

oficio:
ALBAÑIL

Desde el año 2015, AECOM ha realizado alrededor de 800 estudios ergonómicos de puestos de trabajo presentes en el sector de la construcción.

Una vez analizados, se han redactado estas fichas con el propósito de informar; por una de las caras de las tareas especialmente peligrosas en cuanto a la generación de lesiones en los trabajadores y por la otra cara, se proponen una serie de medidas para reducir o eliminar los riesgos.

TAREAS ESPECIALMENTE PELIGROSAS

- **Colocar ladrillos:** Es muy habitual que se adopten diferentes posturas forzadas a la hora de realizar esta tarea:
 - **Flexión muy elevada** de la espalda y los brazos al llenar la paleta de cemento que se suele encontrar a ras de suelo.
 - **Giro** de tronco, cuello y brazos para llevar la paleta hasta la hilada de ladrillos.
 - **Flexión elevada** de espalda y de los brazos al recoger el ladrillo.
 - **Depende de la zona de trabajo**, si se encuentra colocando en la parte alta se da flexión elevada de brazos y de cuello, en cambio, colocando en la parte baja se da flexión elevada de la espalda y de los brazos.
- **Utilizar la pala:** Se realizan esfuerzos, flexiones de espalda, giro de tronco y posturas inadecuadas de brazos. Su uso es muy repetido a diario para movimientos de arena, cemento y limpieza.
- **Perforar con taladro:** La postura común para realizar esta tarea requiere la flexión del tronco, de los brazos y del cuello, también se deben realizar esfuerzos con las manos para equilibrar la herramienta y ejercer una presión continua del gatillo.
- **Hacer lechada/cemento manualmente:** Esta tarea se realiza a ras de suelo, se realizan esfuerzos para echar los productos en el recipiente. La postura suele ser con el tronco inclinado y en ocasiones girado, se suele realizar la mezcla manualmente con pala, lo que implica movimiento continuo de hombros, brazos, muñeca y mano.

oficio:
ALBAÑIL**MEDIDAS PARA REDUCIR/ ELIMINAR RIESGOS:**

- **Realizar mezclas** en hormigonera.
- **Preparar mezcla** de forma manual, en pequeñas cantidades para reducir los esfuerzos.
- **Elevar el recipiente** de la mezcla para que no esté a ras de suelo.
- **Usar herramientas** con mangos largos y de grosor adaptado a la mano.
- **Usar herramientas** específicas:
 - **Cortadora de ladrillo**, evitando hacer uso de la paleta
 - **Maza de goma** para ajustar los ladrillos.
- **Dejar los materiales** (ladrillos, sacos) sobre plataformas o mesas auxiliares.
- **El recipiente con mortero**, situarlo sobre una mesa o borriqueta y colocar los ladrillos próximos.
- **En la colocación de ladrillos**, en las primeras hiladas alternar (sentado en un taburete, de cuclillas, de rodillas sobre almohadillas).
- **En la colocación de ladrillos**, por encima de la altura de los hombros, utilizar un medio auxiliar adecuado.