

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de placas de yeso laminado

FUNDACIÓN
LABORAL
DE LA CONSTRUCCIÓN

Confederación Nacional
de la Construcción
CCOO
fecom

UJY
MCA

Con la financiación de:

FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES

¿Qué vamos a aprender?

- Principales riesgos ergonómicos asociados al puesto de
OPERARIO DE MONTAJE DE PLACAS DE YESO LAMINADO
- Recomendaciones ergonómicas para su mejora

Operario de montaje de yeso laminado

Profesional 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.

Las principales tareas en este puesto son:

- Provisión de materiales y herramientas.
- Montaje de estructura metálica.
- Colocación de las placas sobre la estructura metálica.
- Encintado y masillado.
- Lijado y pintado.



Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Riesgos ergonómicos

- Posturas forzadas de espalda, brazos y piernas.



- Manipulación manual de cargas



Operario de montaje de placas de yeso laminado

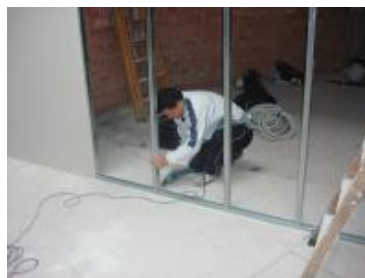
Ergonomía en el sector de la construcción.

Riesgos ergonómicos

- Movimientos repetitivos.



- Exposición a ruido y vibraciones.



Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas de espalda, brazos y piernas

Problema ergonómico

- Posturas forzadas de brazos, extensión de cuello y flexión de tronco durante el montaje de la estructura metálica (canaletas y montantes).



Recomendaciones

- Situar el plano de trabajo a una altura adecuada mediante
 - uso de plataformas elevadoras o taburetes si se trabaja en altura
- Utilizar cuñas o rodilleras si se trabaja a ras de suelo para aliviar la presión de las piernas



Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas de espalda y brazos

Problema ergonómico

- Posturas forzadas de brazos, extensión de cuello en la colocación de placas sobre la estructura metálica tanto en techos como en paredes.



Recomendaciones

- Usar elevadores de paneles.
 - Sistema que eleva la placa hasta la y la mantiene suspendida. El trabajador solo tiene que recolocarla.
 - Permite el transporte y ensamble de paneles sin ayuda de otros trabajadores
- Usar elevadores para posicionar y fijar las placas de yeso sin necesidad de sujetarlas



Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas de espalda y brazos

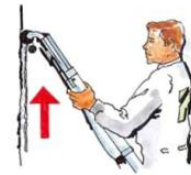
Problema ergonómico

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



Recomendaciones

- Usar encintadoras mecánicas, que permiten un mayor rendimiento y disminuyen el esfuerzo a realizar por el trabajador.



- Permiten la aplicación de la pasta para juntas y la cinta en una sola operación, reduciendo las posturas forzadas de brazos.

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas de espalda y brazos

Problema ergonómico

■ Durante el lijado:

- Posturas forzadas de brazo por encima del hombro y hiper-extensión del cuello en el lijado de partes altas



- Postura forzada de espalda y piernas (rodillas/cuclillas) en el lijado de las partes bajas



Recomendaciones

- Usar mango con sistemas telescópicos para facilitar acceso a zonas elevadas sin necesidad de realizar posturas forzadas.

- Disponer de diferentes accesorios que permitan regular la longitud en función de las necesidades del trabajo.
- Deben ser ligeros y con un ajuste y agarre cómodo.



- Uso de lijadoras mecánicas



- Usar cuñas, rodilleras o taburetes de apoyo para las partes bajas

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas de espalda y brazos

Problema ergonómico

- Transporte y manipulación de paneles de peso variable en condiciones inadecuadas de altura, etc.



Recomendaciones

- Pedir ayuda. Manipulación en equipo de las placas mas pesadas.



- Usar empuñaduras portaplacas



- Usar portapaneles



- Usar carros para el transporte de placas

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.



RECUERDA !!!

- Utilizar una técnica de levantamiento adecuada.
- la manipulación de tablonos/piezas grandes, se recomienda usar el levantamiento con tres puntos de apoyo:
 - Ponerse en cuclillas.
 - Inclinar el tablón y apoyar una esquina.
 - Levantar



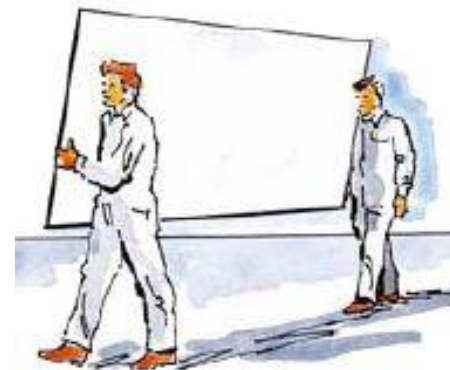
Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.



RECUERDA !!!

- Redistribuir los paneles por la zona de trabajo para minimizar la manipulación y transporte.
- Colocar los palets de las placas sobre mesas elevadoras en las zonas de almacenamiento
- Manipular y transportar las placas de yeso adecuadamente para evitar que se deterioren, pandeen, etc.



Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Movimientos repetitivos

Problema ergonómico

- Asociados a la fijación de la placa de yeso lo que supone el uso de la atornilladora durante gran parte de la jornada de trabajo.



Recomendaciones

- Establecer rotaciones adecuadas para aliviar la carga de los músculos de los brazos
- Realizar pausas para estirar los músculos que han estado en tensión.
- Cuidar la espalda realizando ejercicio físico y estiramientos.

Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones

Exposición a Vibraciones

Problema ergonómico

- Exposición a vibraciones por el uso continuo de la atornilladora.



Recomendaciones

- Establecimiento de rotaciones y periodos de descanso adecuados para aliviar la carga de los músculos de los brazos.
- Utilizar herramientas que permitan realizar la tarea más rápida y cómodamente.
- Solicitar guantes antivibración que atenúen la vibración que se transmite al trabajador.
- Uso asideros antivibraciones



Operario de montaje de placas de yeso laminado

Ergonomía en el sector de la construcción.

Problemas y recomendaciones RESUMEN

- Posturas forzadas :cuello, brazos, espalda, etc.



- Usar rodilleras, cuñas y taburetes para partes bajas.
- Usar elevadores de paneles, encintadoras mecánicas, lijadoras mecánicas y sistemas telescópicos de mangos para reducir las posturas forzadas.



Problemas y recomendaciones

RESUMEN

■ Manipulación manual de cargas



■ Movimientos repetitivos



- Pedir ayuda a un compañero.
- Empuñaduras portaplateas, portapaneles, y carros para transporte de placas.
- Buenas prácticas de manejo manual de cargas.
- Realizar rotaciones adecuadas para disminuir la repetitividad de movimientos.
- Hacer una buena organización del trabajo.

Problemas y recomendaciones RESUMEN

■ Exposición a Vibraciones



- Rotaciones adecuadas.
- Organización del trabajo
- Solicitar guantes antivibración
- Uso asideros antivibraciones