

DOCUMENTOS Y MATERIALES ELABORADOS POR LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS

Junta de Andalucía

- Guía breve para la prevención de los trastornos musculoesqueléticos en el trabajo
http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/1_2191_guia_tme.pdf
- Aproximación a las causas ergonómicas de los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral
http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/1_2048_causas_ergonomicas_trastornos_musculoesqueleticos.pdf
- Prevención del dolor de espalda
http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/1_1466_Libro_sobre_la_prevenccion_del_dolor_de_espalda.pdf
- Documento Técnico: Trabajos en ambientes calurosos
http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/1_1706_Trabajos_ambientes_calurosos.pdf

Gobierno de Aragón (ISSLA)

- Factores ergonómico ambientales del trabajo en interiores
<http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Organismos/InstitutoAragonesSeguridadSaludLaboral/Multimedia/AMBIENTE1.JPG>
- Manipulación manual de cargas – prevención de lesiones dorsolumbares.
<http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Organismos/InstitutoAragonesSeguridadSaludLaboral/Multimedia/CARGAS1.JPG>
- La prevención del dolor de espalda
http://www.aragon.es/estaticos/ImportFiles/14/docs/Prevencion%20Riesgos%20Laborales/Publicaciones%20ISSLA/Otras%20publicaciones/PREVENCION_DOLOR_ESPALDA.pdf
- Medidas de prevención para evitar los accidentes por sobreesfuerzo
http://www.aragon.es/estaticos/ImportFiles/14/docs/Prevencion%20Riesgos%20Laborales/Publicaciones%20ISSLA/Otras%20publicaciones/MEDIDAS_PREVEN SOBRESFUERZOS.pdf
- Programa sobreesfuerzos: presentación de resultados
<http://www.aragon.es/estaticos/ImportFiles/14/docs/Prevencion%20Riesgos%20Laborales/Publicaciones%20ISSLA/Otras%20publicaciones/PROGRAMA SOBRESFUERZO S.pdf>

Gobierno del Principado de Asturias (IAPRL)

- Prevención de Riesgos Laborales. Ergonomía (Vídeo)
<http://iaprl.asturias.es/es/instituto/formacion/publicaciones/listado3/publicacion3.html>
- Los trastornos musculoesqueléticos-manipulación de cargas (*desplegable*)
http://www.iaprl.org/images/contenidos/biblioteca-publicaciones-y-campanas/publicaciones/desplegables/trastornos_musculoesqueleticos_en_la_manipulacion_de_cargas.pdf
- Los trastornos musculoesqueléticos-extremidades superiores (*desplegable*)
http://www.iaprl.org/images/contenidos/biblioteca-publicaciones-y-campanas/publicaciones/desplegables/trastornos_musculoesqueleticos_de_extremidades_superiores.pdf

Govern de les Illes Balears

- Guía de salud laboral para profesionales de atención sociosanitaria. Riesgos ergonómicos y psicosociales (versión en castellano)
<http://www.caib.es/govern/archivo.do?id=798217>
- Manipulació de càrregues
<http://www.caib.es/sacmicrofront/archivopub.do?ctrl=MCRST323ZI122272&id=122272>
- Pantalla de visualització de dades
<http://www.caib.es/sacmicrofront/archivopub.do?ctrl=MCRST323ZI122273&id=122273>
- Manipulació manual de càrregues
<http://www.caib.es/sacmicrofront/archivopub.do?ctrl=MCRST323ZI122268&id=122268>
- Pantalla de visualització de dades
<http://www.caib.es/sacmicrofront/archivopub.do?ctrl=MCRST323ZI122270&id=122270>

Gobierno de Canarias (ICASEL)

- Trastornos musculoesqueléticos
<http://www.gobiernodecanarias.org/cicnt/icasel/documentos/FOLLETO%20TRASTORNOS%20MUSCULOESQUELETICOS.pdf>
- Escala subjetiva de Carga Mental de Trabajo
http://www.gobiernodecanarias.org/cicnt/icasel/documentos/manualcarga_mental.pdf



Gobierno de Cantabria (ICASST)

