

**MODALIDAD:
COMERCIAL Y SERVICIOS**

**TALLER EXPLORATORIO
ESPECIALIDAD: SALUD OCUPACIONAL**

AUTORIDADES SUPERIORES

Dr. Leonardo Garnier Rímolo
Ministro de Educación Pública

MSc. Dyalah Calderón de la O
Viceministra Académica de Educación Pública

MSc. Silvia Víquez Ramírez
Viceministra Administrativa de Educación Pública

MSc. Mario Mora Quirós
Viceministro Planificación y Coordinación Regional

Dirección General de Educación Técnica y Capacidades Emprendedoras
Ing. Fernando Bogantes Cruz
Director

Departamento de Especialidades Técnicas
Ing. Gerardo Ávila Villalobos
Jefe de Departamento

MSc. Damaris Foster Lewis
Jefe Sección Curricular

San José – Costa Rica
JULIO- 2012
“Al desarrollo por la educación”

MODALIDAD COMERCIAL Y SERVICIOS

TALLER EXPLORATORIO SALUD OCUPACIONAL, NOVENO AÑO

**ELABORADO POR:
MSc. Jerry Quintero Figueroa
Asesor Nacional**



Revisado por
MSc. Damaris Foster Lewis
Jefe Sección Curricular

SAN JOSÉ - COSTA RICA
JULIO, 2012

Aprobado por el Consejo Superior de Educación, en la sesión ##-2012, acuerdo ##-##-12 del ##-##-2012.

“Al desarrollo por la educación”

LA TRANSVERSALIDAD EN LOS PROGRAMAS DE ESTUDIO

Los cambios sociales, económicos, culturales, científicos, ambientales y tecnológicos del mundo contemporáneo, han exigido al currículo educativo no solo aportar conocimientos e información, sino también favorecer el desarrollo de valores, actitudes, habilidades y destrezas que apunten al mejoramiento de la calidad de vida de las personas y de las sociedades (Marco de Acción Regional de “Educación para Todos en las Américas”, Santo Domingo, 2000). Sin embargo, existe en nuestro Sistema Educativo una dificultad real de incorporar nuevas asignaturas o contenidos relacionados con los temas emergentes de relevancia para nuestra sociedad, pues se corre el riesgo de saturar y fragmentar los programas de estudio.

Una alternativa frente a estas limitaciones es la **transversalidad**, la cual se entiende como un “*Enfoque Educativo que aprovecha las oportunidades que ofrece el currículo, incorporando en los procesos de diseño, desarrollo, evaluación y administración curricular, determinados aprendizajes para la vida, integradores y significativos, dirigidos al mejoramiento de la calidad de vida individual y social. Es de carácter holístico, axiológico, interdisciplinario y contextualizado*” (Comisión Nacional Ampliada de Transversalidad, 2002).

De acuerdo con los lineamientos emanados del Consejo Superior de Educación (SE 339-2003), el único **eje transversal** del currículo costarricense es el **de valores**. De esta manera, el abordaje sistemático de los Valores en el currículo nacional, pretende potenciar el desarrollo socio-afectivo y ético de los y las estudiantes, a partir de la posición humanista expresada en la Política Educativa y en la Ley Fundamental de Educación.

A partir del Eje transversal de los valores y de las obligaciones asumidas por el estado desde la legislación existente, en Costa Rica se han definido los siguientes **Temas transversales**: Cultura Ambiental para el Desarrollo Sostenible, Educación Integral de la Sexualidad, Educación para la Salud y Vivencia de los Derechos Humanos para la Democracia y la Paz.

Para cada uno de los temas transversales se han definido una serie de **competencias** por desarrollar en los y las estudiantes a lo largo de su período de formación educativa. Las Competencias se entienden como: “*Un conjunto integrado de conocimientos, procedimientos, actitudes y valores, que permite un desempeño satisfactorio y autónomo ante situaciones concretas de la vida personal y social*” (Comisión Nacional Ampliada de Transversalidad, 2002). Las mismas deben orientar los procesos educativos y el desarrollo mismo de la transversalidad.

Desde la condición pedagógica de las competencias se han definido **competencias de la transversalidad** como: *“Aquellas que atraviesan e impregnan horizontal y verticalmente, todas las asignaturas del currículo y requieren para su desarrollo del aporte integrado y coordinado de las diferentes disciplinas de estudio, así como de una acción pedagógica conjunta”* (Beatriz Castellanos, 2002). De esta manera, están presentes tanto en las programaciones anuales como a lo largo de todo el sistema educativo.

A continuación se presenta un resumen del enfoque de cada tema transversal y las competencias respectivas:

Cultura Ambiental para el Desarrollo Sostenible

La educación ambiental se considera como el instrumento idóneo para la construcción de una cultura ambiental de las personas y las sociedades, en función de alcanzar un desarrollo humano sostenible, mediante un proceso que les permita comprender su interdependencia con el entorno, a partir del conocimiento crítico y reflexivo de la realidad inmediata, tanto biofísica como social, económica, política y cultural.

Tiene como objetivo que, a partir de ese conocimiento y mediante actividades de valoración y respeto, las y los estudiantes se apropien de la realidad, de manera que, la comunidad educativa participe activamente en la detección y solución de problemas, en el ámbito local, pero con visión planetaria.

Competencias por desarrollar

- Aplica los conocimientos adquiridos mediante procesos críticos y reflexivos de la realidad, en la resolución de problemas (ambientales, económicos, sociales, políticos, éticos) de manera creativa y mediante actitudes, prácticas y valores que contribuyan al logro del desarrollo sostenible y una mejor calidad de vida.
- Participa comprometida, activa y responsablemente en proyectos tendientes a la conservación, recuperación y protección del ambiente; identificando sus principales problemas y necesidades, generando y desarrollando alternativas de solución, para contribuir al mejoramiento de su calidad de vida, la de los demás y al desarrollo sostenible.
- Practica relaciones armoniosas consigo mismo, con los demás, y los otros seres vivos por medio de actitudes y aptitudes responsables, reconociendo la necesidad de interdependencia con el ambiente.

“Al desarrollo por la educación”

Educación Integral de la Sexualidad

A partir de las “Políticas de Educación Integral de la Expresión de la Sexualidad Humana” (2001), una vivencia madura de la sexualidad humana requiere de una educación integral, por lo que deben atenderse los aspectos físicos, biológicos, psicológicos, socioculturales, éticos y espirituales. No puede reducirse a los aspectos biológicos reproductivos, ni realizarse en un contexto desprovisto de valores y principios éticos y morales sobre la vida, el amor, la familia y la convivencia.

La educación de la sexualidad humana inicia desde la primera infancia y se prolonga a lo largo de la vida. Es un derecho y un deber, en primera instancia, de las madres y los padres de familia. Le corresponde al Estado una acción subsidiaria y potenciar la acción de las familias en el campo de la educación y la información, como lo expresa el Código de la Niñez y la Adolescencia.

El sistema educativo debe garantizar vivencias y estrategias pedagógicas que respondan a las potencialidades de la población estudiantil, en concordancia con su etapa de desarrollo y con los contextos socioculturales en los cuales se desenvuelven.

Competencias por desarrollar

- Se relaciona con hombres y mujeres de manera equitativa, solidaria y respetuosa de la diversidad.
- Toma decisiones referentes a su sexualidad desde un proyecto de vida basado en el conocimiento crítico de sí mismo, su realidad sociocultural y en sus valores éticos y morales.
- Enfrenta situaciones de acoso, abuso y violencia, mediante la identificación de recursos internos y externos oportunos.
- Expresa su identidad de forma auténtica, responsable e integral, favoreciendo el desarrollo personal en un contexto de interrelación y manifestación permanente de sentimientos, actitudes, pensamientos, opiniones y derechos.
- Promueve procesos reflexivos y constructivos en su familia, dignificando su condición de ser humano, para identificar y proponer soluciones de acuerdo al contexto sociocultural en el cual se desenvuelve.

Educación para la Salud

La educación para la salud es un derecho fundamental de todos los niños, niñas y adolescentes. El estado de salud, está relacionado con su rendimiento escolar y con su calidad de vida. De manera que, al trabajar en educación para la salud en los centros educativos, según las necesidades de la población estudiantil, en cada etapa de su desarrollo, se están forjando ciudadanos con estilos de vida saludables, y por ende, personas que construyen y buscan tener calidad de vida, para sí mismas y para quienes les rodean.

La educación para la salud debe ser un proceso social, organizado, dinámico y sistemático que motive y oriente a las personas a desarrollar, reforzar, modificar o sustituir prácticas por aquellas que son más saludables en lo individual, lo familiar y lo colectivo y en su relación con el medio ambiente.

De manera que, la educación para la salud en el escenario escolar no se limita únicamente a transmitir información, sino que busca desarrollar conocimientos, habilidades y destrezas que contribuyan a la producción social de la salud, mediante procesos de enseñanza – aprendizajes dinámicos, donde se privilegia la comunicación de doble vía, así como la actitud crítica y participativa del estudiantado.

Competencias por desarrollar

- Vivencia un estilo de vida que le permite, en forma crítica y reflexiva, mantener y mejorar la salud integral y la calidad de vida propia y la de los demás.
- Toma decisiones que favorecen su salud integral y la de quienes lo rodean, a partir del conocimiento de sí mismo y de los demás, así como del entorno en que se desenvuelve.
- Elige mediante un proceso de valoración crítica, los medios personales más adecuados para enfrentar las situaciones y factores protectores y de riesgo para la salud integral propia y la de los demás.
- Hace uso en forma responsable, crítica y participativa de los servicios disponibles en el sector salud, educación y en su comunidad, adquiriendo compromisos en beneficio de la calidad de los mismos.

