

## Cómo identificar el peligro de posturas forzadas

### **Criterio de identificación:**

Si durante la jornada de trabajo hay presencia de:

- a. Alguna postura de trabajo estática (mantenida durante más de 4 segundos consecutivamente) del tronco, extremidades superiores, extremidades inferiores, cuello, u otras partes de cuerpo; incluidas aquellas que requieren un mínimo esfuerzo de fuerza externa,

y/o,

- b. Alguna postura de trabajo dinámica (movimientos) del tronco, de los brazos, cabeza, cuello u otras partes del cuerpo;

Durante un tiempo significativo de la jornada (más de 1 hora), se debe realizar la evaluación por este factor.

### **No aplica cuando:**

Se dan algunas de las siguientes situaciones:

- Se han analizado las posturas forzadas de tronco dentro del análisis del riesgo por levantamiento de cargas o por la manipulación manual de personas.
- Se han analizado las posturas forzadas de la extremidad superior (hombro, codo, muñeca y mano) dentro del análisis del riesgo por movimientos repetitivos.

## Ejemplo de identificación

### **CASO: Trabajo de oficina, uso de PVD.**

#### **Descripción:**

En una oficina, un trabajador realiza tareas administrativas, en las que utiliza el ordenador. La disposición del ordenador y de los elementos del escritorio se detallan en la imagen.



Fig. Tarea de oficina con visualización de pantalla

**Criterio de identificación:**

¿La tarea de visualización de PVD en el trabajo de oficina, requiere de alguna postura de trabajo estática (mantenida durante más de 4 segundos consecutivamente) del tronco, extremidades superiores o inferiores, cuello, u otras partes de cuerpo?

- Sí, la trabajadora adopta una postura estática mantenida durante más de 4 segundos del cuello para visualizar la pantalla del ordenador, el tronco está en postura estática debido a que está flexionado durante varias horas dado que la trabajadora está sentada.

¿La tarea de visualización de PVD en el trabajo de oficina, requiere que se realice alguna postura de trabajo dinámica (movimientos) del tronco, brazos, cabeza y cuello y/o de otras partes del cuerpo?

- Sí, la trabajadora realiza movimientos de cabeza y cuello y de los brazos.

Es necesario evaluar el riesgo por este factor.