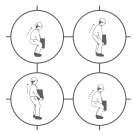


Ergonomía en el sector de la construcción

Solador

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



Problema ergonómico



Manejo manual de cargas

- * Levantamiento desde el suelo y transporte de baldosas y sacos de cola.

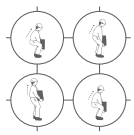


Recomendaciones de mejora

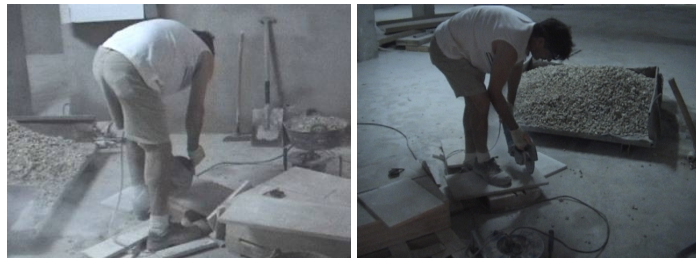


- * Usar ayudas mecánicas como transpaletas o carretillas elevadoras.
- * Levantamiento y transporte de sacos entre dos personas.
- * Reducir el número de baldosas a levantar.
- * Planificar el levantamiento.
- * Usar guantes.





Problema ergonómico



- * Presencia de ruido debido al uso de herramientas eléctricas para el corte.



- * Flexión elevada de espalda y de brazos debido a que el plano normal de trabajo se encuentra a ras de suelo.
- * Postura de rodillas o en cuclillas.

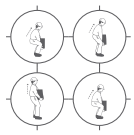
Recomendaciones de mejora



- * Realizar las tareas de corte en espacios abiertos.
- * No realizar todas las tareas de corte a la vez.
- * Mantenimiento adecuado de las herramientas.
- * Uso de protectores auditivos.



- * Cambiar de postura cada 10 min.
- * Uso de las plataformas rodantes portátiles.
- * Usar rodilleras o cuñas.
- * Hacer pausas de 5 min. cada 30 min. de trabajo y realizar estiramientos.



Problema ergonómico



- * Posturas forzadas de muñeca, y realización de fuerza asociado al manejo de herramientas de corte, al realizar las mezclas y al golpear las baldosas para ajustarlas.

Recomendaciones de mejora



- * No realizar mezcla de morteros muy grandes.
- * Alternar entre tareas de colocación y corte frecuentemente y colocar las herramientas de corte sobre una superficie de altura adecuada.
- * Usar herramientas eléctricas para realizar las mezclas.

RECOMENDACIONES GENERALES

- * Realizar las tareas auxiliares (medir, cortar baldosas) a una altura adecuada, para ello es posible prepararse unos tablonos con un par de banquillos si no se dispone de otras superficies.
- * Organizar las tareas y rotar entre varias de ellas.