Vivencia de los Derechos Humanos para la Democracia y la Paz

Costa Rica es una democracia consolidada pero en permanente estado de revisión y retroalimentación, por lo cual la vigencia de los derechos humanos es inherente al compromiso de fortalecer una cultura de paz y de democracia.

En los escenarios educativos es oportuno gestionar mecanismos que promuevan una verdadera participación ciudadana en los ámbitos familiar, comunal, institucional y nacional. Para ello, la sociedad civil debe estar informada y educada en relación con el marco legal brindado por el país, de manera que, desarrolle una participación efectiva y no se reduzca a una participación periódica con carácter electoral.

Se debe propiciar un modelo de sistema democrático que permita hacer del ejercicio de la ciudadanía una actividad atractiva, interesante y cívica que conlleve responsabilidades y derechos.

Competencias por desarrollar

- Practica en la vivencia cotidiana los derechos y responsabilidades que merece como ser humano y ser humana, partiendo de una convivencia democrática, ética, tolerante y pacífica.
- Asume su realidad como persona, sujeto de derechos y responsabilidades.
- Elige las alternativas personales, familiares y de convivencia social que propician la tolerancia, la justicia y la equidad entre géneros de acuerdo a los contextos donde se desenvuelve.
- Participa en acciones inclusivas para la vivencia de la equidad en todos los contextos socioculturales.
- Ejercita los derechos y responsabilidades para la convivencia democrática vinculada a la cultura de paz.
- Es tolerante para aceptar y entender las diferencias culturales, religiosas y étnicas que, propician posibilidades y potencialidades de y en la convivencia democrática y cultura de paz.
- Valora las diferencias culturales de los distintos modos de vida.
- Practica acciones, actitudes y conductas dirigidas a la no violencia en el ámbito escolar, en la convivencia con el grupo de pares, familia y comunidad ejercitando la resolución de conflictos de manera pacífica y la expresión del afecto, la ternura y el amor.
- Aplica estrategias para la solución pacífica de conflictos en diferentes contextos.
- Respeta las diversidades individuales, culturales éticas, social y generacional.

Abordaje Metodológico de la Transversalidad desde los Programas de Estudio y en el Planeamiento Didáctico

La transversalidad es un proceso que debe evidenciarse en las labores programáticas del Sistema Educativo Nacional; desde los presentes Programas de estudio hasta el Planeamiento didáctico que el ó la docente realizan en el aula.

Con respecto a los Programas de Estudio, en algunos Procedimientos y Valores se podrán visualizar procesos que promueven, explícitamente, la incorporación de los temas transversales. Sin embargo, las opciones para realizar convergencias no se limitan a las mencionadas en los programas, ya que el ó la docente puede identificar otras posibilidades para el desarrollo de los procesos de transversalidad.

En este caso, se presenta como tarea para las y los docentes identificar -a partir de una lectura exhaustiva de los conocimientos previos del estudiantado, del contexto sociocultural, de los acontecimientos relevantes y actuales de la sociedad-, cuáles de los objetivos de los programas representan oportunidades para abordar la transversalidad y para el desarrollo de las competencias.

Con respecto al planeamiento didáctico, la transversalidad debe visualizarse en las columnas de Actividades de mediación y de Valores y Actitudes, posterior a la identificación realizada desde los Programas de Estudio. El proceso de transversalidad en el aula debe considerar las características de la población estudiantil y las particularidades del entorno mediato e inmediato para el logro de aprendizajes más significativos.

Además del planeamiento didáctico, la transversalidad debe visualizarse y concretizarse en el plan Institucional, potenciando la participación activa, crítica y reflexiva de las madres, los padres y encargados, líderes comunales, instancias de acción comunal, docentes, personal administrativo y de toda la comunidad educativa.

En este sentido, el centro educativo debe tomar las decisiones respectivas para que exista una coherencia entre la práctica cotidiana institucional y los temas y principios de la transversalidad. Esto plantea, en definitiva, un reto importante para cada institución educativa hacia el desarrollo de postulados humanistas, críticos y ecológicos.

COMISIÓN TEMAS TRANSVERSALES

M.Sc. Priscilla Arce León. DANEA.

M.Sc. Viviana Richmond. Departamento de Educación Integral de la Sexualidad Humana

M.Sc. Mario Segura Castillo. Departamento de Evaluación Educativa

M.Sc. Carlos Rojas Montoya. Departamento de Educación Ambiental.

AGRADECIMIENTO

El Ministerio de Educación Pública y específicamente el Departamento de Educación Técnica, agradecen profundamente la apertura de los profesionales que hicieron aportes muy valiosos a la Asesoría. De esta manera, se entrega un taller exploratorio remozado en técnicas metodológicas con las actualizaciones pertinentes y con los requerimientos indispensables para que los/ las jóvenes puedan posteriormente continuar sus estudios a nivel de técnico medio.

Se reconoce los aportes técnicos y metodológicos de los profesionales:

Sandra Zúñiga Ramírez	CTP Comercial y Servicios
Marielos Vásquez Rojas	CTP Siquirres
Jessika Castillo Álvarez	CTP Uladislao Gámez
Yarenia Hernández Arce	CTP de Ulloa
Sara Mora Moya	CTP Pococí
Ana Beatriz Gutiérrez Castro	CTP de Dos Cercas
Vielka Serrano Alfaro	CTP Siquirres
Abel Hernández Núñez	CTP Siquirres

Este taller exploratorio cumple con el cometido de ampliar la gama de posibilidades de formación en los estudiantes del tercer ciclo de los colegios técnicos profesionales y las oportunidades laborales de los jóvenes que se egresan de la misma.

TABLA DE CONTENIDOS

	Página
Fundamentación	12
Justificación	13
Oferta educativa III Exploratorio	14
Orientaciones generales para la labor docente	16
Orientaciones Generales para la implementación de la Unidad de Orientación Vocacional	20
Aspectos Metodológicos del Taller de Orientación Vocacional	23
Aspectos a Contemplar en las Guías de Orientación Vocacional	27
El planeamiento pedagógico de los y las docentes	30
Sugerencias Generales para la Evaluación	34
Contenidos Programáticos de los talleres exploratorios	35
Taller Exploratorio Salud Ocupacional	36
Estructura Curricular	37
Unidades de estudio del taller exploratorio	38
Mapa curricular Salud Ocupacional	39
Descripción del Taller exploratorio	41
Objetivos Generales del Taller Exploratorio de Salud Ocupacional	42
Programa de estudio, “Salud Ocupacional”	43
Bibliografía	58

FUNDAMENTACIÓN

Los talleres exploratorios son propios del III Ciclo y se caracterizan por girar en torno a una actividad específica de la educación técnica y dan un valor agregado a la formación del educando.

Los grandes propósitos de este taller exploratorio, en concordancia con las recomendaciones de la UNESCO son:

- Determinar las aptitudes y actitudes que un estudiante posee, con la finalidad de orientarlo a escoger una especialidad.
- Orientar vocacionalmente a quienes sientan interés por la Educación Técnica como preparación para incorporarse a los procesos productivos.
- Ensanchar los horizontes educativos, brindando una formación para la vida, mediante experiencias prácticas.

Dado que los estudios en Educación Técnica Exploratoria tienen gran importancia para la orientación y la educación de la juventud, los programas de estudio deben contemplar un adecuado equilibrio entre el trabajo teórico y el práctico y deben inspirarse en:

- El principio experimental
- La intención de iniciar al educando en una variada gama de sectores tecnológicos
- Estrategias de mediación que fomenten cierto dominio de los conocimientos prácticos, que les permitan la adquisición de conocimientos básicos y genéricos.
- Fortalecer el compromiso con la productividad y la calidad
- Estar estrictamente relacionados con el medio local, regional y nacional, sin limitarse al entorno

En general los Talleres Exploratorios tienen como objetivo orientar a los y las jóvenes para que sean pensadores críticos, flexibles, creativos e independientes, capaces de construir y reconstruir su conocimiento

JUSTIFICACIÓN TALLER EXPLORATORIO ESPECIALIDAD DE SALUD OCUPACIONAL

La especialidad de Salud Ocupacional forma parte de la oferta educativa de Educación Técnica, y se encuentra influenciada por un constante y acelerado desarrollo tecnológico, que ha hecho evolucionar -de manera increíble- los conocimientos por impartir. Esto motiva a desarrollar un taller a nivel de noveno año, en procura de que los estudiantes de noveno conozcan a grandes rasgos los aspectos más relevantes de la especialidad fundamentada en la Salud Ocupacional, afronten el reto de vida laboral con elementos actualizados y acordes a la realidad, tanto tecnológica como política para responder a los nuevos modelos de globalización económica, el desarrollo sostenible, la búsqueda continua de la calidad, las alianzas tecnológicas, el uso de la informática, el manejo de otro idioma y la competitividad, entre otros.

Nuestro país, inmerso en un mundo de constantes cambios, debe preparar a su población para enfrentar la nueva sociedad que día a día se construye, el nuevo individuo deberá poseer una actitud abierta hacia el cambio, hacia la investigación y respeto de las ciencias naturales y sociales. Debe estar preparado para evolucionar con la tecnología, actualizando constantemente sus conocimientos, asumir un compromiso con el planeta y ser partícipe activo de un proceso de desarrollo sostenible. Todo lo anterior, le permitirá a Costa Rica contar con una sociedad que la haga ser competitiva en el siglo XXI.

