

Ergonomía. Índice OCRA (analítico)

1. Introducción

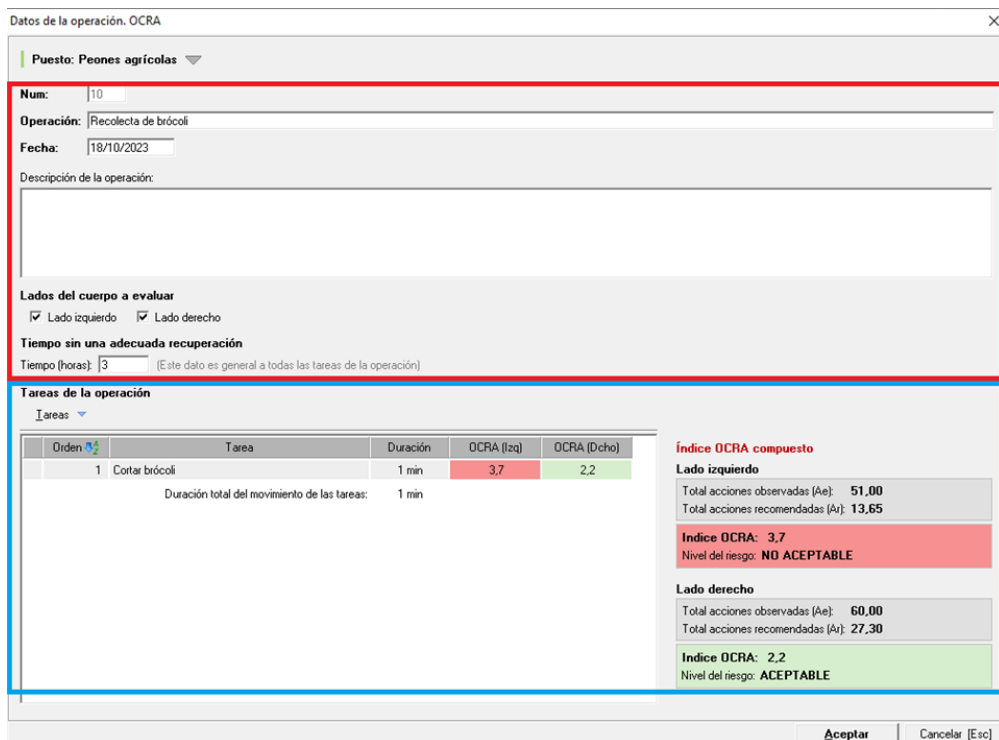
En este apartado veremos como realizar un estudio de movimientos repetitivos con el método Índice OCRA (analítico)

2. M. repetitivos. Índice OCRA (analítico).

2.1. Movimientos repetitivos

Una vez seleccionado el tipo de operación y el método, el sistema muestra un formulario organizado en dos partes:

- **Datos de la operación:** El usuario debe cumplimentar los campos obligatorios, que aparecen en negrita: el **nombre de la operación** y la **fecha**. El número de operación es asignado automáticamente por el sistema y la descripción es opcional. En la parte inferior de este bloque, el usuario debe indicar los **lados del cuerpo a evaluar** — derecho, izquierdo o ambos — y el **número de horas sin adecuada recuperación**, dato determinante para el cálculo del índice OCRA.
- **Tareas:** En esta parte se crean las tareas que componen la operación a evaluar. Para añadir una nueva tarea, el usuario debe desplegar el menú **Tareas** situado en la parte superior del formulario y seleccionar la opción **Nueva tarea**.



Datos de la operación. OCRA

Puesto: Peones agrícolas

Num.: 10

Operación: Recolección de brócoli

Fecha: 18/10/2023

Descripción de la operación:

Lados del cuerpo a evaluar

☒ Lado izquierdo ☒ Lado derecho

Tiempo sin una adecuada recuperación

Tiempo (horas): 3 (Este dato es general a todas las tareas de la operación)

Tareas de la operación

Tareas

Orden	Tarea	Duración	OCRA (Izq)	OCRA (Dcho)
1	Cortar brócoli	1 min	3,7	2,2

Duración total del movimiento de las tareas: 1 min

Índice OCRA compuesto

Lado izquierdo

Total acciones observadas (Ae): 51,00

Total acciones recomendadas (Ar): 13,65

Índice OCRA: 3,7

Nivel del riesgo: NO ACEPTABLE

Lado derecho

Total acciones observadas (Ae): 60,00

Total acciones recomendadas (Ar): 27,30

Índice OCRA: 2,2

Nivel del riesgo: ACEPTABLE

Aceptar Cancelar [Esc]

Al crear una nueva tarea, el sistema muestra un formulario con los siguientes apartados:

- **Datos generales de la tarea** El usuario debe cumplimentar el **nombre de la tarea**, la **duración de la tarea**

en minutos y la **duración del ciclo** en segundos. La descripción es opcional.

- **Datos generales de los lados a evaluar** Si la evaluación se realiza sobre ambos lados del cuerpo, este apartado aparecerá duplicado — uno para el lado derecho y otro para el izquierdo —. En cada uno deben cumplimentarse el **número de acciones por ciclo**, el **número de acciones por minuto**, la **constante de frecuencia**, el **nivel de esfuerzo** y los **factores adicionales** correspondientes.
- **Hombro** Aparece duplicado si se evalúan ambos lados. Los datos a cumplimentar son los movimientos auriculares externos, la ausencia de vibraciones, mantener el brazo elevado y mantener el brazo elevado de forma continuada.
- **Codo** Al igual que los anteriores, puede aparecer para el lado derecho e izquierdo. Debe indicarse si existen movimientos de **supinación**, **pronación** o **flexión**, así como si hay presencia de vibraciones.
- **Muñeca** Apartado que puede aparecer tanto para el lado derecho como para el izquierdo. Se indica si hay movimientos de **desviación radial o cubital**, **extensión** o **flexión**, así como si hay vibraciones, si es necesario mantener posturas estáticas o si la muñeca debe mantenerse en alguna posición concreta de forma continua.
- **Agarre** El último apartado que puede aparecer duplicado. Permite indicar las características del agarre de cada lado del cuerpo durante la tarea evaluada.
- **Índice de exposición** Muestra la valoración de la tarea evaluada, detallando el **nivel de riesgo** para cada uno de los lados del cuerpo analizados.

Datos de la tarea. OCRA Analítico

CARGAS. OPERACIÓN

Datos generales

Lado izquierdo

1. Datos generales

2. Hombro

3. Codo

4. Muñeca

5. Agarre

Lado derecho

1. Datos generales

2. Hombro

3. Codo

4. Muñeca

5. Agarre

Valoración

Índice exposición

Datos generales de la tarea

Empresa: Empresa

Centro: DELEGACIÓN MADRID

Evaluación: ER041-E000000007MU-C002

Grupo: Agricultores

Elemento: Peones agrícolas

Operación: Recolección de brócoli

Num: 1

Tarea: Cortar brócoli

Descripción de la tarea:

Duración de la tarea (min): 1

Duración del ciclo (seg): 20

Aceptar

Cancelar [Esc]

En la parte inferior del apartado se mostrarán la valoración del Índice OCRA compuesto, es decir, teniendo en cuenta todas las tareas evaluadas. Se mostrará un nivel de riesgo para cada lado evaluado (izquierdo y derecho).