



AMBIENTES DE TRABAJO ERGONÓMICOS

La **Ergonomía Ambiental** es una rama de la Ergonomía que estudia cómo el entorno físico y social afecta la comodidad, la salud y el rendimiento de las personas en su trabajo y actividades diarias. Su **objetivo es diseñar espacios de trabajo más seguros, cómodos y eficientes**, desde diversos aspectos: salud y bienestar, productividad, satisfacción laboral y adaptabilidad a las circunstancias personales.

Tipos de Ergonomía Ambiental:

- **Ergonomía visual:** Se centra en la iluminación y los colores.
- **Ergonomía térmica:** Se enfoca en la temperatura y la humedad.
- **Ergonomía acústica:** Se centra en reducir el ruido.
- **Ergonomía de la postura:** Se enfoca en la postura y el movimiento de los y las trabajadoras.

Beneficios de la Ergonomía Ambiental:

- Prevenir lesiones, fatiga y estrés.
- Prevenir trastornos musculoesqueléticos.
- Reducir costes.
- Mejorar la productividad y la eficiencia.
- Cumplir con normativas de seguridad y salud laboral.
- Mejorar la imagen de la empresa.

