

Ergonomía en el sector de la construcción

Alicatador

¿Qué vamos a aprender?

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

Alicatador

- Profesional encargado del revestimiento de paredes (paramentos verticales) y otros elementos singulares de la obra con todo tipo de recubrimientos cerámicos como protección o decoración, utilizando, para ello, distintas técnicas de agarre.



Alicatador

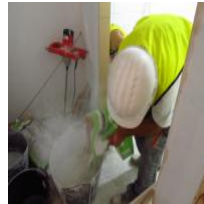
■ Las principales tareas en este puesto son:

- Selección y aprovisionamiento de materiales
- Diagnóstico de los soportes, selección de la técnica de instalación y replanteo del espacio
- Ejecución de los trabajos de colocación. Esta fase incluye:
 - La preparación y distribución de la pasta (batidora).
 - La colocación de los azulejos a diferentes alturas.
 - La colocación de crucetas (en los casos donde haya junta abierta).
 - Operación de rejuntado.
 - Limpieza y protección final del recubrimiento cerámico.



Riesgos ergonómicos

- Manipulación manual de cargas
- Posturas forzadas: cuello, espalda, brazos, piernas, mano/muñeca, etc.
- Movimientos repetitivos
- Fuerzas
- Vibraciones



Problemas y recomendaciones

Manipulación manual de cargas

Problemas

- En el aprovisionamiento de las cajas de material.



- Manipulación de sacos



Recomendaciones

- Evitar la manipulación de varias unidades: sacos, cajas, etc.
- Zonas de acopio cercanas a la zona de trabajo
- Usar carros, carretillas, etc para el transporte
- Uso de carros para las mezclas
- Plataformas para abastecimiento de materiales a ras de suelo.



RECUERDA !!!

■ Si hay que realizar manipulación de cargas:

- Los sacos de peso superior a 25 kg han de manipularse siempre entre dos personas. Acostumbrarse a pedir ayuda y utilizar una adecuada técnica de levantamiento.
- Manejar la carga pegada al cuerpo, con la espalda lo más recta posible y doblando las piernas.
- Evitar girar el tronco y/o los brazos, es mejor mover los pies.
- Cuando se manipulen baldosas, no hay que coger muchas de una sola vez (2 ó 3 como máximo, dependiendo del tamaño).
- Usar guantes adecuados para manipular baldosas



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas: espalda

Problemas

- Flexión, giro e inclinación de espalda
 - Zona inferior de la pared
 - Acceso a esquinas, rincones...
 - Depositar material de agarre en la llana
 - Corte de azulejos
 - Rejuntado



Recomendaciones

- Uso de mesas regulables



- Uso de bancos de trabajo plegables y transportables



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas: piernas

Problemas

- Postura de rodillas, cuclillas.
 - Durante alicatado de partes bajas de la pared
 - Preparación de materiales
 - Corte de azulejos



Recomendaciones

- Uso taburetes o elementos de apoyo.



- Uso rodilleras, almohadillas, cuñas.



- Uso de plataformas rodantes.



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas: brazos

Problemas

- Flexiones muy pronunciadas de brazo
 - Recogida y extensión de materiales de agarre
 - Colocación de azulejos parte alta
 - Rejuntado en la parte alta



Recomendaciones

- Uso plataformas o andamios
 - Permite mantener los brazos a una altura más adecuada.



- Uso accesorios con mango para peines y llanas
 - Mayor superficie con menor esfuerzo
 - Se pueden acoplar mangos más largos



Problemas y recomendaciones

Posturas forzadas: mano-muñeca

Problemas

- Flexiones, extensiones, giros y desviaciones de mano-muñeca
 - Preparación de la pared
 - Extendido de materiales de agarre
 - Colocación de azulejos
 - Rejuntado



Recomendaciones

- Uso de peines ligeros para la preparación de la pared
 - Largos, facilitan uso con ambas manos
 - De 45°, disminuyen esfuerzos y aumentan la comodidad.



- Uso de llanas de goma para extender y retirar el material rejuntado
- Uso de mazas de goma.



- Uso de ventosas para montador



Alicatador/Chapador

Ergonomía en el sector de la construcción.

RECUERDA !!!



■ Para reducir las posturas forzadas durante el chapado:

- **Cambiar de postura** con frecuencia, alternancia de posturas en ciclos cortos.
- **Realizar pausas y estiramientos**, sobre todo en posturas mantenidas de cuello.
- **Realizar las tareas auxiliares en otras posturas**, por ejemplo el corte sobre mesas auxiliares y no a ras de suelo.
- Usar guantes adecuados para manipular baldosas.



Problemas y recomendaciones

Movimientos repetitivos

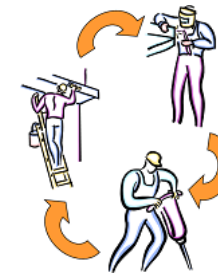
Problemas

- Brazos y manos en el extendido de materiales
 - Cemento-cola
 - Pasta de rejuntado



Recomendaciones

- Sustituir herramientas manuales por eléctricas
- Realizar estiramientos
- Planificar rotaciones y pausas



Problemas y recomendaciones

Aplicación de fuerzas/esfuerzos

Problemas

- Fuerzas durante:
 - Acopio y manipulación de materiales
 - Preparación manual de morteros y mezclas
 - Corte de piezas
 - Golpeado de baldosas para su fijación



Recomendaciones

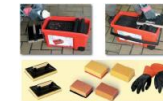
- Uso de mezcladoras eléctricas para realizar las mezclas.



- Uso de cortadores eléctricos



- Uso rodillos escurridores para limpieza del recubrimiento



Problemas y recomendaciones

Vibraciones

Problemas

- Vibraciones mano/brazo transmitidas al trabajador
 - Corte de piezas
 - Realización de mezclas con la batidora



Recomendaciones

- Seleccionar equipos con baja transmisión de vibraciones
- Adecuado mantenimiento de las máquinas
- Uso de elementos que atenúen la transmisión de vibraciones:
 - Guantes
 - Asideros antivibración...



Problemas y recomendaciones RESUMEN

■ Manipulación de cargas

■ Posturas forzadas:

- Espalda
- Piernas
- Brazos
- Mano-muñeca



■ Uso de carretilla, carros para mezclas, plataformas de abastecimiento, etc.



■ Uso de mesas regulables y bancos plegables

■ Uso de taburetes, almohadillas, cuñas, rodilleras, plataformas rodantes, etc.

■ Uso de plataformas o andamios y accesorios con mango para peines y llanas

■ Uso de peines largos o angulados 45°, llanas de goma, mazas de goma, ventosas, etc.

Problemas y recomendaciones RESUMEN

■ Movimientos repetitivos

- Extendido de cemento-cola
- Rejuntado

■ Fuerzas/Esfuerzos



■ Vibraciones

- Uso de herramientas eléctricas, planificar rotaciones y pausas, etc.
- Uso de mezcladoras y cortadoras eléctricas.
- Uso de rodillos escurridores



- Selección adecuada de equipos
- Mantenimiento adecuado
- Uso de elementos antivibración:
 - Guantes
 - Asideros, etc.

