



ERGONOMÍA PARA LA PREVENCIÓN DE TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS (TME)

# ANDAMIERO



Figura 1



Figura 2

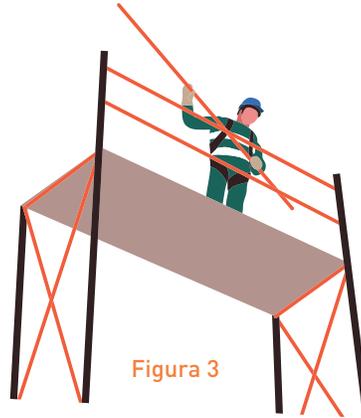


Figura 3

## ¿QUÉ TAREAS REALIZA EL OFICIO DE ANDAMIERO?

Montaje de diversos andamios, en diferentes ubicaciones de la obra de construcción, y en distintas fases de la misma. No sólo transporta las piezas del andamio hasta el lugar donde se arma, sino que también lo eleva para poder continuar hasta el nivel especificado. Monta andamios mediante la utilización de herramientas tales como el martillo, la sierra y el plomo, entre otros.

## ¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO EN EL OFICIO DE ANDAMIERO?

- Manejo manual de cargas mediante elevación, depósito, transporte, empuje y arrastre. Los materiales pueden ser de diversos tamaños, pesos y formas, tales como placas de madera, bases, collarines, horizontales y otros (figura 1 y 3).
- Posturas forzadas a nivel de columna y extremidades superiores debido al montaje a nivel de piso y sobre el nivel de los hombros (figura 1).
- Desarrollo de fuerza física debido a la utilización de medios auxiliares tales como poleas para izaje de material y el uso de herramientas manuales (figura 2).
- Vibraciones segmentarias a nivel mano-brazo debido al uso de herramientas manuales.



## ¿CUÁLES SON LAS MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EL OFICIO DE ANDAMIERO?

- Identificar posturas forzadas y/o mantenidas en la tarea. Evitando posturas por tiempos prolongados y/o forzadas de columna, piernas y brazos.
- Realizar entrenamiento en adopción de técnicas correctas para el manejo manual de carga y planificación de la misma.
- Confirmar selección y disponibilidad de herramientas y ayudas técnicas necesarias previo a iniciar la tarea.
- Realizar pausas y ejercicios compensatorios basados en el conocimiento del cuerpo y en la percepción de molestias musculoesqueléticas o de fatiga durante la jornada.



## NORMATIVA ASOCIADA

Ley 16.744 sobre Accidentes y Enfermedades Profesionales. D.S N° 594 vinculado a factores de riesgo para trastornos musculoesqueléticos de extremidad superior así como también a factores ambientales. Ley 20.001 relacionada con el peso máximo de carga humana.

## ¿QUÉ OTRAS MEDIDAS SE PUEDEN TOMAR PARA REDUCIR LOS RIESGOS?

Aumentar la hidratación en períodos calurosos (no esperar la sensación de sed). Rotaciones entre tareas de montaje y de manejo manual de carga entre miembros de las cuadrillas.