

INFORME TECNICO INSPECCION ERGONOMICA CAVR VICTORIA CALDAS - VEREDA SALINAS

CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DE CALDAS

ALEJANDRA TELLEZ ARANGO
DIRECTOR INTEGRAL DE SERVICIO de COLMENA Seguros

ASESORADO POR:
BIBIANA CAROLINA SANCHEZ GUTIERREZ
FISIOTERAPEUTA ESPECIALISTA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO LIC 72998
ASESORA EN PREVENCIÓN

FECHA: 14/15- 07- 2022

www.colmenaseguros.com

Trabajo Asesorado por COLMENA Seguros
Este documento no exime, ni reemplaza las responsabilidades del empleador frente al Sistema de
Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST

CONTENIDO

IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA	3
OBJETIVO GENERAL	3
OBJETIVO ESPECIFICO	3
HALLAZGOS	3
MARCO TEÓRICO	3 - 7
NORMAS LEGALES Y TÉCNICAS DE REFERENCIA	8
METODOLOGÍA	8
PRESENTACIÓN RESULTADOS	8-17
CONCLUSION	17
RECOMENDACIONES	17-18

IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA

Razón social de la empresa cliente:	CORPORACION AUTONOMA REGIONAL DE CALDAS
Nit:	890803005
Dirección:	CALLE 21 23-22
Teléfono:	3176804605
Responsable en SST:	LORENA GAVIRIA PULIDO

TEMA: INSPECCION ERGONOMICA CAVR VICTORIA CALDAS, ESTACION VEREDA SALINAS.

OBJETIVO GENERAL

Realizar inspección ergonómica a tareas que realiza funcionario Jhon Jairo Acosta operario calificado y tareas realizadas en el CAVR sede Victoria Caldas, con el fin de determinar requerimientos físicos (posturas, fuerza, movimientos, esfuerzos) a fin de prevenir desordenes musculo esqueléticos asociados al trabajo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los riesgos biomecánicos a los cuales están expuestos los funcionarios que puedan ser generadores de desórdenes musculoesqueléticos.
- Realizar observación del proceso con el fin de determinar las condiciones ambientales observadas, técnicas de manipulación de cargas y ayudas mecánicas disponibles.
- Brindar recomendaciones y dar pautas de higiene postural que contribuyan a mejorar las condiciones del puesto de trabajo y generar sensibilización sobre autocuidado.
- Seguimiento a recomendaciones medicas post incapacidad con compromiso osteomuscular.

HALLAZGOS

Durante el encuentro con Profesional especializado SST Lorena Gaviria Pulido, refiere que requiere del acompañamiento de inspección ergonómica a CAVR sede Victoria y Colaborador Jhon Jairo Acosta con el fin de observar cumplimiento de restricciones y recomendaciones medico ocupacionales, seguimiento a casos osteomusculares en sus actividades y pautas de cuidado postural y de manejo de cargas.

Se generan recomendaciones de las condiciones ambientales encontradas, tareas y ayudas disponibles y se generan recomendaciones.

MARCO TEÓRICO

El origen de los DME es multifactorial donde la organización del trabajo, de la producción, el funcionamiento de la empresa en su conjunto, los procedimientos y los equipos definen el contenido gestual de la actividad de trabajo en términos de posturas, esfuerzo, manejo de cargas, repetitividad de movimientos, amplitud articular y duración de los mismos; los cuales junto con la ecuación personal, el ambiente físico y el mismo contexto social dan origen a una carga física que puede dar origen a cuadros reversibles como la fatiga, hasta generar una lesión irreversible.

En este sentido se considera que los factores de riesgo precipitantes son:

- Los ciclos de trabajo muy repetitivos, dando lugar a movimientos rápidos de pequeños grupos musculares o tendinosos. Relacionados con la organización temporal del sistema de producción.
- Mantenimiento de posturas forzadas de muñeca o de hombros. Referidos como las características de diseño de los medios de trabajo.
- Aplicación de una fuerza manual excesiva, relacionados con el desarrollo tecnológico, métodos o procedimientos de trabajo.
- Tiempos de descanso insuficientes, relacionados con la organización temporal del sistema de producción.

El concepto de carga física incluye un complejo de situaciones clasificables en dos grandes grupos según su naturaleza biomecánica, diferenciando la sobrecarga estática derivada bien del estatismo postural o del mantenimiento de posturas forzadas y la sobrecarga dinámica derivada de la realización de movimientos repetidos o del manejo manual de cargas.

