

EQUIPOS ADECUADOS DE TRABAJO Y PRÁCTICAS SEGURAS

Se evitará utilizar medios improvisados que no permitan adoptar posturas adecuadas, ni sostener los equipos de trabajo de forma segura.

CAMBIO DE POSTURA FRECUENTE O POSTURAS ADECUADAS

Evitar realizar trabajos en posturas forzadas y además intercambiar la postura.



El **33%** de accidentes con baja se producen por sobreesfuerzo sobre el sistema músculo-esquelético.

PROCEDIMIENTO DE TRABAJO ADECUADO

Se planificarán los medios, el personal y los equipos necesarios.

PRINCIPALES CAUSAS DE ACCIDENTES EN LA CONSTRUCCIÓN

Lesiones por sobreesfuerzos

En muchas ocasiones, estas lesiones quedan fuera del control laboral porque el trabajador asume como “propios” e “inevitables” la existencia de ciertos dolores.

Con una buena planificación de los trabajos, se evita utilizar equipos inapropiados que obligan al trabajador a asumir posturas que provocan fatiga, dolores y molestias. Además en ocasiones se suman otros riesgos (caída en altura, golpes, cortes).

En la planificación se debe incluir la rotación de los trabajadores o de las tareas cuando se deben adoptar posturas forzadas como trabajar por encima del hombro o agachado.

Se dará una formación periódica que incluya:

- Trabajos según las buenas prácticas evitando así actuar según “parezca más cómodo”
- Fomentando la mejora de la salud mediante la práctica consciente de buenas costumbres posturales. “Acostumbrarse” a realizar posturas adecuadas evitaría muchas lesiones.

MEDIDAS ADECUADAS EN EL DISEÑO DEL PROYECTO

Para evitar la improvisación que produce la adopción de posturas inadecuadas.

FINANCIADO POR:

COD. ACCIÓN ES2017-0037



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE TRABAJO, MIGRACIONES Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN ESTATAL PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, F.S.P.



FUNDACIÓN LABORAL DE LA CONSTRUCCIÓN