



FICHA ERGONÓMICA

PODA DE INVIERNO: VID EN ESPALDERA

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Corte de los sarmientos para dejar el número de yemas productivas en cada brazo de la cepa, se realiza manualmente por operarios especializados. Se emplea tijera manual, eléctrica o neumática, serrote, hacha...

Las tareas de poda se realizan en época de invierno, dura entre 2 y 3 meses y es realizada por el dueño del viñedo o por un número pequeño de trabajadores especializados.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

DETECTADO

La altura de trabajo viene determinada por la altura en la que nacen los sarmientos, que en el caso de las vides en forma de espaldera es entre 80 y 110 cm del suelo.

Esta tarea obliga a adoptar una postura forzada continuada, aunque no muy extrema.

MOVIMIENTO/POSTURA ESTUDIADO

Posición de espalda, hombros y cuello para alcanzar y cortar los sarmientos.

RIESGO

Posturas forzadas afectando a columna, cuello y hombros.

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 coeficiente final obtenido mediante el método REBA (6 puntos) nos indica que el realizar esa tarea de esta forma tiene un **nivel de riesgo MEDIO** para la salud del trabajador.

Por lo tanto, son **NECESARIAS ACCIONES DE INTERVENCIÓN EN UN PERIODO DE TIEMPO MEDIO-CORTO**.

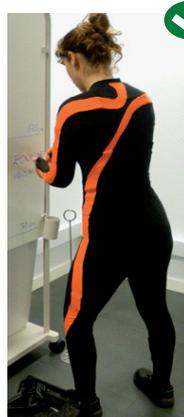
DESCRIPCIÓN POSTURA INCORRECTA

En los trabajadores de mayor altura, puede darse que la espalda se doble desde la zona dorsal manteniendo las rodillas estiradas.

También se realiza una flexión del cuello hacia adelante para poder ver.

DESCRIPCIÓN POSTURA CORRECTA

El corte de los sarmientos se puede mejorar teniendo las rodillas levemente flexionadas y una pierna ligeramente adelantada a la otra, lo que permite relajar las lumbares.



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

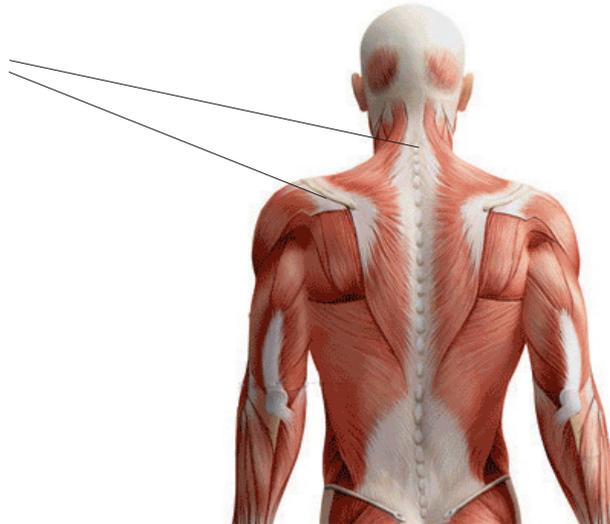
Columna, cuello y hombros

TME

- Posible riesgo en zona dorso-lumbar:
Alteraciones discales y musculares.
- Posible afección de la zona cervical.

Síntomas

- Contracturas, dolor de espalda y cuello.



OTRAS RECOMENDACIONES Y PROPUESTAS

Como medida inmediata, se propone la formación en higiene postural que enseñe al trabajador a realizar la tarea con una postura lo menos lesiva posible y realizar una preparación física específica 2 o 3 semanas antes de iniciar la poda.

Además, se recomienda realizar un calentamiento al inicio de la jornada y el intercambio de tareas entre los trabajadores presentes.

Se debería de diseñar un sistema que permitiese al trabajador mantener una postura adecuada a la altura de las vides (posición sentada, pies separados, rodillas en 90° que permitan la movilidad de la pelvis y la flexión de la espalda desde la cadera) y con movilidad suficiente que permita el paso de una vid a otra:

- Taburetes diseñados para labores de recolección o mantenimiento de cultivos.
- Utilizar herramientas manuales diseñadas para que el trabajador tenga las muñecas rectas.

