INVASSAT

Institut Valencià de
Seguretat i Salut en el Treball

TRABAJADOR ESPECIALMENTE SENSIBLE

VALENCIA, 19 de NOVIEMBRE de 2009.
CENTRO TERRITORIAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE VALENCIA

JOSE LUIS LLORCA RUBIO
JEFE DEL SERVICIO DE ESPECIALIDADES PREVENTIVAS

GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA D'ECONOMIA, HISENDA I OCUPACIÓ

INTRODUCCION

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

- El artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece que “el empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, incluidos aquellos que tengan reconocida la situación de discapacidad física, psíquica o sensorial, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.
- A tal fin, deberá tener en cuenta dichos aspectos en las evaluaciones de los riesgos y, en función de éstas, adoptará las medidas preventivas y de protección necesarias.
- Los trabajadores no serán empleados en aquellos puestos de trabajo en los que, a causa de sus características personales, estado biológico o por su discapacidad física, psíquica o sensorial debidamente reconocida, puedan ellos, los demás trabajadores u otras personas relacionadas con la empresa ponerse en situación de peligro o, en general, cuando se encuentren manifiestamente en estados o situaciones transitorias que no respondan a las exigencias psicofísicas de los respectivos puestos de trabajo”.

INTRODUCCION

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

- Igualmente, en el artículo 26 de la misma Ley establece que “la evaluación de los riesgos a que se refiere el artículo 16 de la presente Ley deberá comprender la determinación de la naturaleza, el grado y la duración de la exposición de las trabajadoras en situación de embarazo o parto reciente a agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras o del feto, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico.
- Si los resultados de la evaluación revelasen un riesgo para la seguridad y la salud o una posible repercusión sobre el embarazo o la lactancia de las citadas trabajadoras, el empresario adoptará las medidas necesarias para evitar la exposición a dicho riesgo, a través de una adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo de la trabajadora afectada”

INTRODUCCION

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

- El artículo 27 establece que ” antes de la incorporación al trabajo de jóvenes menores de dieciocho años, y previamente a cualquier modificación importante de sus condiciones de trabajo, el empresario deberá efectuar una evaluación de los puestos de trabajo a desempeñar por los mismos, a fin de determinar la naturaleza, el grado y la duración de su exposición, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico al respecto, a agentes, procesos o condiciones de trabajo que puedan poner en peligro la seguridad o la salud de estos trabajadores.
- A tal fin, la evaluación tendrá especialmente en cuenta los riesgos específicos para la seguridad, la salud y el desarrollo de los jóvenes derivados de su falta de experiencia, de su inmadurez para evaluar los riesgos existentes o potenciales y de su desarrollo todavía incompleto”.

INTRODUCCION

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

- Vamos a analizar aquellos trabajadores que son especialmente sensibles para la realización de trabajos que requieran de la realización de manipulación manual de cargas, esfuerzos, posiciones forzadas y movimientos repetitivos clasificándose estos en:
  - Trabajadores que padecen limitaciones funcionales.
  - Trabajadores mayores.
  - Trabajadores menores.
  - Trabajadoras embarazadas.
- Se analizará y recomendará para cada caso que metodología habrá que emplear para determinar si el puesto en el que va a ser o ha sido ubicado el trabajador es adecuado a las características físicas del trabajador.
- Este debe ser analizado juntamente con la Unidad Básica de Salud puesto que estos son los que mejor conocen las limitaciones físicas de cada caso particular, determinando el ergónomo las exigencias de las tareas.

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITACIONES FUNCIONALES

- Se recomienda pasar a estos trabajadores un análisis de perfil de puestos de trabajo, ajustando su resultado a las capacidades funcionales del trabajador.
- Existen varios métodos para realizar el análisis del perfil de puestos:
  - ErgoDis/IBV.
  - Adaptyar.
  - Medal.

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

- Es una herramienta informática desarrollada por el Instituto de Biomecánica de Valencia (IBV) para la adaptación ergonómica de puestos de trabajo para personas con discapacidad.
- Permite analizar el trabajo y el trabajador utilizando criterios y niveles de valoración similares, para facilitar la comparación de los datos y la identificación del grado de ajuste o desajuste entre las demandas del trabajo y la capacidad funcional de una determinada persona.
- Permite evaluar y prevenir los riesgos derivados de la actividad laboral tal como la realiza el sujeto, con el fin de evitar el empeoramiento de deficiencias ya existentes y/o la aparición de deficiencias nuevas.
- Puede utilizarse en diferentes contextos y con diferentes objetivos, como la selección de empleo, el diseño/rediseño del puesto de trabajo, o la evaluación de la vuelta al trabajo de una persona con discapacidad.
- El método incorpora una base de datos con recomendaciones sobre soluciones de adaptación.