- Trastornos musculoesqueléticos 2012 (Programa)
http://icasst.es/programas/ampliar.php?Id_contenido=3492

Junta de Comunidades de Castilla la Mancha

- Prevención de los trastornos del músculo-esqueléticos en el trabajo
http://www.castillalamancha.es/sites/default/files/documentos/pdf/20120817/prevenccion_trastornos_musculoesqueleticos.pdf

Junta de Castilla y León

- Prevención de trastornos musculoesqueléticos derivados del trabajo
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1284243168460/Redaccion
- Manual de transtornos musculoesqueléticos
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1267709715648/Redaccion
- Edificios saludables para trabajadores sanos: calidad de ambientes interiores (1ª parte)
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1267295819268/Redaccion
- Edificios saludables para trabajadores sanos: calidad de ambientes interiores (2ª parte)
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1267295837682/Redaccion
- Stop a los sobreesfuerzos en el trabajo
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1267295847182/Redaccion
- Ergonomía y salud (1ª parte)
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1267295844740/Redaccion
- Ergonomía y salud (2ª parte)
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1267295846382/Redaccion
- Precauciones en el trabajo frente al calor durante el verano
http://www.trabajoprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861813995/_/1266563510710/Redaccion
- Manual de formación en prevención de riesgos laborales. Pantallas de Visualización Datos
http://www.jcyl.es/web/jcyl/AdministracionPublica/es/Plantilla100Detalle/1248367026092/_/1218522157180/Redaccion



- Higiene postural y prevención de riesgos en movilización de personas dependientes
<http://www.trabajoyprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100DetalleFeed/1253860466245/Publicacion/1284243146112/Redaccion>
- Las causas evitables de los sobreesfuerzos
http://www.trabajoyprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1284173133969/_/1284175181224/Redaccion
- Guía de integración laboral de las personas con discapacidad en el puesto de caja
http://www.trabajoyprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861814324/_/1284248211861/Redaccion
- Alteraciones musculoesqueléticas en el sector transporte
http://www.trabajoyprevencion.jcyl.es/web/jcyl/TrabajoYPrevencion/es/Plantilla100Detalle/1262861814324/_/1284243154395/Redaccion

Generalitat de Catalunya

- El trabajo y el calor: más prevención en verano (Versión en castellano)
http://www20.gencat.cat/docs/empresaocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/Treball_calor_CAST.pdf
- El trabajo en ambientes calurosos (Versión en castellano)
<http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/Ambientes%20calurosos.pdf>
- Trastorns musculoesquelètics d'origen laboral (Càpsula audiovisual. Versión en línea y descargable)
<http://www20.gencat.cat/portal/site/empresaocupacio/menuitem.32aac87fcae8e050a6740d63b0c0e1a0/?vgnnextoid=dcd89c1f1db1c210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=dcd89c1f1db1c210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>
- Trastorns musculoesquelètics d'origen laboral (Quadern de prevenció - 7 idiomes)
http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/doc_65626618_1.pdf
- Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral (versión en castellano)
http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/doc_15522120_2.pdf
- Estudi dels riscos particulars de moviments repetitius, síndrome del canal carpià, d'origen laboral
http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/Canal_carpia.pdf



- Seguretat i salut en la manipulació manual de càrregues
http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/doc_10780102_1.pdf
- Manipulació manual de càrregues. (*Full monogràfic 23. 2013*)
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/FM_Manipulacio_manual_carregues.pdf
- La ergonomía en las lavanderías (Versión en castellano)
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/QP_Ergonomia_bugaderies_CAST.pdf
- Tu que cuides, cuida't (material audiovisual. Versió en línia i descarregable)
<http://www20.gencat.cat/portal/site/empresaiocupacio/menuitem.32aac87fcae8e050a6740d63b0c0e1a0/?vgnextoid=c92c43389b87c210VgnVCM2000009b0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=c92c43389b87c210VgnVCM2000009b0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>
- Prevención de los riesgos derivados de la utilización de ordenadores portátiles (Versión en castellano)
<http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/portatils%20versio%20en%20castella.pdf>
- Prevenció de riscos en l'ús d'ordinadors portàtils i de sobretaula (Versión en línea y descargable)
Versió flash:
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/us_ordinadors.swf
Versión flash descargable:
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/us_ordinadors.zip
- Pantalles de visualització
http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/doc_12998237_1.pdf
- El uso profesional de la voz (Versión en castellano)
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxiu/US_PROFESIONAL_VEU_CAST.pdf



