



# **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 puntualizaciones: 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.