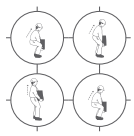


Ergonomía en el sector de la construcción

Vibraciones

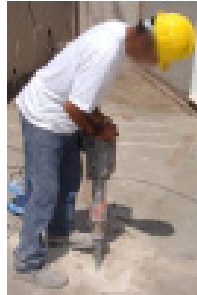
Producidas por la mayoría de máquinas, herramientas y vehículos del sector



Ergonomía en el sector de la construcción

Vibraciones

Origen de las vibraciones



Desequilibrios, holguras, etc. de partes de maquinaria.



Golpes de objetos.



Impulsos, choques.

Efectos de la exposición a las vibraciones



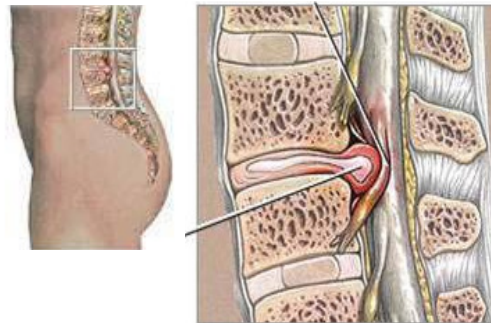
Vibraciones mano-brazo:

- * Trastornos neurológicos.
- * Trastornos músculo-esqueléticos.
- * Otros trastornos.



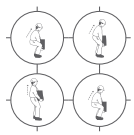
Vibraciones cuerpo completo:

- * Se produce cuando el cuerpo descansa en una superficie que vibra.
- * Normalmente la exposición se produce en posición sentada y se transmite a través del asiento, respaldo o suelo.

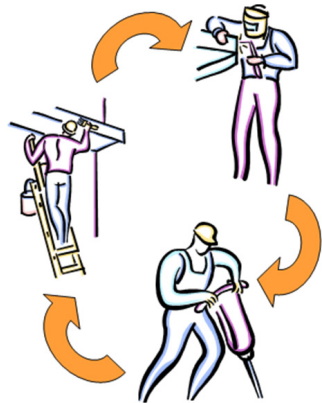


Vibraciones cuerpo completo:

- * Disconfort y fatiga.
- * Dolor y alteraciones en la espalda.
- * Molestias en el estómago.
- * Problemas circulatorios.
- * Acelera la pérdida auditiva, ruido+vibraciones.

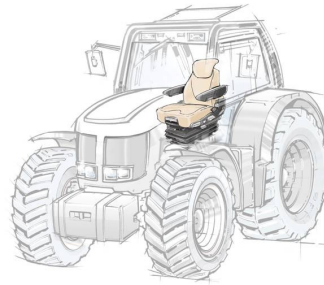


Recomendaciones de mejora



Actuación administrativa:

- * Disminuir tiempo de exposición.
- * Descansos de 10 minutos cada hora de trabajo.
- * Rotación de puestos.
- * Protocolo de pausas.
- * Adecuación tarea-trabajador.



Actuación sobre el foco o medio de transmisión:

- * Mantenimiento adecuado de sistemas de suspensión.
- * Utilizar materiales aislantes de las vibraciones.
- * Colocar mangos aislantes en las palancas, controles, mangos de herramientas, etc.
- * Colocar alfombras aislantes en el suelo de vehículos.
- * Colocar asientos neumáticos suspendidos.



Actuación sobre el receptor:

- * Información y formación de efectos y medidas.
- * Protección personal ► guantes antivibraciones.
- * Controles periódicos de la salud de los trabajadores sometidos a vibraciones.