- Lipoatròfia semicircular relacionada amb el treball
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/FM_Lipoatrofia.pdf
- Lipoatrofia semicircular (Versión en castellano)
<http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/lipoatrofiaCAST.pdf>
- Lipoatrofia semicircular: Protocolo de actuación 2009 (Versión en castellano)
<http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/PROTOCOLO%20LS%202009.pdf>
- El treball a torns i el treball nocturn (Full monogràfic)
<http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/Treball%20a%20torns%20i%20treball%20nocturn.pdf>
- El trabajo a turnos y el trabajo nocturno (Versión en castellano)
http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/06%20-%20Seguretat%20i%20salut%20laboral/Arxius/Trabajo%20a%20turnos%20CAST_P_R.pdf
- 10 porqués para la mejora de la organización del tiempo de trabajo (Versión en castellano)
http://www20.gencat.cat/docs/treball/03%20-%20Centre%20de%20documentacio/Documents/01%20-%20Publicacions/03%20-%20Igualtat%20d%20oportunitats/Arxius/10XQ_TiempoTrabajo_cast.pdf
- Organització del treball (Càpsula audiovisual. Versión en línea y descargable)
<http://www20.gencat.cat/portal/site/empresaiocupacio/menuitem.32aac87fcae8e050a6740d63b0c0e1a0/?vgnextoid=704aa0e3d5bc9210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=704aa0e3d5bc9210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>

Comunitat Valenciana

- Manual práctico para la evaluación del riesgo ergonómico en actividades laborales diversas - INVASSAT-ERGO
http://www.invassat.gva.es/docs/Ergo_2007/html/index.html
- Manual práctico para la evaluación del riesgo ergonómico y psicosocial hospitalario - INVASSAT ERGO-HOSPITAL 2008
http://www.invassat.gva.es/index.php?option=com_remository&Itemid=335&func=download&id=1250&chk=fa693da3217a8bd66ab1725961624521&no_html=1
- El síndrome del túnel carpiano
<http://goo.gl/DVtaym>



Gobierno de Extremadura

- Cuando manipulas cargas manualmente
<http://ssprl.gobex.es/ssprl/web/quest/recomendaciones-practicas-de-seguridad-y-salud-laboral#cargas>
- Pantallas de visualización
http://ssprl.gobex.es/ssprl/c/document_library/get_file?uuid=f42b3c80-8de9-4533-9316-5f528d13c10e&groupId=10156
- Posturas forzadas
http://ssprl.gobex.es/ssprl/c/document_library/get_file?uuid=bcd2b002-0cb5-4d3f-889d-c9c9e74bb0e2&groupId=10156
- Manipulación Manual de Cargas
http://ssprl.gobex.es/ssprl/c/document_library/get_file?uuid=44b421d2-b621-415f-a72e-f92a12dc48bf&groupId=10156
- Movilización de Personas
http://ssprl.gobex.es/ssprl/c/document_library/get_file?uuid=44b421d2-b621-415f-a72e-f92a12dc48bf&groupId=10156
- Movimientos Repetitivos
http://ssprl.gobex.es/ssprl/c/document_library/get_file?uuid=aed53cc3-c851-43f9-acc1-87426b8971d9&groupId=10156
- Trabajo a Turnos y Nocturnos
http://ssprl.gobex.es/ssprl/c/document_library/get_file?uuid=10bb9aa7-e26d-443e-a82f-dc1345931dc6&groupId=10156

Xunta de Galicia (ISSGA)