Existen relativamente pocas evidencias epidemiológicas que demuestren que la carga muscular es nociva para la salud. Sin embargo, los estudios fisiológicos y ergonómicos sobre el trabajo indica que la sobrecarga muscular se traduce en fatiga (es decir, en una reducción de la capacidad de trabajo) y puede reducir también la productividad y la calidad del trabajo.

La prevención de la sobrecarga muscular puede estar dirigida al contenido del trabajo, al entorno laboral o al trabajador. La carga puede ajustarse mediante medios técnicos centrados en el entorno laboral, en las herramientas o en los métodos de trabajo.

La forma más rápida de regular la carga muscular de trabajo es aumentar la flexibilidad del horario de trabajo a nivel individual. Esto supone diseñar un régimen de pausas que tenga en cuenta la carga de trabajo y las necesidades y capacidades de cada individuo.

Los factores etiológicos de los DME implican la coexistencia de diferentes factores de riesgo que se encuentran potencialmente presentes y con intensidades variables, entre ellos, en el terreno organizacional, físico, fisiológico y psicosocial.

La principal dificultad para su estudio es que no siempre están presentes los mismos factores, y cuando se presentan, no siempre lo hacen de la misma manera. Los factores de riesgo se transforman en la medida que varía la situación de trabajo y por lo tanto, sus formas de combinación son dinámicas. No se comportan de manera estable.

Factores de Riesgo Ergonómico de Carga Física

Son todos aquellos factores inherentes al proceso o tarea que incluyan aspectos organizacionales, de la interacción del hombre-medio ambiente-condiciones de trabajo y productividad que tienen repercusión en:

- **Carga física:** Se refieren a los factores que entorno a la labor realizada imponen en el trabajador un esfuerzo físico e implica el uso de los componentes del sistema osteomuscular y cardiovascular. Estos factores son: Postura, Fuerza y Movimiento.
- **Carga estática:** Es la originada por la prolongada contracción muscular es más fatigoso que el esfuerzo dinámico o sea el movimiento.
- **Posturas:** La postura de trabajo, dentro del esfuerzo estático, es la que un individuo adopta y mantiene para realizar su labor.

La postura ideal y óptima dentro de esta concepción sería: la posición de los diferentes segmentos corporales con respecto al eje corporal con un máximo de eficacia y el mínimo de consumo energético, además de un buen confort en su actividad.

Las posturas son consideradas factor de riesgo de carga física cuando son:

- **Prolongadas:** Es decir el trabajador permanece en ella por más del 75% de la jornada laboral.
- **Mantenidas:** Cuando el trabajador permanece por más de dos horas (de pie) sin posibilidad de cambios o más de 10 minutos (cuclillas, rodillas).
- **Inadecuadas:** Cuando el trabajador por hábitos posturales, o por el diseño del puesto de trabajo adopta una postura incorrecta.
- **Forzadas o extremas:** Cuando el trabajador por el diseño del puesto de trabajo debe realizar movimientos que se salen de los ángulos de confort.
- **Antigravitacional:** Cuando adopta posturas en las que algunos de los segmentos corporales, deben realizar fuerza muscular en contra de la fuerza de la gravedad.

Movimientos Repetitivos

Son un grupo de movimientos continuos mantenidos durante un trabajo que implica la acción conjunta de músculos, articulaciones y los nervios de una parte del cuerpo y provoca en esta misma zona fatiga muscular, sobrecarga, dolor y por último lesión.

•**Carga dinámica:** Es la ocasionada por el trabajo muscular durante el movimiento repetitivo o durante acciones forzadas como el levantamiento y transporte de cargas o pesos se convierte en factor de riesgo cuando el esfuerzo realizado no es proporcional al tiempo de recuperación, cuando el esfuerzo se realiza sobre una carga estática alta, cuando hay alto requerimiento de movimientos repetitivos. Ej. el 50% de la jornada laboral, cuando los métodos de realización de la fuerza y/o el tipo de herramienta con la que se hace la fuerza no son soportados, los agarres son insuficientes y por el impacto.

Ergonomía en el ámbito sanitario y veterinario

En los centros sanitarios y veterinarios existen algunas variables que debemos tener en cuenta y así poder cuidar el sistema osteomuscular.