Particularmente, lo anterior se aplica también en el campo del Salud Ocupacional, convirtiéndola en un área de gran dinamismo; en la actualidad, se introducen nuevas herramientas de trabajo todos los días, salen al mercado nuevos equipos, se actualizan tanto los equipos como las herramientas de manera mensual, este cambio tan rápido exige al sector educativo una capacidad de adaptación mayor.

OFERTA EDUCATIVA EN EL III CICLO EXPLORATORIO

La oferta de exploración vocacional se organizará en Talleres Exploratorios, con un total de dos talleres por cada nivel.

Esta oferta responde a lo establecido en la Ley Fundamental de Educación en su artículo 15, inciso b, que a la letra dice:

“Los estudios para la Educación Media durarán por lo menos cinco años y se realizarán siguiendo un plan coordinado que comprenderá:

- *Plan de cultura general*
- *Planes variables y complementarios de carácter exploratorio, que atiendan de preferencia al descubrimiento de aptitudes y a la formación de intereses.”*

Cada Taller Exploratorio se caracteriza por:

- Girar alrededor de diversas actividades de una misma especialidad y/o especialidades afines.
- Integrar la teoría y la práctica de manera que en el proceso de construcción del conocimiento se incluya el sustento teórico que se requiere para la ejecución de los trabajos.
- Brindar, además de exploración vocacional, derivada de cada especialidad, una preparación de carácter general que le sirvan a la persona independientemente de la actividad laboral o de estudio que desarrollará en el futuro.

Para impartir talleres con carácter exploratorio se debe tener presente que:

- Los y las jóvenes, sin distinción de género, pueden tener acceso a cualquier Taller Exploratorio.
- Todos los colegios técnicos que cuenten con III ciclo exploratorio, deben ofrecer Talleres Exploratorios que pertenezcan a las tres modalidades: Agropecuaria, Industrial y Comercial y Servicios.
- Las lecciones de exploración vocacional son de 60 minutos.
- Cada colegio deberá ofrecer los Talleres Exploratorios de acuerdo con las condiciones que presenta el centro educativo, en cuanto al equipo, materiales, herramientas, infraestructura, fincas y personal debidamente capacitado.

- El Departamento de Especialidades Técnicas revisará y ajustará, periódicamente la oferta de Talleres Exploratorios, de acuerdo con las especialidades que se ofrecen en Educación Diversificada de la Educación Técnica y de las tendencias de los sectores productivos en la zona en donde se ubica el colegio.

La evaluación en el Ciclo Exploratorio es formativa y continúa; requiere por lo tanto la asistencia constante de los y las estudiantes, implica la implementación de instrumentos de observación y pruebas de carácter teórico y práctico durante las etapas de ejecución, sobre lo cual se le dará al finalizar el taller una valoración vocacional de habilidades y aptitudes sobre los contenidos del taller.

En aquellos casos que el o la estudiante requiera la certificación de los aprendizajes adquiridos en los Talleres Exploratorios recibidos, deberá solicitarla a la administración del colegio.

Dado que la exploración que realice cada estudiante puede descubrir diferentes resultados de acuerdo con sus habilidades, destrezas y afinidades, el o la docente, debe llevar un registro permanente del progreso de los y las estudiantes, con el fin de realimentar su aprendizaje y de facilitarle el descubrimiento de sus habilidades, destrezas y fomentar el desarrollo de aquellas en que demuestre mayor aptitud y actitud, coordinando dicha labor con el Departamento de Orientación del colegio, con el propósito de orientar la selección de una especialidad.

En cada Taller Exploratorio, el número de estudiantes debe oscilar entre 12 y 20; sin embargo, de acuerdo con las características propias de cada opción, el Departamento de Educación Técnica indicará a la División de Planeamiento, el número de estudiantes mínimo y máximo que se puede permitir.

Los Talleres Exploratorios se ofrecen de la siguiente manera:

- Se imparten dos Talleres Exploratorios anuales por nivel, (sétimo, octavo y noveno) con una duración de cuatro horas por semana cada uno, durante todo el curso lectivo.
- Las secciones se dividen en al menos dos grupos; cada uno recibe ambos talleres en forma simultánea.
- Adicionalmente a los Talleres Exploratorios, los estudiantes deben llevar en los tres años del tercer ciclo exploratorio, un Taller de Inglés orientado a la conversación y al manejo del inglés especializado.
- Las secciones se dividen en dos grupos; cada uno recibe el taller en forma simultánea. En ambas alternativas se dedica un total de 8 horas por año a talleres exploratorios y 4 horas de inglés especializado.

ORIENTACIONES GENERALES PARA LA LABOR DOCENTE

Este programa de estudio refleja la intencionalidad de aportar un valor agregado para la vida de cada estudiante, con una estructura programática que explica detalladamente los contenidos que se deben desarrollar en cada unidad de estudio, lo cual le permite al docente guiar en forma ordenada el proceso de construcción de conocimientos en el taller y en el entorno. El o la docente puede desarrollar otros contenidos además de los presentados aquí, pero no debe sustituirlos unos por otros; esto con la finalidad de que en todos los colegios se brinde igualdad de oportunidades.

Los Objetivos incluidos en el programa tienen un grado de generalidad para proporcionar al docente la oportunidad de elaborar objetivos específicos. Así, los objetivos redactados por el o la docente deben reflejar los cambios de conducta que los y las estudiantes deben alcanzar a corto plazo, diario o semanalmente; en el nivel de conocimiento, valores, actitudes, habilidades y destrezas.

Los procedimientos son sugerencias. El o la docente debe hacer uso de toda su creatividad y experiencia para emplear los procedimientos más adecuados en el logro de los objetivos específicos que el plantee. Los procedimientos aquí sugeridos, le servirán de orientación o de punto de partida para plantear, otros considerados como más apropiados, sin perder de vista, que los procedimientos deben propiciar el desarrollo del pensamiento de los y las estudiantes para construir su aprendizaje. Se debe fomentar la aplicación de estrategias cognitivas para contribuir a la formación de un estudiante crítico y analítico, tales como: comparación, clasificación, organización, interpretación, aplicación, experimentación, identificación, discusión, planteamiento de soluciones entre otras.

Los procedimientos son sugerencias para que a partir de ellos definan métodos y técnicas pedagógicas, además de las prácticas necesarias para el cumplimiento de lo establecido en la unidad de estudio.

Los aprendizajes por evaluar se refieren a objetivos evaluables; son productos que se pueden observar y medir. El logro de estos objetivos evaluables permitirá al docente dar seguimiento al progreso individual de los y las estudiantes y realimentar el proceso de aprendizaje, cuando así se requiera. Los aprendizajes por evaluar son la base para elaborar pruebas teóricas o de ejecución, ya que en ellos se refleja el producto final esperado en cada objetivo.

Al inicio de cada unidad de estudio, se plantea un tiempo estimado para su desarrollo. Esta asignación de tiempo es flexible; se puede ampliar o disminuir, prudencialmente, el número de horas, fundamentado en la experiencia docente y en el uso de procedimientos apropiados, sin detrimento de la profundidad con que se deben desarrollar los temas.

Los valores y actitudes que se especifican en cada unidad de estudio, deben ser tema de reflexión al inicio de la jornada diaria y deben recordarse en el transcurso de ella, en los momentos pertinentes y con la frecuencia que se considere necesario.

El colegio en donde se imparten cada uno de los Talleres Exploratorios, deben contar con equipo, infraestructura adecuada y material tales como:

- Talleres o laboratorios atinentes a las áreas de estudio de los Talleres Exploratorios en cuestión.
- Bibliografía técnica básica para cada unidad de estudio.
- El o la Docente de estos Talleres Exploratorios deben estar capacitados y con deseos de actualizarse, para que se pueda desempeñar eficientemente, debido a los vertiginosos cambios tecnológicos que se presentan en este campo.
- Para el desarrollo de las unidades se debe promover tanto procesos inductivos, como deductivos, con técnicas didácticas o dinámicas atractivas; entre las que se destacan la discusión informal, el trabajo individual y en equipo, la investigación (muy bien orientada y planificada por el o la Docente), para que el o la estudiante valore su importancia y logre los objetivos propuestos.
- Motivar a los y las estudiantes en la adquisición de bibliografía y herramienta que puede utilizar.
- En todas las unidades de estudio el o la Docente debe brindar las herramientas necesarias para la solución de problemas, con el objetivo de formar jóvenes creativos y críticos; donde los y las estudiantes sean capaces de brindar otras soluciones y alternativas.
- Es imprescindible hacer un buen uso de los avances tecnológicos como son los equipos audiovisuales.
- El o la docente debe velar por el mantenimiento preventivo de los equipos y herramientas, e informar periódicamente a la dirección de su estado, para que se realicen las gestiones pertinentes con los técnicos.
- Se debe equilibrar el tiempo asignado tanto a la práctica como a la teoría, de acuerdo con los objetivos que se estén desarrollando, se recomienda una relación de 20% teoría y 80% práctica.

En razón de que el Taller Exploratorio constituye una oportunidad para el desarrollo de habilidades y destrezas, que den un valor agregado al educando, así como la posibilidad de incursionar en actividades útiles para la orientación

vocacional, éste debe reunir las condiciones en cuanto a la utilización de métodos y técnicas adecuadas para el proceso de descubrimiento de habilidades, destrezas, actitudes y aptitudes de los y las estudiantes.

Por consiguiente, los y las docentes como mediadores de ese proceso han de crear los ambientes propicios para el aprendizaje de calidad, atractivo, dinámico, significativo que logre alcanzar los objetivos propuestos para el Taller Exploratorio.

