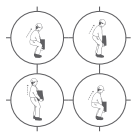


Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de canalizaciones

Trabajador encargado de la colocación de prefabricados como tuberías, pozos de alcantarillado, arquetas, etc. previa preparación de la zona



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de canalizaciones

Problema ergonómico



Posturas forzadas de espalda, brazos y piernas:

- * Trabajar en cuclillas, de rodillas o flexionar el tronco a la altura de la cadera para poder acceder al plano situado a ras de suelo.



Manipulación manual de cargas

- * Transporte y manipulación manual de tubos, canalizaciones y otros materiales.
- * Manipulaciones a diferentes alturas y con malos agarres (longitud y diámetro de la tubería).

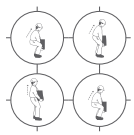
Recomendaciones de mejora



- * Utilizar rodilleras y cuñas.
- * Utilizar picos, azadas o legones con los mangos más largos.
- * Colocar mangos adicionales en las herramientas.



- * Pedir ayuda a un compañero (lavantamiento entre dos trabajadores).
- * Usar elementos de ayuda para la manipulación de prefabricados.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de canalizaciones

Problema ergonómico



Movimientos repetitivos de brazos:

- * Ejecución de la zanja.
- * Ejecución: cavar con el pico.
- * Nivelación del asiento mediante el legón o la azada.
- * Relleno de la zanja también con el uso de legones o bien con la pala.



Exposición a vibraciones

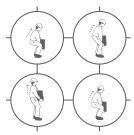
- * Uso de herramientas manuales de impacto: martillo percutor, radial, pico, etc.
- * Conducción de vehículos: Retroexcavadora, pisón compactador, etc.

Recomendaciones de mejora

- * Sustituir herramientas manuales por herramientas eléctricas.
- * Cambiar de tarea, realizar estiramientos y hacer pausas durante las tareas.
- * Planificar rotaciones entre tareas y entre puestos de distinto tipo.



- * Solicitar guantes antivibración.
- * Colocar fundas o mangos aislantes en las palancas, controles, mangos de herramientas, etc.



Ergonomía en el sector de la construcción

Operario de montaje de canalizaciones

Problema ergonómico



Aplicación de fuerzas:

- * Realizar la zanja manualmente con el pico.
- * Extraer el material de dentro de la zanja con azada y capazo o con la pala.
- * Usar herramientas de corte y percusión eléctricas.
- * Manipulación de las compactadoras manuales.



Exposición al ruido:

- * Uso de las herramientas eléctricas de corte y percusión.
- * Uso de maquinaria de mayor envergadura como la retroexcavadora con martillo percutor.

Recomendaciones de mejora



- * Utilizar vehículos y máquinas para sustituir o minimizar las tareas manuales (apertura de zanja y extracción de materiales de la misma).
- * Utilizar el "cazo" de la retroexcavadora para realizar la zanja y sacar el material de la misma.

- * Reducción de holguras, uso de materiales que eviten fricción.
- * Disminución ritmo de trabajo.
- * Correcto mantenimiento: engrase, fijación de piezas, etc.
- * Aumento distancia fuente-trabajador.
- * Bloquear la vía de difusión del ruido mediante barreras de aislamiento sonoro.
- * Rotaciones.
- * Evitar o reducir la exposición innecesaria.
- * Cabinas insonorizadas en los vehículos.
- * Protección personal.