Por un lado, el control a nivel ambiental tiene que ser una de las prioridades por la cantidad de riesgos químicos o biológicos que podemos encontrar en la actividad sanitaria veterinaria. La ergonomía ambiental, se ocupa también de otros factores como: iluminación, temperatura, terreno, suelo

Por otro lado, la prevención de lesiones y manejo de animales, las maniobras y las prácticas adecuadas de sujeción de los pacientes disminuyen el riesgo para el personal laboral de sufrir mordeduras, arañazos, pinchazos de agujas y otras lesiones relacionadas con el manejo de los animales y que están estrechamente vinculadas con los riesgos de enfermedades zoonóticas.

La mayoría de las lesiones músculo esqueléticas que el personal del centro sufre ocurren durante maniobras con animales o durante su tratamiento. La etología nos aporta el conocimiento del comportamiento animal en determinadas situaciones. Será necesario tener en cuenta las posibles reacciones de los animales en las interacciones con los veterinarios o operarios calificados, considerando siempre algunas variables como que el animal puede estar asustado, no conoce a las personas de su alrededor, tiene dolor, situaciones en las que puede ser complicado predecir su comportamiento.

Aparte, cada especie puede presentar sus propias necesidades concretas para su manipulación y reconocimiento. Como ejemplos: los centros con manejos de especies exóticas o fauna silvestre que saben que para manejar una serpiente de gran longitud es necesario una persona por cada metro.

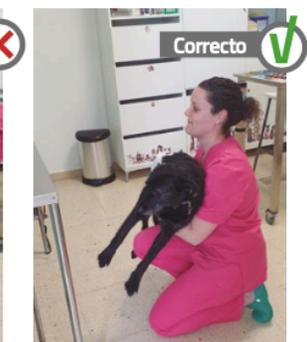
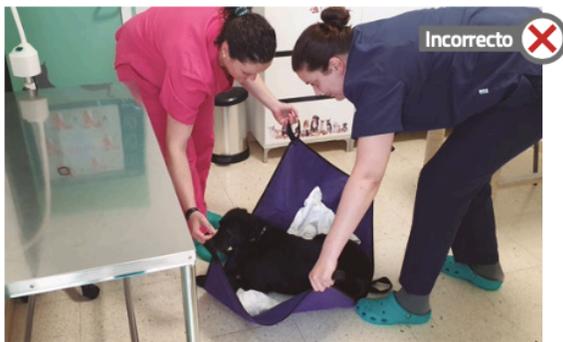
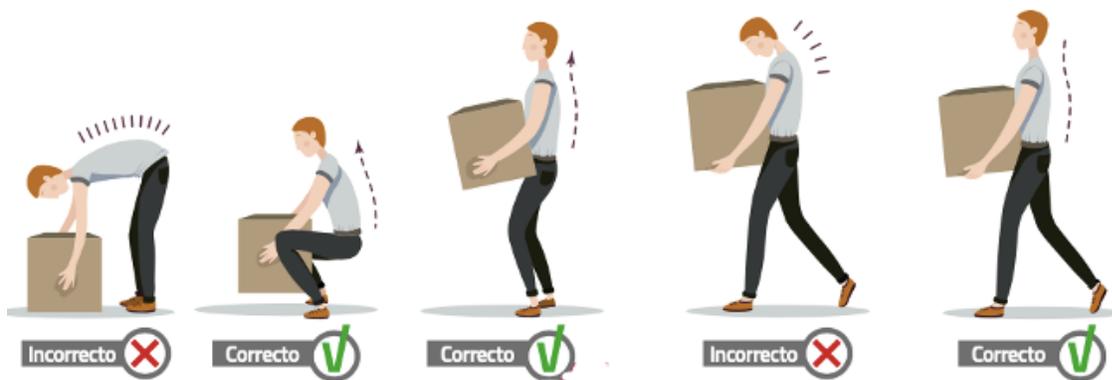
Manipulación manual de animales

Nos referimos a cualquier acción de transporte o sujeción de una carga por parte de una o varias personas, como puede ser el levantamiento, el empuje, la colocación, la tracción o el desplazamiento que, por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas, entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para el personal laboral que realiza la tarea. Levantar cargas, entendiendo carga como todo peso superior a 3 Kgs, está relacionado con la producción de trastornos en la columna vertebral.

