Ergonomía en el sector de la construcción

Paleta

FUNDACIÓN LABORAL DE LA CONSTRUCCIÓN

Confederación Nacional de la Construcción

CCOO fecoma

UGT MCA

Con la financiación de:

FUNDACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

¿Qué vamos a aprender?

- Principales usos de la paleta en construcción
- Posturas de trabajo asociadas.
- Problemas ergonómicos.
- Propuestas de mejora ergonómica.

PALETA

- Herramienta manual diseñada para levantar paredes y muros:
- Habitualmente usada por soladores y alicatadores
  - Colocar pasta sobre el ladrillo, distribuirlo y ajustarlo.
  - Partir ladrillos.
- Habitualmente usada por albañiles.
- Postura de trabajo muy variable:
  - Ras de suelo.
  - Diferentes alturas

Riesgos ergonómicos

- Diseño, mantenimiento, etc.

- Repetitividad y postura forzada de muñeca.

- **Posturas forzadas:**
  - Trabajo a ras de suelo.
  - Trabajo en altura.
  - De rodillas, cuclillas, etc.

  - Diseño-Tarea, uso inadecuado

Problemas y recomendaciones

DISEÑO Y MANTENIMIENTO

Problema ergonómico

- Mango agrietado .
- Mango asitllado.

Recomendaciones

- Mangos de madera resistente (nogal o fresno).
- Cambio de mango si está astillado o agrietado.
- No barnizar superficie del mango.

Problemas y recomendaciones

REPETITIVIDAD Y POSTURA FORZADA DE MUÑECA

Problema ergonómico

- Elevada repetitividad.
- Peso.

Recomendaciones

- Pausas y ejercicios de manos.
- Alternar trabajos.
- Nuevos diseños de paletas con mango más cercano a la lámina.
- Menor tamaño de la lámina.
- Disminuir la cantidad de material a manejar.

Problemas y recomendaciones

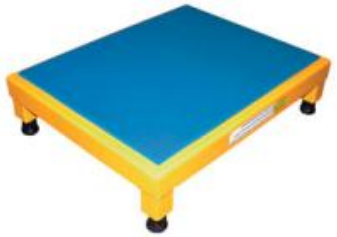
POSTURAS FORZADAS. TRABAJAR CERCA DEL NIVEL DEL SUELO

Problema ergonómico

- Flexión de espalda.
- Flexiones y extensiones de brazos elevadas.

Recomendaciones

- Mantener espalda recta.
- Elementos para sentarse.



Problemas y recomendaciones

POSTURAS FORZADAS. TRABAJO AL NIVEL DE LOS HOMBROS

Problema ergonómico

- Extensión cuello.
- Flexión-extensión brazos.
- Giros de muñeca.

Recomendaciones

- Intentar regular altura de trabajo.
- Trabajo en altura, utilizar plataformas, andamios, escalones.
- Colocar elementos de trabajo sobre plataformas.

Problemas y recomendaciones

DISEÑO-TAREA, USO INADECUADO

Problema ergonómico

- Diseño obsoleto.
- Uso inadecuado (partir ladrillos).

Recomendaciones

- Mango más cerca de la lámina.
- Diferentes tipos paletas y materiales.
- Mejoras ergonómicas generales.
- Sustitución de la paleta por otras herramientas para un mejor uso.

Problemas y recomendaciones
RESUMEN

- Diseño del mango.
- Repetitividad muñeca y peso.
- Trabajo a nivel de suelo.
- Trabajo nivel de hombros.
- Diseños y usos inadecuados como partir ladrillos.
- Mangos adecuados, cambiar mangos deteriorados.
- Pausas y rotación; limitar la cantidad de material a usar.
- Mantener la espalda recta, taburetes, alternar de tareas, pausas.
- Intentar regular la altura con plataformas, escaleras, colocar los elementos de trabajo a la altura de las caderas.
- Sustituir diseños obsoletos, y usar el cortador de ladrillos.