



NORMATIVA TÉCNICA SOBRE CARGA MENTAL

UNE-EN ISO 10075-1:2001. Principios ergonómicos relativos a la carga de trabajo mental. Parte 1: Términos y definiciones generales

Su objetivo es definir una serie de términos relativos a la carga de trabajo mental (CTM), especialmente presión (stress) y tensión (strain) mental, así como las consecuencias de ésta última (no siempre negativas, por cierto) y también explicar las relaciones entre los conceptos que se han considerado.

UNE-EN ISO 10075-2:2001. Principios ergonómicos relativos a la carga de trabajo mental. Parte 2: Principios de diseño

Proporciona orientaciones básicas para el diseño de los sistemas de trabajo. Aunque considera que la CTM es el efecto de una interacción compleja de factores individuales, técnicos, organizativos y sociales, sólo trata del diseño de factores técnicos y organizativos.

Es importante resaltar tres puntuaciones: a) no se limita sólo a actividades que pudieran describirse como cognitivas o mentales en sentido estricto, sino que se refiere a toda clase de actividad profesional (incluso predominando la carga física); b) se dirige a todas aquellas personas implicadas en el diseño y utilización de sistemas de trabajo (proyectistas, empleadores y empleados); c) es de aplicación a sistemas de trabajo tanto nuevos como en uso.

UNE-EN ISO 10075-3:2005. Principios ergonómicos relativos a la carga de trabajo mental. Parte 3: principios y requisitos referentes a los métodos para la medida y evaluación de la carga de trabajo mental

Esta norma no propone un método o instrumento de evaluación o medida de la carga mental, sino que comenta los requisitos que deben cumplir este tipo de métodos o instrumentos.

Establece tres niveles de métodos de evaluación y medida en función del nivel de precisión: nivel 3, con fines orientativos; nivel 2, para discriminación; nivel 1, para medidas precisas.

Esta norma está prevista para ser empleada, fundamentalmente, por expertos en Ergonomía.



UNE-EN 614-1:2006+A1:2009. Seguridad de las máquinas. Principios de diseño ergonómico. Parte 1: Terminología y principios generales

Esta norma establece los principios ergonómicos a tener en cuenta en el proceso de diseño de las máquinas. En caso de no ser diseñador, puede ser interesante si Ud. va a adquirir una máquina y desea comprobar si la misma está diseñada conforme a tales criterios ergonómicos.

En nuestro ámbito específico de interés, la carga mental, resulta especialmente interesante el apartado dedicado a la "toma en consideración de las capacidades mentales de las personas". En este apartado se dan tanto una serie de consignas a la hora de diseñar las interacciones entre el operador y las máquinas, poniendo de manifiesto la importancia de considerar principios como los de adecuación a la tarea, autodescripción, tolerancia al error, etc.; así como orientaciones a la hora del diseño de las señales y controles.

UNE-EN 614-2:2001+A1:2008. Seguridad de las máquinas. Principios de diseño ergonómico. Parte 2: Interacciones entre el diseño de las máquinas y las tareas de trabajo

Esta parte de la norma EN 614, dice algo tan relevante como que *los aspectos físicos de las actividades del operador no son los únicos parámetros a tener en cuenta en el diseño de las máquinas y tareas. Las actividades del operador también incluyen la percepción y el tratamiento de la información, la determinación de estrategias, la toma de decisiones y la comunicación.*

De todos los interesantes aspectos que desarrolla destacaríamos, dentro del apartado que describe los principios de diseño de las tareas, el dedicado a las características de las tareas del operador bien diseñadas, donde menciona aspectos como prever un retorno suficiente e inteligible de información al operador sobre el desarrollo de la tarea, evitar toda sobrecarga o insuficiencia de carga de trabajo que pueda dar lugar a una innecesaria o excesiva tensión o fatiga, etc.