

Yesista

Ergonomía en el sector de la construcción.

Ergonomía en el sector de la construcción

Yesista



Con la financiación de:



¿Qué vamos a aprender?

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

Yesista

Trabajador encargado de realizar los guarnecidos, enlucidos y revocos de paredes o techos con yeso.



Riesgos ergonómicos

- Repetitividad
- Fuerzas elevadas
- Posturas forzadas
- Manipulación cargas



Problemas y recomendaciones

Carga física y entorno de trabajo

Problema ergonómico

- Extensión de cuello y de flexión muy elevada de los brazos (Plano de trabajo en altura.)



- Extensión de las muñecas con aplicación de fuerza (Sostener la llana o la talocha a alturas por encima del nivel de los hombros.)

Recomendaciones

- Usar plataformas para trabajar en el techo o en las partes altas de las paredes.



- Adaptar el ritmo de trabajo

Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas y repetitividad

Problema ergonómico

- Movimientos repetitivos asimétricos
 - Inclinación lateral y giro del tronco y los brazos



Recomendaciones

- Realizar movimientos lineales al enlucir.
- Situarse de frente a la zona donde se trabaja.



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas y repetitividad

Problema ergonómico

- Brazos elevados por encima del nivel de los hombros y el cuello inclinado hacia atrás
 - Zona de trabajo parte superior de la pared



- Elevada flexión del tronco
 - Zona de trabajo parte inferior de la pared

Recomendaciones

- Usar una plataforma o un andamio portátil
- Realizar pausas y estiramientos
- Alternar entre las siguientes posturas (parte baja pared):
 - Sentado. Usar un taburete.
 - En cuclillas o de rodillas utilizar almohadillas o protectores para las rodillas.

Problemas y recomendaciones

Fuerzas elevadas

Problema ergonómico

- Posturas forzadas de brazos y muñeca
 - Uso de distintas manuales, específicamente llanas y talochas cargadas con yeso
 - Realizar las mezclas de yeso



Recomendaciones

- Realizar las mezclas con un batidor o mezcladora eléctrica
- Rotación de tareas



Problemas y recomendaciones RESUMEN

- Usar plataformas adecuadas para regular la altura de trabajo
- Realizar pausas y estiramientos
- Usar las herramientas adecuadas
- Realizar movimientos lineales y situarse de frente a la zona de trabajo
- Alternar entre posturas
- Utilizar la mezcladora eléctrica

