Prentice Hall, México.
9. ADMINISTRACIÓN DE LAS COMUNICACIONES Y TOMA DE DECISIONES. En: Davis, K. y Newstrom, J. (2000). *Comportamiento Organizacional*. Editorial Mc. Graw Hill, México.
10. COMPROMISO DE LA ADMINISTRACIÓN CON LA SALUD OCUPACIONAL. En: En Chinchilla, Ryan (2002). *Salud y seguridad en el trabajo*. EUNED, San José
11. ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA DE SEGURIDAD. En: Grimaldi, John y Simonds, Rollin (1996). *La Seguridad Industrial. Su administración*. Alfaomega, México