- Prevención de riesgos ergonómicos. Actividade da distribución de alimentación (2014)
http://issga.xunta.es/export/sites/default/recursos/descargas/documentacion/publicacions/Guxa_txcnica_Issga_Riscos_ergonxmicos_na_distribucixn_de_alimentacixn.pdf
- Análisis de los accidentes laborales por sobreesfuerzo. 2010
http://issga.xunta.es/export/sites/default/recursos/descargas/documentacion/publicacions/Anxlise_dos_accidentes_laborais_por_sobreesforzo.2010.pdf
- Prevención de trastornos músculo-esqueléticos no marisqueo – O Prezo da Marea – DVD
http://www.issga.es/html/public/servizos_publicacions_detalle.php?publicacion=18&li_star=propias&subopcion=audiovisuais
- Movilización de pacientes: evaluación del riesgo. Método MAPO (Hoja de prevención nº 31)
http://issga.xunta.es/portal/contido/documentacion/publicacions/follas-de-prevencion/doc_0003.html
- Electricidade estática en oficinas. Lipoatrofia semicircular (Hoja de prevención nº 14)
http://issga.xunta.es/portal/contido/documentacion/publicacions/follas-de-prevencion/doc_0037.html



- Análisis ergonómico de las actividades realizadas en el marisqueo a pie (Informe)
http://issga.xunta.es/portal/contido/documentacion/publicacions/area-tecnica/doc_0053.html
- Prevención de trastornos músculo-esqueléticos en el marisqueo – El Precio de la Marea – DVD
http://issga.xunta.es/portal/contido/documentacion/publicacions/audiovisuais/doc_0016.html

Gobierno de La Rioja (IRSL)

- Los trastornos músculo esqueléticos (TME) relacionados con el trabajo. Su prevención
http://ias1.larioja.org/apps/catapu/documentos/2010_los_trastornos_musculos.pdf
- Análisis de los accidentes por trastornos musculoesqueléticos 2010
http://www.larioja.org/upload/documents/555564_TME_2010.pdf?idtab=488963
- Guía para la prevención de los trastornos músculo-esqueléticos. En el sector cárnico de la comunidad autónoma de La Rioja
http://www.mc-prevencion.com/docs/Guia_Ergonomia_Sector_Carnico_La_Rioja.pdf
- Riesgo estrés térmico por calor. Cumpliendo ganamos todos
http://ias1.larioja.org/apps/catapu/documentos/2010_Riesgos_stres.pdf

Comunidad Autónoma de Madrid (IRSST)

- Estudio sobre las condiciones ergonómicas del puesto de camareros de piso en hostelería
<http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DGERMAN0001.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1310806860448&ssbinary=true>
- Conduce de forma confortable y segura
<http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DConduceFormaSeguraAlta.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1310831802929&ssbinary=true>
- Estudio sobre las condiciones ergonómicas del puesto de teleoperador
http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DESTUDIO_CONDICIONES_ERGONOMICA_S_PUESTO_TELEOPERADOR.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1310806944918&ssbinary=true
- Métodos para la evaluación de riesgos ergonómicos (Folletos)
http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_Publicaciones_FA&cid=1142644549626&idConsejeria=1142697631805&idListConsj=1109265444710&idOrganismo=1109266228581&language=es&pagename=ComunidadMadrid%2FEstructura&pid=1109265444699&sm=1109266101003

- Prevención de Trastornos Músculo-esqueléticos en carga y descarga de equipajes en aeropuertos (Folleto)
<http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DAEROPUERTO.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1196184645476&ssbinary=true>
- Trastornos músculo-esqueléticos en camareras de piso en hostelería (Folleto)
- <http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3DCAMARERAS.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1196178732488&ssbinary=true>
- Trabajo y embarazo: riesgos ergonómicos (Folleto)
<http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-Disposition&blobheadervalue1=filename%3Dcuadrip-web.pdf&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1352808311504&ssbinary=true>

Gobierno Vasco (Osalan)

- Enfermedades profesionales osteomusculares y factores ergonómicos: estudio transversal
http://www.osalan.euskadi.net/s94-osa0017/es/contenidos/libro/ergonomia_200330/es_200330/adjuntos/ergonomia_200330.pdf

Fecha consulta: 1 julio 2014