

INSTALACIÓN DE UNA MESA ELEVADORA ELÉCTRICA EN FOSO DE OBRA PARA EVITAR POSTURAS FORZADAS DURANTE LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

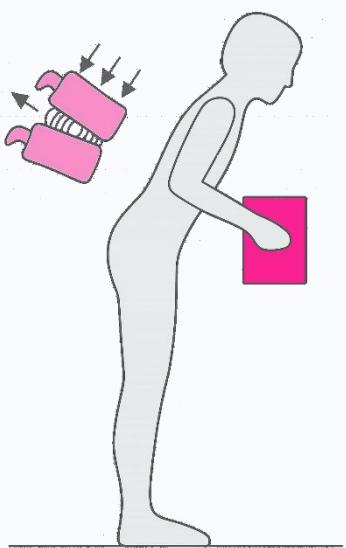
FICHA DE SOLUCIONES ERGONÓMICAS FSE-19

1. INTRODUCCIÓN

La manipulación manual de cargas en tareas de paletizado puede generar riesgos ergonómicos significativos cuando se adoptan posturas inadecuadas. Estas posturas, como la flexión repetida del tronco, incrementan la probabilidad de sufrir lesiones musculoesqueléticas, principalmente localizadas en la zona lumbar. Según la “Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas” del INSST, es fundamental mantener la carga dentro de una zona de manipulación segura, evitando posiciones extremas.

2. DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Antes de la implantación de la medida ergonómica, aplicada en una empresa dedicada a la fabricación y comercialización al por mayor de aceitunas y encurtidos, la paletización manual del producto acabado se realizaba manipulando las cargas desde una cinta transportadora hasta un palé colocado sobre una línea de rodillos a la altura del suelo. Esta disposición obligaba a las personas trabajadoras a la adopción de posturas forzadas para colocar las cargas sobre el palé, lo cual generaba:



- Manipulación manual de cargas por debajo de la altura de los nudillos y por encima del nivel de los hombros, es decir fuera de la zona considerada óptima para el desplazamiento vertical.
- Posturas forzadas del tronco (flexión lumbar repetida), al colocar las cargas en los niveles más bajos del palé.
- Incremento del riesgo de lesiones por sobreesfuerzo.

3. SOLUCIÓN ADOPTADA: INSTALACIÓN DE UNA MESA ELEVADORA ELÉCTRICA EN UN FOSO DE OBRA

Para evitar las posturas forzadas de espalda al realizar el desplazamiento vertical de las cargas a alturas no adecuadas, se construyó un foso en el que se instaló una mesa elevadora eléctrica de tijera. La línea de rodillos, sobre la que se empuja el palé una vez completado, también se adaptó para que una parte de ella pudiera desplazarse verticalmente, junto con el palé, sobre la plataforma de la mesa elevadora. Esta solución permite:

- Ajustar la altura de trabajo de forma que la manipulación de las cargas se realice dentro del rango aceptable (entre la altura de los nudillos y los hombros).
- Evitar la flexión repetida del tronco, reduciendo el riesgo de lesiones musculoesqueléticas.
- Mejorar la eficiencia y comodidad en la tarea de paletizado.

Es importante destacar que la implantación de toda solución ergonómica debe ser evaluada para evitar la introducción de nuevos riesgos. En este sentido la mesa elevadora debe contar con las protecciones y sistemas de seguridad adecuados para evitar riesgos durante su uso, de manera particular el riesgo por atrapamiento. Por ello, es imprescindible evaluar el puesto desde el punto de vista de la seguridad, asegurando el cumplimiento de la normativa aplicable.



Mesa elevadora eléctrica



Palé y cargas sobre mesa elevadora instalada en foso