



UNIVERSIDAD DE LA INTEGRACION DE LAS AMERICAS

LICENCIATURA EN KINESIOLOGIA Y FISIOTERAPIA

Ergonomía y el ámbito laboral en un centro comercial

Lourdes Velázquez López

Asunción, Paraguay

2019

Resumen

La elaboración de esta tesis se enfoca en la ergonomía laboral y la repercusión de la misma en el estado de salud de los trabajadores del centro comercial "Shopping Villa Morra".

Se percibe una deficiencia en los puestos de trabajo a consecuencia de las cargas horarias que tiene dicho centro comercial, lo que causa que los empleados padezcan dolores o patologías por las malas posiciones, exceso de sobre carga y la falta de ergonomía en los locales y mobiliarios; estos muchos factores alteran el normal equilibrio en la movilidad del ser humano.

Primeramente, se realizó una encuesta para poder llegar mejor a los funcionarios y saber el nivel de conocimiento sobre la ergonomía, los años que vienen dedicándose a dicha labor, la edad, las actividades posteriores al trabajo y la presencia de dolores corporales. Luego se realizó las mediciones de los respectivos locales comerciales, sillas, etc. Donde se constata que no todos cumplen con las disposiciones para que el empleado pueda ejecutar normalmente sus funciones y sin percibir dolor alguno.

Los objetivos alcanzados con dicho análisis hacen hincapié en la importancia de la calidad de vida y/o de manejo durante las horas laborales teniendo en cuenta las posturas adoptadas por los trabajadores. Siguiendo el análisis, se aplica recomendaciones para el cuidado postural y ergonómico en el lugar de trabajo a través de trípticos donde los funcionarios puedan tener sus minutos para el estiramiento, movilizaciones y sepan a través de ello la importancia de prevenir los dolores corporales.