

FICHA ERGONOMICA

SECTOR BODEGA: SELECCIÓN UVA EN MESA O CINTA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Según el tipo de vino a elaborar, los racimos se extienden en mesas de selección vibratorias, cintas transportadoras horizontales o verticales, etc., la uva se inspecciona visualmente y los elementos indeseados (hojas, racimos o uvas enfermas, otras plantas, etc.) se eliminan a mano. Esta tarea suele ser realizada por varias personas que pueden ir rotando por diferentes puestos dentro de la línea de selección.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA DETECTADO

La altura a la que se encuentran las mesas o cintas de selección obliga a mantener los brazos y hombros ligeramente levantados o la espalda y el cuello flexionados hacia adelante en ciertos momentos de la tarea. Así mismo, se detecta un giro del tronco cuando se tiran los desechos a los contenedores dispuestos en un lateral.

MOVIMIENTO/POSTURA ESTUDIADO

posición de los hombros y brazos para alcanzar las uvas.

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 y cuello) en el caso de trabajadores de menor estatura. Estatismo

MÉTODO DE EVALUACIÓN ERGONOMICA EMPLEADO

Se realiza la evaluación ergonómica de posturas forzadas mediante en método REBA.

ESTIMACIÓN DEL RIESGO

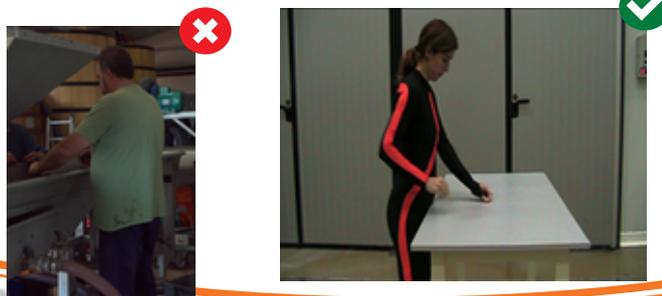
La puntuación obtenida es de seis, correspondiendo un nivel de riesgo medio. El nivel de acción es dos, que nos indica que es necesario realizar una actuación para adecuar la tarea.

DESCRIPCIÓN POSTURA INCORRECTA

Los trabajadores de menor estatura o que trabajan en mesas muy altas, mantienen los brazos extendidos hacia adelante, cargando todo el peso en clavículas, hombros, trapecio y cuello. Los trabajadores que trabajan en mesas muy bajas doblan la espalda y el cuello hacia adelante sobrecargándolos. Se dobla la espalda hacia un lateral para tirar las uvas defectuosas a la basura. Los pies se mantienen en paralelo.

DESCRIPCIÓN POSTURA CORRECTA

Realizar los movimientos de brazos lo más pegados al cuerpo como sea posible y en una posición baja. Realizar la tarea con un pie adelantado al otro e ir cambiando el peso del cuerpo. Distribuir el peso y el movimiento entre los 3 segmentos (pelvis, caja torácica (pecho y hombros) y cabeza (cuello y cabeza))



POSIBLES TME 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

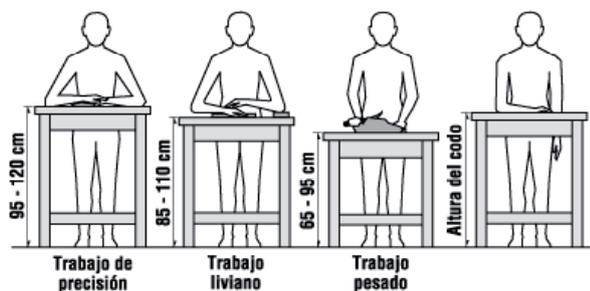
Como medida inmediata se propone la formación en higiene postural que enseñe al trabajador a realizar la tarea de la forma menos lesiva posible y, además, realizar una preparación física específica 2 o 3 semanas antes de iniciar la campaña. También se propone instalar alfombras antifatiga para disminuir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

como medida a más largo plazo, se debería adaptar la altura de las mesas de selección a cada trabajador. Si no se puede ajustar la altura 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.

como medida inmediata, colocar una superficie en el suelo para adaptar las alturas de trabajo para que no cojan uvas por encima de los codos. Así mismo, colocar los depósitos de desechos lo más cercano posible a los trabajadores y de forma que no tengan que rotar el cuerpo. Colocar cajas en el suelo para apoyar los pies alternamente y rotar los puestos de trabajo en la línea de selección



Alfombras antifatiga



Alturas óptimas de trabajo dependiendo del tipo de tarea a realizar

Sistemas ergonómicos para tirar los desechos



Colocar cajas como apoyo para los pies

