

¿Qué vamos a aprender?

- Principales riesgos ergonómicos asociados al puesto de solador.
- Recomendaciones ergonómicas para su mejora.

Solador

- Trabajador encargado de colocar y nivelar las baldosas en el suelo de la obra



Riesgos ergonómicos

- Posturas forzadas



- Manipulación de cargas pesadas



- Ruido



- Fuerzas elevadas



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas

Problemas

- Flexión elevada de tronco y brazos, y posturas forzadas en las piernas.
 - Plano de trabajo a ras de suelo (Rodillas y cuclillas).



Recomendaciones

- Cambiar de postura con frecuencia.
- Usar rodilleras, cuñas, taburetes, asientos para cubos.



- Uso de plataformas rodantes portátiles
- Realizar pausas y estiramientos cada 30 min



Problemas y recomendaciones

Manipulación manual de cargas

Problemas

- Levantamiento y transporte de baldosas.



Recomendaciones

- Evitar manipular varias baldosas a la vez y usar carros o traspaletas.
- No realizar todo el acopio de material de una sola vez.



- Utilizar una adecuada técnica de levantamiento.



- Usar guantes adecuados.



Problemas y recomendaciones

Manipulación manual de cargas

Problemas

- Aprovisionamiento de materiales: sacos, baldosas, capazos de mezcla, etc.



Recomendaciones

- Usar ayudas para llevar cajas de baldosas y sacos
- Situar las áreas de acopio lo más cercanamente posible a la zona de trabajo
- Utilizar elementos que faciliten el transporte de la mezcla
- Mejorar el agarre de los cubos



Problemas y recomendaciones

Ruido

Problemas

- Presencia de ruido debido al uso de herramientas eléctricas de corte en espacios cerrados.



Recomendaciones

- Realizar las tareas de corte en espacios abiertos y no hacerlas seguidas.
- Asegurarse de que las herramientas de corte están en buen estado.
- Utilizar protectores auditivos.



Problemas y recomendaciones

Realización de fuerza elevada y posturas forzadas

Problemas

- Relacionado con el uso de herramientas de corte (manuales o eléctricas).



- Golpear las baldosas para ajustarlas al suelo.



Recomendaciones

- Asegurarse de que las herramientas de corte estén en buen estado para realizar un esfuerzo menor.
- Usar un mazo de goma para realizar los ajustes.
- Realizar tareas de corte sobre un banco o superficie de altura adecuada



Problemas y recomendaciones

Realización de fuerza elevada

Problemas

- Realizar las mezclas y cargar los cubos con la pala.



Recomendaciones

- Hay que evitar realizar las mezclas manualmente. Se aconseja usar una mezcladora eléctrica.



Problemas y recomendaciones RESUMEN

■ Posturas forzadas



- Cambiar de posturas, alternar tareas, realizar pausas y estiramientos.
- Usar rodilleras, cuñas, taburetes y plataformas rodantes.
- Acercar los materiales lo máximo a su zona de uso y colocarlos a la altura adecuada.
- No manejar muchas baldosas a la vez.
- Utilizar una adecuada técnica de levantamiento.

■ Manipulación manual de cargas



Problemas y recomendaciones

RESUMEN

■ Ruido



■ Fuerza



- Realizar los cortes en espacios abiertos.
- Usar herramientas en buen estado.
- Utilizar protectores auditivos.
- Asegurarse de que las herramientas están en buen estado.
- Usar la maza de goma para ajustar las baldosas.
- Utilizar mezcladora eléctrica.

Solador

Ergonomía en el sector de la construcción.

Ergonomía en el sector de la construcción

Solador



Con la financiación de:

