

Caso práctico 2 - Descripción

- **Lugar de trabajo**

El puesto de trabajo es de venta al por menor de frutas y verduras en un pequeño comercio.

- **Tareas y tiempo de dedicación**

La jornada laboral es de 8 horas.

La primera hora del día se realiza la distribución y ubicación de las cestas en el puesto o parada, el resto del día se realiza la venta.

- **Equipos y materiales**

Los diferentes productos se ubican en la zona de venta. Los pesos de las cestas no superan los 8 kilogramos.

El espacio de exhibición es reducido.

- **Ritmo**

La frecuencia de ubicación de las cestas es menor a 5 por minuto.



Caso práctico 2 - Análisis y solución

Identificación de Peligros

Identificación de peligros

| | Si | No |
|--|--------------------------|--------------------------|
| ¿Hay presencia de levantamiento manual de cargas? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ¿Hay presencia de movimientos repetitivos de manos-brazos? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ¿Hay presencia de uso de ordenador? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Diagnóstico

Levantamiento Manual de Cargas

| | Si | No |
|---|--------------------------|--------------------------|
| ¿Se levantan o depositan cargas por debajo de rodillas o encima de hombros? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ¿Se levantan o depositan cargas lejos del cuerpo? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ¿Se manipulan pesos superiores a 10 Kg.? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ¿Se realizan levantamientos durante más de 2h seguidas? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ¿Se realizan más de 5 levantamientos por minuto? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Ver resultados de la herramienta

Resultados de autodiagnóstico



Caso práctico 2 - Análisis y solución

[Ver recomendaciones](#)

Riesgo por levantamiento manual de carga

Peligro por levantamiento manual de cargas: **Presente**

Factores de riesgo significativos: **Recomendaciones**

Alturas de manipulación inadecuadas: Intenta ubicar las cargas manipuladas y entre las rodillas y el tórax, sobre todo las que más me pesen.

Manipulación lejos del cuerpo: Evita obstáculos y deja espacio libre suficiente para poder levantar y depositar las cargas siempre cerca del cuerpo.

Aplicación de recomendaciones

- A. Se modifica la ubicación de los productos, ubicando en la zona entre las rodillas y el tórax los productos de mayor peso y por encima del tórax o debajo de las rodillas los productos con pesos más livianos
- B. Se libera espacio para acercarse lo más posible a los objetos a levantar para realizarlo siempre cerca del cuerpo.



Caso práctico 2 - Análisis y solución

Confirmación de mejora con la herramienta de autodiagnóstico de TME's

Levantamiento manual de cargas

Si **No**

¿Se levantan o depositan cargas por debajo de rodillas o encima de hombros?

¿Se levantan o depositan cargas lejos del cuerpo?

¿Se manipulan pesos superiores a 10 Kg.?

¿Se realizan levantamientos durante más de 2h seguidas?

¿Se realizan más de 5 levantamientos por minuto?