

**FORMULARIO DE LICENCIAS DE DEPÓSITO Y DISTRIBUCIÓN
REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL (RID UNAJ)**

Ley 26.899

Por la presente, autorizo a la Universidad Nacional Arturo Jauretche a publicar, difundir y preservar en su Repositorio Institucional Digital (RID UNAJ) el trabajo que adjunto, según los datos que detallo a continuación:

| | |
|--|--|
| Autora/s – autor/es <i>(apellido/s y nombre/s completos)</i> | Marcote Álvarez, José Ramón |
| Título y subtítulo <i>(completos de la obra)</i> | “La ergonomía y las pausas activas, como estrategias para la prevención de trastornos musculoesqueléticos en trabajadores/as de oficina”. |
| Correo electrónico <i>(del autor)</i> | marcotejose@gmail.com |
| Instituto | Ciencias de la Salud |
| Carrera | Licenciado en Kinesiología y Fisiatría |
| Fecha de presentación | 10/06/2024 |
| Director | Lic. Genovese Jimena Gabriela |
| Jurado | Hardenack, Karina Benítez; Julia Elena |
| Resumen | Se estima que en la actualidad, a pesar de control de organismo gubernamentales, múltiples organizaciones empresariales, emplean a un importante número de trabajadores/as expuestos de manera cotidiana a riesgos laborales que, finalmente impactan en su salud y bienestar. |

| | |
|-------------------------------------|---|
| | <p>En las últimas décadas, organismos nacionales e internacionales han priorizado la atención al trabajo sedentario.</p> <p>Esto es muy común en la ARGENTINA. Según fuentes oficiales Superintendencia de riesgos laborales, los TME son la primera causa de enfermedad laboral.</p> <p>Se comprueban los beneficios tanto de la Ergonomía en los diseños de los puestos de trabajo en la jornada laboral y las Pausas Activas con su efectividad en la disminución de los TME en los trabajadores/as.</p> <p>Se destaca el interés de org. Gubernamentales a nivel nac y internacionales en prevenir impactos negativos en la salud de los trabajadores/as.</p> <p>Es FUNDAMENTAL el rol del kinesiólogo porque SIENTA BASE dentro de las empresas por su labor en el diseño ergonómico desde la biomecánica y la antropometría en la prevención de futuros TME.</p> <p>Esto reduce el ausentismo laboral, mejora las relaciones interpersonales y satisfacción por el trabajo y del lado del empleador mejora la productibilidad.</p> |
| Palabras clave | Salud Ocupacional. Ergonomía. Pausas Activas. Trabajadores/as de oficina. Kinesiología. |
| Datos de registro en el INPI | En caso de ser necesario. |

Por otra parte, otorgo expreso consentimiento para que la copia electrónica sea publicada en el RID UNAJ según el siguiente detalle:

| Publicación de Texto completo | SI | NO |
|---|----|----|
| Indicar Si desea o No publicar su trabajo completo. <i>Si no desea que se publique indicar con NO.</i> | X | |
| Publicación parcial Indicar que capítulos se publicarán sólo si desea publicar parcialmente su trabajo. Ej: introducción, cap. 1. <i>Si no desea que se publique indicar con NO.</i> | | |
| Período de Embargo | | |
| Tiempo | | |
| Motivo | | |

Licencia de uso

Otorgo expreso consentimiento para que la versión electrónica sea publicada en el Repositorio Institucional Digital (RID UNAJ), que adopta los términos de la **Licencia Creative Commons**. Todas las OBRAS serán dispuestas a disposición pública bajo las siguientes condiciones de uso elegidas por EL AUTOR (marcar sólo una opción)

| | | | |
|---|--|--|---|
| | Atribución | CC BY | Debe reconocerse y citarse la obra de la forma especificada por el autor. Permite trabajos derivados. Permite uso con fines comerciales. |
| | Reconocimiento – Compartir igual | CC BY-SA | Debe reconocerse y citarse la obra de la forma especificada por el autor. Permite trabajos derivados siempre que se mantenga la misma licencia. Permite uso con fines comerciales. |
| | Atribución – no comercial | CC BY-NC | Debe reconocerse y citarse la obra de la forma especificada por el autor. Permite trabajos derivados. No permite uso con fines comerciales. |
| | Atribución – no comercial – compartir igual | CC BY-NC-SA | Debe reconocerse y citarse la obra de la forma especificada por el autor. Permite trabajos derivados siempre que se mantenga la misma licencia. No permite uso con fines comerciales. |
| | Atribución – sin obra derivada | CC BY-ND | Debe reconocerse y citarse la obra de la forma especificada por el autor. No permite trabajos derivados. Permite uso con fines comerciales. |
| X | Atribución – no comercial – sin obra derivada | CC BY-NC-ND (es la más parecida al copyright) | Debe reconocerse y citarse la obra de la forma especificada por el autor. No permite trabajos derivados. No permite uso con fines comerciales. |

15/06/2024



Lugar y fecha

Firma, Aclaración, DNI