

PUESTO DE TRABAJO: Cargador de fileta

TAREA

La tarea valorada fue la colocación de bobinas en los vástagos ubicados a 8 alturas diferentes. Para la colocación en las dos últimas líneas se utiliza una escalera portátil, para las demás se hace desde el suelo. El peso aproximado de la bobina es de 3 kg. La tarea es realizada por dos trabajadores. El tiempo en que se realiza la tarea es variable dependiendo del día, pero en promedio se emplean entre 2 y 4 horas. Por turno realiza aproximadamente una fileta completa que corresponde a unas 840 bobinas



EVALUACIÓN DEL EVALUADOR

ESPALDA

A. Cuando se realiza la tarea, la espalda está (seleccionar la situación más penosa):

- A1** Casi neutra (recta)
A2 Flexionada o girada o inclinada lateralmente de forma moderada
A3 Flexionada o girada o inclinada lateralmente de forma excesiva



Trabajador recibiendo la bobina

B. Selecciona SOLO UNA de las siguientes opciones:

o

Para las tareas prologadas, de pie o sentado. ¿Permanece la espalda en posición estática la mayoría del tiempo?

B1 NO

B2 SI

o

Para levantamientos, transportes, empujes y/o arrastres, el movimiento de la espalda es:

B3 Infrecuente (alrededor de 3 veces por minuto o menos)

B4 Frecuente (sobre 8 veces por minuto)

B5 Muy frecuente (sobre 12 veces por minuto o más)



Recibiendo la bobina

HOMBRO/BRAZO

C. Cuando se realiza la tarea, las manos están (seleccionar la situación más penosa):

- C1** A la altura de la cintura o por debajo
C2 Sobre la altura del pecho
C3 A la altura de los hombros o por encima



Trabajador colocando la bobina en la sexta fila

D. El movimiento del hombro/brazo es:

- D1** Infrecuente (algunos movimientos intermitentes)
D2 Frecuente (movimientos regulares con algunas pausas)
D3 Muy frecuente (casi movimientos continuos)



Trabajador colocando la bobina en el vástago

MANO/MUÑECA

E. Se realiza la tarea con (seleccionar la situación más penosa)

- E1** La muñeca casi recta
E2 La muñeca desviada o doblada



Desviación en dirección cubital de muñeca al colocar la bobina

F. La repetición de movimientos es:

- F1** 10 veces por minuto o menos
F2 De 11 a 20 veces por minuto
F3 Más de 20 veces por minuto



El movimiento es menor de 10 veces por minuto

CUELLO

G. Cuando se realiza la tarea, ¿está la cabeza/cuello doblado o girado?

- G1** No
G2 Sí, ocasionalmente
G3 Sí, constantemente



Trabajador colocando las filas inferiores

EVALUACIÓN DEL TRABAJADOR

H. ¿Cuál es el máximo peso que MANEJAS MANUALMENTE en la tarea?

- H1** Ligero (menos de 5 kg)
H2 Moderado (entre 5 y menos de 10 kg)
H3 Pesado (entre 10 y menos de 20 kg)
H4 Muy pesado (20 kg o más)



La bobina pesa de 3 a 5 kg

J. De media, ¿cuánto tiempo pasas al día en esta tarea?

- J1** Menos de 2 horas
J2 De 2 a 4 horas
J3 Más de 4 horas



El trabajador realiza otras tareas además de la descrita en la presente evaluación

K. Cuando se lleva a cabo la tarea, ¿cuál es la máxima fuerza ejercida por una mano?

K1 Baja (menos de 1 kg)

K2 Media (de 1 a 4 kg)

K3 Alta (más de 4 kg)



La fuerza que dice ejercer es moderada

L. La demanda visual de la tarea es:

L1 Baja (casi no se necesitan observar detalles precisos)

L2 Alta (necesidad de observar detalles precisos)



No requiere mayor demanda visual

NOTA: no requiere ver detalles

M. En el trabajo, ¿conduces algún vehículo?

M1 Nunca o menos de una hora al día

M2 Entre 1 y 4 horas al día

M3 Más de 4 horas al día



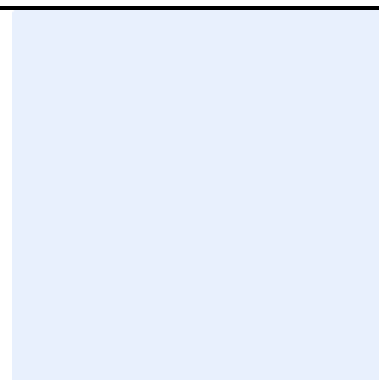
Los trabajadores conducen la carretilla elevadora

