

PIQUETA

DESCRIPCIÓN

Herramienta manual de impacto o golpe usada en obras de construcción para hacer rozas o agujeros de pequeño tamaño.

Consta de una parte de acero y un mango, generalmente de madera, aunque también puede ser de otro material como plástico. Dicho mango es perpendicular a la parte metálica.

La parte metálica termina en punta en uno de los extremos y es plano con borde ancho y cortante en el otro.

El extremo terminado en punta se usa para trabajos en superficies muy duras, mientras que el otro extremo se suele emplear para superficies de consistencia menor.



Piqueta

USOS PRINCIPALES Y POSTURA DE TRABAJO



Postura de trabajo

Son herramientas de mano utilizadas principalmente en la construcción para romper superficies no muy duras y para eliminar rebabas de distinto tamaño y consistencia.

También es usada por escayolistas y yesistas para picar las superficies a enlucir.

La postura de trabajo dependerá básicamente de la altura a la que tenga que desarrollarse la tarea.

PRINCIPALES PROBLEMAS ERGONÓMICOS DETECTADOS

1 CONDICIONES GENERALES Y DISEÑO DEL MANGO

Mango de longitud adecuada (25-28 cm), diámetro del mango sobre 3 cm (cumple el mínimo recomendado), aunque sería más aconsejable un diámetro de 5 cm.

Mango en mal estado, deteriorado, sucio, agrietado, con astillas.

Punta agrietada, dentada o mellada.

Uso inadecuado para golpear metales o enderezar otras herramientas.

2 AGARRE

Agarre inadecuado de la herramienta que puede provocar incomodidad en el manejo de la misma.



Agarre inadecuado de la piqueta

3 POSTURAS FORZADAS (I)

Posturas forzadas de tronco cuando se usa la piqueta a una altura muy baja e incluso a ras de suelo. También se han determinado posturas incómodas de rodillas y en cuclillas asociadas al trabajo con esta herramienta.

4 POSTURAS FORZADAS (II)

Posturas forzadas de brazos. Los yesistas y escayolistas, por ejemplo, utilizan la piqueta en las tareas de preparación de techos para mejorar la adherencia del material. Debido a la altura de trabajo se produce una elevada flexión de brazos (trabajo por encima del nivel de los hombros) así como extensión de cuello.

También se producen posturas forzadas de brazos cuando tiene que usarse la piqueta a cierta altura, por ejemplo, al hacer rozas en paredes.

5 REPETITIVIDAD

Repetitividad de movimientos de brazos, posturas forzadas de muñeca (desviación) y aplicación de fuerza para realizar las tareas, principalmente para romper superficies de elevada dureza.

PROPUESTAS DE MEJORA ERGONÓMICA

1 CONDICIONES GENERALES Y DISEÑO DEL MANGO

Mantener afiladas sus puntas.

Mango adecuado, sin astillas.

Hoja bien adosada.

No utilizar para golpear o romper superficies metálicas o para enderezar herramientas.

No utilizar piquetas con el mango dañado (agrietado, astillado).

Desechar piquetas con las puntas dentadas o estriadas.

2 AGARRE

Formar a los trabajadores para el correcto manejo de las herramientas manuales.



Agarre adecuado de la piqueta

3 POSTURAS FORZADAS (I)

Cambie frecuentemente de postura para evitar la sobrecarga de ciertas partes del cuerpo producidas por el mantenimiento prolongado de la misma postura.

Si es posible busque apoyo o intente sentarse en algún taburete o en un cubo protegido con una almohadilla, cuando la altura de trabajo sea muy baja o cercana al nivel del suelo.

Utilice rodilleras adecuadamente acolchadas si adopta posturas de rodillas, y almohadillas para las piernas cuando esté en cuclillas.



Elementos para mejorar el apoyo (almohadillas paracubos, rodilleras y cuñas)

PROPUESTAS DE MEJORA ERGONÓMICA

4 POSTURAS FORZADAS (II)

Una plataforma regulable en altura puede mejorar la postura del trabajador cuando deba usar la piqueta para la preparación de techos.

Colocar una plataforma, escalón, escalerilla o similar de tal forma que el trabajador no tenga que elevar tanto el brazo. Es muy importante adaptar la altura de trabajo para evitar posturas forzadas de brazo.



Plataformas

5 REPETITIVIDAD

Realice pausas y estiramientos para evitar la sobrecarga muscular y liberar tensión muscular en la zona de la mano-muñeca.

Si es posible realice rotaciones a otras tareas de naturaleza diferente donde la mano-muñeca no se vea sometida a posturas extremas y fuerza.

Mejorar el diseño del mango. En el mercado van apareciendo nuevos diseños que permiten mantener la muñeca en una mejor postura cuando se está realizando la tarea.