

Ergonomía en el sector de la construcción

Piqueta



Con la financiación de:



¿Qué vamos a aprender?

- Principales usos de la piqueta en construcción
- Posturas de trabajo asociadas
- Problemas ergonómicos
- Propuestas de mejora ergonómica



PIQUETA

- Herramienta manual de impacto o golpe
- Uso habitual en muchas tareas y oficios del sector
- Uso: hacer rozas o agujeros
- Postura de trabajo muy variable: en altura, a ras de suelo, etc
- Fuerza importante en mano-muñeca: agarre de potencia.



Riesgos ergonómicos

- Condiciones generales y diseño del mango
- Estado y uso



- Posturas forzadas:
 - Trabajo a ras de suelo.
 - Trabajo en altura.
 - Agarre y Repetitividad.



Problemas y recomendaciones

CONDICIONES GENERALES Y DISEÑO DEL MANGO

Problema ergonómico

- Diámetro menor al recomendado.
- Material y estado del mango.
- Mango agrietado o astillado.
- Punta agrietada, dentada.
- Uso inadecuado para golpear metales ...



Recomendaciones

- Nuevos diseños de mangos.
- Cambio de mango si está astillado o agrietado.
- Mantener afiladas sus puntas.
- No utilizar para golpear superficies metálicas ...

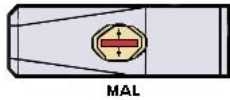


Problemas y recomendaciones

ESTADO Y USO

Problema ergonómico

- Hojas mal adosadas.
- Uso inadecuado.



MAL



Recomendaciones

- Fijar con cuñas oblicuas.
- Asegurarse mango correctamente unido.
- No usar como palanca.
- Sujetar mango por extremo.



BIEN



Problemas y recomendaciones

POSTURAS FORZADAS. TRABAJO A NIVEL DEL SUELO

Problema ergonómico

- Flexión de espalda.
- Rodillas y/o cuclillas.



Recomendaciones

- Intentar sentarse en taburete o algún elemento de apoyo.
- Utilizar rodilleras o cuñas.
- Cambio de postura frecuente.
- Pausas.



Problemas y recomendaciones POSTURAS FORZADAS. TRABAJO EN ALTURA

Problema ergonómico

- Extensión de cuello.
- Flexión de brazos.



Recomendaciones

- Intentar regular altura de trabajo (escaleras, plataformas, etc).



Problemas y recomendaciones

POSTURAS FORZADAS DE MUÑECAS Y REPETITIVIDAD

Problema ergonómico

- Desviación de la muñeca.
- Repetitividad y aplicación de fuerza.



Recomendaciones

- Intentar regular altura de trabajo.
- Diseño mangos ligeramente curvados.
- Mantenimiento postura neutra.
- Pausas y estiramientos.
- Rotaciones a otras tareas de naturaleza diferente.



Problemas y recomendaciones

RESUMEN

- Diseño del mango.
- Uso inadecuado.
- Posturas forzadas en muñecas.
- Trabajo a nivel de suelo.
- Trabajo en altura.
- Mangos adecuados, cambiar mangos deteriorados
- Sujetar mango por extremo
- Usar mangos curvados, agarres adecuados, pausas
- Usar rodilleras, taburetes, alternar de tareas, pausas
- Intentar regular la altura con plataformas, escaleras...