

# Curso - Taller Ergonomía

## Principios e Identificación de Riesgos Ergonómicos Oficinas y Estaciones de Trabajo (16 Horas)

### Destino Principal:

Este Curso – Taller está dirigido a directores, gerentes, jefes de área y departamento, supervisores, personal de soporte, técnicos especializados, líderes de proyecto, consultores, ingenieros, personal de calidad y procesos, Sistemas de Gestión, Seguridad e Higiene, Salud Ocupacional, diseñadores, profesionales y en general a todas aquellas personas de las áreas operativas y/o administrativas que requieran conocer los fundamentos de la ergonomía para el mejor desempeño del trabajo en la industria, el piso de producción, logística, almacenes u oficinas, con el fin de mejorar el desempeño y apoyar los esfuerzos de salud y prevención de lesiones, enfermedades y accidentes laborales. Todo basado en Análisis de Riesgos y Mejores Prácticas (Normatividad Nacional e Internacional relacionada con la Seguridad y la Ergonomía).



### Alcance y Objetivos:

Al concluir el Curso – Taller los participantes identificarán los factores ergonómicos que afectan la productividad y el desempeño del empleado en la industria, el piso de producción, logística, almacenes u oficinas, con el consecuente impacto en la salud del empleado y los factores de riesgo en enfermedades laborales, el manejo adecuado del estrés y la prevención de accidentes en el trabajo. Los participantes serán capaces de identificar áreas de oportunidades materia de ergonomía y condiciones de trabajo, así como de gestionar las correspondientes iniciativas de mejora y de prevención de acciones y/o gestión de riesgos.

### Desarrollo y Secuencia:

Se revisan los principios y elementos fundamentales del trabajo en la industria, el piso de producción, logística, almacenes u oficinas, el concepto de ergonomía y las ventajas y beneficios al aplicar mejores prácticas, seguridad industrial y condiciones de trabajo óptimas. Durante el Curso – Taller se realiza un análisis preliminar de la situación actual en las organizaciones participantes con respecto a las condiciones actuales y el enfoque ergonómico para los trabajos, con el fin de identificar oportunidades y determinar proyectos de mejora.

### Competencias Adquiridas al Concluir el Curso-Taller:

Al concluir el Curso – Taller los participantes serán capaces de utilizar y aplicar en sus organizaciones diversos conceptos, técnicas y herramientas, entre las que destacan las siguientes:

- Principios y Elementos Ergonómicos
- Gestión de Riesgos y Estaciones de Trabajo
- Capacidades Físicas Personales
- Accidentes de trabajo y salud ocupacional
- Seguridad industrial y salud ocupacional
- Ergonomía aplicada en D&D y Movimientos Repetitivos
- Fisiología, antropometría y biomecánica
- Elementos ergonómicos y riesgos ergonómicos
- Tipos de ergonomía y factores de riesgo
- Manipulación manual de cargas
- NOM-036-1-STPS-2018 – Factores de Riesgo Ergonómico
- Aplicación de la Ecuación NIOSH (Análisis / Método)
- Estrés térmico (Método Fanger)
- Fundamentos del Estudio del Trabajo
- Ambiente y Condiciones de Trabajo
- Ergonomía Industrial y en Piso de Producción
- Ergonomía en Oficinas de Trabajo
- Postura, tensión, fuerzas, agarre y rutinas
- Manejo de materiales, logística y almacenes
- Método JSI (Índice de Esfuerzo)
- Análisis Sue Rodgers (Análisis Ergonómico)
- Legislación mexicana en materia de ergonomía
- Carga postural y factores de riesgo ergonómico
- Métodos de evaluación ergonómica: RULA, REBA, NIOSH, OCRA, MAC, OWAS y SNOOK.
- ISO 11288-1:2003 e ISO 11288-2:2007

## Contenido Temático y Anexos:

### Día 1.

#### I. Presentación, Objetivos, Alcance, Introducción y Fundamentos.

Presentación, objetivos, alcance, agenda, introducción, fundamentos, conceptos básicos e Identificación de oportunidades de mejora.