Básicamente este manejo de cargas pesadas puede producir: Lesión directa del disco intervertebral, hernias, fisuras, protrusión, contracturas, roturas fibrilares, calambres musculares por sobreesfuerzo.

Artrosis de las articulaciones intervertebrales. Pinzamientos de la raíz nerviosa, cuando al disminuir la altura del disco con la carga, las vértebras se aproximan entre sí y se reduce el espacio de salida de las raíces de los nervios espinales en los agujeros de conjunción.

Si al esfuerzo físico que supone el levantamiento de cargas, es decir, la **movilización de animales, jaulas** se le suma la **elevada frecuencia** con que se realiza, obtenemos como resultado el importante riesgo para la espalda que supone esta movilización durante la jornada de trabajo.



NORMAS LEGALES Y TÉCNICAS DE REFERENCIA

Estos son algunos de los parámetros legales que se toman como guía y soporte para las inspecciones ergonómicas realizadas:

NTC 3955 que establece conceptos y clasificaciones de la ergonomía.

Norma técnica europea CEN PR EN 1005- 4 e ISO 11226: Evalúa carga física. Tiene en cuenta factores biomecánicos de postura y asociados, así como movimientos combinados que aumentan el nivel de riesgo.

NTC 5723: establece recomendaciones ergonómicas para diferentes tareas en el lugar de trabajo.

NTC 5693: establece parámetros sobre la manipulación adecuada de cargas.

METODOLOGÍA

Para la realización de la observación y el análisis se realizaron las siguientes actividades:

- Se estableció fecha y hora para la realización del estudio a través del contacto de la Corporación.
- Observación directa de los CAVR, con 1 acompañante responsable de la Corporación.
- Registro fotográfico y recorrido identificando las tareas que desempeñan actualmente los funcionarios.
- Encuesta directa a los funcionarios de la Corporación.
- Generar recomendaciones inmediatas en autocuidado.

PRESENTACION DE RESULTADOS

Durante la asesoría inicialmente se acude a la estación de Salinas, donde se tiene encuentro con Jhon Jairo Acosta para realizar seguimiento de restricciones y recomendaciones y verificar el cumplimiento de estas, se dan pautas inmediatas de autocuidado para la movilización de alimento y manejo de cargas, posturas y pausas activas con el fin de generar sensibilización frente al cuidado del sistema osteomuscular.

Jhon Jairo Acosta es un funcionario que desempeña el cargo de operario calificado, quien sufrió accidente de tránsito y presentó fractura a nivel de clavícula, le realizan cirugía el 27/08/2021 y reintervención para retiro de material de osteosíntesis el 23/02/2022, que le generó 30 días de incapacidad, se hizo mesa laboral y dentro de las recomendaciones que se generaron fue inspección ergonómica del puesto de trabajo y capacitación en manipulación manual de cargas.

El funcionario trabaja en espacio abierto, con terreno irregular, utiliza botas pantaneras, pantalón y camisa manga larga.

El ritmo de trabajo es autoadministrado y el determina velocidad y ritmo con que realiza las funciones que tienen establecidas en su cargo las cuales se enuncian a continuación, las tareas son de tipo dinámico no se observan posturas estáticas.

- Distribución de alimento a los animales los cuales se movilizan en baldes los cuales no superar los 10kgs, durante la jornada prepara 7 baldes los cuales se distribuyen solo en la tarde 1 vez en la jornada de trabajo.
- Pica y corta las frutas y verduras que son el alimento de los animales.
- Arreglo de zonas verdes que incluye tareas de plateo y uso de la guadaña
- Recorrido a reserva para lo cual se desplaza en moto o carro.

La recuperación de su estado de salud a sido optima, a revisar tiene arcos de movilidad articular completos, refiere dolor leve ocasional, tiene descanso cada quince días el fin de semana.

Se dan recomendaciones sobre cuidado al movilizarse con baldes por el terreno irregular y al bajar para desplazarse a las jaulas, evitar la manipulación en cabeza de canasto, se le recomienda ubicarlo con cargadera evitando presión en clavícula intervenida quirúrgicamente, realizar pausas activas diariamente enfocadas en miembros superiores, respetar los pesos máximos a levantar.