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

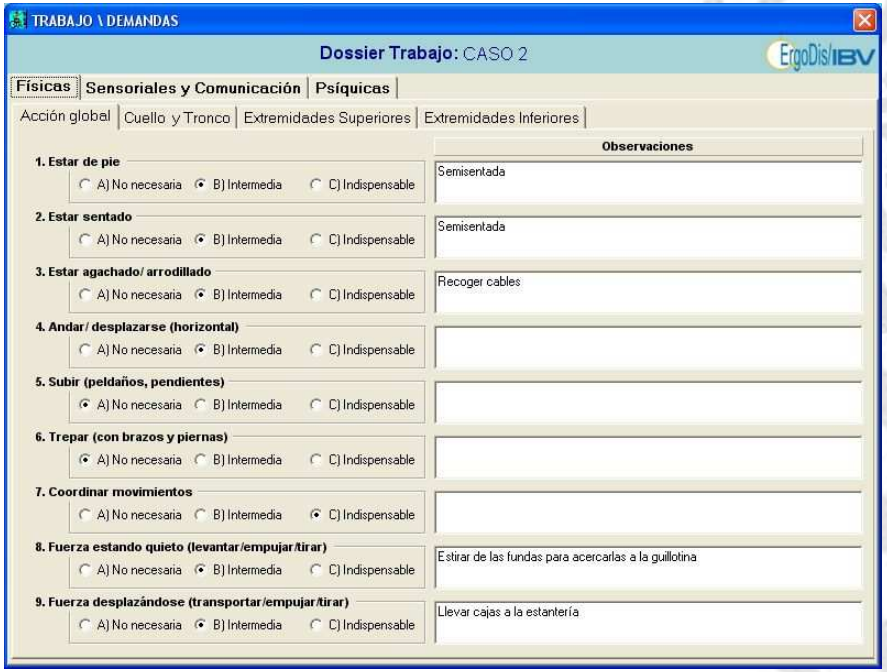
- Para el análisis del trabajo y del trabajador con discapacidad se ha previsto una serie de formularios normalizados que facilitan la recopilación de información y su tratamiento posterior por el programa informático.
- Los formularios de análisis del trabajo incluyen los siguientes aspectos:
  - Generalidades de identificación de la empresa y del puesto.
  - Descripción de las tareas de trabajo, incluyendo los equipos utilizados y el tiempo dedicado a cada una.
  - Análisis de las demandas físicas, sensoriales, de comunicación y psíquicas de las tareas, donde cada ítem se valora según una escala de tres niveles de demanda (A: no necesaria; B: intermedia; C: indispensable).

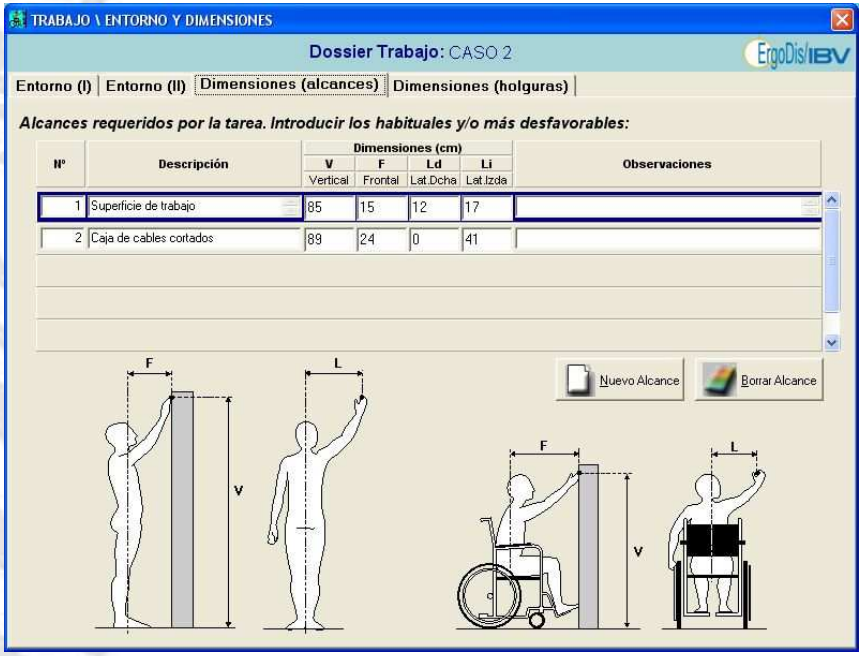
TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

- Condiciones del entorno ambiental y psicosocial, valoradas también en tres niveles (A: no; B: ocasional; C: frecuente).
- Dimensiones del puesto de trabajo, incluyendo los alcances y las holguras.
- Barreras arquitectónicas de las zonas utilizadas por el trabajador.
- Riesgo por carga ambiental, derivado de las condiciones de iluminación, ruido y entorno térmico.
- Riesgo por carga física asociado a las posturas de trabajo, determinado a partir de la posición de las partes corporales, el tipo de actividad muscular y la fuerza empleada por el trabajador.