#### II. Ergonomía, Ambiente y Condiciones de Trabajo.

¿Qué es la Ergonomía?, tipos de ergonomía, principios y elementos fundamentales, capacidades personales, alcances y beneficios, la ergonomía en la industria, seguridad industrial, enfermedades profesionales y accidentes de trabajo, fisiología, antropometría y biomecánica, el estudio del trabajo y los movimientos, el trabajador y su ambiente de trabajo, condiciones de trabajo, la postura y la tensión, fuerza estática y dinámica, agarre, repetición y rutina, iluminación, temperatura, humedad, equipo y herramientas, espacio, calidad del aire, vibraciones, ruido, deslumbramiento, estrés térmico (Método Fanger), manejo del estrés laboral y alimentación. Normatividad de la STPS (Secretaría del Trabajo y Previsión Social).

#### III. Estaciones de Trabajo.

Estaciones de trabajo, tipo de líneas de producción, áreas de carga y descarga, agotamiento físico, descanso y recuperación, hidratación, ventilación y equipo de seguridad y protección, manejo y transporte de materiales, almacenes, transportistas y distribución de planta. Revisión de la NOM-036-1-STPS-2018 – Identificación, análisis, prevención y control de factores de riesgo ergonómico en el trabajo. Parte 1: Manejo manual de cargas.

#### IV. La Ergonomía en Oficinas de Trabajo

Condiciones y estaciones de trabajo en oficinas, mobiliario y equipo, centros de atención, el trabajo de pie, sedentarios y bajo presión psicológica y tensión muscular, control del trabajo relacionado con alteraciones de trauma acumulativo y manejo del estrés laboral en oficinas, y proyección del video “Ergonomía en la Oficina”.

### Día 2.

#### V. Evaluación de Carga Postural, Manejo Manual de Cargas y Repetición de Movimientos.

Riesgos ergonómicos, herramientas para el análisis ergonómico, evaluación de carga postural, manejo manual de cargas y repetición de movimientos, métodos de evaluación ergonómica, RULA (Rapid Upper Limb Assessment), REBA (Rapid Entire Body Assessment), Ecuación de NIOSH (Levantamiento de Cargas), OCRA (Occupational Repetitive Action), MAC (Manual Handling Assessment Charts), Método JSI (Índice de Esfuerzo), OWAS (Ovako Working Posture Analysing System), Tablas SNOOK y Ciriello (Determinación de las Capacidades de Manipulación Manual de Cargas), tipo de riesgos, técnicas para la evaluación de riesgos, cuantificación, guía para la evaluación de riesgos ambientales, prevención y control de riesgos ergonómicos, trauma por contacto, velocidad y aceleración, cambios de temperatura y controles de ingeniería. Aplicación de la Fórmula / Método NIOSH y Análisis Sue Rodgers (Análisis Ergonómico).

#### VI. Principios e Identificación de Riesgos Ergonómicos.

Gestión de Riesgos, guía para la evaluación de riesgos ergonómicos, trauma por contacto, velocidad y aceleración, cambios de temperatura y controles de ingeniería, Ergonomics - Manual Handling (ISO 11288-1:2003 e ISO 11288-2:2007) y revisión general de normas UNE sobre Ergonomía Vigentes (UNE 81425:1991 EX, UNE-EN 29241-1:1994 y UNE-EN ISO 6385:2004, entre otras).

#### VII. Evaluación, Conclusiones, Sigüientes Pasos y Cierre de Curso – Taller.

Evaluación, Conclusiones, Sigüientes Pasos y Cierre de Curso – Taller.

#### Anexos:

- Material de referencia y enlaces.
- Normatividad, ejercicios y prácticas.

## Duración y Propuesta de Formación:

**16 horas.**

**20% Teoría, 80% Prácticas**

Ejercicios, Dinámicas, Fotografías y Videos Temáticos, Casos de Éxito y Auto-diagnósticos.

