

Ergonomía. INSHT/Ergomater

1. Introducción

En este apartado veremos como realizar un estudio de manipulación manual de cargas con el método INSHT/Ergomater.

2. MMC. INSHT/Ergomater

2.1 Manipulación manual de cargas

Una vez seleccionado el tipo de operación y el método, el sistema muestra un formulario en el que el usuario deberá cumplimentar los campos obligatorios, que aparecen en negrita. En este caso, los campos obligatorios son el **nombre de la operación** y la **fecha**, ya que el **número de operación** es asignado automáticamente por el sistema y la **descripción** es un campo opcional.

Datos de la operación de manipulación de cargas. INSHT

Puesto: Peones agrícolas ▼

Núm: 11

Operación: Manipulación de cajas

Fecha: 31/10/2023

Descripción de la operación:

Datos de la tarea de levantamiento

Peso real de la carga: 15,00 Kg

Peso teórico de la carga: 23,00 Kg ⓘ

Población protegida: General ⓘ [F1] Factor de corrección sobre el peso teórico: 1

Desplazamiento vertical: Hasta 100 cm. ⓘ [F2]

Giro del tronco: Poco Girado (hasta 30°) ⓘ [F3]

Tipo de agarre: Agarre Bueno ⓘ [F4]

Duración de la manipulación: > 1h y <= 2h ⓘ [F6]

Nº manipulaciones/minuto: 1 vez/minuto ⓘ [F7]

Nº Elev./minuto: 1,00

Duración total del Trabajo: 2,00 horas/día

Distancia de transporte: 1,00 metros

Valoración

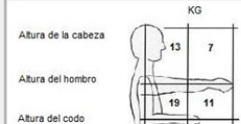
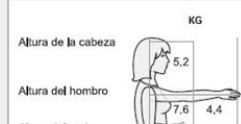
Peso total transportado/día: 1.800,00 Kg

Peso máx. aceptable: 15,85 Kg

Nivel del Riesgo: TOLERABLE

Aceptar Cancelar [Esc]

Para que el programa realice los cálculos hay que introducir el Peso teórico de la carga en función de las guías proporcionadas por el INSHT o el método Ergomater (Método específico para trabajadoras embarazadas). Pulsando el icono de información del peso teórico podremos ver las guías para elegir el peso teórico de la carga apropiado.met

Descripción de la operación:	Ayuda																		
	Peso teórico recomendado en función de la zona de manipulación  <table border="1" style="margin: 0 auto; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>13</th> <th>7</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Altura de la cabeza</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Altura del hombro</td> <td>19</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>Altura del codo</td> <td>25</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>Altura de los nudillos</td> <td>20</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>Altura media de la pierna</td> <td>14</td> <td>8</td> </tr> </tbody> </table> El peso teórico recomendado que se podría manejar en función de la posición de la carga respecto al cuerpo. Cuando se manipulen cargas en más de una zona se tendrá en cuenta la más desfavorable, para mayor seguridad. Los saltos de una zona a otra no son bruscos, por lo que quedará a criterio del evaluador tener en cuenta incluso valores medios cuando la carga se encuentre cercana a la transición de una zona a otra.		13	7	Altura de la cabeza			Altura del hombro	19	11	Altura del codo	25	13	Altura de los nudillos	20	12	Altura media de la pierna	14	8
	13	7																	
Altura de la cabeza																			
Altura del hombro	19	11																	
Altura del codo	25	13																	
Altura de los nudillos	20	12																	
Altura media de la pierna	14	8																	
Datos de la tarea de levantamiento Peso real de la carga: Kg Peso teórico de la carga: 123.00 Kg Población protegida: Desplazamiento vertical: Giro del tronco: Tipo de agarre:	Peso teórico recomendado en función de la zona de manipulación  <table border="1" style="margin: 0 auto; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>5,2</th> <th>4,4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Altura de la cabeza</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Altura del hombro</td> <td>7,6</td> <td>4,4</td> </tr> <tr> <td>Altura del codo</td> <td>10</td> <td>5,2</td> </tr> <tr> <td>Altura de los nudillos</td> <td>8</td> <td>4,8</td> </tr> <tr> <td>Altura de media pierna</td> <td>5,6</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> El peso teórico recomendado que se podría manejar en función de la posición de la carga respecto al cuerpo. Cuando se manipulen cargas en más de una zona se tendrá en cuenta la más desfavorable, para mayor seguridad. Los saltos de una zona a otra no son bruscos, por lo que quedará a criterio del evaluador tener en cuenta incluso valores medios cuando la carga se encuentre cercana a la transición de una zona a otra.		5,2	4,4	Altura de la cabeza			Altura del hombro	7,6	4,4	Altura del codo	10	5,2	Altura de los nudillos	8	4,8	Altura de media pierna	5,6	
	5,2	4,4																	
Altura de la cabeza																			
Altura del hombro	7,6	4,4																	
Altura del codo	10	5,2																	
Altura de los nudillos	8	4,8																	
Altura de media pierna	5,6																		
Duración de la manipulación: Nº manipulaciones/minuto: Nº Elev./minuto: Duración total del Trabajo: horas/día Distancia de transporte: metros	Cerrar [ESC]																		

En la parte inferior del formulario se introducen los datos de la tarea de levantamiento necesarios para que Prevengos realice el cálculo de la valoración aplicando este método. Los campos cuyo nombre aparece en **negrita** son obligatorios para poder completar el cálculo, incluido el campo de **distancia de transporte**.