Para lograr el desarrollo objetivo de los programas de estudio, los y las docentes deben considerar las siguientes orientaciones y enriquecerlas para asegurar el éxito del trabajo docente.

- Tener mística para laborar.
- Utilizar una metodología activa, participativa, promotora del gusto por el aprendizaje, mediante el uso de técnicas tales como los juegos didácticos, discusiones, comentarios y otras.
- Buscar el equilibrio entre la teoría y la práctica en el quehacer pedagógico.
- Han de descubrirse siempre nuevas formas de abordar los contenidos de manera que se estimule la creatividad.
- Fortalecer la educación en valores, como vivencia cotidiana en el aula y como eje vertebrado del currículo.
- Facilitar la participación de otros sujetos sean técnicos, profesionales u otros miembros de la comunidad, con el propósito de que haya puntos de vista diferentes que enriquezcan la labor.
- Lograr ambientes educativos democráticos, dinámicos y participativos, para que el y la estudiante logren aprender a aprender, analizar, juzgar, criticar en sentido positivo, evaluar y reconocer la calidad de los trabajos elaborados.
- Incentivar al máximo el desarrollo de las capacidades individuales para dar espacio al talento, la reflexión, la creatividad, la superación y satisfacción personal, mediante trabajos individuales o proyectos creativos
- Fomentar la aplicación de las normas de Salud Ocupacional en el ámbito laboral y familiar, como necesidad básica en la vida del ser humano como generador del bienestar físico, mental y social.
- Desarrollar, las unidades de estudio de cada Taller Exploratorio, en forma secuencial, no paralela y los contenidos en forma gradual y armoniosa.
- Pueden elaborarse guías de trabajo que faciliten el desarrollo de la labor de los y las estudiantes
- Deben realizarse acciones que permitan a los y las estudiantes desenvolverse como actor principal del proceso educativo.
- Promover el uso de los medios audiovisuales y tecnológicos, existentes en cada institución educativa
- Las actividades grupales han de propiciar la cooperación y la solidaridad; asimismo, las individuales deben fortalecer la autonomía y la autorrealización del individuo.

- Incluir actividades que lleven a los y las estudiantes a la experimentación y el redescubrimiento antes que centrarse en el excesivo uso de la pizarra, el lápiz y el papel.
- Propiciar el proceso de sensibilización de los y las estudiantes para la solución de problemas institucionales y comunales, relacionados con el Taller Exploratorio.
- Las actividades pedagógicas fuera de la institución, son fundamentales para del desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje y deben planearse de acuerdo con los contenidos del programa, siguiendo los lineamientos emanados por el Departamento de Educación Técnica, cuando el o la docente lo considere necesario para fomentar la relación con el ambiente laboral o según la recomendación del asesor o asesora nacional a cargo de la especialidad a la cual pertenece el Taller Exploratorio.

Se recomienda utilizar una metodología activa, participativa y promotora del aprendizaje significativo y dinámico, por lo que debe hacerse una cuidadosa elección de las técnicas didácticas adecuadas para el logro efectivo de la formación de los y las estudiantes.

ORIENTACIONES GENERALES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA UNIDAD DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL

El presente documento es una Guía de Orientación Vocacional – Ocupacional, dirigida a los Orientadores /as, profesores y profesoras del área técnica, de Colegios Técnicos Profesionales III ciclo de la Educación General básica, con el propósito de ser utilizada como una herramienta de trabajo, mediante la cual se realicen ejercicios prácticos y se promuevan espacios de análisis y reflexión acerca de temáticas relacionadas con el conocimiento de sí mismo /a, conocimiento del medio, toma de decisiones, proyecto de Vida, proyecto Vocacional – Ocupacional entre otros.

Esta guía debe ser desarrollada en forma conjunta con los y las docentes del área técnica, con el objetivo de poder unificar criterios, en el campo de la Orientación, y en el campo de los conocimientos a nivel técnico de cada docente.

Para facilitar la labor de los y las docentes se proponen técnicas para cada nivel de estudio. Sin embargo esta propuesta puede ser adecuada en función de las características del grupo de estudiantes de la institución y de acuerdo a las necesidades de cada región educativa.

Se debe establecer una adecuada coordinación entre Orientadores y los Profesores de los talleres exploratorios, teniendo presente el Currículum de cada nivel, el cual se complementa con las guías didácticas propuestas.

En el III ciclo de la Educación Técnica, se presenta un plan de estudios con carácter Exploratorio (Talleres Exploratorios), los cuales propician (en los y las estudiantes), una iniciación en el mundo del trabajo y fundamentalmente una Orientación a nivel Vocacional (intereses, actitudes, aptitudes, habilidades).

Para el logro de estos objetivos se han diseñado los Talleres Exploratorios, según cada modalidad: Agropecuaria, Comercial y Servicios e Industrial.

Es en esta contextualización, donde surge la necesidad de trabajar con los y las estudiantes un Proceso de Orientación Vocacional, paralelo a los Programas de Talleres Exploratorios que han sido diseñados por el Departamento de Educación Técnica del Ministerio de Educación Pública.

En este proceso de Orientación, el concepto de Formación Integral, de los y las estudiantes, es básico, por cuanto abarca el ámbito humano y profesional, realizando un trabajo de prevención en diferentes áreas del desarrollo humano.

Mediante la Orientación Vocacional, se ayuda a los y las estudiantes en la elección de sus estudios, profesión y futuro campo ocupacional. En este sentido intervienen una serie de factores en los las jóvenes como por ejemplo: motivaciones, intereses, capacidad, habilidades, expectativas, aspecto económico, nivel socio-cultural, entre otros.

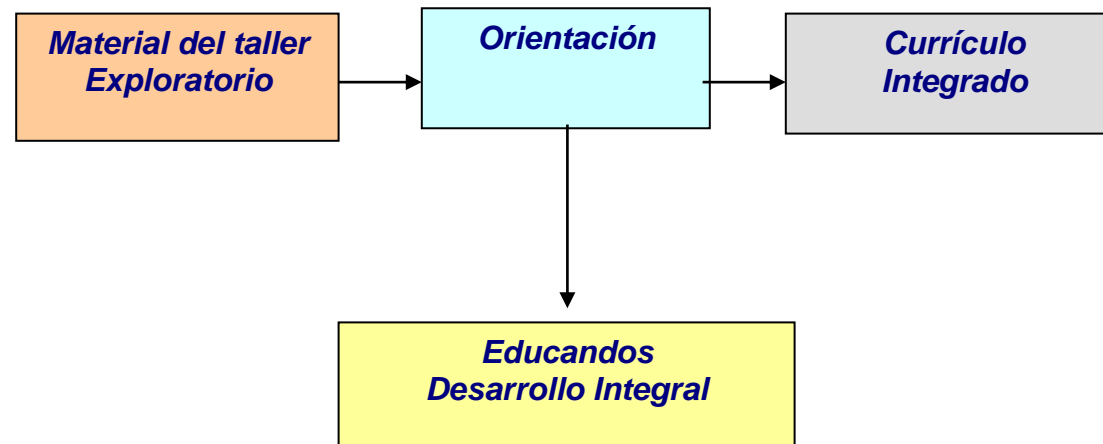
Tomando en cuenta lo señalado anteriormente, se denota la importancia de trabajar estas temáticas en los Talleres Exploratorios, los cuales son previos a la elección de una determinada área de estudio de los y las estudiantes.

La materia impartida en los talleres exploratorios, se complementa con algunos procedimientos de Orientación, como parte del currículo de cada asignatura impartida en los Talleres Exploratorios.

De esta forma se lleva a la práctica dos propósitos fundamentales de la disciplina de la Orientación:

- Promover el desarrollo vocacional de los y las estudiantes.
- Coadyuvar, en coordinación con las diferentes asignaturas del currículum académico, para el desarrollo integral de la población estudiantil.

A continuación se presenta la forma como se concretan dichas ideas:



Es importante tener en cuenta que el proceso de enseñanza-aprendizaje no debe concretarse en una instrucción, el profesor /a, no solo debe enseñar conocimientos, sino que debe contribuir hacia una educación integral, está llamado a instruir y a educar, es decir, guiar y orientar sin descuidar su función específica encomendada.

De acuerdo con Lago y otros (2003) se educa a la persona entera y no solo una parte de la misma. Por esta razón el logro de los objetivos y la práctica educativa deberá estar incorporado e integrado en el ejercicio de la función docente y autenticada en el proyecto curricular de la educación técnica.

ASPECTOS METODOLÓGICOS DEL TALLER DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL

A continuación se presenta la propuesta metodológica, para incorporar elementos de la disciplina de Orientación, (contenidos, técnicas, otros aportes), a los programas de los Talleres Exploratorios, de la Educación Técnica III ciclo, del Ministerio de Educación Pública, mediante el desarrollo de talleres de Orientación Vocacional-Ocupacional.

De esta forma se brinda un aporte para que la practica de los Talleres Exploratorios propicie en los y las estudiantes un verdadero conocimiento de sí mismo/a, del medio, toma de decisiones, y el desarrollo de habilidades sociales.

Como parte de esta metodología se propone para el trabajo con los y las estudiantes, la construcción paulatina de Proyectos Personales de Formación y Empleo.

Es decir los Talleres Exploratorios constituyen una etapa previa, a una elección vocacional que los y las estudiantes realizan. Esta elección debe de ser planificada como un proyecto a futuro desde sétimo año.