**Esquemas Factibles:**

1. 2 días. Sesiones de 8 horas cada día
2. 4 días. Sesiones de 4 horas cada día



## Material de Apoyo y Facilidades:

**En lo general el Curso – Taller incluye lo siguiente:**

- **Carpeta Profesional / Engargolado.** Personalizado con el Contenido del Curso – Taller (Modalidad Presencial).
- **Carpeta en Dropbox.** Con el Contenido del Curso – Taller, Herramientas, Casos, Normatividad y Anexos (Modalidad Remota / Streaming).
- **Constancia de Participación.** Al Curso – Taller por Participante.
- **STPS.** Registro del Curso – Taller en el Sistema de Registro de la Capacitación Empresarial / Agentes Capacitadores Externos.
- **Constancia de Competencias o de Habilidades Laborales DC-3.** Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS).
- **Reconocimientos.** Tazas Conmemorativas para Equipos Ganadores en Prácticas y Ejercicios (Modalidad Presencial).
- **Material.** Para Prácticas, Ejercicios, Normatividad, Formatos, Guías, Casos, Etc.
- **Memoria de Curso – Taller.** Resumen Ejecutivo del Curso – Taller y Prácticas Realizadas.
- **Set de Horas de Asesoría y Acompañamiento.** En Fechas Posteriores, esto Sin Costo Adicional.
- **Revisión de Casos Específicos y Aplicativos de la Organización.** Durante el Curso – Taller.
- **Precios y Facilidades Especiales.** Para Grupos Cerrados y Cortesías para Participantes Adicionales a los Registrados.
- **Fechas y Horarios.** Convenientes para su Personal, Pues Estos los Establece su Organización.
- *Si Aplica: Normatividad PDF.* Ejemplo: ISO 11288-1:2003, ISO 11228-2:2007, UNE 81425:1991, NOM-036-1-STPS-2018, Etc.
- *Si Aplica: Evaluaciones para Auditores en Formación.* Exámenes y Registros en Base de Datos (ISO 19011:2018).
- *Si Aplica: Registro en Base de Datos de Auditores GenSol® / QL Consulting / AVS / O.C. CNAC.* Certificado (Calificación Mínima 8.0).
- *Si Aplica: Soporte y Respaldo.* Para la Emisión de Certificados (Ej. Auditores, Six Sigma o Lean) por parte del CENAC – O.C. Acreditado por EMA.
- *Si Aplica: Recorridos y Diagnósticos Aplicativos.* Para Identificar Áreas de Oportunidad y Brechas Existentes.
- *Si Aplica: Instalaciones y Facilidades.* Alimentos, Coffee Break Continuo, Video-Proyector, Pizarrón Blanco, Estacionamiento e Internet.

### Esquemas Disponibles:

- **Esquema Cerrado y/o In Company:** Exclusivo para su personal, en sus instalaciones o en GenSol® (Modalidad Presencial o Remota/ Streaming).
- **Esquema Abierto y para todo Público:** En las Instalaciones de GenSol, con base en Calendario 2022 (Modalidad Presencial o Remota/ Streaming).
- **Protocolos de Seguridad y Prevención en Centros de Trabajo:** En Modalidad Presencial (Sana Distancia, Cubre bocas, Gel Alcohol, etc.).

## Inversión y Atención a Grupos:

El presente Curso – Taller puede llevarse a cabo de manera individual, sin embargo, **GenSol®** establece precios especiales para organizaciones y grupos de trabajo, con la finalidad de que puedan participar en diversos Cursos – Talleres en exclusiva.

## Plantilla de Consultores e Instructores:

Nuestra **Plantilla de Profesionales** está conformada principalmente por Ingenieros, Psicólogos, Químicos, Biólogos, Abogados, Informáticos, Mercadólogos, Diseñadores, Actuarios y Administradores con amplia experiencia en Proyectos de Consultoría, Capacitación y Auditoría en materia de Calidad, Procesos, BPF, Sistemas de Gestión, Mejora Continua y Gestión de Riesgos.

## Menú de Servicios:

Servicios y Esquemas de Consultoría, Asesoría, Auditoría, Capacitación Especializada y Acompañamiento.

*Desarrollo de Proyectos, Estudios, Diagnósticos, Sistemas de Gestión, Auditorías, Soporte para la Certificación, Gestión de Riesgos e Iniciativas de Mejora.*

### • Sistemas de Gestión:

- ISO 9001:2015 (Sistemas de Gestión de la Calidad)
- ISO 13485:2016 (SGC – Dispositivos Médicos)
- ISO 14001:2015 (Sistemas de Gestión Ambiental)
- ISO 18788:2015 (Gestión para Op. de Seguridad Privada)
- ISO 20121:2012 (Gestión de la Sostenibilidad de Eventos)
- ISO 20252:2019 (Inv. Social, de Opinión y de Mercado)
- ISO 21001:2018 (Sist. de Gestión para Org. Educativas)
- ISO 22000:2018 (Sistema Gestión Inocuidad Alimentaria)
- ISO 22301:2019 (Gestión de la Continuidad del Negocio)
- ISO 28000:2022 (Gestión Cadena de Suministros)
- ISO 29001:2020 (Petróleo, Petroquímica y Gas Natural)

