

INFORME DE RESULTADOS DEL CUESTIONARIO DE FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICO Y DAÑOS

Empresa:

FICTICIA S.L

Centro de trabajo:

Valencia

Fecha del informe:

4 de marzo de 2015

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. ÁMBITO DE INTERVENCIÓN	3
2. FECHAS DE CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO	3
3. PARTICIPACIÓN, RESPUESTA Y REPRESENTATIVIDAD	3
4 RESULTADOS DEL CUESTIONARIO	4
4.1. Datos personales y laborales	4
4.2. Daños a la salud derivados del trabajo	6
4.3. Factores de riesgo ergonómicos	7
Tabla 2. Posturas de cuerpo entero y acciones propias del trabajo	7
Tabla 3. Posturas de cuello/cabeza y espalda/tronco	8
Tabla 4. Posturas con los brazos, manos y pies	9
Tabla 5. Acciones con las manos y exposición a vibraciones e impactos	10
Tabla 6. Manipulación manual de cargas	11
Tabla 6.1. Acciones al levantar manualmente cargas	11
Tabla 6.3. Acciones al empujar y/o arrastrar manualmente cargas o utilizando algún equipo	12
Tabla 7. Exigencias físicas	14
4.4. Tareas/posturas/acciones más perjudiciales para la salud y bienestar laboral	15
4.5. Comentarios	17
5. RESUMEN DE RESULTADOS	18
ANEXOS	19

1. ÁMBITO DE INTERVENCIÓN

Puestos de trabajo del departamento nº 8

2. FECHAS DE CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO

Entre 100000 y 23/07/2012

3. PARTICIPACIÓN, RESPUESTA Y REPRESENTATIVIDAD

	Trabajadores en el puesto (a)	Cuestionarios entregados (b)	Cuestionarios recogidos (c)
	n	n %((b/a)x100)	n %((c/a)x100)
Puesto/colectivo 1	12	12 100,00%	10 83,33%
Puesto/colectivo 2	6	6 100,00%	6 100,00%
Puesto/colectivo 3	8	7 87,50%	7 87,50%

4 RESULTADOS DEL CUESTIONARIO

4.1. Datos personales y laborales

	Puesto/colectivo 1	Puesto/colectivo 2	Puesto/colectivo 3	TOTAL ENCUESTADOS
	Cuestionarios recogidos			
	(10)	(6)	(7)	
Edad	media mín-máx			
(años)	9,00 26-9	9,00 25-9	9,00 26-9	9,00 25-9
Sexo	n %			
Hombre	3 30,00	2 33,33	2 28,57	7 30,43
Mujer	7 70,00	4 66,67	5 71,43	16 69,57
No contesta	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00
Horario	n %			
Turno fijo de mañana	0 0,00	0 0,00	3 42,86	3 13,04
Turno fijo de tarde	0 0,00	0 0,00	4 57,14	4 17,39
Turno fijo de noche	0 0,00	6 100,00	0 0,00	6 26,09
Jornada partida (mañana y tarde)	10 100,00	0 0,00	0 0,00	10 43,48
No contesta	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00
Contrato	n %			

Indefinido	0 0,00	2 33,33	1 14,29	3 13,04
Eventual (temporal)	10 100,00	4 66,67	6 85,71	20 86,96
No contesta	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00
Antigüedad puesto	n %			
Menos de 1 año	2 20,00	0 0,00	3 42,86	5 21,74
Entre 1 y 5 años	8 80,00	6 100,00	4 57,14	18 78,26
Más de 5 años	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00
No contesta	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00
Horas/día en el puesto	n %			
4 horas o menos	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00
Más de 4 horas	10 100,00	6 100,00	7 100,00	23 100,00
No contesta	0 0,00	0 0,00	0 0,00	0 0,00

4.2. Daños a la salud derivados del trabajo

Tabla 1. Molestia y dolor a consecuencia del puesto de trabajo según zona corporal.

■ Zonas corporales en las que el 50% o más de los trabajadores/as del puesto refieren molestia o dolor; y/o zonas corporales en las que el 20% o más refieren molestia o dolor que ha impedido (incapacitantes) alguna vez realizar el trabajo en el puesto, o dolor muchas veces, aunque no haya impedido alguna vez realizar el trabajo en el puesto.

PUESTOS DE TRABAJO	Cuello, hombros y/o espalda dorsal	Espalda lumbar	Codos	Manos y/o muñecas	Piernas	Rodillas	Pies
							
Puesto/colectivo 1							
Puesto/colectivo 2							
Puesto/colectivo 3							

OBSERVACIONES (otros daños no destacados en la Tabla 1 que merecen atención, comentarios, etc...)

4.3. Factores de riesgo ergonómicos

Tabla 2. Posturas de cuerpo entero y acciones propias del trabajo.

■ Situaciones de riesgo en las que el 30% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante 2 horas o más de su jornada laboral; y/o situaciones de riesgo en las que el 20% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante más de 4 horas de su jornada laboral

PUESTOS DE TRABAJO	Sentado	De pie sin andar apenas	Caminando	Caminando mientras subo o bajo niveles diferentes	De rodillas/en cuclillas	Tumbado sobre la espalda o sobre un lado
Puesto/colectivo 1						
Puesto/colectivo 2						
Puesto/colectivo 3						

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 2 que merecen atención, comentarios, etc...)

