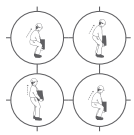


Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Trabajador encargado del montaje del sistema de tabiquería desmontable que está básicamente formado por una estructura metálica sobre la cual se atornillan placas de yeso laminado



Ergonomía en el sector de la construcción

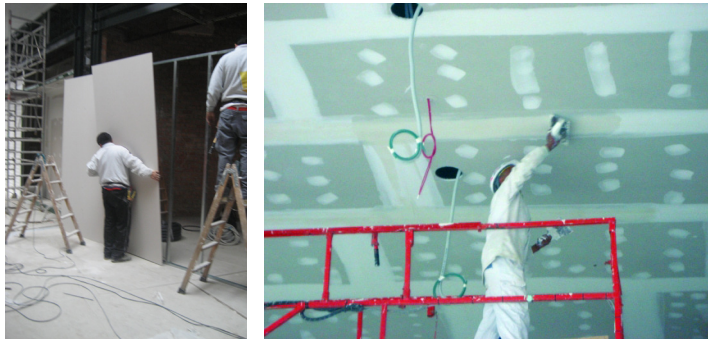
Operario de montaje de placas de yeso laminado

Problema ergonómico



Posturas forzadas

- * Extensión de cuello, tronco y brazos, durante el montaje de la estructura metálica.



Posturas forzadas

- * De brazos y cuello en la colocación de placas sobre la estructura metálica en paredes y techos.

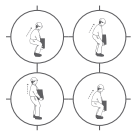
Recomendaciones de mejora



- * Usar plataformas elevadas para el trabajo en partes altas.
- * Usar taburetes, rodilleras o cuñas si se trabaja a ras de suelo.



- * Usar un elevador de paneles para techos y cuñas elevadoras para la colocación en paredes.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Problema ergonómico



Posturas forzadas:

- * Flexión de tronco y brazos por la variación de alturas de trabajo en la tarea de encintado.



Posturas forzadas:

- * Flexión de tronco y brazos por la variación de alturas de trabajo en la tarea de lijado.

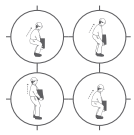
Recomendaciones de mejora



- * Usar encintadoras mecánicas.



- * Uso de mangos telescópicos.
- * Usar lijadoras mecánicas.



Ergonomía en el sector de la construcción

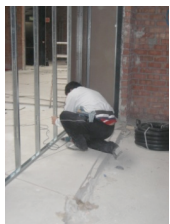
Operario de montaje de placas de yeso laminado

Problema ergonómico



Manipulación manual de cargas:

- * Durante el transporte y manejo de paneles de peso variable en condiciones inadecuadas.



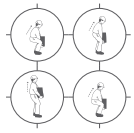
Movimientos repetitivos.

- * Por el uso de la atornilladora para fijar las placas de yeso.

Recomendaciones de mejora



- * Pedir ayuda a un compañero para hacer la manipulación entre dos.
- * Usar empuñaduras portaplacas, portapaneles y carros para el transporte de placas.
- * Utilizar una técnica de levantamiento adecuada.
- * Realizar rotaciones adecuadas para aliviar la carga muscular.
- * Realizar pausas y hacer ejercicios de estiramiento.
- * Organizar el trabajo.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Problema ergonómico



Exposición a vibraciones.

- * Por el uso continuo de la atornilladora.

Recomendaciones de mejora



- * Rotaciones y periodos de descanso adecuados.
- * Uso de herramientas adecuadas.
- * Guantes antivibración.
- * Asideros antivibraciones.