

PREPARACIÓN DE PEDIDOS EN CAJAS

FICHA DE SOLUCIONES ERGONÓMICAS FSE-05

1. INTRODUCCIÓN

La solución ergonómica que se presenta en esta ficha es la que fue adoptada por una empresa en la tarea de preparar las cajas con los pedidos de productos de clientes. La tarea presentaba riesgos de naturaleza ergonómica por el diseño de las cajas, el peso que podían alcanzar y la altura de la plataforma de trabajo.

2.-DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

La tarea consiste en llenar las cajas con productos de perfumería y cosmética de volumen y peso pequeño. Una vez llenas se colocan en el lugar de depósito para su distribución a otra sección de la empresa.

Los productos que forman la orden de pedido proceden de su lugar de almacenamiento por un sistema de suministro y distribución automático, y una vez llegan a la mesa de trabajo la trabajadora los recoge y coloca en la caja. Una vez completada, transporta la caja a pocos metros (<2 m) para ser paletizada, o bien la coloca en una cinta transportadora situada tras la mesa de trabajo.

El peso máximo que admitían las cajas era de 16 kg, y éstas carecían de asas para su manipulación manual. La altura máxima del plano de trabajo en estas condiciones era de 145 cm (fotografía 1).



Fotografía 1. Postura de llenado de cajas

3. RIESGOS ERGONÓMICOS DE LA TAREA

- ▶ Posturas forzadas de brazos por abducción ($>45^{\circ}$) y flexión ($>60^{\circ}$)(fotografía 1).
- ▶ Riesgo dorsolumbar en la manipulación manual de las cajas.
- ▶ Bipedestación prolongada.

4. EFECTOS SOBRE LA SALUD LIGADOS A LOS RIESGOS DE LA TAREA

Enfermedades profesionales por inflamación de tendones.

Lesiones dorsolumbares.

5. MEDIDAS PREVENTIVAS ADOPTADAS POR LA EMPRESA

- ▶ La sustitución de las cajas por otras de menor tamaño y con diseño ergonómico.

La empresa optó por cambiar las cajas usadas por otras (enmarcada en la fotografía 2) que son aptas ergonómicamente por disponer de asas de diseño adecuado y tener una capacidad máxima de 10 kg debido a su menor tamaño, por lo que el manejo manual de cargas presenta un riesgo menor, además de eliminar posturas forzadas de brazos.

- ▶ La bajada de la altura de la mesa de trabajo.

Como medida complementaria a la anterior se bajó en 10 cm la altura de la mesa de trabajo, con lo que la altura máxima del plano de trabajo, con las dos medidas adoptadas pasa a ser de 120cm.

Ambas medidas reducen los riesgos dorsolumbares y posturales de la tarea.



Fotografía 2. Cajas ergonómicas con asas y menor tamaño.



Fotografía 3. Descenso en 10 cm de la mesa de trabajo.