CAVR VICTORIA CALDAS

Durante la asesoría el CAVR inicialmente me reúno con el grupo de trabajo el cual está compuesto por:

- Médica veterinaria
- Zootecnista
- Biólogo
- Operarios calificados

Dentro de las funciones que tienen establecidas los funcionarios se encuentran:

Operario Calificado

1. Contribuir operativamente con la Atención, el manejo, el cuidado, el mantenimiento y la logística que requiere la fauna silvestre en los CAVR de CORPOCALDAS.
2. Realizar mantenimiento general y conservar el orden y la limpieza de los encierros, infraestructura, muebles y equipos de los CAVR de CORPOCALDAS.
3. Preparar y suministrar las dietas para los animales del centro, así como aplicar las rutinas de enriquecimiento y manejo prescritas por los profesionales.
4. Apoyar a los profesionales en sus actividades rutinarias cuando así lo requieran.
5. Llevar y actualizar el inventario por encierro e informar las novedades oportunamente al superior inmediato.
6. Recibir y disponer para su atención la fauna y flora decomisada en jurisdicción de CORPOCALDAS.
7. Construir y mantener cobertizos, invernaderos, semilleros, estructuras anexas al CAVR, fosas, composteras, cercos, jaulas, encierros, senderos, trinchos, hacer adecuaciones generales y conseguir elementos para enriquecimiento ambiental, así como sembrar

árboles frutales, semilleros, maderables, ornamentales, cercas vivas y otras especies vegetales en el centro.

8. Conseguir en el campo material para enriquecimiento tales como follajes, frutas, semillas, troncos, tallos, larvas, insectos y sustratos disponibles según la época.
9. Velar por la conservación y buen manejo las herramientas, los inventarios y elementos disponibles en le CAVR para el desarrollo de sus funciones.
10. Velar en coordinación con el resto del personal por la implementación y aplicación de los protocolos de higiene, bioseguridad y funcionamiento del CAVR.
11. Apoyar a las autoridades municipales y de policía en las acciones para el control de la tenencia ilegal, movilización y comercialización de productos y subproductos de la diversidad biológica.

Medico veterinario

1. Prestar sus servicios profesionales como Médico Veterinario y desarrollar las labores rehabilitación requerida en los CAVR de CORPOCALDAS.
2. Consolidar y manejar el área de hospital, así como prescribir e implementar los tratamientos respectivos.
3. Aplicar las pruebas de diagnóstico disponibles; tratamientos y procedimientos necesarios para garantizar la salud animal, así como practicar eutanasias y necropsias a los animales y conservar las muestras para diagnóstico cuando sea necesario.
4. Participar activamente en los proyectos, labores de educación ambiental, eventos e investigaciones que CORPOCALDAS desarrolle en los CAVR y su zona de influencia relacionadas específicamente con fauna silvestre.
5. Mantener actualizados los inventarios de medicinas e insumos médicos del CAVR.
6. Contribuir con la generación de información científica a partir de la información disponible en el CAVR.
7. Velar por la conservación y buen manejo de los inventarios y elementos disponibles en le CAVR para el desarrollo de sus funciones.
8. Velar en coordinación con el resto del personal por la implementación y aplicación de los protocolos de higiene, bioseguridad y funcionamiento del CAVR.
9. Apoyar a las autoridades municipales y de policía en las acciones para el control de la tenencia ilegal, movilización y comercialización de productos y subproductos de la diversidad biológica.
10. Mantener actualizados los sistemas de información y de gestión de calidad de la Corporación en el componente de biodiversidad con énfasis en fauna.
11. Realizar supervisión a los contratos o convenios para los cuales sea designado por el Director General.
12. Apoyar la atención de urgencias, PQR o eventos extraordinarios con fauna silvestre por fuera del CAVR.
13. Las demás que les sean asignadas por autoridad competente, de acuerdo con el área de desempeño y la naturaleza del empleo.

