



## **SOBRESFUERZO**

### **1. NATURALEZA DE LOS TRABAJOS**

Se trata de una empresa dedicada a la manipulación de artículos de artes gráficas. Una trabajadora movía libros manualmente desde palés hasta su mesa de trabajo. Los palés se habían colocado en el suelo, junto a la mesa, dejando un pasillo en el que se situaba la trabajadora; de tal forma que, cuando la trabajadora estaba frente a la mesa, los palés quedaban a su espalda.

La manipulación realizada por la accidentada consistía en agacharse a coger un grupo de libros del palé, desplazarlos vertical y horizontalmente, y dejarlos sobre la mesa, situada a 92 cm de altura. La cantidad de libros a coger y el desplazamiento horizontal a realizar, giro de 90° o de 180°, quedaban a su elección.

### **2. DESCRIPCIÓN DEL ACCIDENTE**

La accidentada se agachó, cogió un grupo de libros del palé con sus dos manos y, cuando intentaba levantarse y girarse hacia la mesa, sintió como se producía una lesión en su espalda.

### **3. CAUSAS**

- La deficiente disposición del puesto de trabajo que obliga a realizar movimientos verticales (levantamiento) y horizontales (giro) de las cargas.
- La falta de formación en la prevención de los riesgos relacionados con la manipulación manual de cargas.
- Las características personales de la accidentada, por la existencia previa de patologías dorsolumbares, no puestas de manifiesto mediante una adecuada vigilancia de la salud de la trabajadora.

### **4. ACCIONES CORRECTORAS**

- Realizar una distribución adecuada del puesto de trabajo que reduzca la distancia de levantamiento de la carga y evite la realización de movimientos de torsión del cuerpo.
- Garantizar que cada trabajador recibe una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, sobre los riesgos derivados de la manipulación manual de cargas.
- Garantizar la adecuada vigilancia periódica del estado de salud de los trabajadores, en función de los riesgos inherentes a su trabajo y a sus propias características personales.