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

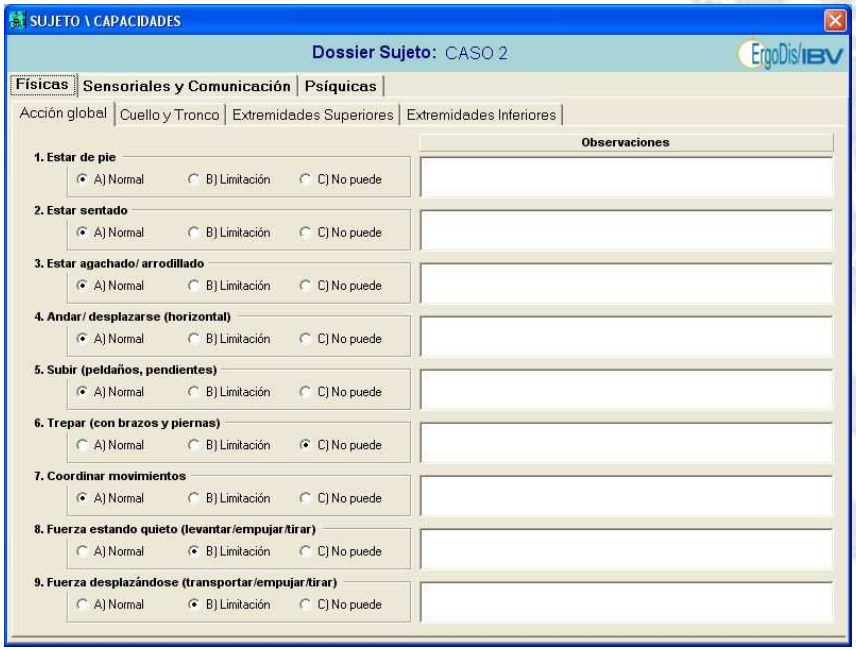


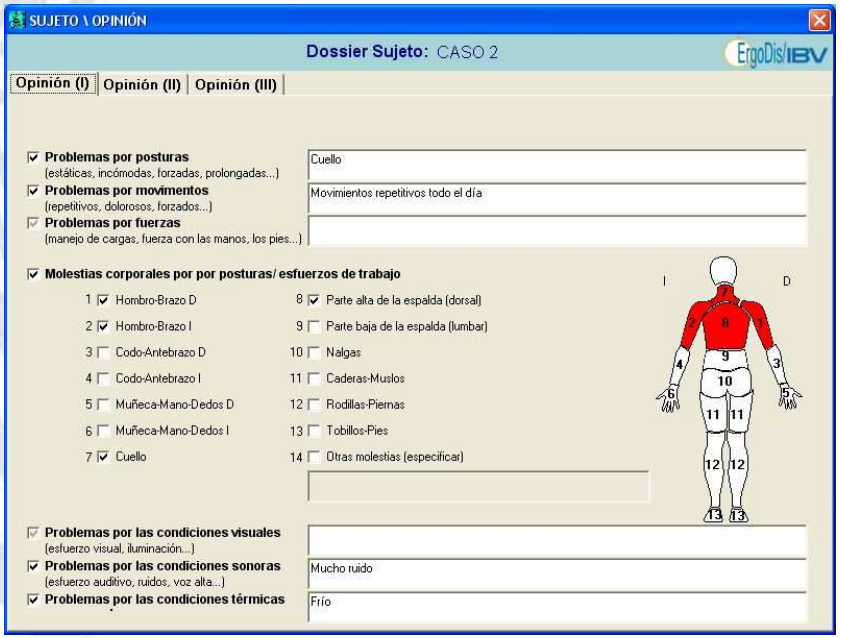


- Los formularios de análisis del sujeto incluyen los siguientes aspectos:
  - Generalidades de identificación, socioculturales y laborales del individuo.
  - Tipo de discapacidad, incluyendo las ayudas técnicas personales que utiliza habitualmente.
  - Análisis de las capacidades físicas, sensoriales, de comunicación y psíquicas del trabajador, mediante ítems idénticos a los del formulario de demandas del trabajo pero valorados aquí según una escala de tres niveles de capacidad (A: normal; B: limitación; C: no puede).
  - Tolerancia al entorno ambiental y psicosocial, valorada también en tres niveles (A: normal; B: limitación; C: no tolera).
  - Tolerancia a las dimensiones relevantes del puesto de trabajo.
  - Opinión del trabajador acerca de las condiciones del trabajo y sus sugerencias para resolver los posibles problemas detectados.

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball





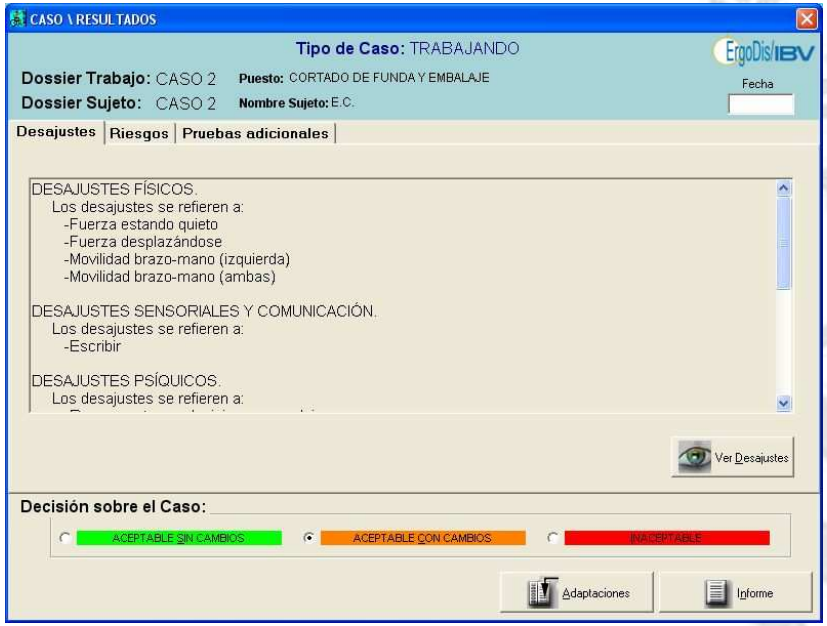
TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