### • Normatividad y Estándares de Soporte:

- ISO 9004:2018 (Gestión de la Calidad – Éxito Sostenido)
- ISO/TS 9002:2016 (Directrices Aplicación de ISO 9001:2015)
- ISO 10001:2018 (Directrices para Códigos de Conducta)
- ISO 10002:2018 (Atención y Tratamiento de Quejas)
- ISO 10003:2018 (Resolución de Conflictos Externos)
- ISO 10004:2018 (Medición de la Satisfacción del Cliente)
- ISO 10005:2018 (Directrices para Planes de Calidad)
- ISO 10006:2017 (Gestión de la Calidad en Proyectos)
- ISO 10007:2017 (Gestión de la Configuración)
- ISO 10012:2003 (Gestión de los Procesos de Medición)
- ISO 10013:2021 (Desarrollo de Información Documentada)

- ISO 30401:2018 (Sistemas de Gestión del Conocimiento)
  - ISO 37001:2016 (Sistemas de Gestión Anti Sobornos)
  - ISO 37301:2021 (Sistemas de Gestión del Cumplimiento)
  - ISO 39001:2012 (Sist. de Gestión de la Seg. Vial – RTS)
  - ISO 44001:2017 (Gestión de Relaciones Comerciales)
  - ISO 45001:2018 (Seguridad y Salud en el Trabajo)
  - ISO 46001:2019 (Gestión de la Eficiencia del Agua)
  - ISO 50001:2018 (Sistemas de Gestión de la Energía)
  - ISO 55001:2014 (Sistemas de Gestión de Activos)
  - ISO 56002:2019 (Sistemas de Gestión de la Innovación)
  - IATF 16949:2016 (SGC en Automoción – Sec. Automotriz)
  - ISO/IEC 27001:2013 (Sist. de Gestión de la Seg. de la Inf.)
  - ISO/IEC 27701:2019 (Gestión de la Privacidad de la Inf.)
  - ISO/IEC 20000-1:2018 (SGS / TI – Gestión de Servicios de TI)
  - NMX-GT-002-IMNC-2008 (Tecnología – Proyectos Tecnológicos)
  - NMX-GT-003-IMNC-2008 (Sistema de Gestión Tecnológica)
  - Desarrollo, Implantación y Mejora de Sistemas de Gestión
  - Evaluación, Auditoría y Certificación de Sistemas de Gestión
- ISO 10014:2021 (Beneficios Financieros y Económicos)
- ISO 10015:2019 (Directrices – Gestión de Competencias)
- ISO 10018:2020 (Participación de las Personas)
- ISO 10019:2005 (Consultores de Sistemas de Gestión)
- ISO 14004:2016 (Implementación de SGA)
- ISO 14031:2021 (Evaluación del Desempeño de SGA)
- ISO 14031:2021 (Gestión de los Riesgos Psicosociales)
- ISO 15226:1999 (Documentación Técnica del Producto)
- ISO 18091:2019 (ISO 9001:2015 en el Gobierno Local)
- ISO 20400:2017 (Orientación para Compras Sostenibles)
- ISO 23592:2021 (Excelencia en el Servicio)
- ISO 26000:2010 (Guía de Responsabilidad Social)
- ESIMM<sup>®</sup> Ver.3.0 (Investigación de Mercados)
- PAS99:2012 (Sistemas de Gestión Integrados)
- ISO/IEC 17020:2012 (Evaluación de la Conformidad)
- ISO/IEC 17025:2017 (Laboratorios de Ensayo y Calibración)
- ISO/IEC 19770-1:2017 (TI – Gestión de Activos de TI)
- ISO/IEC 27002:2022 (TI – Controles y Ciberseguridad)
- ISO/IEC 27002:2022 (TI – Seguimiento, Análisis y Evaluación)
- ISO/IEC 27009:2020 (TI – Aplicación al Sector ISO/IEC 27001)
- ISO/IEC 27013:2021 (TI – ISO/IEC 27001 e ISO/IEC 20000-1)
- ISO/IEC 38500:2015 (TI – Gobierno de TI)
- ISO/IEC 20000-2:2019 (TI – Aplicación de SGS)
- ISO/IEC TS 20000-5 (TI – Implementación ISO/IEC 20000-1)
- ISO/IEC TS 20000-11 (TI – ISO/IEC 20000-1 e ITIL<sup>®</sup>)
- ISO/IEC TR 20000-7 (TI – Integración 20000-1, 9001 y 27001)
- ISO 22313:2020 (Guía de Implementación de ISO 22301)
- ISO 44002:2019 (Guía de Implementación de ISO 44001)
- ISO 50004:2020 (Guía de Implementación de ISO 50001)
- ISO 55002:2018 (Directrices de Aplicación de ISO 55001)
- ISO/TS 55010:2019 (Funciones Financieras y No Financieras)
- ISO/TS 22318:2021 (Directrices de Aplicación de ISO 22301)
- ISO/TS 54001:2019 (ISO 9001:2015 para Org. Electorales)