Zootecnista

1. Prestar sus servicios profesionales como Zootecnista y desarrollar las labores de rehabilitación zootécnica requeridas en los CAVR de CORPOCALDAS.
2. Realizar evaluación al momento de ingreso de cada animal, en coordinación con los demás profesionales, abrir y actualizar la hoja de vida respectiva (historia clínica, biológica y zootécnica, en físico y digital).
3. Actualizar los libros de control, inventarios, planillas, registros y bases de datos del CAVR y los implementados por la Corporación.
4. Implementar y manejar el bioterio, así como formular y preparar las dietas, recomendar la lista de mercado y materias primas con criterio de economía y eficacia teniendo en cuenta los productos en cosecha.
5. Desplegar las acciones y estrategias necesarias para garantizar el bienestar animal de los animales atendidos en el CAVR.
6. Participar activamente en los proyectos, labores de educación ambiental, eventos e investigaciones que CORPOCALDAS desarrolle en los CAVR y su zona de influencia relacionadas específicamente con fauna silvestre.
7. Mantener actualizadas las tablas de dietas, costos de alimentación y manejo por especie y encierro del CAVR.
8. Contribuir con la generación de información científica a partir de la información disponible en el CAVR.
9. Velar por la conservación y buen manejo de los inventarios y elementos disponibles en el CAV para el desarrollo de sus funciones.
Velar en coordinación con el resto del personal por la implementación y aplicación de los protocolos de higiene, bioseguridad y funcionamiento del CAVR.
10. Apoyar a las autoridades municipales y de policía en acciones para el control de la tenencia ilegal, movilización y comercialización de productos y subproductos de la diversidad biológica.
11. Mantener actualizados los sistemas de información y de gestión de calidad de la Corporación en el componente de biodiversidad con énfasis en fauna
12. Realizar supervisión a los contratos o convenios para los cuales sea designado por el Director General.
13. Apoyar la atención de urgencias, rescates, PQR o eventos extraordinarios con fauna silvestre por fuera del CAVR.

Tecnico operativo

1. Aplicar los procedimientos y protocolos establecidos en el Sistema de gestión de calidad de Corpocaldas para la ejecución de visitas e informes técnicos.
2. Fomentar la protección, conservación y uso sostenible de los recursos naturales renovables y la biodiversidad.
3. Realizar visitas de evaluación, seguimiento, monitoreo y control para el aprovechamiento, manejo, conservación y preservación de los recursos naturales y el ambiente.
4. Adelantar estudios y presentar informes de carácter técnico sobre aspectos relacionados con el uso, manejo y aprovechamiento de los recursos naturales y el

ambiente.

5. Entregar la correspondencia a los usuarios y realizar las notificaciones Correspondientes.
6. Apoyar los procesos de difusión, educación ambiental y ejecución de los programas institucionales así como el marco funcional, misional y programático de Corpocaldas.
7. Asistir a la comunidad y usuarios de Corpocaldas en los temas relacionados con el manejo y aprovechamiento de los recursos naturales.
8. Las demás que les sean asignadas por autoridad competente, de acuerdo con el área de desempeño y la naturaleza del empleo.

Los operarios calificados rotan las diferentes rutinas que tienen establecidas para su cargo, según una programación previa en cuadro de rutinas, el CAVR tiene 5 operarios calificados quienes dentro de las tareas específicas realizan arreglo de jaulas, adecuación de recintos y perchas, guadañar, construir cajones para comederos, techos de jaulas, escalas, caminos, recolectar basuras y realizar limpieza de jaulas y recintos, preparar las dietas para los animales, organizar jardines, aseo de consultorios, cocina, hospitalización.

Tienen establecidos horarios de trabajo variables de acuerdo con la asignación

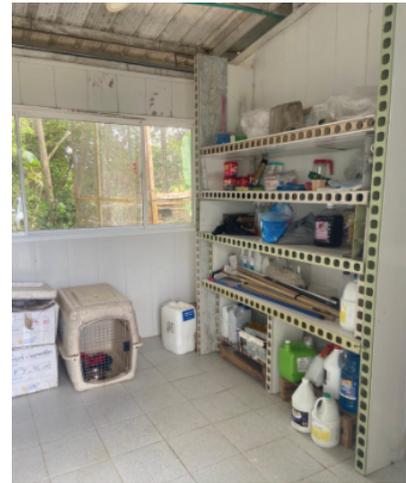
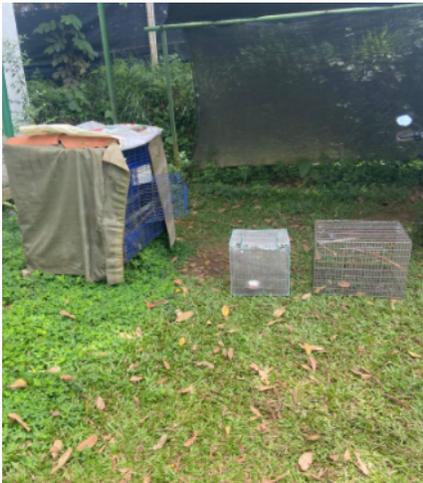
- Lunes -viernes
- Fines de semana 2 personas
- Miércoles llega el mercado el cual organizan y pesan realizando el cargue y descargue de alimentos en muelle cercano a cocina .
- Los fines de semana descansan 2 operarios calificados y 2 profesionales.