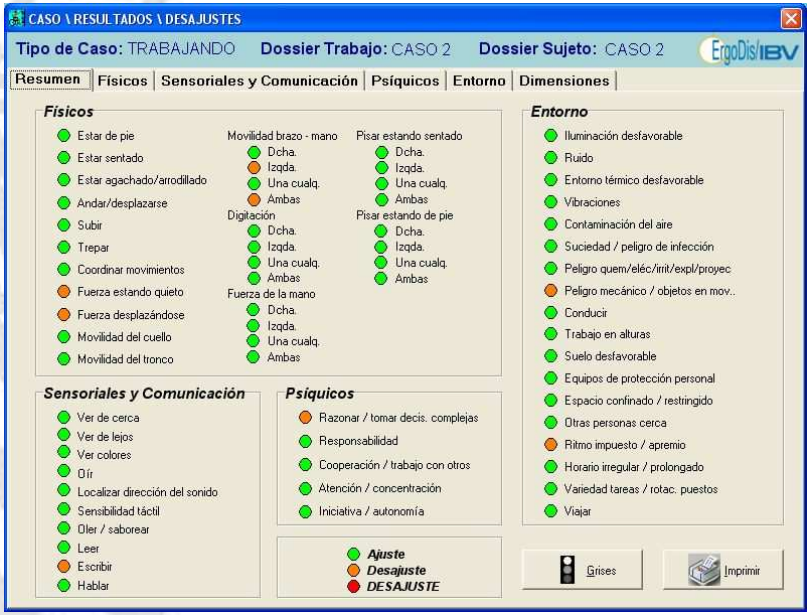
INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

- Para comprobar el grado de adecuación trabajo-sujeto, el programa compara directamente determinados ítems de uno y otro y aplica unas reglas de interpretación sobre la situación resultante.
- Por una parte, se comparan las demandas del trabajo con las capacidades del sujeto, para detectar problemas relacionados con los ítems físicos, sensoriales, de comunicación y psíquicos.
- Se compara el entorno de trabajo con la tolerancia al entorno del sujeto.
- Los resultados de este procedimiento se resumen en una ventana del programa que asocia códigos de color a las diferentes situaciones de adecuación.
- El programa determina automáticamente cuál es el nivel de riesgo asociado a la carga ambiental y a la carga física.

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball



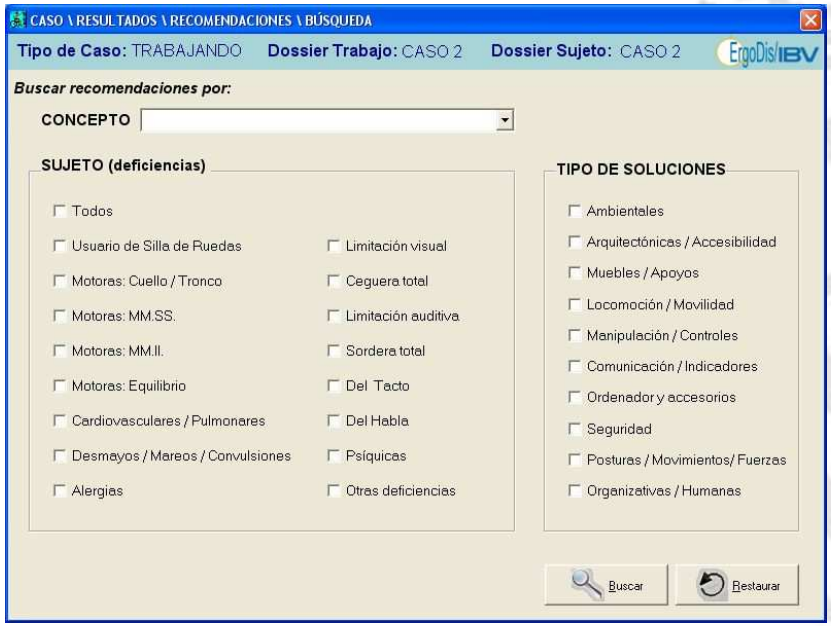


- Una vez se dispone de todos los resultados se toma la decisión final sobre el caso trabajo-sujeto, considerando la situación en conjunto y contando con la opinión de todos los interesados.
  - Situación aceptable sin cambios, tal como está. Esto implica, según el objetivo del estudio, que el empleado puede seguir trabajando en las condiciones actuales o que puede seleccionarse el empleo para ese aspirante.
  - Situación inaceptable debido a desajustes, riesgos y/o demás problemas que, además, no admiten soluciones razonables. Esto supone descartar la situación actual y buscar otro empleo, repitiendo el procedimiento de estudio, o bien dejar de trabajar si el caso lo requiere.
  - Situación intermedia entre las dos anteriores: el caso aceptable con cambios, dirigidos precisamente a solucionar los problemas detectados. Esto implica proponer una o más adaptaciones que puede aplicarse al trabajo y/o al sujeto. En este sentido, el programa informático permite acceder a una base de datos con recomendaciones que pueden servir de ayuda para resolver el caso.

- Permite realizar búsquedas de recomendaciones asociadas a varios criterios:
  - El concepto al que se refiere la recomendación (asientos, paredes, suelos, lengua de signos, teclados, etc).
  - El tipo de deficiencias y otras características del sujeto al que va dirigida (usuarios de silla de ruedas, personas con deficiencias motoras, visuales, auditivas, del tacto, del habla, psíquicas, etc), aunque también se incluyen recomendaciones ergonómicas adecuadas para todos los trabajadores (con y sin discapacidad).
  - El tipo de soluciones de adaptación que se pretenden (ambientales, arquitectónicas, muebles, ayudas para la locomoción, la manipulación, la comunicación, medidas organizativas, etc).