Tabla 3. Posturas de cuello/cabeza y espalda/tronco.

Situaciones de riesgo en las que el 30% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante 2 horas o más de su jornada laboral; y/o situaciones de riesgo en las que el 20% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante más de 4 horas de su jornada laboral

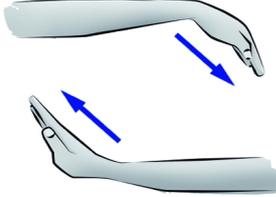
PUESTOS DE TRABAJO	Inclinar el cuello/ca beza hacia delante	Inclinar el cuello/ca beza hacia atrás	Inclinar el cuello/ca beza hacia un lado o ambos	Girar el cuello/ca beza	Inclinar la espalda/ronco hacia delante	Inclinar la espalda/ronco hacia atrás	Inclinar la espalda/ronco hacia un lado o ambos	Girar la espalda/ronco
								
Puesto/colectivo 1					Mantenida			
Puesto/colectivo 2								
Puesto/colectivo 3					Repetida	Repetida		

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 3 que merecen atención, comentarios, etc...)

Nota: En las casillas destacadas se incluye el tipo de movimiento (repetido, mantenido, repetido y mantenido) señalado con mayor frecuencia por los encuestados expuestos durante 2 horas o más.

Tabla 4. Posturas con los brazos, manos y pies.

Situaciones de riesgo en las que el 30% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante 2 horas o más de su jornada laboral; y/o situaciones de riesgo en las que el 20% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante más de 4 horas de su jornada laboral

PUESTOS DE TRABAJO	Las manos por encima de la cabeza o los codos por encima de los hombros 	Una o las dos muñecas dobladas hacia arriba o hacia abajo, hacia los lados o giradas (giro de antebrazo) 	Ejerciendo presión con uno de los pies 
Puesto/colectivo 1			
Puesto/colectivo 2			
Puesto/colectivo 3		Repetida	

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 4 que merecen atención, comentarios, etc...)

Nota: En las casillas destacadas se incluye el tipo de movimiento (repetido, mantenido, repetido y mantenido) señalado con mayor frecuencia por los encuestados expuestos durante 2 horas o más.

Tabla 5. Acciones con las manos y exposición a vibraciones e impactos.

■ Situaciones de riesgo en las que el 30% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante 2 horas o más de su jornada laboral; y/o situaciones de riesgo en las que el 20% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante más de 4 horas de su jornada laboral

PUESTOS DE TRABAJO	Sostener, presionar o levantar objetos o herramientas con los dedos en forma de pinza 	Agarrar o sujetar con fuerza objetos o herramientas con las manos 	Utilizar de manera intensiva los dedos 	Trabajar sobre superficies vibrantes 	Utilizar herramientas y máquinas de impacto o vibrantes 	Utilizar la mano (el pie o la rodilla) como martillo, golpeando de forma repetida 
Puesto/colectivo 1						
Puesto/colectivo 2						
Puesto/colectivo 3						

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 5 que merecen atención, comentarios, etc...)

Tabla 6. Manipulación manual de cargas.

Situaciones de riesgo en las que el 30% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante 2 horas o más de su jornada laboral; y/o situaciones de riesgo en las que el 20% o más de los trabajadores/as del puesto refieren estar expuestos durante más de 4 horas de su jornada laboral

PUESTOS DE TRABAJO	LEVANTAR MANUALMENTE, objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG 	TRANSPORTAR MANUALMENTE objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG 	EMPUJAR Y/O ARRASTRAR MANUALMENTE o utilizando algún equipo objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG 
Puesto/colectivo 1	Más de 25kg		
Puesto/colectivo 2			
Puesto/colectivo 3	Más de 25kg		

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 6 que merecen atención, comentarios, etc...)

Nota: En las casillas destacadas se incluye el peso (entre 3 y 5 kg, entre 5 y 15 kg, entre 15 y 25 kg, más de 25 kg, y pesos variados) señalados con mayor frecuencia por los encuestados expuestos durante 2 horas o más.

Tabla 6.1. Acciones al levantar manualmente cargas.

■ Condiciones habituales de manipulación referidas por el 30% o más de los trabajadores/as del puesto que manifiestan levantar manualmente cargas, 2 horas o más en una jornada laboral.

PUESTOS DE TRABAJO	Levantas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)	Levantas la carga por debajo de tus rodillas	Levantas la carga por encima de tus hombros	Mantienes los brazos extendidos sin poder apoyar la carga en tu cuerpo	Levantas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)	Tienes que levantar la carga cada pocos segundos
Puesto/colectivo 1						
Puesto/colectivo 2						
Puesto/colectivo 3						

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 6.1 que merecen atención, comentarios, etc...)

Tabla 6.3. Acciones al empujar y/o arrastrar manualmente cargas o utilizando algún equipo.

■ Condiciones habituales de manipulación referidas por el 30% o más de los trabajadores/as del puesto que manifiestan levantar manualmente cargas, 2 horas o más en una jornada laboral.

PUESTOS DE TRABAJO	Tienes que hacer mucha fuerza para iniciar el empuje y/o arrastre	Tienes que hacer mucha fuerza para desplazar la carga	La zona donde tienes que poner las manos al empujar y/o arrastrar no es adecuada (muy alta, muy baja, difícil de agarrar, etc)	Tienes que Caminar más de 10 metros empujando y/o arrastrando la carga	Tienes que empujar y/o arrastrar la carga cada pocos segundos
Puesto/colectivo 1					
Puesto/colectivo 2					
Puesto/colectivo 3					

OBSERVACIONES (otros factores de riesgo ergonómicos no destacados en la Tabla 6.3 que merecen atención, comentarios, etc...)

Tabla 7. Exigencias físicas.

■ Situaciones en las que el 30% o más de los trabajadores/as del puesto valoran las exigencias físicas de su puesto como moderadas, altas o muy altas.

PUESTOS DE TRABAJO	EXIGENCIAS FÍSICAS DEL PUESTO DE TRABAJO
Puesto/colectivo 1	
Puesto/colectivo 2	
Puesto/colectivo 3	

4.4. Tareas/posturas/acciones más perjudiciales para la salud y bienestar laboral.

Tareas, posturas y acciones que más afectan la salud y bienestar laboral referidas por los trabajadores/as encuestados. Respuesta abierta.

Puesto/colectivo 1: TAREAS/POSTURAS Y ACCIONES	
1ª	Cuello Espalda/ lumbar La fuerza a realizar en algunas transferencias. Postura de la espalda. Todas Transferencias con usuarios Transferencias de cama a silla y de silla a cama. Transferencias que impliquen la lumbar y las cervicales.
2ª	Agacharme Cuello/ hombros/ espalda Hombros Postura del cuello. Transferencias de silla al w.c, o de silla a silla.
3ª	Espalda Mucha o casi toda la jornada de pie Pies
4ª	Lumbares Manos/ muñecas Muchas horas andando
5ª	Uso repetido de la rotación de muñecas
6ª	Carga de riñones

Puesto/colectivo 2: TAREAS/POSTURAS Y ACCIONES	
1ª	Espalda, lumbar Estar sentado en mala postura mucho tiempo. Problemas de horarios y conciliación del sueño. Tiempo que llevo trabajando.
2ª	Cuello y hombros
3ª	
4ª	
5ª	
6ª	

Puesto/colectivo 3: TAREAS/POSTURAS Y ACCIONES	
1ª	Cuello, hombros, espalda, dorsal. Inclinar cabeza abajo. Inclinar cuello hacia delante. Inclinar la espalda hacia delante. Las del cuello. manos- muñeca
2ª	Coger y dejar manualmente a los usuarios. Inclinar espalda hacia delante. Inclinar la espalda hacia delante. Las lumbares. espalda- lumbares

3ª	piernas
4ª	
5ª	
6ª	

4.5. Comentarios.

Comentarios de los trabajadores/as encuestados acerca de daños y riesgos ergonómicos en su puesto de trabajo. Respuesta abierta.

Puesto/colectivo 1: COMENTARIOS
--

En nuestro trabajo levantamos más de 25 kg. siempre, porque trabajamos con personas, por lo tanto, nunca sirve la norma de menos de 25 kg.
--

Puesto/colectivo 2: COMENTARIOS
--

En el turno de noche es más difícil llevar el cambio de horario que las posibles lesiones físicas. Es lo que más se nota, el "trastoque", más que lo físico.
--

Puesto/colectivo 3: COMENTARIOS
--

5. RESUMEN DE RESULTADOS.

		Puesto/colectivo 1	Puesto/colectivo 2	Puesto/colectivo 3
DAÑOS A LA SALUD	Cuello, hombros y/o espalda dorsal			
	Espalda lumbar			
	Codos			
	Manos y/o muñecas			
	Piernas			
	Rodillas			
	Pies			
RIESGOS ERGONÓMICOS	Sentado			
	De pie sin andar apenas			
	Caminando			
	Caminando mientras subo o bajo niveles diferentes			
	De rodillas/en cuclillas			
	Tumbado			
	Inclinar el cuello/cabeza hacia delante			
	Inclinar el cuello/cabeza hacia atrás			
	Inclinar el cuello/cabeza hacia un lado o ambos			
	Girar el cuello/cabeza			
	Inclinar la espalda/tronco hacia delante			
	Inclinar la espalda/tronco hacia atrás			
	Inclinar la espalda/tronco hacia un lado o ambos			
	Girar la espalda/tronco			
	Las manos por encima de la cabeza			
	Una o las dos muñecas dobladas			
	Ejerciendo presión con los pies			
	Dedos en forma de pinza			
	Agarrar o sujetar con fuerza objetos con las manos			
	Utilizar de manera intensiva los dedos			
	Trabajar sobre superficies vibrantes			
	Utilizar herramientas y máquinas de impacto o vibrantes			
	Utilizar la mano (el pie o la rodilla como martillo)			
	Levantar manualmente			
	Transportar manualmente			
	Empujar y/o arrastrar manualmente			
	Exigencias físicas			

ANEXO 1. Resultados completos por puesto de trabajo.

Puesto/colectivo 1

Número de cuestionarios recogidos: 10

Las respuestas se muestran en porcentajes. No se muestran los % correspondientes a las respuestas en blanco (no contesta), siendo este el motivo por el que en la suma porcentual no se alcance el 100%.

DATOS PERSONALES Y LABORALES

1. Eres:

Hombre	30,00%
Mujer	70,00%

2. ¿Qué edad tienes? Mínimo 26 años y máximo 9 años. Media 9 años

3. Tu horario es de:

Turno fijo de mañana	0,00%
Turno fijo de tarde	0,00%
Turno fijo de noche	0,00%
Jornada partida (mañana y tarde)	100,00%

4. Tu contrato es:

Indefinido	0,00%
Eventual (temporal)	100,00%

5. Del siguiente listado de puestos de trabajo, marca EL PUESTO EN EL QUE TRABAJAS HABITUALMENTE (solo tienes que marcar un único puesto de trabajo al que te referirás al responder al cuestionario):

Puesto/colectivo 1	100,00%
Puesto/colectivo 2	0,00%
Puesto/colectivo 3	0,00%

¿Cuánto tiempo llevas trabajando en este puesto?

Menos de 1 año	20,00%
Entre 1 y 5 años	80,00%
Más de 5 años	0,00%

Habitualmente, ¿cuántas horas al día trabajas en este puesto?

4 horas o menos	0,00%
Más de 4 horas	100,00%

DAÑOS A LA SALUD DERIVADOS DEL TRABAJO

6. Para cada zona corporal indica si tienes MOLESTIA O DOLOR, su FRECUENCIA, si te ha IMPEDIDO REALIZAR TU TRABAJO ACTUAL, y si esa molestia o dolor se han producido COMO CONSECUENCIA DE LAS TAREAS QUE REALIZAS EN EL PUESTO MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5).

Trabajadores/as que relacionan la molestia/dolor con las tareas del puesto marcado

		Molestia a veces	Molestia muchas veces o Dolor a veces	Molestia/dolor que ha impedido alguna vez realizar el trabajo y Dolor muchas veces que no ha impedido alguna vez realizar el trabajo
	Cuello, hombros y/o espalda dorsal	30,00%	0,00%	60,00%
	Espalda lumbar	30,00%	10,00%	40,00%
	Codos	10,00%	0,00%	10,00%
	Manos y/o muñecas	10,00%	0,00%	30,00%
	Piernas	10,00%	0,00%	0,00%
	Rodillas	0,00%	0,00%	0,00%
	Pies	10,00%	0,00%	20,00%

POSTURAS Y ACCIONES PROPIAS DEL TRABAJO

Contesta a cada pregunta SIEMPRE EN RELACIÓN CON UNA JORNADA HABITUAL EN EL PUESTO DE TRABAJO MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

7. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
Sentado (silla, taburete, vehículo, apoyo lumbar, etc)	60,00%	40,00%	0,00%	0,00%
De pie sin andar apenas	60,00%	20,00%	10,00%	0,00%
Caminando	0,00%	40,00%	20,00%	40,00%
Caminando mientras subo o bajo niveles diferentes (peldaños, escalera, rampa, etc)	80,00%	20,00%	0,00%	0,00%
De rodillas/en cuclillas	60,00%	30,00%	0,00%	0,00%
Tumbado sobre la espalda o sobre un lado	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%

8. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de CUELLO/CABEZA?

Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?

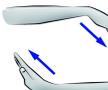
	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	La repito	La mantengo fija
 Inclinar el cuello/cabeza hacia delante	30,00%	50,00%	10,00%	10,00%	60,00%	10,00%
 Inclinar el cuello/cabeza hacia atrás	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%	30,00%	0,00%
 Inclinar el cuello/cabeza hacia un lado o ambos	70,00%	10,00%	10,00%	0,00%	20,00%	0,00%
 Girar el cuello/cabeza	50,00%	40,00%	10,00%	0,00%	50,00%	0,00%

RECUERDA: TODAS LAS PREGUNTAS SE REFIEREN AL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

9. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de ESPALDA/TRONCO?

		Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?	
						La repito	La mantengo fija
	Inclinar la espalda/tronco hacia delante	0,00%	50,00%	50,00%	0,00%	60,00%	30,00%
	Inclinar la espalda/tronco hacia atrás	70,00%	10,00%	10,00%	0,00%	40,00%	10,00%
	Inclinar la espalda/tronco hacia un lado o ambos	60,00%	30,00%	0,00%	0,00%	40,00%	0,00%
	Girar la espalda/tronco	50,00%	30,00%	10,00%	0,00%	60,00%	0,00%

10. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de HOMBROS, MUÑECAS Y TOBILLOS/PIES?

		Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?	
						La repito	La mantengo fija
	Las manos por encima de la cabeza o los codos por encima de los hombros	90,00%	10,00%	0,00%	0,00%	50,00%	0,00%
 	Una o las dos muñecas dobladas hacia arriba o hacia abajo, hacia los lados o giradas (giro de antebrazo)	30,00%	50,00%	10,00%	10,00%	60,00%	20,00%
	Ejerciendo presión con uno de los pies	80,00%	20,00%	0,00%	0,00%	50,00%	10,00%

RECUERDA: TODAS LAS PREGUNTAS SE REFIEREN AL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

11. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando estas acciones con las MANOS?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
 Sostener, presionar o levantar objetos o herramientas con los dedos en forma de pinza	90,00%	10,00%	0,00%	0,00%
 Agarrar o sujetar con fuerza objetos o herramientas con las manos	70,00%	30,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar de manera intensiva los dedos (ordenador, controles, botoneras, mando, calculadora, caja registradora, etc)	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%

12. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando estas acciones relacionadas con la exposición a VIBRACIONES y/o IMPACTOS?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
 Trabajar sobre superficies vibrantes (asiento de vehículo, plataforma o suelo vibrante, etc)	90,00%	10,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar herramientas y máquinas de impacto o vibrantes (taladro, remachadora, amoladora, martillo, grapadora neumática, etc)	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar la mano (el pie o la rodilla) como martillo, golpeando de forma repetida	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%

13. Las siguientes preguntas se refieren a diferentes ACCIONES relacionadas con la MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS DE MÁS DE 3 KG EN TOTAL. Responde en relación a cada una de las tres acciones.

LEVANTAR MANUALMENTE, objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 10,00% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 50,00% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 20,00% - Entre 2 y 4 horas
- 20,00% - Más de 4 horas

Los PESOS que con mayor frecuencia levantas son de:

- 0,00% - Entre 3 y 5 kg
- 0,00% - Entre 5 y 15 kg
- 0,00% - Entre 15 y 25 kg
- 90,00% - Más de 25 kg

Señala si habitualmente:

- 40,00% - levantas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)
- 70,00% - levantas la carga por debajo de tus rodillas
- 10,00% - levantas la carga por encima de tus hombros
- 20,00% - mantienes los brazos extendidos sin poder apoyar la carga en tu cuerpo
- 30,00% - levantas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)
- 20,00% - tienes que levantar la carga cada pocos segundos

TRANSPORTAR MANUALMENTE objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 60,00% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 30,00% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 0,00% - Entre 2 y 4 horas
- 10,00% - Más de 4 horas

Los PESOS que con mayor frecuencia transportas son de:

- 0,00% - Entre 3 y 5 kg
- 0,00% - Entre 5 y 15 kg
- 0,00% - Entre 15 y 25 kg
- 100,00% - Más de 25 kg

Señala si habitualmente:

- 20,00% - transportas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)
- 0,00% - transportas la carga con los brazos extendidos sin apoyar la carga en tu cuerpo y sin doblar los codos
- 20,00% - transportas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)
- 10,00% - caminas más de 10 metros transportando la carga
- 10,00% - tienes que transportar la carga cada pocos segundos

EMPUJAR Y/O ARRASTRAR MANUALMENTE o utilizando algún equipo (carretilla, transpaleta, carro,...) objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 0,00% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 20,00% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 50,00% - Entre 2 y 4 horas
- 30,00% - Más de 4 horas

Señala si habitualmente:

- 20,00% - tienes que hacer mucha fuerza para iniciar el empuje y/o arrastre
- 40,00% - tienes que hacer mucha fuerza para desplazar la carga
- 50,00% - la zona donde tienes que poner las manos al empujar y/o arrastrar no es adecuada (muy alta, muy baja, difícil de agarrar, etc)
- 70,00% - tienes que caminar más de 10 m empujando y/o arrastrando la carga
- 60,00% - tienes que empujar y/o arrastrar la carga cada pocos segundos

14. En general, ¿cómo valorarías las EXIGENCIAS FÍSICAS DEL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)?

Muy bajas	0,00%
Bajas	0,00%
Moderadas	10,00%
Altas	60,00%
Muy altas	30,00%

Puesto/colectivo 2**Número de cuestionarios recogidos: 6**

Las respuestas se muestran en porcentajes. No se muestran los % correspondientes a las respuestas en blanco (no contesta), siendo este el motivo por el que en la suma porcentual no se alcance el 100%.

DATOS PERSONALES Y LABORALES**1. Eres:**

Hombre	33,33%
Mujer	66,67%

2. ¿Qué edad tienes? Mínimo 25 años y máximo 9 años. Media 9 años**3. Tu horario es de:**

Turno fijo de mañana	0,00%
Turno fijo de tarde	0,00%
Turno fijo de noche	100,00%
Jornada partida (mañana y tarde)	0,00%

4. Tu contrato es:

Indefinido	33,33%
Eventual (temporal)	66,67%

5. Del siguiente listado de puestos de trabajo, marca EL PUESTO EN EL QUE TRABAJAS HABITUALMENTE (solo tienes que marcar un único puesto de trabajo al que te referirás al responder al cuestionario):

Puesto/colectivo 1	0,00%
Puesto/colectivo 2	100,00%
Puesto/colectivo 3	0,00%

¿Cuánto tiempo llevas trabajando en este puesto?

Menos de 1 año	0,00%
Entre 1 y 5 años	100,00%
Más de 5 años	0,00%

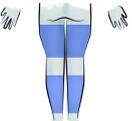
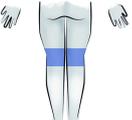
Habitualmente, ¿cuántas horas al día trabajas en este puesto?

4 horas o menos	0,00%
Más de 4 horas	100,00%

DAÑOS A LA SALUD DERIVADOS DEL TRABAJO

6. Para cada zona corporal indica si tienes MOLESTIA O DOLOR, su FRECUENCIA, si te ha IMPEDIDO REALIZAR TU TRABAJO ACTUAL, y si esa molestia o dolor se han producido COMO CONSECUENCIA DE LAS TAREAS QUE REALIZAS EN EL PUESTO MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5).

Trabajadores/as que relacionan la molestia/dolor con las tareas del puesto marcado

	Molestia a veces	Molestia muchas veces o Dolor a veces	Molestia/dolor que ha impedido alguna vez realizar el trabajo y Dolor muchas veces que no ha impedido alguna vez realizar el trabajo
 Cuello, hombros y/o espalda dorsal	0,00%	0,00%	33,33%
 Espalda lumbar	16,67%	0,00%	0,00%
 Codos	0,00%	0,00%	0,00%
 Manos y/o muñecas	0,00%	0,00%	0,00%
 Piernas	0,00%	0,00%	0,00%
 Rodillas	0,00%	0,00%	0,00%
 Pies	0,00%	0,00%	0,00%

POSTURAS Y ACCIONES PROPIAS DEL TRABAJO

Contesta a cada pregunta SIEMPRE EN RELACIÓN CON UNA JORNADA HABITUAL EN EL PUESTO DE TRABAJO MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

7. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
Sentado (silla, taburete, vehículo, apoyo lumbar, etc)	0,00%	16,67%	0,00%	83,33%
De pie sin andar apenas	33,33%	50,00%	0,00%	0,00%
Caminando	50,00%	33,33%	0,00%	0,00%
Caminando mientras subo o bajo niveles diferentes (peldaños, escalera, rampa, etc)	66,67%	0,00%	0,00%	0,00%
De rodillas/en cuclillas	66,67%	0,00%	0,00%	0,00%
Tumbado sobre la espalda o sobre un lado	66,67%	0,00%	0,00%	0,00%

8. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de CUELLO/CABEZA?

Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?

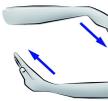
	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	La repito	La mantengo fija
 Inclinar el cuello/cabeza hacia delante	33,33%	50,00%	16,67%	0,00%	16,67%	66,67%
 Inclinar el cuello/cabeza hacia atrás	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	16,67%	0,00%
 Inclinar el cuello/cabeza hacia un lado o ambos	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	16,67%	0,00%
 Girar el cuello/cabeza	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	16,67%	0,00%

RECUERDA: TODAS LAS PREGUNTAS SE REFIEREN AL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

9. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de ESPALDA/TRONCO?

		Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?	
						La repito	La mantengo fija
	Inclinar la espalda/tronco hacia delante	33,33%	50,00%	16,67%	0,00%	50,00%	33,33%
	Inclinar la espalda/tronco hacia atrás	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	50,00%	0,00%
	Inclinar la espalda/tronco hacia un lado o ambos	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	50,00%	0,00%
	Girar la espalda/tronco	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	50,00%	0,00%

10. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de HOMBROS, MUÑECAS Y TOBILLOS/PIES?

		Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?	
						La repito	La mantengo fija
	Las manos por encima de la cabeza o los codos por encima de los hombros	66,67%	16,67%	0,00%	0,00%	66,67%	0,00%
	Una o las dos muñecas dobladas hacia arriba o hacia abajo, hacia los lados o giradas (giro de antebrazo)	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	33,33%	0,00%
	Ejerciendo presión con uno de los pies	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%	33,33%	0,00%

RECUERDA: TODAS LAS PREGUNTAS SE REFIEREN AL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

11. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando estas acciones con las MANOS?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
 Sostener, presionar o levantar objetos o herramientas con los dedos en forma de pinza	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%
 Agarrar o sujetar con fuerza objetos o herramientas con las manos	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar de manera intensiva los dedos (ordenador, controles, botoneras, mando, calculadora, caja registradora, etc)	66,67%	16,67%	0,00%	0,00%

12. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando estas acciones relacionadas con la exposición a VIBRACIONES y/o IMPACTOS?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
 Trabajar sobre superficies vibrantes (asiento de vehículo, plataforma o suelo vibrante, etc)	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar herramientas y máquinas de impacto o vibrantes (taladro, remachadora, amoladora, martillo, grapadora neumática, etc)	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar la mano (el pie o la rodilla) como martillo, golpeando de forma repetida	83,33%	0,00%	0,00%	0,00%

13. Las siguientes preguntas se refieren a diferentes ACCIONES relacionadas con la MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS DE MÁS DE 3 KG EN TOTAL. Responde en relación a cada una de las tres acciones.

LEVANTAR MANUALMENTE, objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 66,67% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 16,67% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 16,67% - Entre 2 y 4 horas
- 0,00% - Más de 4 horas

Los PESOS que con mayor frecuencia levantas son de:

- 0,00% - Entre 3 y 5 kg
- 0,00% - Entre 5 y 15 kg
- 0,00% - Entre 15 y 25 kg
- 83,33% - Más de 25 kg

Señala si habitualmente:

- 16,67% - levantas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)
- 16,67% - levantas la carga por debajo de tus rodillas
- 0,00% - levantas la carga por encima de tus hombros
- 0,00% - mantienes los brazos extendidos sin poder apoyar la carga en tu cuerpo
- 0,00% - levantas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)
- 0,00% - tienes que levantar la carga cada pocos segundos

TRANSPORTAR MANUALMENTE objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 83,33% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 0,00% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 16,67% - Entre 2 y 4 horas
- 0,00% - Más de 4 horas

Los PESOS que con mayor frecuencia transportas son de:

- 33,33% - Entre 3 y 5 kg
- 0,00% - Entre 5 y 15 kg
- 0,00% - Entre 15 y 25 kg
- 33,33% - Más de 25 kg

Señala si habitualmente:

- 0,00% - transportas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)
- 0,00% - transportas la carga con los brazos extendidos sin apoyar la carga en tu cuerpo y sin doblar los codos
- 0,00% - transportas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)
- 0,00% - caminas más de 10 metros transportando la carga
- 0,00% - tienes que transportar la carga cada pocos segundos

EMPUJAR Y/O ARRASTRAR MANUALMENTE o utilizando algún equipo (carretilla, transpaleta, carro,...) objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 66,67% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 16,67% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 16,67% - Entre 2 y 4 horas
- 0,00% - Más de 4 horas

Señala si habitualmente:

- 0,00% - tienes que hacer mucha fuerza para iniciar el empuje y/o arrastre
- 16,67% - tienes que hacer mucha fuerza para desplazar la carga
- 0,00% - la zona donde tienes que poner las manos al empujar y/o arrastrar no es adecuada (muy alta, muy baja, difícil de agarrar, etc)
- 66,67% - tienes que caminar más de 10 m empujando y/o arrastrando la carga
- 16,67% - tienes que empujar y/o arrastrar la carga cada pocos segundos

14. En general, ¿cómo valorarías las EXIGENCIAS FÍSICAS DEL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)?

Muy bajas	0,00%
Bajas	33,33%
Moderadas	50,00%
Altas	16,67%
Muy altas	0,00%

Puesto/colectivo 3

Número de cuestionarios recogidos: 7

Las respuestas se muestran en porcentajes. No se muestran los % correspondientes a las respuestas en blanco (no contesta), siendo este el motivo por el que en la suma porcentual no se alcance el 100%.

DATOS PERSONALES Y LABORALES

1. Eres:

Hombre	28,57%
Mujer	71,43%

2. ¿Qué edad tienes? Mínimo 26 años y máximo 9 años. Media 9 años

3. Tu horario es de:

Turno fijo de mañana	42,86%
Turno fijo de tarde	57,14%
Turno fijo de noche	0,00%
Jornada partida (mañana y tarde)	0,00%

4. Tu contrato es:

Indefinido	14,29%
Eventual (temporal)	85,71%

5. Del siguiente listado de puestos de trabajo, marca EL PUESTO EN EL QUE TRABAJAS HABITUALMENTE (solo tienes que marcar un único puesto de trabajo al que te referirás al responder al cuestionario):

Puesto/colectivo 1	0,00%
Puesto/colectivo 2	0,00%
Puesto/colectivo 3	100,00%

¿Cuánto tiempo llevas trabajando en este puesto?

Menos de 1 año	42,86%
Entre 1 y 5 años	57,14%
Más de 5 años	0,00%

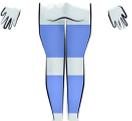
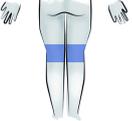
Habitualmente, ¿cuántas horas al día trabajas en este puesto?

4 horas o menos	0,00%
Más de 4 horas	100,00%

DAÑOS A LA SALUD DERIVADOS DEL TRABAJO

6. Para cada zona corporal indica si tienes MOLESTIA O DOLOR, su FRECUENCIA, si te ha IMPEDIDO REALIZAR TU TRABAJO ACTUAL, y si esa molestia o dolor se han producido COMO CONSECUENCIA DE LAS TAREAS QUE REALIZAS EN EL PUESTO MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5).

Trabajadores/as que relacionan la molestia/dolor con las tareas del puesto marcado

	Molestia a veces	Molestia muchas veces o Dolor a veces	Molestia/dolor que ha impedido alguna vez realizar el trabajo y Dolor muchas veces que no ha impedido alguna vez realizar el trabajo
 Cuello, hombros y/o espalda dorsal	14,29%	0,00%	0,00%
 Espalda lumbar	0,00%	0,00%	14,29%
 Codos	0,00%	0,00%	0,00%
 Manos y/o muñecas	0,00%	0,00%	14,29%
 Piernas	0,00%	0,00%	0,00%
 Rodillas	0,00%	0,00%	0,00%
 Pies	0,00%	0,00%	0,00%

POSTURAS Y ACCIONES PROPIAS DEL TRABAJO

Contesta a cada pregunta SIEMPRE EN RELACIÓN CON UNA JORNADA HABITUAL EN EL PUESTO DE TRABAJO MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

7. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
Sentado (silla, taburete, vehículo, apoyo lumbar, etc)	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%
De pie sin andar apenas	57,14%	42,86%	0,00%	0,00%
Caminando	0,00%	0,00%	0,00%	100,00%
Caminando mientras subo o bajo niveles diferentes (peldaños, escalera, rampa, etc)	57,14%	28,57%	14,29%	0,00%
De rodillas/en cuclillas	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%
Tumbado sobre la espalda o sobre un lado	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%

8. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de CUELLO/CABEZA?

Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	La repito	La mantengo fija
 Inclinar el cuello/cabeza hacia delante	0,00%	71,43%	28,57%	0,00%	14,29%	85,71%
 Inclinar el cuello/cabeza hacia atrás	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%	14,29%	0,00%
 Inclinar el cuello/cabeza hacia un lado o ambos	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%	57,14%	0,00%
 Girar el cuello/cabeza	71,43%	28,57%	0,00%	0,00%	57,14%	14,29%

RECUERDA: TODAS LAS PREGUNTAS SE REFIEREN AL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

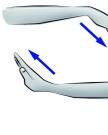
9. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de ESPALDA/TRONCO?

Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	La repito	La mantengo fija
 Inclinar la espalda/tronco hacia delante	0,00%	42,86%	57,14%	0,00%	71,43%	14,29%
 Inclinar la espalda/tronco hacia atrás	42,86%	14,29%	42,86%	0,00%	85,71%	0,00%
 Inclinar la espalda/tronco hacia un lado o ambos	85,71%	0,00%	0,00%	0,00%	57,14%	14,29%
 Girar la espalda/tronco	85,71%	14,29%	0,00%	0,00%	85,71%	0,00%

10. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar adoptando o realizando estas posturas de HOMBROS, MUÑECAS Y TOBILLOS/PIES?

Esta postura, ¿tienes que REPETIRLA cada pocos segundos, o MANTENERLA FIJA un tiempo?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas	La repito	La mantengo fija
 Las manos por encima de la cabeza o los codos por encima de los hombros	42,86%	57,14%	0,00%	0,00%	57,14%	0,00%
 Una o las dos muñecas dobladas hacia arriba o hacia abajo, hacia los lados o giradas (giro de antebrazo)	14,29%	42,86%	42,86%	0,00%	85,71%	0,00%
 Ejerciendo presión con uno de los pies	42,86%	57,14%	0,00%	0,00%	57,14%	14,29%

RECUERDA: TODAS LAS PREGUNTAS SE REFIEREN AL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)

11. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando estas acciones con las MANOS?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
 Sostener, presionar o levantar objetos o herramientas con los dedos en forma de pinza	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%
 Agarrar o sujetar con fuerza objetos o herramientas con las manos	14,29%	42,86%	42,86%	0,00%
 Utilizar de manera intensiva los dedos (ordenador, controles, botoneras, mando, calculadora, caja registradora, etc)	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%

12. ¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando estas acciones relacionadas con la exposición a VIBRACIONES y/o IMPACTOS?

	Nunca / Menos de 30 minutos	Entre 30 minutos y 2 horas	Entre 2 y 4 horas	Más de 4 horas
 Trabajar sobre superficies vibrantes (asiento de vehículo, plataforma o suelo vibrante, etc)	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar herramientas y máquinas de impacto o vibrantes (taladro, remachadora, amoladora, martillo, grapadora neumática, etc)	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%
 Utilizar la mano (el pie o la rodilla) como martillo, golpeando de forma repetida	100,00%	0,00%	0,00%	0,00%

13. Las siguientes preguntas se refieren a diferentes ACCIONES relacionadas con la MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS DE MÁS DE 3 KG EN TOTAL. Responde en relación a cada una de las tres acciones.

LEVANTAR MANUALMENTE, objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 0,00% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 14,29% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 85,71% - Entre 2 y 4 horas
- 0,00% - Más de 4 horas

Los PESOS que con mayor frecuencia levantas son de:

- 0,00% - Entre 3 y 5 kg
- 0,00% - Entre 5 y 15 kg
- 14,29% - Entre 15 y 25 kg
- 85,71% - Más de 25 kg

Señala si habitualmente:

- 57,14% - levantas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)
- 42,86% - levantas la carga por debajo de tus rodillas
- 0,00% - levantas la carga por encima de tus hombros
- 0,00% - mantienes los brazos extendidos sin poder apoyar la carga en tu cuerpo
- 0,00% - levantas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)
- 0,00% - tienes que levantar la carga cada pocos segundos

TRANSPORTAR MANUALMENTE objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 100,00% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 0,00% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 0,00% - Entre 2 y 4 horas
- 0,00% - Más de 4 horas

Los PESOS que con mayor frecuencia transportas son de:

- 0,00% - Entre 3 y 5 kg
- 0,00% - Entre 5 y 15 kg
- 0,00% - Entre 15 y 25 kg
- 57,14% - Más de 25 kg

Señala si habitualmente:

- 0,00% - transportas la carga tu solo/a (sin ayuda de otra persona)
- 0,00% - transportas la carga con los brazos extendidos sin apoyar la carga en tu cuerpo y sin doblar los codos
- 0,00% - transportas la carga con dificultad por no tener buen agarre (sin asa)
- 0,00% - caminas más de 10 metros transportando la carga
- 0,00% - tienes que transportar la carga cada pocos segundos

EMPUJAR Y/O ARRASTRAR MANUALMENTE o utilizando algún equipo (carretilla, transpaleta, carro,...) objetos, herramientas, materiales de MÁS DE 3 KG



¿Durante CUÁNTO TIEMPO tienes que trabajar realizando esta acción?

- 0,00% - Nunca / Menos de 30 minutos
- 0,00% - Entre 30 minutos y 2 horas
- 0,00% - Entre 2 y 4 horas
- 100,00% - Más de 4 horas

Señala si habitualmente:

- 57,14% - tienes que hacer mucha fuerza para iniciar el empuje y/o arrastre
- 57,14% - tienes que hacer mucha fuerza para desplazar la carga
- 0,00% - la zona donde tienes que poner las manos al empujar y/o arrastrar no es adecuada (muy alta, muy baja, difícil de agarrar, etc)
- 85,71% - tienes que caminar más de 10 m empujando y/o arrastrando la carga
- 100,00% - tienes que empujar y/o arrastrar la carga cada pocos segundos

14. En general, ¿cómo valorarías las EXIGENCIAS FÍSICAS DEL PUESTO DE TRABAJO QUE HAS MARCADO EN LA PRIMERA PÁGINA DEL CUESTIONARIO (PREG.5)?

Muy bajas	0,00%
Bajas	0,00%
Moderadas	14,29%
Altas	85,71%
Muy altas	0,00%

