

Listado de posibles causas de exposición a factores de riesgo ergonómicos

Anexo 10 del Manual del Método ERGOPAR V2.0

CATEGORÍAS	POSIBLES CAUSAS DE EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS
Organización de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Tiempo escaso o demasiado ajustado para la realización de la tarea/acción ▶ Inadecuada distribución de tareas y funciones ▶ Ritmo de trabajo elevado ▶ Autonomía insuficiente que impide la autorregulación ▶ Tareas muy repetitivas ▶ Tareas excesivamente variadas ▶ Interrupciones frecuentes ▶ Normas o instrucciones de trabajo inadecuadas ▶ Uso de equipos de protección individual incómodos o que dificultan la tarea ▶ Falta o escasez de pausas de descanso ▶ Problemas de comunicación entre departamentos o trabajadores dependientes ▶ Trabajo en equipo mal coordinado (los compañeros no están cuando se necesitan, diferencias físicas que descompensan el nivel de esfuerzo, problemas de sincronización, ritmos diferentes) ▶ Malas relaciones entre trabajadores/superiores, y/o entre trabajadores ▶ Falta de formación/información específica para el desarrollo de la tarea
Máquinas y mobiliario	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Espacio para máquinas y mobiliarios insuficiente ▶ Altura del plano de trabajo inadecuada ▶ Distancias de alcance (para coger herramientas, materiales, etc.) inadecuadas ▶ Distancia visual inadecuada (muy próxima, muy alejada) ▶ Superficies de apoyo inadecuadas (sin apoyo para un pie, brazos, manos...). ▶ Obstáculos que impiden visión ▶ Ubicación inadecuada de los controles del equipo (mandos, órganos de accionamiento, etc.). ▶ Diseño inadecuado de los controles del equipo ▶ Funcionamiento inadecuado de los controles del equipo ▶ Problemas de disponibilidad para el uso de equipos ▶ Vibraciones, ruido o temperatura radiante producidos por los equipos ▶ Mantenimiento y ajustes de los equipos inadecuados
Herramientas (manuales y a motor) y útiles de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ubicación inadecuada de las herramientas (distancia, desorden, etc.) ▶ Número insuficiente de herramientas ▶ Vibraciones, ruido o temperatura radiante producidos por las herramientas. ▶ Herramientas mal diseñadas ergonómicamente (agarre, peso, tamaño, etc.) ▶ Herramientas Inadecuadas para el tipo de tarea ▶ Transporte de herramientas inadecuado ▶ Mantenimiento y renovación de las herramientas inadecuados
Materiales y productos	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Falta o escasez de medios mecánicos para suministro, transporte, etc. ▶ Características del embalaje, material o producto inadecuadas (resbaladizo, sucio, filoso, pesado, agarre, volumen, inestabilidad del contenido, etc.) ▶ Ubicación inadecuada de los materiales (distancia, desorden, etc.)
Entorno de trabajo y condiciones ambientales	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Espacio de trabajo insuficiente ▶ Suelo de características inadecuadas (dureza, irregularidades, pendientes, etc.) ▶ Existencia de rampas, desniveles, escaleras ▶ Obstáculos que impiden visión ▶ Falta de orden y limpieza. ▶ Mantenimiento inadecuado de las instalaciones ▶ Ruido ambiental ▶ Exposición a frío, calor, humedad, corrientes de aire ▶ Iluminación inadecuada