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. ErgoDIS/IBV

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball



TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

IBV INSTITUTO DE BIOMECÁNICA DE VALENCIA

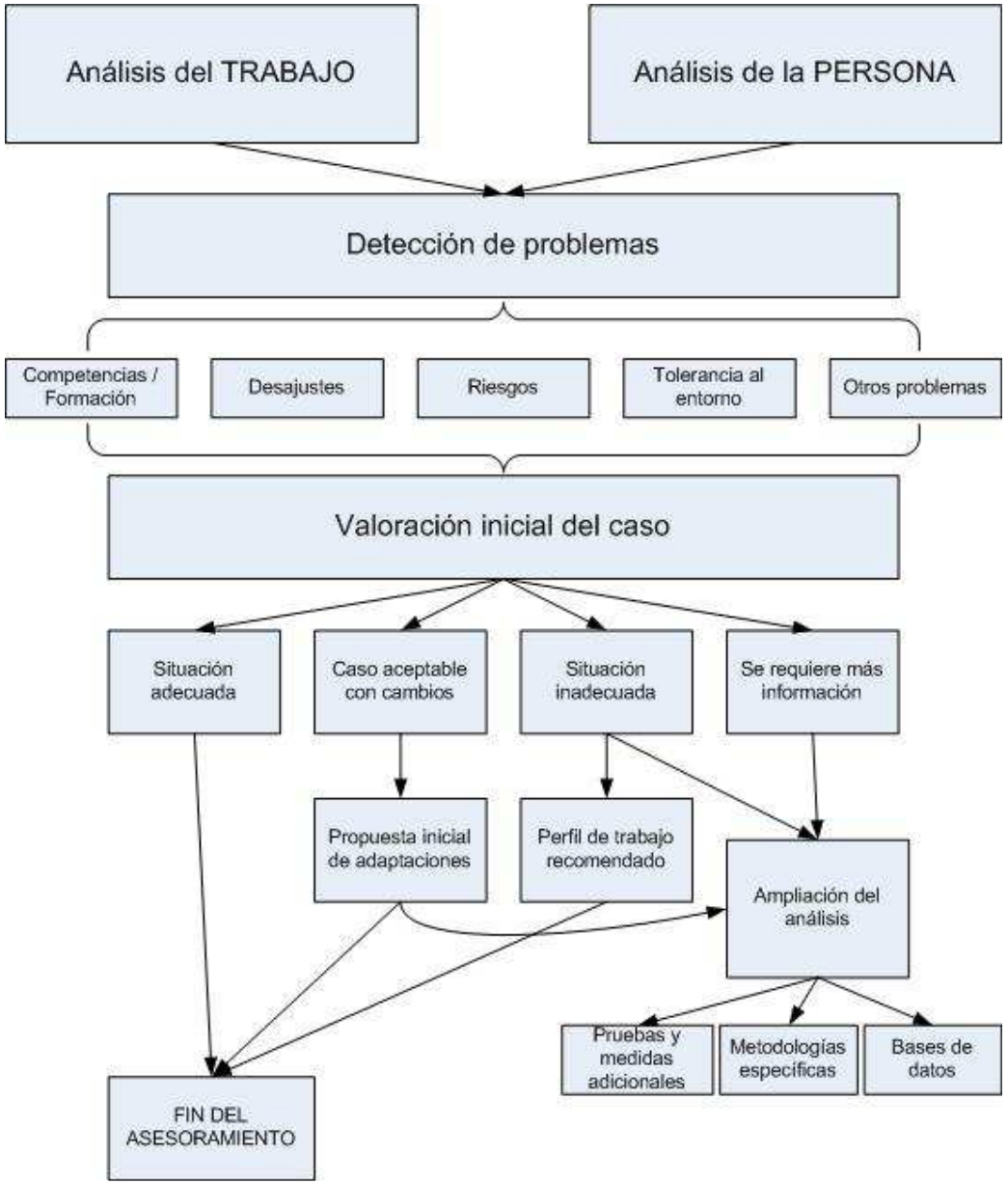
GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL

ADAPTyAR
adaptación
de puestos de trabajo
y ajustes razonables

- Facilita el proceso de inserción laboral y adaptación del puesto de trabajo.
- Es una combinación del método Ergo DIS/IBV y ESTRELLA.
- Consta de diversos **cuestionarios** para recoger y valorar información referente al puesto de trabajo, a la persona con discapacidad y a la interacción entre ambos. La aplicación de estos cuestionarios ha de hacerse mediante un protocolo ordenado.

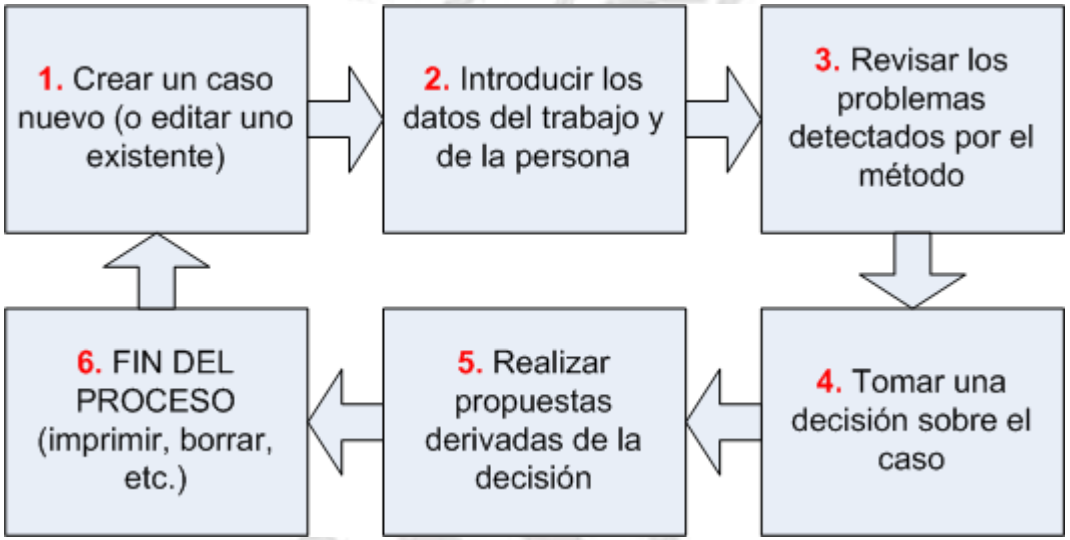
TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball



TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball



TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

Datos del trabajo | Datos de la Persona

1. DATOS GENERALES DEL TRABAJO

Datos de contacto		
Código identificador del puesto		
Datos del puesto de trabajo		
Nombre del puesto de trabajo		
Descripción del puesto de trabajo		
Tareas principales:	(Describir las principales tareas que se realizan en el puesto, incluyendo el tiempo necesario para realizarlas y el equipamiento requerido)	

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

2. COMPETENCIAS Y REQUISITOS EXIGIDOS

☐	Formación reglada	Indiferente / no se requiere formación reglada	
☐	Idiomas	☐ Inglés ☐ Catalán / Valenciano ☐ Gallego ☐ Euskera ☐ Otros	
☐	Formación complementaria		
☐	Carnet de conducir / coche	Licencia de ciclomotores	
☐	Experiencia previa		
☐	Disponibilidad		

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

3. DEMANDAS DEL PUESTO DE TRABAJO

Postura de trabajo			
☐	A. Postura de pie B. Postura sentado C. Postura, otras		
☐	Desplazamiento		
☐	Fuerza / Esfuerzo físico		
☐	Movilidad / Destreza de miembros superiores		
☐	Movilidad en cuello / tronco		
☐	Movilidad de los miembros inferiores		
☐	Visión		
☐	Audición		
☐	Hablar / Expresión oral		
☐	Comprensión verbal		
☐	Leer		
☐	Escribir		
☐	Aprendizaje / Razonamiento		
☐	Conocimiento numérico		
☐	Autonomía / Iniciativa		
☐	Responsabilidad		
☐	Relaciones interpersonales		
☐	Atención / Concentración		
☐	Variedad de situaciones / Adaptabilidad		

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

4. ENTORNO DE TRABAJO

Entorno ambiental		
☐	Iluminación desfavorable	
☐	Temperatura / Humedad	
☐	Ruido / Vibraciones	
Salud y seguridad		
☐	Riesgos de seguridad (maquinaria, mecánico, caídas)	
☐	Contaminantes e higiene	
☐	Uso de EPIs	
Ergonomía		
☐	Manipulación de cargas	
☐	Posturas forzadas	
☐	Movimientos repetitivos	
Factores psicosociales y organizativos		
☐	Horarios / turnos específicos	
☐	Ritmo impuesto / apremio	
☐	Trabajo Exterior / Desplazamientos / Viajes	
Barreras arquitectónicas: acceso y circulación por el centro de trabajo		
☐	Acceso al centro de trabajo	
☐	Circulación por el centro de trabajo (ascensores / rampas / pasillos / puertas)	
☐	Uso de estancias y servicios comunes (aseos / salas de reuniones / zonas de descanso)	
Otros aspectos a considerar		
☐	**Desplazamiento al centro de trabajo** Dificultad para llegar hasta el centro de trabajo (lejos de centro urbano, carencia de transporte público adecuado, etc.).	
☐	**Mobiliario** Mobiliario existente en el puesto de trabajo (que pueda resultar un obstáculo para el trabajador, difícil de usar, poco accesible, etc.).	
☐	**Maquinaria y equipamientos** Maquinaria y equipamiento existente en el puesto de trabajo (que pueda resultar un obstáculo para el trabajador, difícil de usar, poco accesible, etc.).	
Otros problemas o condiciones / observaciones		

volver arriba

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

Datos del trabajo | Datos de la Persona

ADAPTyAR

1. DATOS GENERALES DE LA PERSONA

Código identificador de la persona		
Sexo ('M' Masculino, 'F' Femenino)		
% de discapacidad	0	
Deficiencias		
(Indicar una o varias deficiencias de la lista, según consta en el Dictamen Técnico Facultativo o en el Certificado de Minusvalía)		
A. Deficiencia		
B. Deficiencia		
C. Deficiencia		
D. Deficiencia		
Productos de Apoyo personales		
☐	Ortesis / protesis de mmss	
☐	Ortesis / protesis de mmii	
☐	Ortesis de cuello / tronco	
☐	Ayudas para caminar	
☐	Silla de ruedas	
☐	Visión	
☐	Audición	
☐	Habla	
Observaciones		

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

2. COMPETENCIAS

☐	Formación reglada	Sin estudios		
☐	Idiomas	☐ Inglés ☐ Catalán / Valenciano ☐ Gallego ☐ Euskera ☐ Otros		
☐	Formación complementaria			
☐	Carnet de conducir / coche	Licencia de ciclomotores		
☐	Experiencia previa			
☐	Disponibilidad			

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

3. CAPACIDADES

Postura de trabajo ☐ A. Postura de pie ☐ B. Postura sentado ☐ C. Postura, otras	
☐	Desplazamiento
☐	Fuerza / Esfuerzo físico
☐	Movilidad / Destreza de miembros superiores
☐	Movilidad en cuello / tronco
☐	Movilidad de los miembros inferiores
☐	Visión
☐	Audición
☐	Hablar / Expresión oral
☐	Comprensión verbal
☐	Leer
☐	Escribir
☐	Aprendizaje / Razonamiento
☐	Conocimiento numérico
☐	Autonomía / Iniciativa
☐	Responsabilidad
☐	Relaciones interpersonales
☐	Atención / Concentración
☐	Variedad de situaciones / Adaptabilidad