Este tipo de proyecto, dirige a los y las estudiantes a elaborar, organizar y diseñar estrategias, las cuales les permitan aclarar dudas con respecto a ¿Qué?, ¿Para qué?, ¿Cómo?, y el ¿Por qué?, de determinado ámbito profesional, de esta manera cada quien se responsabiliza de su propio plan de acción.

El ***Proyecto Ocupacional*** es una herramienta metodológica, que permite a los y las estudiantes reflexionar acerca de sus capacidades, habilidades, aptitudes, recursos, intereses y ser crítico de las posibilidades del entorno. La construcción del mismo supone acciones de orientación concebidas como procesos de aprendizaje. (El Proyecto Ocupacional. Documento Preliminar. Programa FORMUJER, 2001).

Concebido como plan a nivel personal, se lleva a cabo en diferentes fases:

- 1. Autodiagnóstico:** Exploración Vocacional (revisión de expectativas, intereses, aptitudes, actitudes, habilidades, experiencias, competencias), para lo cual se brindan una serie de pautas que facilitan esta reflexión y análisis, ¿Qué es lo que quiero estudiar?, ¿En qué me gustaría trabajar?

Metas, Conocimiento de la Oferta Formativa.
- 2. Definición de Metas y Estrategias para su viabilidad:** Definición de objetivos y metas en términos de formación y trabajo, planificación de actividades para llevar a cabo el proyecto, en función de la situación personal y del contexto productivo.
- 3. Definición de Actividades:** Para la definición de estas actividades se debe de tomar en cuenta tiempo, recursos requeridos, modalidad de seguimiento y su organización. En esta etapa al igual que en las anteriores se estimulan una serie de competencias como por ejemplo: la planificación, el diseño de actividades a realizar en la consecución de estas metas y el empezar a gestionar recursos y actividades para llevar a cabo este plan.

El concepto de competencias, es muy importante. Existen muchas definiciones conceptuales acerca de este término, sin embargo en este documento se utiliza la definición elaborada por Guzmán 1999, en la cual señala lo siguiente: “No se trata de algo que una persona aprende para repetirlo después en el tiempo dentro de las mismas coordenadas. Es un aprendizaje que constituye un capital que la persona, con todo lo que es y tiene, pone en juego adaptativamente según las circunstancias en que se encuentre”.

Por lo tanto se plantea un trabajo de Orientación con los y las estudiantes, mediante el cual se estimulen en los y las jóvenes una serie de competencias que les permitan, no sólo a futuro incorporarse satisfactoriamente al Mercado

Laboral, sino desarrollar una serie de habilidades sociales y actitudes positivas, para ponerlas en practica, como lo señala la autora citada, adaptativamente en diferentes etapas de la vida.

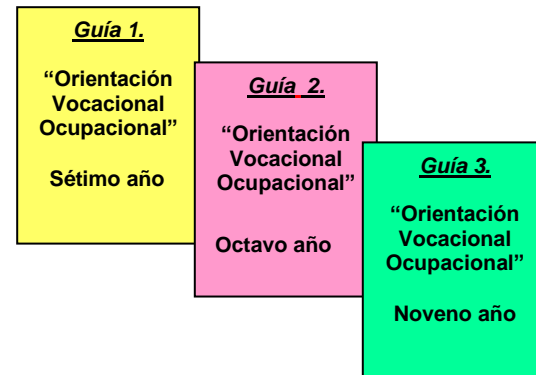
Se incorporan tres Guías de Orientación Vocacional-Ocupacional, con contenidos específicos para cada año de estudios, en las cuales se pretende que los y las estudiantes formulen sus proyectos de vida, dirigidos hacia la elección de un ámbito profesional, y futuro campo laboral.

Es decir una Guía de trabajo para estudiantes de sétimo año, otra para estudiantes de octavo y otra para estudiantes de noveno año.

El desarrollo de estas Guías se lleva a cabo mediante Talleres de Orientación, en el horario de los talleres, pero por sección (grupos completos), con la participación de los profesores y profesoras responsables de cada taller exploratorio, uno al inicio de cada trimestre.

Estas Guías se llevarán a la práctica mediante la Metodología de Taller, en la cual se proporcionan espacios para el análisis y la autorreflexión.

Además es importante destacar que al trabajar estas Guías de Orientación cada año, se estará brindando un adecuado seguimiento, un proceso de exploración Vocacional por parte de la población estudiantil, de tal forma que cuando los y las jóvenes estén en noveno año estén preparados /as para realizar una toma de decisiones.



OBJETIVOS

Para que se cuente con una herramienta metodológica que apoye el quehacer profesional de los Orientadores /as, profesores /as, brindando la oportunidad a las personas participantes, se plantean los siguientes objetivos:

- Facilitar un proceso de Orientación Vocacional en los y las estudiantes, el cual contribuya en el desarrollo personal y en la toma de decisiones a nivel personal y profesional.
- Brindar a los y las estudiantes herramientas, que contribuyan en la definición y construcción de un Proyecto Vocacional – Ocupacional.
- Acompañar a los y las estudiantes, en su proceso de enseñanza y aprendizaje, retos del estudio y capacitación técnica.
- Contribuir hacia una integración del currículo de los talleres exploratorios, en el cual se tome en cuenta aspectos formativos, de índole socio afectiva.

ASPECTOS A CONTEMPLAR EN LAS GUIAS DE ORIENTACIÓN



Cronograma.

A continuación se presenta un cronograma para el desarrollo de los Talleres de Orientación, en un Colegio Técnico Profesional, modalidad “Talleres Exploratorios”

<i>Talleres de Orientación</i>	<i>Temas propuestos Primer Trimestre</i>	<i>Temas propuestos Segundo Trimestre</i>	<i>Temas propuestos Tercer Trimestre</i>
<i>1.Sétimo año</i>	Taller N0.1 de Orientación Autoconcepto, Autoestima, Intereses y Actitudes.	Taller N0. 2 de Orientación Habilidades Sociales, Resolución de conflictos, Metas (corto, mediano y largo plazo).	Taller N0. 3 de Orientación Trabajo y Áreas Ocupacionales
<i>2.Octavo año</i>	Taller N0. 1 de Orientación Autoconcepto, Autoestima, Intereses, Actitudes, Aptitudes.	Taller N0. 2 de Orientación Habilidades Sociales, Resolución de Conflictos, Toma de Decisiones, Proyecto Ocupacional.	Taller N0. 3 de Orientación Trabajo y Áreas Ocupacionales.
<i>3.Noveno año</i>	Taller N0. 1 de Orientación Autoestima, actitudes e Intereses.	Taller N0. 2 de Orientación Toma de Decisiones, Resolución de Conflictos, Proyecto Ocupacional.	Taller N0. 3 de Orientación Opciones Educativas y Ocupacionales, Metas.

Matriz de Responsabilidades.

El trabajo es en equipo: Departamento de Orientación, profesores y profesoras del área técnica, alumnos y alumnas y Dirección.

No	Nombre de la Tarea	Responsables
1	Coordinación del Proyecto a nivel Institucional.	Departamento de Orientación.
2	Asesoramiento a los Profesores /as del área técnica.	Departamento de Orientación.
3	Aplicación de las Guías de Orientación.	Profesores /as, Orientadores y Orientadoras.
4	Seguimiento y acompañamiento a los y las estudiantes	Dirección, Coordinador con la Empresa, Coordinador área Técnica, Departamento de Orientación, Profesores/ Profesoras.

PLANEAMIENTO PEDAGÓGICO DE LOS Y LAS DOCENTES

1. PLAN ANUAL POR SUB-AREA

Es un cronograma que consiste en un detalle del tiempo, distribuido entre los meses y semanas que componen el curso lectivo, que se invertirán en el desarrollo de las diferentes unidades de estudio que integran cada uno de los talleres exploratorios, así como sus respectivos objetivos. Para su confección se deben tener en cuenta los siguientes criterios:

- Destacar los valores y actitudes que se fomentarán en la unidad de estudio durante el desarrollo de la misma.
- Mostrar las horas que se destinarán a cada unidad de estudio que conforman el taller exploratorio y la secuencia lógica de las mismas.
- Mostrar las horas que se le destinaran a cada objetivo que conforman la unidad de estudio y la secuencia lógica de los mismos.
- Contemplar la lista de materiales y / o equipo que debe aportar la institución para el desarrollo del programa.

“Este plan se le debe entregar al Director o Directora al inicio del curso lectivo”.

2. PLAN DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA POR SUB-AREA

Este plan debe ser preparado por unidad de estudio. Es de uso diario y **debe** ser entregado al Director o Directora, en el momento que este juzgue oportuno, para comprobar que el desarrollo del mismo sea congruente con lo planificado en el plan anual que se preparó al inicio del curso lectivo. Se debe usar el siguiente esquema:

Plan de Práctica Pedagógica

Colegio:			
Modalidad:		Taller Exploratorio :	
Unidad de Estudio:		Año:	Nivel:
		Tiempo Estimado:	
Objetivo General:			

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	VALORES Y ACTITUDES	CRITERIOS DE EVALUACION	Tiempo Estimado en Horas

Los Objetivos deben especificarse de acuerdo con los contenidos señalados en el programa de estudio y guardar concordancia horizontal con los contenidos, los procedimientos y los aprendizajes por evaluar.

Se deben incluir los procedimientos del o la docente, especificando los métodos y técnicas didácticas, así como las prácticas a desarrollar. En este apartado debe incluirse además el o los temas transversales de acuerdo con el objetivo de estudio en la oportunidad detectada por el o la docente.