• **Normas Oficiales Mexicanas (NOM's):**

- NOM-001-STPS-2008 (Cond. de Seguridad e Higiene)
- NOM-002-STPS-2010 (Prev. y Prot. contra Incendios)
- NOM-004-STPS-1999 (Prev. de Incidentes – Maquinaria)
- NOM-005-STPS-1998 (Sustancias Químicas Peligrosas)
- NOM-006-STPS-2014 (Manejo y Almac. de Materiales)
- NOM-009-STPS-2011 (Trabajos en Altura)
- NOM-010-STPS-2014 (Agentes Quím. Contaminantes)
- NOM-011-STPS-2001 (Seguridad e Higiene – Ruido)
- NOM-015-STPS-2001 (Condiciones Térmicas Elevadas)
- NOM-017-STPS-2008 (Equipo de Prot. Personal / EPP)
- NOM-018-STPS-2000 (Ident. de Sust. Quím. Peligrosas)
- NOM-019-STPS-2011 (Comisiones de Seg. e Higiene)
- NOM-022-STPS-2015 (Riesgos por Electricidad Estática)
- NOM-024-STPS-2001 (Seg. e Higiene – Vibraciones)
- NOM-025-STPS-2008 (Condiciones de Iluminación)
- NOM-026-STPS-2008 (Colores y Señales de Seguridad)
- NOM-027-STPS-2008 (Actividades de Soldadura y Corte)
- NOM-028-STPS-2012 (Procesos y Equipos Críticos)
- NOM-029-STPS-2011 (Mto. de Instalaciones Eléctricas)
- NOM-030-STPS-2009 (Serv. Prev. de Seg. y Salud)
- NOM-031-STPS-2011 (Seg. y Salud – Construcción)
- NOM-033-STPS-2015 (Espacios Confinados)
- NOM-034-STPS-2016 (Trabajadores con Discapacidad)
- NOM-035-STPS-2018 (Factores de Riesgo Psicosocial)
- NOM-036-1-STPS-2018 (Factores de Riesgo Ergonómico)

• **Sector Turismo y Servicios Relacionados:**

- ISO 13009:2015 (Requisitos para la Operación de Playas)
- ISO 13810:2015 (Servicios Turísticos – Turismo Industrial)
- ISO 14785:2014 (Servicios de Información y Recepción)
- ISO 17680:2015 (Turismo y Servicios – Talasoterapia)
- ISO 18065:2015 (Áreas Naturales Protegidas)
- ISO 21101:2014 (Turismo de Aventura – Seguridad)
- ISO 21401:2018 (Alojamiento – Sostenibilidad)
- ISO 22483:2020 (Hoteles – Requisitos del Servicio)
- ISO 22525:2020 (Servicios Turísticos – Turismo Médico)
- ISO/PAS 56643:2021 (Sector Turismo – Políticas Sanitarias)

• **Sector Automotriz y Automoción:**

- IATF 16949:2016 (SGC en Automoción – Sec. Automotriz)
- CQI's - Continuous Quality Improvement (Sector Automotriz)
- Core Tools
- CEP – Control Estadístico de Procesos
- Métodos Cuantitativos en la Mejora de Procesos
- Six Sigma | DMAIC
- Gestión de Riesgos | 8D's | 5S's | Ergonomía
- Lean Manufacturing | Estudio de Tiempos y Movimientos

• **Buenas Prácticas de Fabricación (BPF/GMP's):**

- Buenas Prácticas de Fabricación (BPF)
- Buenas Prácticas de Manufactura (BPM / GMP's)
- NOM-059-SSA1-2015 (BPF Medicamentos)
- NOM-164-SSA1-2015 (BPF Fármacos)
- NOM-241-SSA1-2021 (BPF Dispositivos Médicos)
- NOM-248-SSA1-2011 (BPF Remedios Herbolarios)
- NOM-251-SSA1-2009 (BPF Alimentos y Bebidas)

