CURSO · PREVENCIÓN DE RIESGOS

Prevención de Trastornos Musculoesqueléticos (Protocolo TMERT)

MODALIDAD	DURACIÓN	DISTRIBUCIÓN REFERENCIAL
Presencial, online en vivo o e-learning	**8 horas cronológicas**	**75 % teoría · 25 % práctica**

DESCRIPCIÓN

Conoce el protocolo TMERT: identifica factores de riesgo musculoesqueléticos, evalúa tareas, propone medidas de control y reduce lesiones en la empresa.

OBJETIVO GENERAL

Al finalizar el curso, los participantes serán capaces de reconocer los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral, identificar los factores de riesgo de repetitividad, postura, fuerza y manejo de cargas, comprender la lógica de identificación y evaluación del protocolo TMERT del Ministerio de Salud, proponer medidas de control en puestos y tareas, y organizar la información a los trabajadores y el seguimiento de casos.

DIRIGIDO A

Prevencionistas de riesgos, ergónomos, supervisores, jefaturas de producción, integrantes de Comités Paritarios y encargados de RR.HH. de empresas con tareas repetitivas o de carga.

APRENDIZAJES ESPERADOS

- Reconocer los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral y sus causas
- Identificar factores de riesgo: repetitividad, postura, fuerza y manejo de cargas
- Comprender la lógica de la identificación y evaluación del riesgo del protocolo TMERT
- Proponer medidas de control y mejoras en puestos y tareas
- Organizar la información a los trabajadores y el seguimiento de casos

CONTENIDOS

Módulo 1: Trastornos musculoesqueléticos: tipos y consecuencias

- Concepto de trastorno musculoesquelético relacionado con el trabajo
- Estructuras afectadas: músculos, tendones, nervios y articulaciones
- Trastornos frecuentes de hombro, codo, muñeca y mano
- Consecuencias para el trabajador, la empresa y el sistema de la Ley 16.744
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 2: Marco general del protocolo TMERT del Ministerio de Salud

- Origen y propósito del protocolo TMERT de extremidades superiores
- Relación con la Ley 16.744, el DS 44 y la gestión preventiva
- Roles del empleador, del organismo administrador y de los trabajadores

- Etapas generales: identificación, evaluación, control y vigilancia
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 3: Factores de riesgo: repetitividad, posturas, fuerza y cargas

- Repetitividad y ciclos de trabajo
- Posturas forzadas y movimientos extremos de las extremidades superiores
- Aplicación de fuerza y agarres
- Manejo manual de cargas y límites del Código del Trabajo
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 4: Identificación de tareas y puestos con riesgo

- Inventario de puestos y descripción de tareas
- Observación directa, entrevistas y registro en video
- Preguntas de identificación inicial de factores de riesgo
- Priorización de puestos para la evaluación
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 5: Evaluación del riesgo: conceptos y listas de verificación

- Lógica de la lista de chequeo del protocolo
- Niveles de riesgo y criterio de semáforo
- Tiempos de recuperación y factores adicionales
- Métodos complementarios de evaluación ergonómica
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 6: Medidas de control: diseño del puesto, pausas y rotación

- Jerarquía de controles en ergonomía
- Rediseño de puestos, herramientas y alturas de trabajo
- Pausas, ritmos y organización del trabajo
- Rotación de tareas y plan de medidas
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 7: Información y capacitación a los trabajadores

- Deber de informar los riesgos laborales
- Contenidos de la información sobre TMERT
- Metodologías de capacitación para trabajo operativo
- Participación del Comité Paritario y registro de actividades
- Actividades interactivas de aplicación

Módulo 8: Vigilancia, seguimiento y mejora continua

- Vigilancia ambiental y de la salud de los trabajadores
- Detección temprana, reporte de síntomas y denuncia
- Seguimiento de casos y reintegro laboral
- Indicadores, reevaluación y ciclo de mejora continua
- Actividades interactivas de aplicación

METODOLOGÍA

Clases con exposición de contenidos, ejemplos aplicados y ejercicios prácticos sobre puestos reales de empresas chilenas con tareas repetitivas o de carga, planillas Excel de identificación, evaluación y seguimiento, y actividades interactivas. Los casos se adaptan al rubro y a la realidad de la empresa cliente.

EVALUACIÓN

Evaluación de los aprendizajes mediante actividades prácticas y/o prueba final. Quienes aprueban reciben un certificado de participación emitido por Saberes OTEC SpA, verificable en saberesotec.cl.

> **Contenido propuesto y adaptable.** Este programa es una propuesta referencial: los contenidos, la duración y la modalidad están sujetos a cambios según los requerimientos del cliente y se adaptan al giro y tipo de negocio de cada empresa. El curso puede dictarse en forma presencial, online en vivo o e-learning.