

PROBLEMAS ERGONÓMICOS:

Recomendaciones y propuestas de mejora

Usar técnicas de levantamiento adecuadas.

Usar ayudas para transportar materiales.

Situar las áreas de acopio cerca de la zona de trabajo.

Mejorar el agarre de los cubos mediante asideros o almohadillas.

PARA FACILITAR la manipulación manual de cargas



PARA REDUCIR esfuerzos y repetitividad

Emplear herramientas eléctricas en vez de manuales (lijadoras, batidoras, etc.).



Usar alargadores extensibles articulados.

Usar ayudas como plataformas elevadas o escaleras.

PARA FACILITAR el acceso a zonas elevadas (techos, paredes altas, etc.)



PARA FACILITAR el trabajo en zonas próximas al suelo (agachado de rodillas, etc.)

Usar rodilleras.

Usar plataformas rodantes.

Usar cuñas acolchadas.