• **Calidad, Servicio y Atención a Clientes:**

- Servicio y Atención a Clientes
- Servicio y Atención Telefónica
- Calidad en el Servicio
- Medición de la Satisfacción del Cliente
- Centros de Atención Telefónica | Call Centers
- Evaluación de Programas de Calidad Total
- QFD | HoQ | Despliegue de la Función de Calidad
- Modelo Nacional para la Transformación Organizacional
- ISO 9001:2015 | Sistemas de Gestión de la Calidad
- ISO 10002:2018 | Atención y Tratamiento de Quejas

• **Seguridad, Higiene y Salud Laboral:**

- Seguridad e Higiene Industrial
- Programas de Salud Laboral
- Combate de Incendios y Rescate
- Programas Internos de Protección Civil
- Integración de Brigadas de Protección Civil
- Manejo de Materiales y Residuos Peligrosos
- EPP – Equipo de Protección Personal
- Seguridad Sanitaria en Centros de Trabajo
- ESR | Empresa Socialmente Responsable
- Empresa Limpia | Certificación Ambiental

• **Modelos y Premios Nacionales:**

- Modelo Nacional para la Transformación Organizacional
- Premio Nacional de Calidad (PNC)
- Modelo Nacional de Gestión de Tecnología
- Premio Nacional de Tecnología e Innovación (PNTi)

• **Mapeo, Análisis y Rediseño de Procesos:**

- Modelado y Documentación de Procesos
- Mapeo, Análisis y Rediseño de Procesos
- BPR (Business Process Redesign) – Rediseño de Procesos
- BPM (Business Process Management) – Metodología
- Reingeniería de Procesos y Negocios – Metodología
- Metodología de Procesos Rummier – Brache
- Metodología IDEF
- Diagramas PEPSU | Diagramas SIPOC
- Diagramas de Tortuga
- Diagramas de Interrelación de Procesos
- Diagramas de Bloque de Procesos

- NOM-220-SSA1-2012 (Inst. y Oper. de la Farmacovigilancia)
- NOM-240-SSA1-2012 (Inst. y Oper. de la Tecnovigilancia)
- NOM-073-SSA1-2015 (Estabilidad y Cálculo de Caducidad)
- NOM-072-SSA1-2012 (Etiquetado de Medicamentos)
- NOM-137-SSA1-2008 (Etiquetado de Dispositivos Médicos)
- ISO 15378:2017 (Materiales de Acondicionamiento)
- ISO 22716:2007 (GMP's – Fabricación de Cosméticos)
- NOM-051-SCFI/SSA1-2010 (Etiquetado para Alimentos y Bebidas)
- PROY-NOM-259-SSA1-2014 (Proyecto BPF Productos Cosméticos)

• **Buenas Prácticas de Docs., Laboratorios, Almacenaje y Alimentos:**

- BPL – Laboratorio (Buenas Prácticas de Laboratorio)
- BPD – Documentación (Buenas Prácticas de Documentación)
- BPAD (GWP) – Almacén (Buenas Prácticas de Almac. y Distrib.)
- FSSC 22000 Ver. 5.0 (Alimentos: ISO 22000 + PAS 220)
- Distintivo H (Alimentos: NMX-F-605-NORMEX-2015)
- Desinfección (Alimentos: NMX-F-610-NORMEX-2002)
- Establecimientos (Alimentos: NMX-F-618-NORMEX-2006)

• **Análisis y Gestión de Riesgos:**

- AMEF (Análisis Modo Efecto de Falla Potencial)
- Análisis Causa – Efecto (Aplicación de Diagramas de Ishikawa)
- HACCP (Puntos Críticos de Control)
- Risk Focus (Análisis y Gestión de Riesgos)
- Matriz de Riesgo (Gestión de Riesgos y Semafización)
- ISO 31000:2018 (Gestión de Riesgos / Directrices)
- IEC 31010:2019 (Técnicas de Evaluación de Riesgos)
- ISO 14971:2019 (Gestión de Riesgos a Disp. Médicos)
- ISO/IEC 27005:2018 (Gestión de Riesgos de Seg. de la Inf.)
- NOM-035-STPS-2018 (Factores de Riesgo Psicosocial)
- NOM-036-1-STPS-2018 (Factores de Riesgo Ergonómico)
- Análisis y Gestión de Riesgos
- Planes de Contingencia
- Seguridad e Higiene Industrial
- Programas Internos de Protección Civil
- Manejo de Materiales y Residuos Peligrosos y/o Contaminantes
- PLD/FT (Prevención de Lavado de Dinero y Financ. al Terrorismo)

• **Riesgos Psicosociales e Igualdad Laboral:**

- NMX-R-025-SCFI-2015 – No Discriminación e Igualdad
- NOM-035-STPS-2018 – Factores de Riesgo Psicosocial
- Evaluación del Entorno Organizacional
- Psicología Clínica y Laboral
- Servicio de Apoyo Psicológico
- Servicio de Evaluación y Terapia Psicológica
- Primeros Auxilios Psicológicos
- Atención Psicológica por Acontecimientos Traumáticos
- Manejo del Estrés Laboral
- Aplicación de Técnicas de Inteligencia Emocional
- Prevención y Atn. de Casos de Mobbing (Bullying Laboral)
- Prevención y Atn. de Casos de Burnout Laboral
- Prevención y Atn. de Casos de Acoso Laboral
- Prevención y Atn. de Casos de Discriminación en el Trabajo
- Prevención y Atn. de Casos de Desigualdad Laboral

• **Protocolos de Prevención y Seguridad Sanitaria:**

- Diseño y Desarrollo de Protocolos, Políticas y Lineamientos
- Apoyo para Certificación de Protocolos de Seguridad y Salud
- Estrategias para la Nueva Normalidad Laboral (Retorno)
- Soporte para Autoevaluación de Protocolos y Lineamientos
- Trabajo a Distancia y Seguridad de la Información (Controles)
- Alineación e Integración con Sistemas de Gestión
- ISO/PAS 45005:2020 (Trabajo Seguro durante la Pandemia)

• **Productos y Servicios Especiales:**

- Aplicación de LEGO Serious Play
- Desarrollo Transpersonal | Theta HEALING
- Guías y Plantillas: 8D's, 5S's, Kaizen y más
- Smart Data (Marketing) | Diagnóstico 4D
- Teatro Corporativo
- Psicología Clínica y Laboral Aplicada

• **Auditoría a Sistemas de Gestión:**

- ISO 19011:2018: Directrices para Auditoría de Sistemas de Gestión

- Mapas de Flujo de Valor (VSM)
- Documentación de Procesos | Elaboración de PNO's

• **Pensamiento Esbelto y Herramientas Lean:**

- Lean Manufacturing | Lean Office | Lean Logistics
- Lean Hospitality (Hotel) | Lean Healthcare (Hospital)
- Lean Design | Metodología Design Thinking
- Lean Six Sigma | Metodología Six Sigma®
- ISO 13053-1:2011 (Six Sigma – Metodología DMAIC)
- ISO 13053-2:2011 (Six Sigma – Herramientas y Técnicas)
- Métodos Cuantitativos en la Mejora
- Hoshin Kanri | Matriz-X
- La Metodología de las 5S's – Despliegue y Aplicación
- Localización y Distribución de Planta y Oficinas
- Systematic Layout Planning (SLP)
- Systematic Handling Analysis (SHA)
- Tiempos y Movimientos | Therblings | Tiempos Estándar
- Métodos de Trabajo | Ingeniería Industrial | Takt Time (TT)
- Células de Manufactura | Balanceo de Líneas de Producción
- Andon | Sistemas de Control Visual
- Just in Time (JIT) | Pull System
- Heijunka | Jidoka | Gemba Walks | Ergonomía | MPT
- Sistemas Poka Yoke | SMED | 7 Mudras (Mermas) | Kanban

• **Procesos de Mejora Continua:**

- Gestión de Eventos Kaizen
- Procesos de Mejora Continua
- Análisis y Solución de Problemas | MASP
- La Metodología de las 8D's | 8D Global
- Análisis de la Causa - Raíz
- Círculos de Calidad y Equipos de Trabajo
- Análisis Causa - Efecto (Ishikawa)
- 5W + 2H | Los 5 Porqués de Toyota
- Herramientas Estadísticas
- Los 6 Sombreros de Colores
- Diagramas de Afinidad (Método de KJ)
- SCAMPER | Método Polya | Brainstorming

