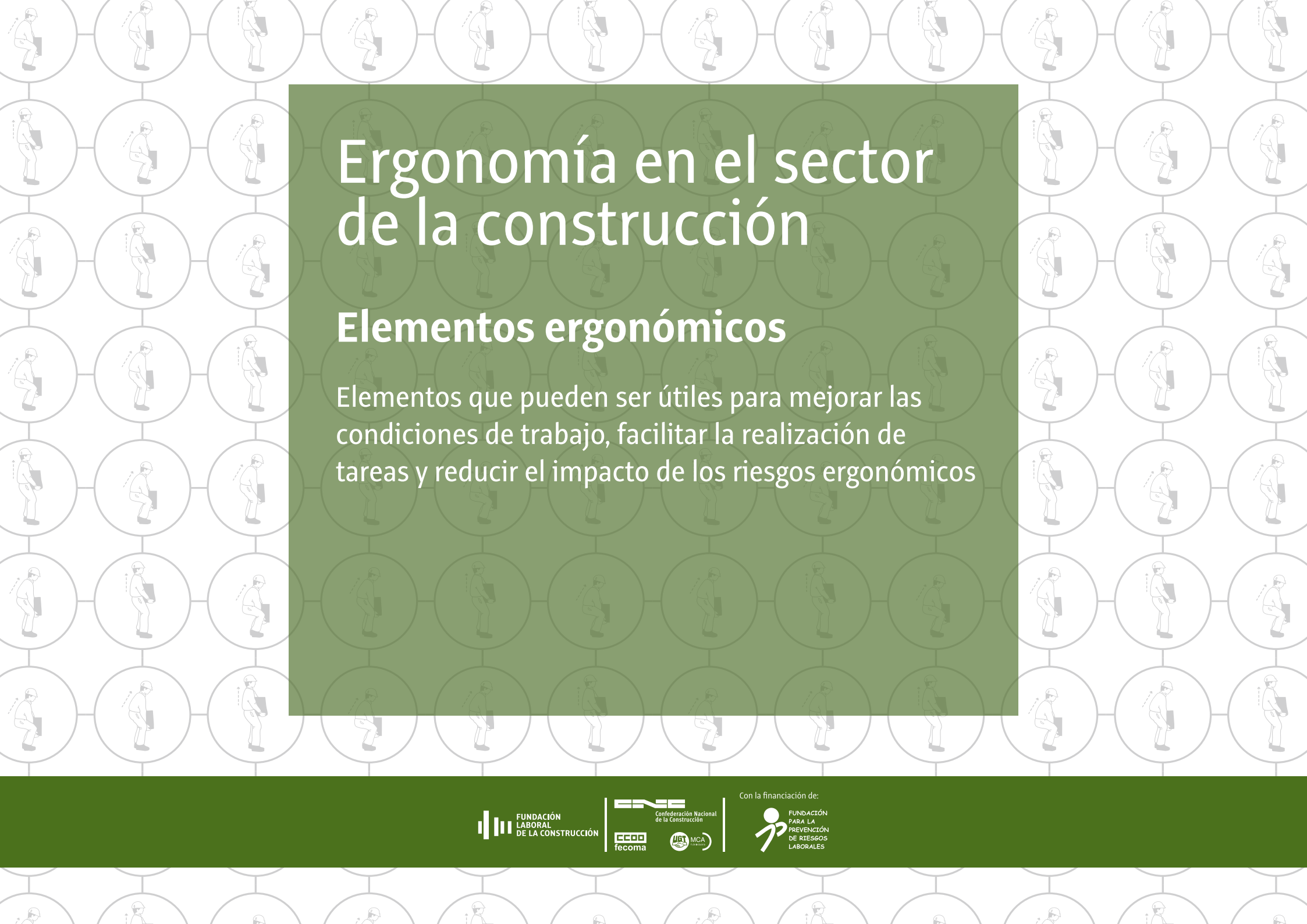
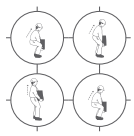




Ergonomía en el sector de la construcción

Elementos ergonómicos

Elementos que pueden ser útiles para mejorar las condiciones de trabajo, facilitar la realización de tareas y reducir el impacto de los riesgos ergonómicos



Ergonomía en el sector de la construcción

Elementos ergonómicos



Plantillas para absorción de impactos:

- * Reducen la incidencia de los impactos sobre las piernas y la columna vertebral.
- * Indicado si se ha de permanecer la mayor parte del día de pie, o hay que moverse por superficies duras o irregulares.



Guantes antivibración:

- * Reducen la incidencia de la vibración y protegen las partes blandas de la mano.
- * Indicados si se usan herramientas eléctricas como martillos neumáticos, etc.



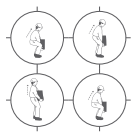
Agarres para herramientas

- * Permite un agarre más firme, mejora la postura de la mano y de la muñeca y reduce la fuerza necesaria a aplicar.



Asiento para cubos:

- * Disco con una almohadilla que puede acoplarse a un cubo puesto del revés.
- * Evita tener que permanecer arrodillado o en cuclillas para hacer ciertas tareas cerca del suelo.



Ergonomía en el sector de la construcción

Elementos ergonómicos



Almohadillas para hombros:

- * Protegen los hombros cuando se transporta una carga.
- * Evitan la presión y por tanto previenen lesiones y molestias.



Asidero para cubos

- * Mango adicional o almohadilla que puede usarse para aumentar el diámetro del asa y que permite reducir la fuerza necesaria para manejar el cubo.



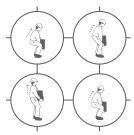
Mangos para palas

- * Asidero adicional en forma de D o de T para colocar en palas o en otras herramientas manuales que permiten una mejor sujeción y un mayor control de la pala.
- * Mejora la postura de flexión de la muñeca y reduce la necesidad de inclinar la espalda.



Cinturón portaherramientas

- * Reduce el manejo manual de herramientas pesadas.
- * Facilita el uso de los equipos de protección individual.
- * Mejora las posturas de trabajo al evitar los alcances.



Ergonomía en el sector de la construcción

Elementos ergonómicos



Herramientas eléctricas

- * Reducen la fuerza necesaria en las manos y en la espalda y mejoran la postura de las manos y de los brazos.



Mangos extensores

- * Mangos especiales que se acoplan a las herramientas eléctricas y que reducen la flexión del tronco y de los brazos.



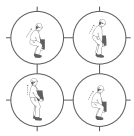
Rodilleras:

- * La almohadilla protege la rodilla.
- * Es útil para tareas en las que hay que permanecer de rodillas durante períodos prolongados de tiempo.



Escalón portátil

- * Mejora el alcance y la postura de los brazos cuando hay que trabajar en zonas por encima de la altura de los hombros.



Ergonomía en el sector de la construcción

Elementos ergonómicos



Cuña para la pierna

- * Limita la flexión de la rodilla, evitando posturas extremas y proporciona un lugar para descansar el peso del cuerpo.



Plataformas elevadoras

- * Mejoran el alcance y la postura de los brazos cuando hay que trabajar en zonas por encima de la altura de los hombros.

