

## RECEPCIÓN DE MALLAS DE LIMONES EN MESAS CIRCULARES

FICHA DE SOLUCIONES ERGONÓMICAS FSE-04

### 1. INTRODUCCIÓN

La solución ergonómica que se presenta en esta ficha se implantó en la tarea de recepción manual y encajado de mallas con limones en una empresa hortofrutícola, presentando una solución global para el puesto de trabajo.

Esta actividad presentaba riesgo de trastornos músculo-esqueléticos en las extremidades superiores y espalda por la adopción de posturas forzadas, lo que motivó la incorporación de medidas ergonómicas de tipo técnico por la empresa.

### 2.-DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

La tarea de recepción y encajado manual se realizaba del siguiente modo: la trabajadora situada de pie frente a la mesa de trabajo cogía las mallas de limones con ambas manos, para después depositarlas en las cajas situadas a los lados de la mesa. Habitualmente la zona de alcance no es óptima y tampoco lo es la altura del plano de trabajo. Estos factores conducen a la adopción de posturas forzadas, tanto de extremidades superiores como de tronco.



1. Flexión de tronco en la recepción de mallas



2. Flexión repetida de brazos

### 3.-RIESGOS ERGONÓMICOS DE LA TAREA

- ▶ Flexión repetida del tronco (Fotografía 1 y 2).
- ▶ Posturas forzadas por flexión de brazos (>80°) (Fotografía 2).
- ▶ Bipedestación prolongada.

### 4-EFECTOS SOBRE LA SALUD LIGADOS A LOS RIESGOS DE LA TAREA

- Enfermedades profesionales provocadas por posturas forzadas y movimientos repetitivos en el trabajo; enfermedades por fatiga e inflamación de las vainas tendinosas.
- Sobreesfuerzo en la zona dorsolumbar.
- Insuficiencia venosa periférica en piernas.

### 5- MEDIDAS PREVENTIVAS ADOPTADAS POR LA EMPRESA

- ▶ Elevar la altura de la mesa rotatoria circular para reducir la inclinación del tronco.

La empresa modificó la altura del plano de trabajo donde se realizaba la tarea, eliminando con esta medida la flexión de tronco (fotografía 3).

- ▶ Limitar la zona de alcance por medio de la colocación de un cilindro en la zona central de la mesa.

Con la instalación de un cilindro en la zona central de la mesa rotatoria, la empresa consiguió que la zona de alcance para la recepción del producto no suponga un riesgo, contribuyendo a reducir la flexión de brazos por debajo de los 60° (fotografía 4).



3. Elevación del plano de trabajo



4. Colocación de cilindro