N. En el trabajo, ¿utilizas herramientas que vibran?

N1 Nunca o menos de una hora al día

N2 Entre 1 y 4 horas al día

N3 Más de 4 horas al día



No usan herramientas que vibran



P. ¿Tienes dificultades para seguir el ritmo de trabajo?

- P1** Nunca
P2 Algunas veces
P3 Generalmente

Algunas veces es difícil seguir el ritmo de trabajo sobre todo cuando la demanda es alta

NOTA: el ritmo de trabajo es elevado

Q. En general, ¿cómo encuentras este trabajo?

- Q1** Para nada estresante
Q2 Ligeramente estresante
Q3 Moderadamente estresante
Q4 Muy estresante

Consideran que el trabajo es moderadamente estresante

NOTA: el estrés viene dado por el elevado ritmo de trabajo

PUNTUACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

RESUMEN DE LAS RESPUESTAS DE EVALUACIÓN

EVALUADOR

ESPALDA	A2	HOMBRO/BRAZO	C3	MANO/MUÑECA	E2	CUELLO	G2
	B3		D2		F1		
TRABAJADOR							
H1	J2	K2	L1	M1	N1	P2	Q3

ESPALDA

Postura de la espalda (A) y peso (H)		Postura de la espalda (A) y duración (J)		Duración (J) y peso (H)		PUNTAJACIÓN TOTAL PARA ESPALDA																																																					
<table border="1"> <tr><td>A1</td><td>A2</td><td>A3</td></tr> <tr><td>H1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>H2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>H3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> <tr><td>H4</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td></tr> </table> 4 Puntuación 1		A1	A2	A3	H1		2	4	6	H2	4	6	8	H3	6	8	10	H4	8	10	12	<table border="1"> <tr><td>A1</td><td>A2</td><td>A3</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 6 Puntuación 2		A1	A2	A3	J1	2	4	6	J2	4	6	8	J3	6	8	10	<table border="1"> <tr><td>J1</td><td>J2</td><td>J3</td></tr> <tr><td>H1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>H2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>H3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> <tr><td>H4</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td></tr> </table> 4 Puntuación 3		J1	J2	J3	H1	2	4	6	H2	4	6	8	H3	6	8	10	H4	8	10	12
A1	A2	A3																																																									
H1	2	4	6																																																								
H2	4	6	8																																																								
H3	6	8	10																																																								
H4	8	10	12																																																								
A1	A2	A3																																																									
J1	2	4	6																																																								
J2	4	6	8																																																								
J3	6	8	10																																																								
J1	J2	J3																																																									
H1	2	4	6																																																								
H2	4	6	8																																																								
H3	6	8	10																																																								
H4	8	10	12																																																								
Postura estática (B) y duración (J) <i>Hacer SOLO 4 si es estático</i> 0 5 y 6 si es manipulación manual		Frecuencia (B) y peso (H)		Frecuencia (B) y duración (J)																																																							
<table border="1"> <tr><td>B1</td><td>B2</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td></tr> </table> XX Puntuación 4		B1	B2	J1	2	4	J2	4	6	J3	6	8	<table border="1"> <tr><td>B3</td><td>B4</td><td>B5</td></tr> <tr><td>H1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>H2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>H3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> <tr><td>H4</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td></tr> </table> 2 Puntuación 5		B3	B4	B5	H1	2	4	6	H2	4	6	8	H3	6	8	10	H4	8	10	12	<table border="1"> <tr><td>B3</td><td>B4</td><td>B5</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 4 Puntuación 6		B3	B4	B5	J1	2	4	6	J2	4	6	8	J3	6	8	10									
B1	B2																																																										
J1	2	4																																																									
J2	4	6																																																									
J3	6	8																																																									
B3	B4	B5																																																									
H1	2	4	6																																																								
H2	4	6	8																																																								
H3	6	8	10																																																								
H4	8	10	12																																																								
B3	B4	B5																																																									
J1	2	4	6																																																								
J2	4	6	8																																																								
J3	6	8	10																																																								

