

# Tema

## Objetivo de la charla

Brindar información pertinente para orientar al grupo de trabajo involucrado en el análisis de la gestión de riesgos, asociados a factores biomecánicos. Igualmente, permitir abrir un espacio de reflexión y análisis sobre controles que se implementan para eliminar o mitigar las consecuencias del riesgo biomecánico.

## Desarrollo temático

Los efectos en la salud y en la productividad de los trabajadores expuestos a riesgo biomecánico principalmente son generados y agravados por una serie de factores ocupacionales tales como; actividades repetitivas, fuerza, carga muscular estática, postura inadecuada, vibraciones, cambios de temperatura, entre otros. Estos factores también se acentúan por condiciones propias del individuo y del ambiente que inciden en el desarrollo de enfermedades laborales que empeoran si no se les da un manejo adecuado.

## Peligros

- Movimientos repetitivos
- Posturas forzadas
- Esfuerzo o Fuerza física
- Movimiento manual de cargas
- Posturas prolongadas.

# RIESGO BIOMECANICO

## Riesgos

- Lesiones traumáticas en espalda, extremidades, nervios.
- Traumatismos agudos como cortes, fracturas
- Trastornos musculo esqueléticos (fatiga en espalda, cuello, hombros)
- Torticollis
- Escoliosis

## Controles

- Diseñar adecuadamente puesto de trabajo, equipos, herramientas.
- Organice las tareas y su ejecución determinando las ayudas mecánicas necesarias.
- Alternar tareas estáticas con otras en movimiento.
- No utilizar herramientas manuales en posiciones forzadas de manos, brazos o cuerpo.
- Entrenamiento de trabajadores en manejo manual de cargas, posturas seguras.
- disposición de materiales o residuos producto de la excavación.

## Conclusiones

El riesgo biomecánico se encuentra involucrado en casi todas las actividades laborales, con menor o mayor impacto de acuerdo con la naturaleza de la tarea.. El nivel de severidad de las consecuencias generadas por riesgo Biomecánico depende principalmente del tiempo de exposición y la intensidad de la presión.

