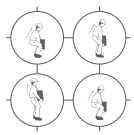


Ergonomía en el sector de la construcción

Tejero

Trabajador encargado de la terminación de cubiertas en edificios mediante la colocación de tejas. Su principal trabajo es preparar la cubierta y proceder a la colocación de las tejas de manera ordenada

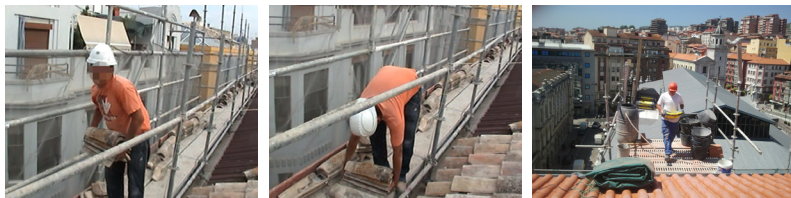


Problema ergonómico



Posturas forzadas de espalda, brazos y piernas:

- * Trabajar a ras de suelo (en cuclillas, de rodillas, con flexión pronunciada del, etc.).
- * Trabajar con los brazos extendidos al alcanzar las tejas.
- * Trabajar con obstáculos que dificultan el suministro de materiales (barras transversales de los andamios).



Manipulación manual de cargas.

- * Manipular y transportar grupos de 6 a 8 tejas (pesos cercanos a los valores críticos, condiciones inadecuadas de manipulación), así como sacos y otros materiales utilizados en el puesto

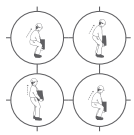
Recomendaciones de mejora



- * Utilizar elementos que ayuden a mantener posturas de rodillas o en cuclillas (rodilleras, cuñas, alfombrillas acolchadas).



- * Disminuir el número de tejas que se llevan a la vez.
- * Pedir ayuda a un compañero para manipular tejas.
- * Distribuir las tejas por la zona de trabajo.
- * Utilizar medios mecánicos como grúas, pinzas o uñas.



Problema ergonómico



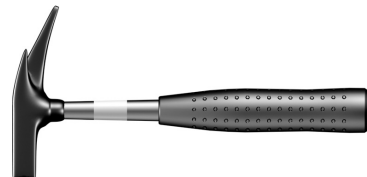
Movimientos repetitivos de brazos

- * Colocación de tejas.
- * Malas posturas adoptadas.



Aplicación de fuerzas

- * Lanzar las tejas al trabajador que las está colocando.
- * Cortar las tejas con la paleta.
- * Clavar las planchas aislantes a la cubierta con el martillo.



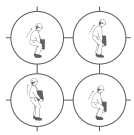
Recomendaciones de mejora



- * Cambiar de tarea.
- * Realizar estiramientos.
- * Hacer pausas durante las tareas.
- * Planificar rotaciones a tareas que no impliquen movimientos repetitivos.



- * Usar herramientas mecánicas para fijar las placas aislantes (clavadoras automáticas).
- * Usar radiales o herramientas específicas de corte.
- * Establecer rotaciones.



PROBLEMA ERGONÓMICO



Exposición a vibraciones

- * Usar herramientas eléctricas, como por ejemplo herramientas de corte y martillos rompedores.

RECOMENDACIÓN DE MEJORA



- * Emplear herramientas eléctricas dotadas de empuñadura y sistema antivibraciones.
- * Usar martillos rompedores con sistemas antivibración.
- * Uso de guantes antivibración.