HOMBRO/BRAZO

Altura (C) y peso (H)		Altura (C) y duración (J)		Duración (J) y peso (H)		PUNTAJACIÓN TOTAL PARA HOMBRO/BRAZO																																																					
<table border="1"> <tr><td>C1</td><td>C2</td><td>C3</td></tr> <tr><td>H1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>H2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>H3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> <tr><td>H4</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td></tr> </table> 6 Puntuación 1		C1	C2	C3	H1		2	4	6	H2	4	6	8	H3	6	8	10	H4	8	10	12	<table border="1"> <tr><td>C1</td><td>C2</td><td>C3</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 8 Puntuación 2		C1	C2	C3	J1	2	4	6	J2	4	6	8	J3	6	8	10	<table border="1"> <tr><td>J1</td><td>J2</td><td>J3</td></tr> <tr><td>H1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>H2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>H3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> <tr><td>H4</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td></tr> </table> 4 Puntuación 3		J1	J2	J3	H1	2	4	6	H2	4	6	8	H3	6	8	10	H4	8	10	12
C1	C2	C3																																																									
H1	2	4	6																																																								
H2	4	6	8																																																								
H3	6	8	10																																																								
H4	8	10	12																																																								
C1	C2	C3																																																									
J1	2	4	6																																																								
J2	4	6	8																																																								
J3	6	8	10																																																								
J1	J2	J3																																																									
H1	2	4	6																																																								
H2	4	6	8																																																								
H3	6	8	10																																																								
H4	8	10	12																																																								
Frecuencia (D) y peso (H)		Frecuencia (D) y duración (J)																																																									
<table border="1"> <tr><td>D1</td><td>D2</td><td>D3</td></tr> <tr><td>H1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>H2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>H3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> <tr><td>H4</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td></tr> </table> 4 Puntuación 4		D1	D2	D3	H1	2	4	6	H2	4	6	8	H3	6	8	10	H4	8	10	12	<table border="1"> <tr><td>D1</td><td>D2</td><td>D3</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 6 Puntuación 5		D1	D2	D3	J1	2	4	6	J2	4	6	8	J3	6	8	10																						
D1	D2	D3																																																									
H1	2	4	6																																																								
H2	4	6	8																																																								
H3	6	8	10																																																								
H4	8	10	12																																																								
D1	D2	D3																																																									
J1	2	4	6																																																								
J2	4	6	8																																																								
J3	6	8	10																																																								

MUÑECA/MANO

Movimiento repetitivo (F) y fuerza (K)		Movimiento repetitivo (F) y duración (J)		Duración (J) y fuerza (K)		PUNTAJACIÓN TOTAL PARA MUÑECA/MANO																																													
<table border="1"> <tr><td>F1</td><td>F2</td><td>F3</td></tr> <tr><td>K1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>K2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>K3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 4 Puntuación 1		F1	F2	F3	K1		2	4	6	K2	4	6	8	K3	6	8	10	<table border="1"> <tr><td>F1</td><td>F2</td><td>F3</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 4 Puntuación 2		F1	F2	F3	J1	2	4	6	J2	4	6	8	J3	6	8	10	<table border="1"> <tr><td>J1</td><td>J2</td><td>J3</td></tr> <tr><td>K1</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>K2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td></tr> <tr><td>K3</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr> </table> 6 Puntuación 3		J1	J2	J3	K1	2	4	6	K2	4	6	8	K3	6	8	10
F1	F2	F3																																																	
K1	2	4	6																																																
K2	4	6	8																																																
K3	6	8	10																																																
F1	F2	F3																																																	
J1	2	4	6																																																
J2	4	6	8																																																
J3	6	8	10																																																
J1	J2	J3																																																	
K1	2	4	6																																																
K2	4	6	8																																																
K3	6	8	10																																																
Postura de la muñeca (E) y fuerza (K)		Postura de la muñeca (E) y duración (J)																																																	
<table border="1"> <tr><td>E1</td><td>E2</td></tr> <tr><td>K1</td><td>2</td><td>4</td></tr> <tr><td>K2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>K3</td><td>6</td><td>8</td></tr> </table> 6 Puntuación 4		E1	E2	K1	2	4	K2	4	6	K3	6	8	<table border="1"> <tr><td>E1</td><td>E2</td></tr> <tr><td>J1</td><td>2</td><td>4</td></tr> <tr><td>J2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>J3</td><td>6</td><td>8</td></tr> </table> 6 Puntuación 5		E1	E2	J1	2	4	J2	4	6	J3	6	8																										
E1	E2																																																		
K1	2	4																																																	
K2	4	6																																																	
K3	6	8																																																	
E1	E2																																																		
J1	2	4																																																	
J2	4	6																																																	
J3	6	8																																																	