Factores de riesgo identificados	Causas
Manipulación manual de cargas	Manipulación de jaulas con y sin animales, cargue de baldes con dietas para animales, levantamiento de canastas con mercado, las cuales colocan en estante, levantamiento de material para adecuaciones y construcción de techos, recintos.
Posturas prolongadas y forzadas	Posturas prolongadas en bipedo ya que la adoptan más del 50% de la jornada de trabajo, se identificaron posturas forzadas de flexión de tronco, rotación al levantar jaulas, flexión y abducción de hombro entrenamiento de vuelo.
Movimientos repetitivos	Movimientos manuales continuos al preparar las dietas realizando el corte y picado de estas.
Esfuerzos físicos	Se evidencian esfuerzos físicos por trabajar en área abierta expuestos a temperatura ambiente, desplazamientos de trayectos largos por terrenos inclinados, irregulares, resbalosos con gasto metabólico: trabajo pesado entre 350 a 500 Kcal/hr por levantamiento de cargas pesadas.

Controles existente frente a los factores de riesgo ergonómicos encontrados:

- Rotación de tareas y funciones.
- Solicitan ayuda a personas para movilización de canastas de mercado.
- Uso de uniforme de dotación con botas de seguridad.
- Periodos de descanso durante la jornada de trabajo.
- Hidratación
- Rotación de roles entre cargador de winche y soltador y entre cargadores.
- La manipulación de las jaulas no supera los 10kgs, y este peso varía de acuerdo con la especie animal a manipular, al manipular los baldes con alimento cuando son varios utilizan carreta.
- Ritmo de trabajo autoadministrado determinan ritmo y velocidad con que realizan las tareas.

Registro fotográfico





www.colmenaseguros.com

Trabajo Asesorado por COLMENA Seguros
Este documento no exime, ni reemplaza las responsabilidades del empleador frente al Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST



CONCLUSION

En términos generales después de la inspección ergonómica los colaboradores mostraron disposición e interés por la actividad realizada, se identificaron factores de riesgo ergonómico por manipulación manual de cargas y esfuerzos físicos por los trayectos de desplazamiento principalmente, sin embargo el ritmo de trabajo es autoadministrado, tienen posibilidad de alternar de posición de bípedo a sedente durante la jornada de trabajo, rotan las asignaciones de rutinas lo que conlleva a utilizar grupos musculares diferentes, el peso de los baldes no supera 10 kilos.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda en el área de aves ubicar las jaulas en estantería para evitar levantamientos desde el suelo, adaptar en las jaulas bandeja que puedan ingresar para la limpieza más efectiva de las jaulas sin tener que permanecer en el suelo al limpiarlas y realizar estos levantamientos desde el suelo.



- Respetar los pesos máximos a levantar de acuerdo con norma NTC5693 que establece 25kgs hombres y 12.5kgs mujeres, si el peso se excede solicitar ayudas mecánicas o realizar la manipulación entre varias personas delegando una voz que lidere el movimiento.
- Se recomienda estudiar la posibilidad de un sistema de winche, para el desplazamiento de baldes con alimentos distantes a el área de cocina.



- Se recomienda implementar programa de pausas activas.
- Se recomienda entregar folletos informativos de manejo de cargas y posturas en el trabajo.
- Se recomienda dotar de carro para manejo de canastillas con productos.



www.colmenaseguros.com

Trabajo Asesorado por COLMENA Seguros

Este documento no exime, ni reemplaza las responsabilidades del empleador frente al Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST

- Se recomienda la hidratación constante de los colaboradores.
- Se recomienda organizar la canasta donde se desplazan insumos colocándola con una cargadera evitando el cargue en cabeza.
- Socializar los resultados con los miembros del COPPAST y GERENCIA.

Asesorado por:



BIBIANA CAROLINA SANCHEZ GUTIERREZ
FISIOTERAPEUTA
ESPECIALISTA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO LIC. 72998
ASESORA EN PREVENCIÓN