TME infopreben

Análisis y mejora de trastornos músculo-esqueléticos (TME) de origen laboral del sector primario y agroalimentario de la CAPV

OSALAN
Laneko Segurtasun eta Osasunerako Euskal Erakundea
Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales

azti tecnalia

FICHA ERGONÓMICA
SECTOR OVINO: ORDEÑO MECÁNICO
CON EQUIPO ROTATORIO

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Los animales son conducidos a la zona de ordeño y se introducen en la instalación que irá girando durante el proceso de ordeño. Los dos trabajadores se sitúan en la zona interior de la ordeñadora, uno se encarga de colocar las pezoneras, el otro las va quitando al final del recorrido y también aplica un producto protector. Ambos realizan masajes en las ubres para favorecer que se extraiga toda la leche.

La duración de esta tarea depende del número de ovejas y del número de estaciones de ordeño disponibles, aunque una media aproximada puede ser 2 horas cada ordeño. Es una tarea intensa y concentrada en un periodo corto del año (entre diciembre y junio), llevándose a cabo, generalmente, dos veces al día (mañana y tarde).

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA DETECTADO

Dependiendo de la altura del trabajador, la posición adoptada para alcanzar la ubre puede generar dolencias en diferentes partes del cuerpo.

Los trabajadores se desplazan poco, permaneciendo en un lugar de pequeñas dimensiones y con equipos que dificultan los movimientos mientras dura el proceso de ordeño.

Durante esta tarea el trabajador se encuentra controlando en todo momento el proceso, teniendo que realizar trabajo manual de detalle relativamente exigente, aunque no se puede considerar movimiento repetitivo.

MOVIMIENTO/POSTURA ESTUDIADO

Posición de los hombros y brazos para alcanzar las ubres. Mantenimiento de la misma postura (de pie en una zona pequeña) durante toda la tarea.

RIESGO

Postura forzada para mantener los brazos extendidos y adelantados afectando la cintura escapular (clavículas, hombros, trapecio, cuello) en caso de trabajadores de menor estatura. Estatismo.

MÉTODO DE EVALUACIÓN ERGONÓMICA EMPLEADO

En esta tarea se ha realizado una evaluación de la postura forzada mediante el método REBA.

ESTIMACIÓN DEL RIESGO

El resultado obtenido en la aplicación del método de evaluación REBA (8 puntos) nos indica que el realizar esta tarea de esta forma tiene un RIESGO ALTO para la salud del trabajador, que son NECESARIAS ACCIONES DE INTERVENCIÓN para eliminar o disminuir ese riesgo y que deberían aplicarse en un PLAZO DE TIEMPO CORTO.

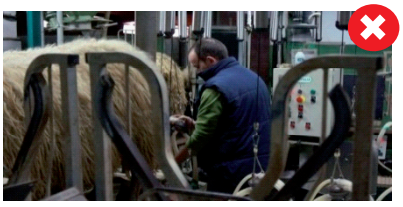
Este resultado se referiría a la realización de esta tarea durante 8h/día, como en este caso no se cumplen estas horas, el nivel de riesgo podría disminuir a medio.

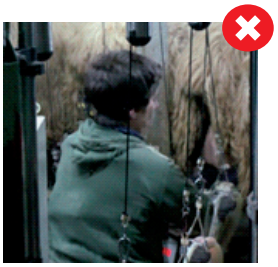
DESCRIPCIÓN POSTURA INCORRECTA

Los trabajadores de menor estatura mantienen los brazos extendidos hacia adelante, cargando todo el peso en clavículas, hombros, trapecio y cuello. Los trabajadores de mayor estatura doblan el cuello hacia adelante sobrecargándolo. Los pies se mantienen en paralelo.

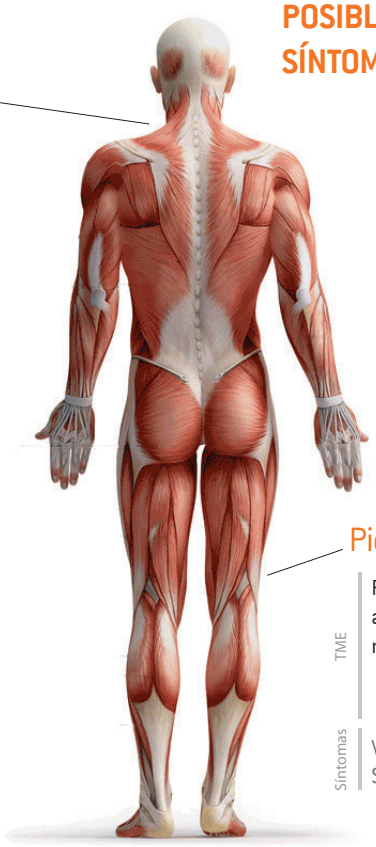
DESCRIPCIÓN POSTURA CORRECTA

Realizar la tarea con un pie adelantado al otro e ir cambiando el peso del cuerpo. Distrubuir el peso y el movimiento entre los 3 segmentos (pelvis, caja torácica (pecho y hombros) y cabeza (cuello y cabeza).





POSIBLES TMES ASOCIADOS A LA TAREA Y SÍNTOMAS E INDICIOS A TENER EN CUENTA



Columna, cuello y hombros

TME

Posible afección en cervicales y tendones del hombro (cintura escapular) por la posición de los brazos hacia adelante.

Posible sobrecarga en la parte baja de la espalda al mantener los pies en paralelo.

Síntomas

Contracturas, dolor de espalda, hombros y cuello.

Piernas

TME

Pueden aparecer problemas de retorno venoso a medio-largo plazo provocado por la falta de movimiento (estatismo).

Síntomas

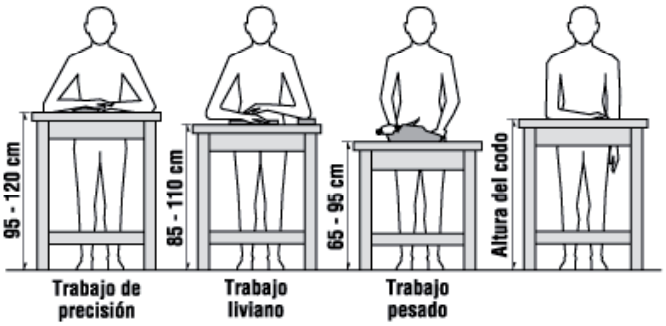
Varices, pesadez de piernas, dolor de rodillas. Sobrecarga muscular, agujetas.

OTRAS RECOMENDACIONES Y PROPUESTAS

Como medida inmediata se propone la formación en higiene postural que enseñe al trabajador a realizar la tarea de la forma menos lesiva posible y, además, realizar una preparación física específica 2 o 3 semanas antes de iniciar la campaña. También se propone instalar alfombras antifatiga para disminuir las consecuencias derivadas del estatismo.

Alfombras antifatiga

Como medida a más largo plazo, se debería adaptar la altura del equipo de ordeño a cada trabajador. Si no se puede ajustar la altura del sistema de ordeño porque el equipo no lo permite o porque hay trabajadores de diferentes alturas, se puede colocar un peldaño de rejilla ajustado al trabajador/es más bajo de forma que alcancen su altura óptima. Esta adaptación requiere que cada trabajador realice la tarea siempre en una zona determinada. En el caso de los trabajadores de mayor estatura, habría que hacer una formación de postura corporal para tratar de evitar problemas a nivel lumbar.



Alturas óptimas de trabajo dependiendo del tipo de tarea a realizar