CUELLO																														
<i>Postura de cuello (G) y duración (J)</i>	<i>Demanda visual (L) y duración (J)</i>	PUNTUACIÓN TOTAL PARA CUELLO																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>G1</th> <th>G2</th> <th>G3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <th>J1</th> <td>2</td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <th>J2</th> <td>4</td> <td>6</td> <td>8</td> </tr> <tr> <th>J3</th> <td>6</td> <td>8</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> 6 Puntuación 1		G1	G2	G3	J1	2	4	6	J2	4	6	8	J3	6	8	10	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>L1</th> <th>L2</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <th>J1</th> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <th>J2</th> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <th>J3</th> <td>6</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> 4 Puntuación 2		L1	L2	J1	2	4	J2	4	6	J3	6	8	10
	G1	G2	G3																											
J1	2	4	6																											
J2	4	6	8																											
J3	6	8	10																											
	L1	L2																												
J1	2	4																												
J2	4	6																												
J3	6	8																												
CONDUCCIÓN																														
<table border="1"> <thead> <tr> <th>M1</th> <th>M2</th> <th>M3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>4</td> <td>9</td> </tr> </tbody> </table>		M1	M2	M3	1	4	9	PUNTUACIÓN TOTAL PARA CONDUCCIÓN 1																						
M1	M2	M3																												
1	4	9																												
VIBRACIÓN																														
<table border="1"> <thead> <tr> <th>N1</th> <th>N2</th> <th>N3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>4</td> <td>9</td> </tr> </tbody> </table>		N1	N2	N3	1	4	9	PUNTUACIÓN TOTAL PARA VIBRACIÓN 1																						
N1	N2	N3																												
1	4	9																												
RITMO DE TRABAJO																														
<table border="1"> <thead> <tr> <th>P1</th> <th>P2</th> <th>P3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>4</td> <td>9</td> </tr> </tbody> </table>		P1	P2	P3	1	4	9	PUNTUACIÓN TOTAL PARA RITMO DE TRABAJO 4																						
P1	P2	P3																												
1	4	9																												
ESTRÉS																														
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Q1</th> <th>Q2</th> <th>Q3</th> <th>Q4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>4</td> <td>9</td> <td>16</td> </tr> </tbody> </table>		Q1	Q2	Q3	Q4	1	4	9	16	PUNTUACIÓN TOTAL PARA ESTRÉS 9																				
Q1	Q2	Q3	Q4																											
1	4	9	16																											

INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

RESUMEN DE LA PUNTUACIÓN OBTENIDA

Espalda	20	Conducción	1
Hombro/brazo	28	Vibración	1
Muñeca/mano	26	Ritmo de trabajo	4
Cuello	10	Estrés	9

		NIVEL DE EXPOSICIÓN AL RIESGO			
		Bajo	Moderado	Alto	Muy alto
SEGMENTO CORPORAL	Espalda (B1-B2)	8-14	16-22	24-28	Mayor o igual que 30
	Espalda (B3-B5)	10-20	22-30	32-40	Mayor o igual que 42
	Hombro/brazo	10-20	22-30	32-40	Mayor o igual que 42
	Mano/muñeca	10-20	22-30	32-40	Mayor o igual que 42
	Cuello	4-6	8-10	12-14	Mayor o igual que 16

Tabla X: nivel de exposición al riesgo por segmento corporal

(Señalar la puntuación obtenida en el caso concreto del ejemplo de aplicación)

		NIVEL DE EXPOSICIÓN AL RIESGO			
		Bajo	Moderado	Alto	Muy alto
OTROS FACTORES DE RIESGO ASOCIADOS A LA CARGA DE TRABAJO	Conducción	1	4	9	---
	Vibración	1	4	9	---
	Ritmo de trabajo	1	4	9	---
	Estrés	1	4	9	16

Tabla X: nivel de exposición a otros factores de riesgo asociados a la carga de trabajo

(Señalar la puntuación obtenida en el caso concreto del ejemplo de aplicación)

		NIVEL DE EXPOSICIÓN AL RIESGO	
		NIVEL DE EXPOSICIÓN	OBSERVACIONES/COMENTARIOS
SEGMENTO CORPORAL			
Espalda	Bajo	El movimiento de flexión e inclinación de tronco solo se observa en el gesto de recibir la bobina cuando está en la escalera	
Hombro/brazo	Moderado	Se observan posturas forzadas de flexión de brazo a nivel del hombro, sobre todo al colocar las filas 5 y 6	
Mano/muñeca	Moderado	Se observa desviación de muñeca hacia cubital al poner la bobina	
Cuello	Moderado	Se observa flexión de cuello al poner las bobinas inferiores y extensión pronunciada al poner las bobinas superiores especialmente la 5 y 6 fila	

Con la financiación de:



FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES



AS-0212/2014



industria

AS-0213/2014



consejo **intertextil** español

AS-0214/2014

**A OTROS FACTORES DE RIESGO
ASOCIADOS A LA CARGA DE TRABAJO**

<i>Conducción</i>	<i>Bajo</i>	<i>Conducen la carretilla elevadora más o menos 20 minutos durante el turno</i>
<i>Vibración</i>	<i>Bajo</i>	<i>No utilizan herramientas que vibran</i>
<i>Ritmo de trabajo</i>	<i>Moderado</i>	<i>El ritmo de trabajo es elevado</i>
<i>Estrés</i>	<i>Alto</i>	<i>Consideran que la tarea es moderadamente estresante</i>