

# Contenido

- VIII LISTA DE FIGURAS
- XII LISTA DE TABLAS
- XIII LOS AUTORES
- XIV A LOS LECTORES
- XV PRÓLOGO
- XVI INTRODUCCIÓN

## CAPÍTULO 1 Conceptos básicos de ergonomía

- 2 Definición
- 2 Clasificaciones
- 4 Tipos de intervención ergonómica
- 4 Interdisciplinariedad
- 6 Aplicaciones de la ergonomía
- 7 Ergonomía y carga física de trabajo
- 8 Ergonomía en la salud laboral y prevención y control de riesgos
- 14 Factores de riesgo desde el ámbito biomecánico
- 19 Otros factores asociados: psicoorganizaciones
- 20 Factores intrínsecos o personales
- 20 Estimación de exposición a carga física
- 24 Abordaje de la carga física en las empresas y los sistemas de vigilancia epidemiológica (SVE)

## CAPÍTULO 2 Manipulación manual de cargas

- 28 Terminología
- 28 Actividades que implican MMC
- 29 Factores que intervienen en el trabajador
- 32 Factores que intervienen en la carga
- 40 Procedimiento general para la manipulación de cargas
- 49 Riesgos y consecuencias relacionados con la MMC
- 49 Lista de inspección

## CAPÍTULO 3 Mobiliario

- 52 Terminología
- 52 Componentes
- 54 Parámetros técnicos de la silla ergonómica
- 62 Consideraciones para el ajuste de la silla
- 64 Riesgos y consecuencias relacionados con las sillas
- 64 Lista de inspección
- 66 Terminología
- 66 Componentes
- 67 Parámetros técnicos de las superficies de trabajo de oficina
- 80 Riesgos y consecuencias relacionados con las superficies de trabajo
- 80 Lista de inspección

## CAPÍTULO 4 Plataformas de trabajo y pasarelas

- 84 Terminología
- 92 Lista de inspección
- 93 Parámetros técnicos de las pasarelas
- 100 Riesgos y consecuencias relacionados con las pasarelas
- 100 Lista de inspección

## CAPÍTULO 5 Herramientas manuales

- 104 Terminología
- 104 Clasificación
- 105 Parámetros técnicos de herramientas manuales
- 118 Riesgos y consecuencias relacionados con las herramientas manuales
- 118 Lista de inspección

- 120 Clasificación
- 120 Parámetros técnicos de herramientas manuales de golpe
- 127 Lista de inspección
- 129 Parámetros técnicos de herramientas manuales de torsión
- 135 Lista de inspección de herramientas manuales de torsión
- 137 Componentes
- 137 Parámetros técnicos de cuchillos y bisturís
- 145 Lista de inspección

## CAPÍTULO 6 Escaleras

- 148 Terminología
- 149 Clasificación
- 149 Parámetros técnicos de las escaleras
- 156 Riesgos y consecuencias en el uso de escaleras
- 157 Lista de inspección
- 158 Parámetros técnicos de las escaleras portátiles de tijera
- 165 Lista de inspección
- 167 Parámetros técnicos de escalera recta simple y extensible
- 180 Lista de inspección
- 182 Parámetros técnicos de escaleras fijas de mano
- 186 Lista de inspección
- 188 Terminología
- 188 Clasificación
- 189 Parámetros técnicos de escaleras fijas industriales
- 195 Lista de inspección

## CAPÍTULO 7 Grúas puente

- 198 Terminología
- 199 Componentes
- 200 Parámetros técnicos de las grúas puente
- 211 Mantenimiento general
- 212 Actividades específicas de inspección
- 219 Riesgos y consecuencias relacionados con las grúas puente
- 219 Lista de inspección

## CAPÍTULO 8 Medios de protección en maquinaria

- 222 Medios de protección comunes
- 223 Parámetros técnicos
- 235 Riesgos y consecuencias relacionados con los medios de protección en maquinaria
- 236 Lista de inspección

## CAPÍTULO 9 Banco de trabajo Industrial

- 238 Terminología
- 238 Componentes
- 239 Parámetros técnicos de los bancos de trabajo
- 252 Riesgos y consecuencias relacionados con los bancos de trabajo
- 252 Lista de inspección
  
- 254 BIBLIOGRAFÍA