TRABAJADORES QUE PADECEN LIMITCIONES FUNCIONALES. Adaptyar

INVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

4. SENSIBILIDAD A LAS CONDICIONES DEL ENTORNO

☐	Motóricas (equilibrio, coordinación)		
☐	Motóricas (temporal y dolor)		
☐	Motóricas (movilidad general)		
☐	Otras Motóricas		
☐	Cardiovasculares		
☐	Circulación periférica		
☐	Sistema Inmunológico		
☐	Sistema Respiratorio		
☐	Sistema Digestivo		
☐	Sistema Genitourinario		
☐	Piel		
☐	Consciencia		
☐	Temperamento / Personalidad		
☐	Energía y Control de Impulsos		
☐	Sueño		
☐	Atención		
☐	Memoria		
☐	Fobias		
☐	Visión		
☐	Audición		
☐	Lenguaje, Voz y Habla		

volver arriba

- http://adaptyar.ibv.org/
- http://www.ibv.org/libreria/AdaptingSystem/Intercambio/AdaptingShop/docs/d50WJ.pdf
- http://www.ibv.org/libreria/AdaptingSystem/Intercambio/AdaptingShop/docs/d29OO.pdf

- Se debe entender por trabajador mayor a aquellos que superen los 50 años.
- Para estos casos se recomienda realizar una gestión más exhaustiva de sus condiciones de trabajo y estado de salud.

- Manipulación manual de cargas: se recomienda seguir los criterios de la Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas publicada por el INSHT y la norma EN 1005-2, que establece la constante de carga en 15 kilogramos, aplicando posteriormente las ecuaciones de la misma forma.
- Postura y repetitividad: Se considerará aceptable un nivel 1 del método REBA.
- Esfuerzos: Se aplicará un factor multiplicador de 0.6 a los límites establecidos en la norma EN 1005-3.

- Se recomienda la utilización de la metodología denominada ErgoMater. "Requisitos Ergonómicos para la Protección de la Maternidad en Tareas con Carga Física".
- Es un proyecto orientado a la definición de un procedimiento para la evaluación de riesgos asociados a la carga física en mujeres en periodo de gestación y a la descripción de medidas encaminadas a la adaptación del puesto de trabajo.
- Dicho proyecto ha sido desarrollado por el Instituto de Biomecánica de Valencia, gracias al apoyo y colaboración de las mutuas de accidentes de trabajo UMIVALE y Unión de Mutuas.

- El procedimiento se inicia con la observación y el análisis de las condiciones laborales de la trabajadora, registrándose dicha información mediante un cuestionario que incluye 19 ítems relacionados:
  - Las demandas físicas de las tareas.
  - Condiciones del entorno.
  - La organización que pueden implicar riesgos para la madre y/o el feto.
- El análisis de estos factores de riesgo debe realizarse considerando la situación más habitual y/o más desfavorable durante el trabajo, y el ítem se marca únicamente cuando se da en el puesto de trabajo analizado.

- Se trata de variables que pueden determinarse mediante la simple observación de la actividad y la entrevista con la trabajadora, salvo dos de los ítems.
  - Uno de ellos requiere el cálculo de una variable denominada *peso aceptable* mediante un procedimiento basado en el propuesto en la *'Guía Técnica para la Evaluación y Prevención de los Riesgos relativos a la Manipulación Manual de Cargas'* [INSHT, 1998] para el levantamiento de cargas en posición de pie, que ha sido adaptado convenientemente para incorporar los requisitos ergonómicos aplicables a la trabajadora embarazada.
  - El otro requiere la medición de la fuerza de empuje o arrastre mediante un dinamómetro.

Cuestionario

SSAT
lencià de
ut en el Treball

Instrucciones

Este cuestionario permite detectar factores de riesgo ergonómico para la trabajadora embarazada. Contiene ítems relacionados con las demandas físicas de las tareas, condiciones del entorno y de la organización del trabajo que pueden implicar riesgos para la madre y/o el feto.

Por favor, marque la casilla únicamente si existe el ítem correspondiente en el puesto de trabajo analizado, considerando la situación más habitual y/o más desfavorable. Observe que uno de los ítems requiere el cálculo de una variable adicional, que debe realizarse mediante la ficha y el procedimiento que se detallarán después.

Se trata de criterios aplicables a mujeres sanas, que presentan embarazos sin complicaciones médicas ni obstétricas. Algunas condiciones de la mujer pueden requerir una evaluación más detallada de la situación y la aplicación de cambios o restricciones adicionales en la actividad laboral. Tales condiciones deben ser determinadas de forma personalizada por el profesional médico.

Se recomienda evitar estos factores de riesgo desde el inicio del embarazo, aunque es especialmente importante su control a partir de la semana 20 de la gestación.

Identificación del caso

VASSAT
Institut Valencià de
retat i Salut en el Treball

Fecha de la evaluación: .....

TRABAJO

Empresa: .....

Dirección: .....

CNAE: .....

Puesto de trabajo: .....

Tareas:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TRABAJADORA

Nombre: .....

Edad: ..... NISS: .....

¿Cómo calificaría el esfuerzo físico de su trabajo (asociado a posturas, movimientos, fuerza aplicada, manejo de cargas, ritmo de trabajo, etc)?

