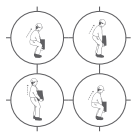


Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de demolición

Trabajador encargado del derribo de obra de pequeña escala o en lugares donde no es posible el acceso de la maquinaria de demolición debido a las condiciones "delicadas" en las que se desarrollan



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de demolición

Problema ergonómico



Posturas forzadas de cuello, espalda, brazos y piernas:

- * Trabajar a nivel de los pies, elevar los brazos por encima del nivel de los hombros, trabajar en cuclillas o de rodillas.



Manipulación manual de cargas:

- * Transporte y manipulación manual de escombros, carretillas con material retirado.
- * Manipulación de tablonés de madera, puntales, etc.

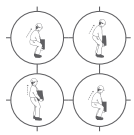
Recomendaciones de mejora



- * Utilizar maquinaria pequeña de demolición.
- * Utilizar plataformas.
- * Utilizar sierras y discos para cortar el hormigón, y tenazas manuales para romper el hormigón.



- * Colocar mangos adicionales en las palas.
- * Usar maquinaria pequeña todoterreno.
- * Demolición por control remoto.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de demolición

Problema ergonómico



Fuerzas elevadas:

- * Uso del martillo demoledor y como palanca para lograr extraer mejor los escombros.
- * Uso de la maza o el pico para el derribo ocasional.
- * Corte de los forjados y de los tensados de las viguetas mediante una cizalla manual.
- * Desescombro con la pala.



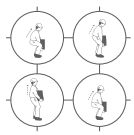
Movimientos repetitivos de brazos:

- * Uso de la maza metálica y el pico durante las fases de derribo
- * Uso de la pala durante el desescombro.

Recomendaciones de mejora



- * Elegir máquinas portátiles con mango cómodo.
- * Utilizar martillos con empuñaduras auxiliares ajustables.
- * Usar máquinas que permitan realizar la tarea más rápida y cómodamente, como martillos compactos.
- * Elegir el puntero o cincel más adecuado a la tarea.
- * Usar las máquinas eléctricas adecuadas en vez de manuales, siempre que sean las adecuadas y sea posible.
- * Cambiar de tarea, realizar estiramientos y hacer pausas durante las tareas.
- * Planificar rotación de tareas a puestos de distinto tipo.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de demolición

Problema ergonómico



Vibraciones:. Uso de equipos mecánicos y/o manuales:

- * Martillos percutores.
- * Motosierras.
- * Mazas.
- * Picos, etc.



Orden y limpieza. Se suele trabajar sobre:

- * Superficies inestables.
- * Superficies llenas de escombros y materiales derruidos.

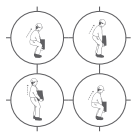
Recomendaciones de mejora



- * Solicitar guantes antivibración.
- * Colocar fundas o mangos aislantes en las palancas, controles, mangos de herramientas, etc.
- * Emplear martillos con sistemas de control activo de la vibración.



- * Hacer un adecuado replanteo, limpieza y retirada de escombros ocasionados por los trabajos.
- * Planificar rampas y tubos de desescombro.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de demolición

Problema ergonómico



Ruido. Relacionado con el uso de:

- * Herramientas de percusión.
- * Herramientas de corte.
- * Maquinaria pesada.

Recomendaciones de mejora



- * Evitar la exposición excesiva al ruido.
- * No realizar las tareas de corte todas seguidas. Es conveniente ir alternándolas con otras.
- * Asegurarse de que las herramientas de corte están en buen estado, limpias y engrasadas.
- * Utilizar protectores auditivos para realizar las tareas de corte.
- * Establecer rotaciones.