• **Tecnologías de Información (TI) y MAAGTIC-SA:**

- Tecnologías de la Información (TI)
- MAAGTIC | MAAGTIC-SI
- PE, APCT, ADS, ACNF, ASI, ADP, APRO, AOP y OPEC
- ITIL®-4 | COBIT® 2019
- CGEIT® | Gobierno de TI Empresarial
- El Riesgo de TI | Risk IT
- ISO/IEC 27001:2013 | Sist. de Gestión de la Seg. de la Inf.
- ISO/IEC 20000-1:2018 | Sistemas de Gestión de Servicios TI
- ISO/IEC 27701:2019 | Privacidad de la Información
- ISO/IEC 38500:2015 | Gobierno de TI
- ISO 22301:2019 | Continuidad de Negocio
- ISO/IEC 27005:2018 | Riesgos de Seguridad
- Administración de Proyectos (PMI® – Guía PMBOK® 7ma Ed.)
- Normatividad y Estándares de Soporte TI
- Mantenimiento a Equipo de Computo | Informática y Redes

• **Análisis Empresarial y Planeación Estratégica:**

- Diagnóstico, Análisis y Evaluación Empresarial
- Diagnóstico en 4 Dimensiones
- Análisis de Brechas | Atención de Requisitos Normativos
- Gobierno Corporativo | Planeación Estratégica
- Matrices de Análisis (FODA, BCG® y PEYEA) – Estrategias
- Océanos Azules | Curvas de Valor para Nuevos Negocios
- Modelo CANVAS (Canvas de Modelo de Negocio)
- Análisis PESTLE | Hoshin Kanri | Matriz-X
- Análisis de Negocios (IIBA® – Guía BABOK® Ver.3.0)
- Indicadores de Calidad y Desempeño | KPI's
- BSC – Balanced ScoreCard (Tableros de Mando Integral)
- Reforma Laboral 2021 | Subcontratación
- Estudios de Benchmarking | Monitoreo Tecnológico
- Elaboración de Planes de Negocio

• **Dirección y Gerencia:**

- Administración de Proyectos (PMI® – Guía PMBOK® 7ma Ed.)
- Administración del Tiempo | Manejo de Juntas de Trabajo
- Liderazgo | Coaching | Trabajo en Equipo y Colaborativo

- Planeación y Ejecución de Auditoría de Sistemas de Gestión
- Planeación y Ejecución de Auditorías Internas (1ra. Parte)
- Planeación y Ejecución de Auditorías a Proveedores (2da. Parte)
- Atención de Auditorías de Certificación y/o Vigilancia
- Formación, Calificación y Certificación de Auditores

• **Desarrollo de Estudios:**

- Evaluación del Desempeño y Competencias
- Diseño Organizacional
- DNC – Detección de Necesidades de Capacitación
- Clima Laboral
- Diagnóstico Organizacional

- Team Leader | Equipos de Alto Desempeño
- Formación de Instructores | Imagen Ejecutiva
- Presentaciones | Herramientas Office para los Negocios
- Rendición de Cuentas | Toma de Decisiones | Inteligencia Emocional
- Estrategia Comercial | Venta Efectiva y Cobranza
- Desarrollo de Habilidades Gerenciales y Directivas
- Finanzas para No Financieros | Administración y Control de Cambios
- Comunicación | Asertividad | Admin. de Personal | Capital Humano
- Técnicas de Negociación | Prevención y Manejo de Conflictos
- Técnicas de Supervisión | Facultamiento (Empowerment)
- Relaciones Interpersonales | Ética Empresarial
- Elaboración de Planes de Trabajo | Creatividad e Innovación
- Motivación, Autoestima y Superación Personal

**Nuestros Protocolos y Medidas de Prevención (Modalidad Presencial):**

**GenSol®** ha implementado protocolos y medidas de prevención para la salud y la seguridad en Centros de Trabajo bajo la Nueva Normalidad, esto para el desarrollo de proyectos y servicios de Capacitación, Consultoría y Auditoría, en nuestras instalaciones y/o en las de nuestros clientes y socios comerciales.

- Aplicación de cuestionarios para el diagnóstico e identificación de casos y/o factores de riesgo.
- Aplicación de gel sanitizante antes, durante y después de reuniones de trabajo, en su caso, lectura de temperatura corporal.
- Política de sana distancia, lavado de manos y uso obligatorio de cubrebocas o mascarillas.
- Decálogo de seguridad y atención de recomendaciones y protocolos sanitarios por parte de la autoridad.
- Limpieza y sanitización periódica de áreas y equipos de trabajo.

----- FIN DE DOCUMENTO -----