Además de incluir el valor y actitud que está asociado con los objetivos generales, en el programa de estudio, se debe indicar, en la columna de procedimientos, las acciones que se van a desarrollar para su fortalecimiento.

Los aprendizajes por evaluar se refieren a objetivos evaluables; son productos que se pueden observar y medir. El logro de estos objetivos evaluables permitirá a los y las docentes dar seguimiento al progreso individual de los y las estudiantes y realimentar el proceso de aprendizaje, cuando así se requiera. Los aprendizajes por evaluar son la base para elaborar pruebas teóricas o de ejecución, ya que en ellos se refleja el producto final esperado en cada objetivo.

SUGERENCIAS GENERALES PARA LA EVALUACION

La evaluación es un elemento constitutivo de todo proceso educativo. El Taller Exploratorio, provee a los y las estudiantes de conocimientos prácticos, concretos y aplicables a la vida diaria, como un valor agregado, por lo tanto, requiere que las actividades evaluativas permitan, reorientar, realimentar y fortalecer el proceso de aprendizaje.

Por consiguiente, la evaluación del Taller Exploratorio ha de convertirse en una experiencia más de aprendizaje, de manera que culmine el proceso vivido.

A continuación, se ofrecen algunas consideraciones y sugerencias respecto de esta importante tarea:

- La evaluación debe ser diagnóstica y formativa. Es decir, al inicio del proceso ha de ubicarse a los y las estudiantes, según su condición en cuanto a ciertos conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y aptitudes, así como ha de darse seguimiento al proceso de aprendizaje para rectificar el quehacer, fortalecer los logros y señalar el progreso, para estimular la adquisición de nuevos conocimientos.
- La evaluación del Taller Exploratorio, por ser dinámico y continua, ha de permitir la valoración cualitativa de los aprendizajes, por lo cual requiere de acciones participativas, innovadoras, variadas que superen las prácticas tradicionales repetitivas y rutinarias.
- Para que se cumpla con la realimentación del proceso de aprendizaje en este caso particular, han de utilizarse instrumentos y técnicas adecuadas, que permitan la materialización de lo propuesto y no cambiar el rumbo del Taller Exploratorio.
- Pueden utilizarse instrumentos tales como listas de cotejo, escalas de calificación, registro anecdótico, pruebas de ejecución entre otras, que permitan la evaluación cuantitativa del logro de los objetivos. Con ellos han de registrarse también las virtudes, limitaciones, inclinaciones y la vocación del discente para una especialidad a fin, de manera que sirva de indicador posterior.
- Esta debe armonizar con un proceso de enseñanza y aprendizaje formador, activo, continuo, dinámico y participativo, para el logro de los objetivos propuestos.

CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS

TALLER EXPLORATORIO

NOVENO AÑO

TALLER EXPLORATORIO

SALUD OCUPACIONAL



ESTRUCTURA CURRICULAR DEL TALLER EXPLORATORIO SALUD OCUPACIONAL

NOMBRE DEL TALLER	NIVEL			TOTAL DE HORAS
	SETIMO	OCTAVO	NOVENO	
SALUD OCUPACIONAL	-	-	4	160
TOTAL DE HORAS			4	160

UNIDADES DE ESTUDIO DE LOS TALLERES EXPLORATORIOS

NOMBRE DEL TALLER	NIVEL		
	SETIMO	OCTAVO	NOVENO
SALUD OCUPACIONAL			<ul style="list-style-type: none"> • Orientación vocacional (12 horas) • Ergonomía (32 horas) • Riesgos eléctricos (32 horas) • Primeros auxilios (48 horas) • Igneología (36 horas)

MAPA CURRICULAR DEL TALLER EXPLORATORIO SALUD OCUPACIONAL

TALLER EXPLORATORIO	UNIDAD DE ESTUDIO	OBJETIVOS
Salud Ocupacional	Ergonomía	<ul style="list-style-type: none"> Aplicar los conceptos, clasificaciones determinantes del desarrollo de ergonomía en acciones cotidianas. Describir los principios relacionados con la ergonomía en diferentes entornos del área de trabajo. Utilizar métodos relacionados con la ergonomía.
	Riesgos eléctricos	<ul style="list-style-type: none"> Identificar los conceptos, características y riesgos que se asocian al trabajo con electricidad. Reconocer accesorios y dispositivos de seguridad laboral. Describir las estrategias y procedimientos seguros para el trabajo con electricidad.

TALLER
EXPLORATORIO

UNIDAD
DE ESTUDIO

OBJETIVOS

Salud Ocupacional

Primeros auxilios

Igneología

Describir los elementos relacionados con los primeros auxilios.
Identificar los elementos que intervienen en el proceso de los primeros auxilios.
Aplicar las estrategias y técnicas de intervención o atención de diferentes situaciones de emergencia.
Ejemplificar maniobras adecuadas en caso de una obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño.
Aplicar primeros auxilios que se deben usar ante el sangrado de un paciente.
Reconocer la importancia de las buenas prácticas en procesos de reanimación cardiopulmonar y pacientes en estado de shock.

Identificar los conceptos, características y elementos que intervienen en el diseño e implementación de acciones preventivas y correctivas.
Explicar las técnicas y procedimientos de extinción y prevención de incendios.

DESCRIPCIÓN

TALLER EXPLORATORIO

SALUD OCUPACIONAL

Para trabajar con eficiencia, es necesario estar en buenas condiciones de salud, pero desafortunadamente en muchas ocasiones, el trabajo contribuye a deteriorar la salud del individuo al exponerlo a diferentes factores de riesgo que favorecen la aparición de enfermedades profesionales y accidentes de trabajo, los cuales influyen en el estado y la capacidad tanto física como mental del individuo y además en el proceso productivo.

Las condiciones de vida de los trabajadores quienes son el motor del país, dependen en gran parte de un óptimo ambiente laboral, su análisis constante permite la detección de los diferentes factores de riesgo, los cuales se constituyen en un elemento nocivo para la salud del trabajador. De esta manera se hace necesario que los estudiantes puedan conocer la importancia de aplicar la salud ocupacional e cualquier campo de trabajo en el que se vayan a desenvolver, con miras a convertirse posteriormente en parte de la población trabajadora.

Este Taller Exploratorio está integrada por cuatro unidades de estudio: Ergonomía, Riesgos Eléctricos, Primeros auxilios e Igneología. Se desarrollan durante 4 horas por semana y se caracteriza por ser un curso teórico-práctico.

La unidad de Ergonomía, tiene como propósito fundamental que el estudiante logre explicar algunas de las maneras en que se puede utilizar la ergonomía para mejorar las condiciones laborales y de salud.

La unidad de Riesgos Eléctricos tiene como finalidad, que el estudiante logre identificar los conceptos, características y riesgos que se asocian al trabajo con electricidad y describir las estrategias y procedimientos seguros para el trabajo con electricidad.

La unidad de Primeros Auxilios, tiene como propósito fundamental que el estudiante aplique las estrategias y técnicas de intervención o atención de diferentes situaciones de emergencia y reconozca la importancia de las buenas prácticas en procesos de reanimación cardiopulmonar y pacientes en estado de shock.

La unidad de Igneología tiene como finalidad, que el estudiante logre Identificar los conceptos, características y elementos que intervienen en el diseño e implementación de acciones preventivas y correctivas y pueda explicar las técnicas y procedimientos de extinción y prevención de incendios

OBJETIVOS GENERALES DEL TALLER EXPLORATORIO

Desarrollar en el o la estudiante los conocimientos, habilidades y destrezas para:

- Utilizar métodos relacionados con la ergonomía.
- Describir las estrategias y procedimientos seguros para el trabajo con electricidad.
- Ejemplificar maniobras adecuadas en caso de una obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño.
- Explicar las técnicas y procedimientos de extinción y prevención de incendios.

PROGRAMA DE ESTUDIO Tercer Ciclo

Modalidad: Comercial y Servicios	Taller exploratorio: Salud Ocupacional
Unidad de estudio: Ergonomía	Tiempo estimado: 32 horas

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Aplicar los conceptos, clasificaciones determinantes del desarrollo de ergonomía en acciones cotidianas. 	<ul style="list-style-type: none"> Conceptos básicos: <ul style="list-style-type: none"> Salud Enfermedad Trabajo Ambiente de trabajo Prevención Salud Ocupacional Accidente Ergonomía Aplicación de ergonomía en diversas áreas Influencia de ergonomía para trabajar con equipos 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de conceptos básicos. Descripción de las características de un trabajo adecuado. Ilustración de la influencia de la ergonomía en el trabajo con equipos. Demostración del procedimiento para aplicar la ergonomía en diversas áreas. 	<ul style="list-style-type: none"> Solidaridad: unión y colaboración mutua para conseguir un fin común 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplica los conceptos, clasificaciones determinantes del desarrollo de ergonomía en acciones cotidianas.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Describir los principios relacionados con la ergonomía en diferentes entornos del área de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Principios ergonómicos: <ul style="list-style-type: none"> • Todo al alcance • Realizar el trabajo de acuerdo con la altura correcta. • La forma de agarre. • Postura correcta • Reducción de repeticiones excesivas. • Minimizar la fatiga • Minimizar la presión directa • Ajuste y cambio de postura • Disposición de espacios y accesos • Ambiente de trabajo confortable. • Compresión de las señales, indicadores y controles • Organización de trabajo 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de los principios de la ergonomía. • Descripción de los principios de la ergonomía. • Aplicación mediante ejemplos de la vida cotidiana de los principios de la ergonomía. 	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad: unión y colaboración mutua para conseguir un fin común 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describe los principios relacionados con la ergonomía en diferentes entornos del área de trabajo.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar métodos relacionados con la ergonomía. 	<ul style="list-style-type: none"> Métodos evaluación puestos de trabajo <ul style="list-style-type: none"> Concepto Usos Tipos <ul style="list-style-type: none"> OWAS RULA LEST NIOSH Método cinético levantamiento de cargas. <ul style="list-style-type: none"> Concepto Características Usos Aplicaciones Procedimiento para el correcto levantamiento de cargas 	<ul style="list-style-type: none"> Identificación del concepto y usos de los métodos. Descripción de características de los diferentes métodos de evaluación de puestos de trabajo. Utilización del método OWAS para realizar evaluaciones de puestos. Realización de recomendaciones según el resultado de la evaluación Ilustración del procedimiento correcto para el levantamiento manual de cargas. Realización de prácticas utilizando diferentes cargas. 	<ul style="list-style-type: none"> Solidaridad: unión y colaboración mutua para conseguir un fin común 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Utiliza métodos relacionados con la ergonomía.

Modalidad: Comercial y Servicios	Taller exploratorio: Salud Ocupacional
Unidad de estudio: Riesgos eléctricos	Tiempo estimado: 32 horas

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Identificar los conceptos, características y riesgos que se asocian al trabajo con electricidad 	<ul style="list-style-type: none"> Electricidad: <ul style="list-style-type: none"> Concepto Características La corriente eléctrica y el cuerpo humano. Accidentes que causan 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de electricidad. Identificación de las características de la electricidad. Descripción de la relación y efectos que tiene la electricidad en el cuerpo humano. Clasificación de los tipos de lesiones que podrían causar los riesgos eléctricos. 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad: conciencia acerca de las consecuencias que tiene todo lo que hacemos o dejamos de hacer 	Cada estudiante: <ul style="list-style-type: none"> Identifica los conceptos, características y riesgos que se asocian al trabajo con electricidad.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Reconocer accesorios y dispositivos de seguridad laboral. 	<ul style="list-style-type: none"> Accesorios y dispositivos de seguridad laboral. <ul style="list-style-type: none"> Conceptos Características Usos y aplicaciones Importancia 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de conceptos relacionados con los accesorios y dispositivos de seguridad laboral para el trabajo con electricidad. Identificación de las características de los accesorios y los dispositivos de seguridad laboral. Descripción de las formas de utilización de los accesorios y dispositivos de seguridad laboral para el trabajo con electricidad. 	<ul style="list-style-type: none"> Solidaridad: unión y colaboración mutua para conseguir un fin común 	Cada estudiante: <ul style="list-style-type: none"> Reconoce los accesorios y dispositivos de seguridad laboral.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Describir las estrategias y procedimientos seguros para el trabajo con electricidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias y procedimientos seguros: <ul style="list-style-type: none"> • Concepto • Estrategias • Usos y aplicaciones • Herramientas y dispositivos de seguridad 	<ul style="list-style-type: none"> • Definición de conceptos relacionados con las estrategias y procedimientos seguros en trabajos con la electricidad • Descripción de los usos e importancia de los procedimientos seguros en trabajos con la electricidad • Ejemplificación del uso de accesorios y dispositivos de seguridad laboral en lugares con exposición eléctrica 	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad: unión y colaboración mutua para conseguir un fin común 	Cada estudiante: <ul style="list-style-type: none"> • Describe las estrategias y procedimientos seguros para el trabajo con electricidad.

Modalidad: Comercial y Servicios	Taller exploratorio: Salud Ocupacional
Unidad de estudio: Primeros auxilios	Tiempo estimado: 48 horas

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Describir los elementos relacionados con los primeros auxilios. 	<ul style="list-style-type: none"> • Primeros auxilios: <ul style="list-style-type: none"> • Concepto. • Características. • Equipos , materiales y herramientas : <ul style="list-style-type: none"> • Vendas • Esparadrapo • Apósitos • férulas • férula rígida de espalda • Cinturón araña • Botiquín de primeros auxilios • Esfigmomanómetro • Estetoscopio. • Vendajes. • Otros. • Botiquín de primeros auxilios. 	<ul style="list-style-type: none"> • Definición de conceptos básicos relacionados con los primeros auxilios. • Identificación de las características de los equipos a utilizar para aplicar los primeros auxilios. • Descripción de las funciones que cumplen los diferentes equipos utilizados para la aplicación de los primeros auxilios. • Ilustración de los componentes del botiquín de primeros auxilios, según especificación de reglamentos en Salud Ocupacional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Laboriosidad: esfuerzo que se realiza para conseguir algo por uno mismo o con la ayuda de los demás 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describe los elementos relacionados con los primeros auxilios

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Identificar los elementos que intervienen en el proceso de los primeros auxilios. 	<ul style="list-style-type: none"> Área de competencia. Aspectos legales y éticos. <ul style="list-style-type: none"> Derechos del paciente. Deberes del rescatador. Cualidades del rescatador. 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de las áreas de competencia de los primeros auxilios. Descripción de las formas y estrategias de intervención en la aplicación de primeros auxilios. Identificación de los deberes del rescatador. Determinación de los derechos del paciente. Explicación la importancia de los principios éticos en la prestación de los primeros auxilios. 	<ul style="list-style-type: none"> Laboriosidad: esfuerzo que se realiza para conseguir algo por uno mismo o con la ayuda de los demás 	Cada estudiante: <ul style="list-style-type: none"> Identifica los elementos que intervienen en el proceso de los primeros auxilios.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar las estrategias y técnicas de intervención o atención de diferentes situaciones de emergencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Procedimientos para la atención y revisión preliminar de la persona accidentada. • Conciencia • Respiración • Signos vitales • Estado físico • Otros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Definición de los conceptos básicos que intervienen en la atención primaria. • Determinación del estado de conciencia del paciente. • Identificación de la estabilidad del paciente en la respiración. • Descripción de las formas y estrategias de intervención en la toma de signos vitales. • Identificación del estado físico del paciente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Laboriosidad: esfuerzo que se realiza para conseguir algo por uno mismo o con la ayuda de los demás 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplica las estrategias y técnicas de intervención o atención de diferentes situaciones de emergencia.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Ejemplificar maniobras adecuadas en caso de una obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño. 	<ul style="list-style-type: none"> Obstrucciones por cuerpos extraños. Anatomía de la vía aérea. Maniobra Heimlich 	<ul style="list-style-type: none"> Definición del concepto de obstrucción de la vía aérea. Identificación de las partes anatómicas de la vía aérea. Descripción de la técnica adecuada utilizada para la maniobra OVACE. Aplicación de la técnica adecuada de la maniobra OVACE. 	<ul style="list-style-type: none"> Laboriosidad: esfuerzo que se realiza para conseguir algo por uno mismo o con la ayuda de los demás 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ejemplifica maniobras adecuadas en caso de una obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Aplicar primeros auxilios que se deben usar ante el sangrado de un paciente. 	<ul style="list-style-type: none"> Control de sangrados Sangrados Internos <ul style="list-style-type: none"> Tipos. Técnica para la atención acorde al tipo de sangrado. Sangrados Externos <ul style="list-style-type: none"> Causas Protocolo de atención 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de los conceptos básicos relacionados con las heridas Explicación de los equipos y materiales requeridos para la atención de los diferentes tipos de sangrados. Ilustración de los procedimientos para la atención de los diferentes tipos de sangrados. Ejemplificación de las técnicas para el tratamiento previo de los sangrados. 	<ul style="list-style-type: none"> Laboriosidad: esfuerzo que se realiza para conseguir algo por uno mismo o con la ayuda de los demás 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplica primeros auxilios que se deben usar ante el sangrado de un paciente.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Reconocer la importancia de las buenas prácticas en procesos de reanimación cardiopulmonar y pacientes en estado de shock. 	<ul style="list-style-type: none"> Reanimación Cardiopulmonar <ul style="list-style-type: none"> Cadena de vida Enfermedades cardiorespiratorias Maniobra RCP <ul style="list-style-type: none"> Adultos Lactantes Shock <ul style="list-style-type: none"> Tipos <ul style="list-style-type: none"> Signos Síntomas Tratamiento 	<ul style="list-style-type: none"> Definición los conceptos básicos relacionados con reanimación cardiopulmonar Descripción de las formas y estrategias de intervención en la aplicación del RCP. Ilustración de los procedimientos para la atención del RCP acorde al tipo de paciente. Explicación de los equipos y materiales requeridos para la atención de los diferentes tipos de shock. Ilustración de los procedimientos para la atención de los diferentes tipos de shock. 	<ul style="list-style-type: none"> Laboriosidad: esfuerzo que se realiza para conseguir algo por uno mismo o con la ayuda de los demás 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Reconoce la importancia de las buenas prácticas en procesos de Reanimación cardiopulmonar y pacientes en estado de shock.

Modalidad: Comercial y Servicios	Taller exploratorio: Salud Ocupacional
Unidad de estudio: Igneología	Tiempo estimado: 36 horas

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Identificar los conceptos, características y elementos que intervienen en el diseño e implementación de acciones preventivas y correctivas. 	<ul style="list-style-type: none"> Igneología: <ul style="list-style-type: none"> Concepto Características Elementos del fuego: <ul style="list-style-type: none"> Oxígeno Combustible Calor Reacción en cadena Razones por las cuales ocurren los incendios. Intrínsecas de la edificación Exógenas de la edificación Propias de la carga del fuego. 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de conceptos relacionados con la igneología. Identificación de las principales características de la igneología. Ejemplificación de los elementos del fuego 	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad de corresponder a quien le ha procurado algún bien o beneficio. 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifica los conceptos, características y elementos que intervienen en el diseño e implementación de acciones preventivas y correctivas.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar diferentes equipos de extinción de incendios para casos específicos. 	<ul style="list-style-type: none"> Tipos de fuego. <ul style="list-style-type: none"> Fuegos clase A Fuegos clase B Fuegos clase C Otros tipos de fuego Extinción del fuego. Prevención de incendios. 	<ul style="list-style-type: none"> Definición de diferentes tipos de fuego. Descripción de la utilización de cada tipo de extintor, dependiendo del tipo de fuego. Ejemplificación del uso de los diferentes equipos de extinción de incendios. 	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad de corresponder a quien le ha procurado algún bien o beneficio. 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Utiliza diferentes equipos de extinción de incendios para casos específicos.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS	ACTITUDES Y VALORES	CRITERIOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Explicar las técnicas y procedimientos de extinción y prevención de incendios. 	<ul style="list-style-type: none"> Medidas de prevención. <ul style="list-style-type: none"> Disposiciones Conceptos básicos en la aplicación de un Plan de Emergencia. Sistemas de Protección contra incendios. Sistemas de Extinción: <ul style="list-style-type: none"> Red seca y húmeda. Sistemas automáticos de detección y extinción. Extintores portátiles. 	<p>Definición de medidas de prevención de incendios.</p> <p>Identificación de las principales características de un plan de emergencia.</p> <p>Explicación de los sistemas de protección contra incendios.</p> <p>Ejemplificación de los diferentes sistemas de extinción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad de corresponder a quien le ha procurado algún bien o beneficio. 	<p>Cada estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Explica las técnicas y procedimientos de extinción y prevención de incendios.

BIBLIOGRAFÍA

- Barquero F. Lisandro. (1995). Normas de Seguridad Laboral en el uso de equipo de confección textil. San José, Costa Rica.: Instituto Nacional de Aprendizaje.
- Barrantes, Ana y Bravo, Roberto. (1991). Salud Ocupacional. UNED, San José, Costa Rica.
- Chaves Donoso, Samuel. (1999). Re – pensando la Seguridad Laboral como ventaja competitiva. 2a. ed., San José, Costa Rica.: INS.
- Comisión Sindical de Salud Laboral. (1993). Antología de Salud Ocupacional II. San José, Costa Rica.: COSSAL.
- Consejo de Salud Ocupacional. Riesgos del trabajo. Ley y Reglamento Modificado. San José, Costa Rica.: CSO, sf.
- Consejo Interamericano de Seguridad Laboral. Manual de Prevención de Accidentes para operaciones industriales. Editorial MAFRE. España.
- Ergo Tech Incorporated, (1990). Manual de Ergonomía.
- Factores psicosociales en el trabajo. (1987). Organización Internacional del Trabajo – OIT. Primera edición.
- Herrero Hermanos, Manual de Adiestramiento No. 78. Seguridad Laboral Industrial. Editores Sucs. S.A.
- Instituto de Normas Técnicas de Costa Rica. Norma INTE No. 31-07-02-97, Señalización de Seguridad Laboral e Higiene en los Centros de Trabajo. San José, Costa Rica
- Instituto Nacional de Seguridad Laboral e Higiene en el Trabajo. (1990). Condiciones de trabajo. Segunda Edición. Barcelona, España.
- Instituto Nacional de Seguridad Laboral e Higiene en el Trabajo. (1990). Ergonomía. Segunda Edición. Barcelona, España.
- Instituto Nacional de Seguridad Laboral e Higiene en el Trabajo. (1990). Higiene Industrial. Segunda Edición. Barcelona, España.
- Instituto Nacional de Seguridad Laboral e Higiene en el Trabajo. (1990). Medicina del Trabajo. Segunda Edición. Barcelona, España.
- Instituto Nacional de Seguridad Laboral e Higiene en el Trabajo. (1990). Seguridad Laboral en el trabajo. Segunda Edición. Barcelona, España.
- Instituto Nacional de Seguridad Laboral e Higiene Laboral ERGA, (1999). Formación Profesional.
- Instituto Nacional de Seguros, Normas Técnicas para la Prevención de Riesgos Laborales, Tomo II. San José, Costa Rica
- Instituto Nacional de Seguros. Aspectos básicos sobre Seguridad Laboral y salud en el trabajo. INS, s.l., s.f.

- Instituto Nacional de Seguros. Compendio de Reglamentos sobre salud y Seguridad Laboral en el trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Folleto: Como prevenir un incendio. San José, Costa Rica.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-.02-97. Sistemas de protección y dispositivos de Seguridad Laboral en maquinaria, equipos y accesorios en los centros de trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-01-97. Seguridad Laboral de las máquinas. Distancia mínima para evitar el aplastamiento de partes del cuerpo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-03-97. Prevención técnica de accidentes en máquinas y equipos – diseño o adaptación de los sistemas y dispositivos de protección, riesgos en función de los movimientos. Mecánicos. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-04-97. Protectores y dispositivos de Seguridad Laboral en máquinas que operan en lugares fijos. Tipos y características. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-05-97. Seguridad Laboral de las máquinas. Distancia para impedir que alcancen zonas peligrosas con los miembros superiores. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-06-97. Conceptos básicos. Principios generales para el diseño. Parte 1: terminología básica, metodología. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-04-07-97. Conceptos básicos. Principios generales para el diseño. Parte 2: Principios y especificaciones técnicas. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-05-01-97. Requisitos ergonómicos para trabajos de oficina con pantallas de visualización de datos (pvd). Parte 1: Introducción general (ISO 9241-1). INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-05-02-97. Señales y avisos de Seguridad Laboral e higiene. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-07-01-97. Seguridad Laboral – colores y su aplicación. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-08-021-97. Determinación del nivel sonoro continuo equivalente, al que se exponen los trabajadores de centros de trabajo.. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-08-06-97. Condiciones de iluminación que deben de tener los centros de trabajo INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-01-97. Registro, clasificación y estadística de lesiones de trabajo. INS, s.l., s.f.

- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-06-97. Constitución, registro y funcionamiento de las comisiones de Seguridad Laboral e higiene en los centros de trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-10-97. Guía para la inspección de las condiciones de higiene y Seguridad Laboral en el trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-14-97. Condiciones de Seguridad Laboral e higiene para la estiba y desestiba de los materiales en los centros de trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-15-97. Manejo de materiales y equipo. Medidas generales de Seguridad Laboral. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-16-97. Seguridad Laboral e higiene en los centros donde se genere ruido. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Normas sobre sistemas de gestión preventiva de riesgos laborales. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Prevención en la industria de la confección de prendas. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Principios de ergonomía. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. (1998). Manual de condiciones y medio ambiente de trabajo. INS, s.l.
- Instituto Nacional de Seguros. (1998). Norma técnica para la prevención de riesgos laborales, San José, Costa Rica.
- Instituto Nacional de Seguros. Dirección de Seguros Solidarios: Principios de Ergonomía. San José, Costa Rica
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-05-02-97. Requisitos ergonómicos para trabajos de oficina con pantallas de visualización de datos (pvd). Parte 1: Guía para los requisitos de tarea. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-05-03-97. Factores humanos. Fundamentos ergonómicos para el diseño de sistemas de trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-06-01-97. Principios generales para la selección y uso del equipo de protección personal en los centros de trabajo. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-06-02-97. Cinturones y arneses de Seguridad Laboral para protección personal. INS, s.l., s.f.
- Instituto Nacional de Seguros. Norma técnica INTE 31-09-09-97. Guía para la elaboración del programa de higiene y Seguridad Laboral industrial. INS, s.l., s.f.
- Introducción a las condiciones y el medio ambiente de trabajo, (1987). Organización Internacional del Trabajo – OIT. Primera Edición.
- Llaneza, F. Javier. (1999). La ergonomía, el ergónomo y lo ergonómico, en Boletín Digital Factores Humanos No. 19, Abril, Telefónica ID, España, <http://www.tid.es/presencia/boletin/bole19/art004.htm>

- María J.L. (1977). Cómo se proyecta una vivienda. España: Editorial Gili S.A.
- Organización Internacional del Trabajo. (1999). Enciclopedia de Salud y Seguridad Laboral en el Trabajo, Volumen III, Tercera Edición.
- Pinto, Angel Alberto, et. Al. (1993). Antología de Salud Ocupacional. San José, Costa Rica, Consejo de Salud Ocupacional – Ministerio de Educación Pública.
- Richter, H.P. (1986). Manual práctico de instalaciones eléctricas. México, D.F., segunda edición en español de la duodécima en inglés, Cía. Editorial Continental.
- Sanz Meriniero, José A. Las normas técnicas ISO 9241 y EN 29241 sobre pantallas de visualización, en Boletín Digital Factores Humanos No. 14, Agosto de 1997, Telefónica ID, España, <http://www.tid.es/presencia/boletin/bole14/articu/tecnicas4.htm>
- Seoanez, Mariano. (1999). Ingeniería del medio ambiente. Ediciones Mundiprensa, Segunda edición, Madrid, España.
- Serrano, Ricardo. (1996). Inspección de higiene y Seguridad Laboral en el trabajo. Guatemala, Marzo.
- Tamborero del Pino, José María. Herramientas Manuales (I, II y III): Condiciones generales de Seguridad Laboral.
- Valverde Kopper, Mercedes. (1990). Legislación Laboral, Ley sobre Riesgos del Trabajo. San José: EUNED.