

# CICLO DE CONFERENCIAS UNA TELETRABAJA: Cambio y adaptación en el marco del Día internacional del teletrabajo

Jueves 17 de setiembre de 2020, 2:00 pm. (hora de Costa Rica)

**Tema:**  
**Ergonomía durante el Teletrabajo: cómo mantener o mejorar mi salud**

Inscripción

[https://una-cr.zoom.us/webinar/register/WN\\_ffMbDyhOSDydFOd056vfaw](https://una-cr.zoom.us/webinar/register/WN_ffMbDyhOSDydFOd056vfaw)



Expositora: Ing. Cindhi Zamora Zamora

Posee una licenciatura Ingeniería Seguridad Laboral e Higiene Ambiental, Instituto Tecnológico de Costa Rica (TEC). Máster Prevención y Protección de Riesgos Laborales, especialidad Ergonomía y Psicosociología, Universidad Alcalá de Henares y OISS. Es egresada Maestría Académica en Salud Integral y Movimiento Humano, Universidad Nacional de Costa Rica (UNA).

Es ingeniera en Seguridad Laboral e Higiene Ambiental, Área de Salud Ocupacional, Caja Costarricense de Seguridad Social. Experiencia académica en las Maestría en Salud Ocupacional, TEC-UNA y en Maestría Medicina del Trabajo, Universidad de Ciencias Médicas (UCIMED). Experta en temas de salud ocupacional.

## Descripción general

El teletrabajo ha sido una medida implementada ante la alerta sanitaria por coronavirus (COVID-19), de manera temporal e indefinida por la totalidad de la jornada, en aquellos puestos que son susceptibles a esta modalidad a nivel país y mundial.

Esta situación ha hecho que instituciones o empresas con modalidad de te amplió la modalidad ordinaria del teletrabajo, a todo el sector laboral que pudiera realizarlo, como una medida preventiva, complementaria y necesaria para mitigar la propagación del COVID-19 y proteger la salud de sus personas trabajadoras. Este webinar presentará entre otros aspectos, información referente a prevención de riesgos laborales durante el teletrabajo, dando énfasis a la identificación de los factores de riesgo ergonómicos y cómo se puede adaptar el puesto y condiciones de trabajo a las características de cada persona, de forma tal, que permita mantener o mejorar su salud.



TELETRABAJO  
UNIVERSIDAD NACIONAL  
COSTA RICA



IMDGC  
PROGRAMA DE INNOVACION METODOLOGICA  
PARTICIPACION Y GESTION DEL CONOCIMIENTO



INTERNATIONAL WORK  
TRANSFORMATION  
ACADEMY



30 años de  
integración y  
convergencia  
1990 - 2020



tw.solutions  
Revolucionando la forma de trabajar...



INTERACTUEMOS  
DERECHO  
TECNOLOGIA  
CIENCIA



SEGURO SOCIAL  
COSTA RICA