

Ferrallista

Ergonomía en el sector de la
construcción.

Ergonomía en el sector de la construcción

Ferrallista

 FUNDACIÓN
LABORAL
DE LA CONSTRUCCIÓN

 Confederación Nacional
de la Construcción
 CCOD
 fecoma

 URY
 MCA

Con la financiación de:

 FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES

¿Qué vamos a aprender?

- Principales riesgos ergonómicos asociados al puesto de ferrallista.
- Recomendaciones ergonómicas para su mejora.

Ferrallista

- Trabajador encargado de colocar, alinear y atar la ferralla correspondiente a los encofrados en general.



Riesgos ergonómicos

■ Posturas Forzadas



■ Realización de fuerza



■ Manipulación de cargas



■ Trabajo en superficies inestables



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas

Problemas

- Flexión de tronco y brazos.
 - El plano de trabajo se encuentra a ras del suelo.



- Flexión de brazos y extensión de cuello.
 - Realizar tareas con los brazos por encima de los hombros.



Recomendaciones

- Usar herramientas eléctricas de atado de barras con los mangos adecuados.
- Usar rodilleras acolchadas si es necesario trabajar de rodillas.
- Usar plataformas elevadas para mantener los brazos en buena postura.



Problemas y recomendaciones

Manipulación manual de cargas

Problemas

- Levantamiento y transporte frecuente de barras de metal pesadas sobre los hombros.



Recomendaciones

- Reducir la cantidad de barras a manejar.
- Colocar una almohadilla acolchada para el hombro.
- Levantar las barras entre dos personas.



RECUERDA !!!

- Usar una buena técnica a la hora de levantar cargas:
 - Pensar en la carga que hay que levantar, y a donde hay que llevarla, si hay obstáculos en el camino.
 - Doblar las rodillas, mantener la espalda recta, acercarse a la carga y hacer que las piernas soporten la parte dura del levantamiento.
 - Evitar hacer giros al levantar o transportar la carga.
 - Mantener la carga cercana al cuerpo.
- Usar guantes.
- Colocar la barras sobre soportes a la altura de la cintura para facilitar el agarre.



Problemas y recomendaciones

Fuerza y repetitividad

Problemas

- Fuerza, repetitividad y posturas forzadas en la muñeca asociadas al uso de herramientas manuales.
 - Giro y flexión de las muñecas cuando se ata el alambre a las barras.
 - Repetitividad.



Recomendaciones

- Usar plataformas de apoyo para columnas y otros componentes puede reducir la flexión de espalda.
- Usar herramientas eléctricas de anudado/atado de barras.



RECUERDA !!!

- Herramientas eléctricas de anudado/atado de barras, evitan posturas forzadas de mano y repetitividad



Problemas y recomendaciones

Fuerza y posturas

Problemas

- El atado de barras también provoca posturas de flexión e inclinación lateral de la espalda y los brazos.



Recomendaciones

- Usar plataformas de apoyo para columnas y otros componentes puede reducir la flexión de espalda.
- Tomar pequeños descansos cada 20 minutos.
- Mantener un buen nivel de forma física y de flexibilidad.

Problemas y recomendaciones

Superficies inestables

Problemas

- Manejar o transportar material a través de suelos irregulares o llenos de obstáculos.



Recomendaciones

- Mantener un ritmo de trabajo moderado.
- Mantener el puesto de trabajo ordenado.
- Organizar la distribución previa de las barras.
- Usar botas apropiadas y de la talla adecuada.
- Rotación de tareas.

Problemas y recomendaciones RESUMEN

- Posturas debido a las variadas alturas de trabajo.



- Manipulación manual de cargas



- Usar herramientas eléctricas de atado
- Usar plataformas adecuadas a la altura de trabajo
- Usar rodilleras, cuñas, taburetes
- Acercar los materiales lo máximo a su zona de uso y colocarlos a la altura adecuada
- Manejar entre dos operarios, aligerar peso
- Usar guantes y almohadillas para los hombros

Problemas y recomendaciones RESUMEN

■ Fuerzas



- Usar apoyos a la altura adecuada para el atado de las barras
- Utilizar herramientas eléctricas para el atado
- Tomar pequeñas pausas
- Mantener el puesto ordenado, acomodar el ritmo de trabajo
- Usar botas adecuadas y ajustadas

■ Superficies inestables

