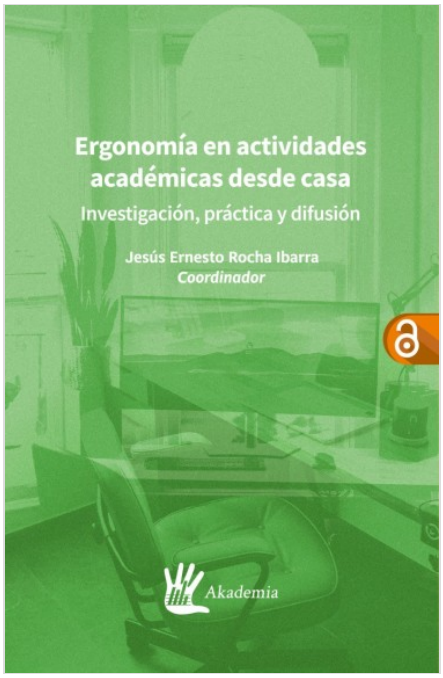
UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO

Ergonomía en actividades académicas desde casa

Investigación, práctica y difusión

Autor

Jesús Ernesto Rocha Ibarra



Sinopsis

La ergonomía es la ciencia que estudia la relación entre las personas y su entorno de trabajo con el propósito de optimizar la eficiencia y seguridad, además de prevenir daños y problemas de salud derivados de posturas inadecuadas. Este libro es resultado de un esfuerzo realizado en 2020 en el contexto de la pandemia de COVID-19, cuando las actividades académicas migraron a los hogares. Se impartió un taller dirigido a estudiantes para proporcionar recomendaciones ergonómicas que adecuen sus estaciones de trabajo en casa. La estructura del libro contiene cuatro capítulos, que abordan el diseño y validación de un instrumento para conocer las condiciones y medio ambiente de trabajo académico, intervenciones ergonómicas realizadas, elementos visuales de estas intervenciones y resultados obtenidos. También se incluye información metodológica para la aplicación de encuestas digitales, talleres educativos con material gráfico y audiovisual, así como el análisis de los productos generados por los estudiantes, ilustrando la aplicación práctica de las recomendaciones ergonómicas.

E-Book

Año de publicación: 2026

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Número de páginas del contenido principal: 108 Páginas

ISBN13: 9786075802596

JR

Sobre el autor

Jesús Ernesto Rocha Ibarra

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen



Palabras clave

Ergonomía; Actividades académicas; Trabajo desde casa; Estaciones de trabajo; Salud ocupacional; Posturas; Intervenciones ergonómicas

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen