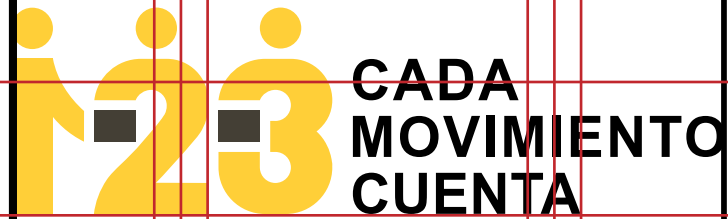




I.L.E.P.S.A.

**Industria Licorera
Embotelladora de Pichincha S.A.**



TALLERES DE PREVENCIÓN ORIENTADO A LOS RIESGOS ERGONÓMICOS



Manipulación
manual
de cargas



Tareas que
se requiere
mucho fuerza



Posturas
forzadas



Movimientos
repetitivos



Esfuerzos
prolongados

FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICOS

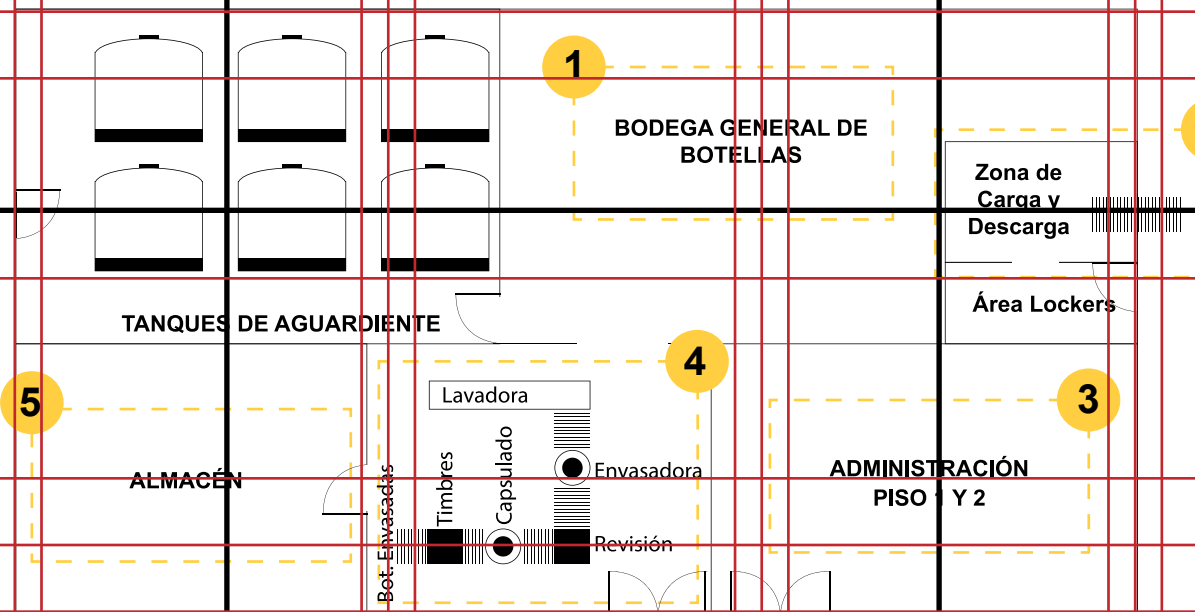
¿QUÉ SON LOS FACTORES RIESGOS ERGONÓMICOS?

Son condiciones de trabajo o exigencias durante la realización de trabajo repetitivo que incrementan la probabilidad de desarrollar una patología.

¿QUÉ SON LESIONES POR TRAUMA ACUMULATIVO?

Son problemas de salud de músculos, tendones, esqueleto óseo, cartílagos, ligamentos y nervios.

MAPA DE FACTORES DE RIESGO ERGONÓMICO



1

Manipulación manual de cargas

2

Tareas que se requiere mucha fuerza

3

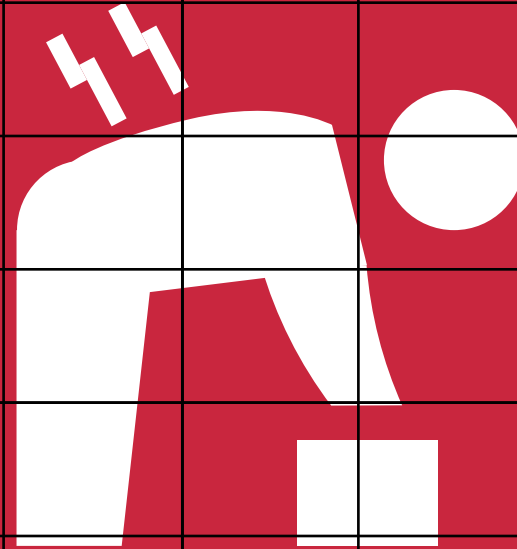
Posturas forzadas

4

Movimientos repetitivos

5

Esfuerzos prolongados



MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

¿POR QUÉ ES PERJUDICIAL?

Es necesario ejercer una gran fuerza muscular generando fatiga muscular

Los huesos pueden estar sujetos a esfuerzos excesivos y resultar dañados

Pueden propiciarse trastornos degenerativos especialmente en espalda

¿CÓMO EVITAR DAÑOS?

Levántelas con las dos manos, mantén la simetría del cuerpo en vertical

Al levantar cargas, manténgase cerca de ellas

Levante la carga con el tronco recto, agachándose y levantándose

¿CÓMO LEVANTAR UNA CARGA DEL SUELO?

Colocar vídeo aqui