☐ Pesado ☐ Normal ☐ Ligero

¿Ha notado algún cambio en la capacidad para trabajar desde el inicio del embarazo?

.....

.....

.....

Posturas y movimientos

IVASSAT
Institut Valencià de
uretat i Salut en el Treball

- [ ] 1. Se requiere estar de pie >1 hora seguida en una posición fija, sin desplazarse
- [ ] 2. Se requiere estar de pie >4 horas/día, en una posición fija o combinada con desplazamientos
- [ ] 3. Se requiere flexión >20°, inclinación hacia un lado o giro pronunciado del tronco, de manera sostenida (>1 minuto seguido) o repetida (>2 veces/minuto)
- [ ] 4. Se requiere flexión del tronco >60°, con una frecuencia >10 veces/hora
- [ ] 5. Se requiere estar de rodillas o en cuclillas
- [ ] 6. Se requieren posiciones pronunciadas de flexión, extensión, desviación lateral y/o giro de la/s muñeca/s, de manera sostenida (>1 minuto seguido), repetida (>2 veces/minuto) y/o con aplicación de fuerza
- [ ] 7. Se requiere estar sentada >2 horas seguidas
- [ ] 8. Estando sentada, las piernas cuelgan del asiento y los pies no tienen apoyo
- [ ] 9. Estando sentada, no existe un apoyo adecuado del tronco en un respaldo
- [ ] 10. Estando sentada, no hay suficiente espacio para mover cómodamente las piernas debajo de la superficie de trabajo

Manipulación manual de cargas

- [ ] 11. Se requiere manejar pesos mayores que el PESO ACEPTABLE
(calcular el PESO ACEPTABLE mediante la ficha y el procedimiento que se adjuntan)

- [ ] 12. Se requiere realizar fuerzas de empuje o arrastre >10 kg
(medir la fuerza mediante un dinamómetro)

- [ ] 13. Estando sentada, se requiere manejar pesos >3 kg o aplicar una fuerza considerable.

Condiciones del entorno

- [ ] 14. Se requiere trabajar en superficies elevadas (escalera de mano, plataforma, etc)

- [ ] 15. Se requiere desplazarse sobre superficies inestables, irregulares o resbaladizas (suelos con obstáculos, aberturas, deslizantes, etc)

- [ ] 16. Existe la posibilidad de golpes o compresión del abdomen (espacios muy reducidos, objetos o máquinas en movimiento, arneses de seguridad constrictivos, arranques y paradas súbitas de vehículos, etc)

Organización del trabajo

- [ ] 17. Se requiere trabajar >40 horas/semana

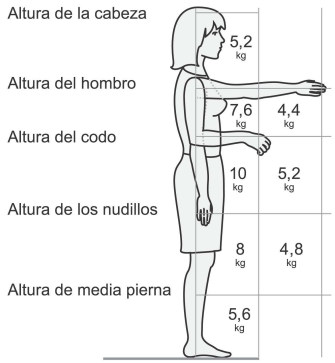
- [ ] 18. Se requiere trabajo nocturno, de manera habitual o rotatoria

- [ ] 19. Se requiere trabajar con un ritmo impuesto, sin posibilidad de realizar pausas autoseleccionadas

Peso aceptable. Ficha de recogida de datos

NVASSAT
Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball

Peso teórico recomendado en función de la zona de manipulación



[ ] kg

Desplazamiento vertical [ ]

DESPLAZAMIENTO VERTICAL	FACTOR DE CORRECCIÓN
Hasta 25 cm	1
Hasta 50 cm	0,91
Hasta 100 cm	0,87
Hasta 175 cm	0,84
>175 cm	0

Giro del tronco [ ]

GIRO DEL TRONCO	FACTOR DE CORRECCIÓN
Sin giro	1
Poco girado (hasta 30º)	0,9
Girado (hasta 60º)	0,8
Muy girado (90º)	0,7

Agarre de la carga [ ]

AGARRE DE LA CARGA	FACTOR DE CORRECCIÓN
Agarre bueno	1
Agarre regular	0,95
Agarre malo	0,9

Frecuencia y duración [ ]

FRECUENCIA DE MANIPULACIÓN	DURACIÓN DE LA MANIPULACIÓN		
	≤ 1 h/día	>1 h y ≤ 2 h	>2 h y ≤ 8 h
	FACTOR DE CORRECCIÓN		
1 vez cada 5 minutos	1	0,95	0,85
1 vez/minuto	0,94	0,88	0,75
4 veces/minuto	0,84	0,72	0,45
9 veces/minuto	0,52	0,30	0,00
12 veces/minuto	0,37	0,00	0,00
>15 veces/minuto	0,00	0,00	0,00

PESO ACEPTABLE = Peso teórico recomendado (*) [ ] x Despl. vertical (*) [ ] x Giro (*) [ ] x Agarre (*) [ ] x Frecuencia y duración (*) [ ] = PESO ACEPTABLE [ ] kg

(*) Factor de corrección

- Cada uno de los 19 ítems que contiene el cuestionario se acompaña de un criterio que explica el riesgo asociado a dicho factor.
- Se trata de un breve comentario que expone las consecuencias adversas que puede implicar para la madre y/o para el feto la presencia de dicho factor en el puesto de trabajo.
- Por otra parte, se muestran algunos ejemplos de trabajos que podrían presentar el riesgo en cuestión junto con una imagen correspondiente a dicho trabajo.

MUCHAS GRACIAS POR SU ATENCION