

# LA ERGONOMÍA Y LOS ASIENTOS AUTOMOTRICES

La ergonomía en los asientos automotrices es una disciplina que se enfoca en diseñar y configurar los asientos de los vehículos de manera que proporcionen comodidad, soporte y seguridad adecuados para los conductores y pasajeros, minimizando el estrés físico y la fatiga durante los viajes. Un diseño ergonómico de los asientos no solo mejora la experiencia de conducción, sino que también contribuye a la seguridad vial al reducir la distracción y el malestar del conductor.

Algunos aspectos importantes de la ergonomía en los asientos automotrices incluyen:

**Soporte lumbar:** Los asientos deben proporcionar un buen soporte para la curva natural de la columna en la zona lumbar, evitando la fatiga y el dolor en la parte baja de la espalda. **1.**

**Regulables:** Los asientos deben ser ajustables en varios aspectos, como la inclinación, la altura y la distancia, para adaptarse a diferentes tipos de cuerpo y preferencias de los ocupantes. Asimismo, al peso y complejión de cada uno. **2.**

**Distribución de la presión:** Los asientos deben distribuir la presión de manera uniforme para prevenir la formación de puntos de presión incómodos o la restricción de la circulación sanguínea. **3.**

**Forma y contorno:** Los asientos deben tener un diseño ergonómico que siga las curvas naturales del cuerpo humano y brinde un buen soporte a las áreas clave, como los muslos, los hombros y la cabeza. **4.**

**Materiales y acolchado:** Los materiales y el acolchado utilizados en los asientos deben ser cómodos y duraderos. Deben resistir la deformación y el desgaste con el tiempo. **5.**

**Cabeceras:** Los asientos deben incluir apoyacabezas ajustables que eviten el latigazo cervical en caso de una colisión trasera y proporcionen soporte para el cuello durante la conducción. **6.**

**Ventilación y calefacción:** Algunos asientos cuentan con sistemas de ventilación y calefacción incorporados para mantener una temperatura cómoda y prevenir el sudor excesivo o el frío durante viajes largos. **7.**

**Sistemas de ajuste eléctrico:** Los asientos con sistemas de ajuste eléctrico permiten a los conductores y pasajeros encontrar la posición óptima con facilidad. **8.**

**Compatibilidad con sistemas de retención:** Los asientos deben ser diseñados teniendo en cuenta la correcta ubicación y funcionamiento de los sistemas de cinturones de seguridad y airbags. **9.**



La ergonomía en los asientos automotrices es esencial para la comodidad y la seguridad del conductor y los pasajeros. Un diseño adecuado de los asientos contribuye a reducir la fatiga, el estrés y la posibilidad de lesiones durante los viajes, lo que a su vez mejora la experiencia de conducción y la seguridad en la carretera. Los fabricantes de automóviles y diseñadores de asientos trabajan constantemente en la mejora de la ergonomía para crear asientos que satisfagan las necesidades y expectativas de los ocupantes.

## Puntos de revisión en el auto.

- Al llevar el auto para su mantenimiento, deberás asegurarte de que sean revisados los siguientes puntos: Acumulador, luces, filtros, frenos, neumáticos, amortiguadores, cadena de distribución, lubricante, refrigerante, limpiaparabrisas y sistema de escape. Te dará certidumbre de las condiciones de tu auto y evitará que sufras un accidente por alguna avería en uno de estos componentes.

## ¿QUÉ ES LA ERGONOMÍA Y EN QUÉ SE ESPECIALIZA?

La ergonomía es una disciplina que se centra en el diseño y la configuración de los espacios de trabajo, productos y sistemas para que se adapten de manera óptima a las capacidades, necesidades y características del ser humano. El objetivo principal de la ergonomía es mejorar la eficiencia, seguridad, comodidad y bienestar de las personas, tanto en entornos laborales como en otras actividades cotidianas.

La ergonomía busca optimizar la interacción entre las personas y su entorno, considerando factores como la anatomía, la fisiología, la psicología, la antropometría y la biomecánica. Su enfoque abarca una amplia gama de áreas, que incluyen el diseño de lugares de trabajo, herramientas, equipos, productos, sistemas de transporte, interfaces digitales y más.






### Algunos principios clave de la ergonomía incluyen:

- 1. ADAPTACIÓN AL USUARIO:** Los diseños deben tener en cuenta las características y habilidades de los usuarios para garantizar que sean funcionales y cómodos de usar.
- 2. REDUCCIÓN DE LA FATIGA Y EL ESTRÉS:** La ergonomía busca minimizar el esfuerzo físico y mental requerido para realizar tareas, lo que puede disminuir la fatiga y el estrés en los usuarios.
- 3. PREVENCIÓN DE LESIONES:** Los diseños ergonómicos pueden ayudar a prevenir lesiones por esfuerzo repetitivo, posturas incómodas y otros problemas relacionados con el trabajo.
- 4. EFICIENCIA:** Los diseños ergonómicos tienden a mejorar la eficiencia y productividad al reducir el tiempo y la energía necesarios para completar tareas.
- 5. MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA:** La ergonomía busca mejorar la calidad de vida de las personas al hacer que sus entornos y actividades sean más seguros, cómodos y satisfactorios.
- 6. ENFOQUE MULTIDISCIPLINARIO:** La ergonomía involucra conocimientos de diversas áreas, incluyendo ingeniería, diseño industrial, psicología, medicina y antropología, entre otros.

La ergonomía se aplica en una variedad de campos, como diseño de productos, diseño de interiores, diseño de automóviles, diseño de equipos médicos, diseño de espacios de trabajo, diseño de interfaces digitales y más. El objetivo es lograr un equilibrio entre las necesidades y capacidades humanas y las demandas del entorno o la tarea, lo que resulta en un diseño más efectivo y armonioso para mejorar la experiencia y el rendimiento de las personas.





|  |             |            |
|--|-------------|------------|
|   | Rayados     | 9,336.9 km |
|   | Charlotte   | 9,175.4 km |
|   | Querétaro   | 5,275 km   |
|   | Minnesota   | 4,617.9 km |
|  | Inter Miami | 2,116 km   |

## Monterrey es el equipo que más kilómetros ha viajado en la Leagues Cup

“ La logística ha jugado en contra de Monterrey y ha beneficiado a equipos como el LAFC que no han viajado. ”

Su participación en la Leagues Cup ha implicado que los clubes mexicanos hagan traslados algunos muy largos, y uno de ellos es Rayados que es, hasta el momento, es el participante de los que siguen con actividad, que más kilómetros ha recorrido para trasladarse de sede a sede. Y es que a punto de jugarse los Cuartos de Final del torneo entre la MLS y la Liga MX, es Monterrey el equipo que más kilometraje ha sumado para cumplir con sus participaciones en las sedes correspondientes, y lleva hasta el momento 9,336.9 km, ya contando el viaje a Los Ángeles para su próximo partido. Y el otro equipo que más traslados tiene es de la MLS y es Charlotte, el cual ha tenido que viajar 9,175.4 km, teniendo con los regios una diferencia muy pequeña entre lo que han recorrido entre ciudad y ciudad, y las distancias pueden seguir acumulándose en caso de que avancen a las rondas siguientes. Tanto Rayados como Charlotte son de los 'sobrevivientes' de la Leagues Cup que más han tenido que viajar para cumplir con sus compromisos.

## TIPS RO SHFRANS



## ¿Qué tipos de vestiduras existen?

- **Vestiduras de cuero:** La piel se trata de una de las tapicerías más utilizadas entre los coches de lujo. Se emplea para recubrir los asientos del coche y otras partes como las puertas o las empuñaduras de las manivelas.
- **Vestiduras de tela:** La tela es un tipo de tapicería muy recomendado para coches familiares. Por esto, es una de las tapicerías de coche más utilizada para los vehículos estándar y suele ser una característica de serie.
- **Vestiduras de vinilo:** El vinilo es el material intermedio entre la piel y la tela empleado principalmente en vehículos de gama media.

La piel es el material que más dura de entre todas las opciones. Soporta temperaturas altas y bajas, manchas de un gran número de sustancias y productos, y el desgaste ocasionado por el tiempo.

## DESENGRASANTE MULTIUSOS

Producto biodegradable de uso directo, diseñado para la remoción de manchas de grasa, aceite, suciedad y otros contaminantes; dejando las superficies limpias.

### Beneficios:

- Limpia eficientemente y sin maltratar las superficies, gracias a su fórmula que permite la fácil remoción de grasa o suciedad.
- Favorece la conservación del medio ambiente por su formulación biodegradable.
- Fácil enjuague que no deja residuos ni ralladuras debido a sus componentes no abrasivos.

