

2021



Ergonomía en la industria automotriz

Hoy, mañana, siempre
Prevenir es trabajo de todos los días



FICHA TÉCNICA DE PREVENCIÓN SRT

Son **pautas o recomendaciones** a tener en cuenta durante la ejecución de las tareas y en los ambientes laborales para que puedan ser utilizadas como medidas de prevención con el objeto de **evitar o minimizar los riesgos derivados del trabajo**.

Ergonomía en la industria automotriz

El presente documento fue elaborado en el marco de la Mesa Cuatripartita de la industria automotriz de los Programas Nacionales de Prevención (Pro.Na.Pre) de la SRT, de acuerdo lo establece la Resolución SRT N° 770/13.



INTRODUCCIÓN

En las actividades laborales se realizan tareas que, por la modalidad en que son ejercidas, generan distintos tipos de malestares físicos, al efectuarse esfuerzos repetidos o de elevada carga, movimientos rápidos, exposición a posturas extremas, vibración, etc.

Los malestares pueden sintetizarse en dolor, entumecimiento, hormigueo, inflamación o limitación en la movilidad de músculos y articulaciones.

Los trastornos pueden ocurrir por ausencia de tiempo de recuperación y pausas. Para evitar que el tejido corporal del sistema músculo esquelético llegue al límite de su capacidad, es necesaria la ejecución de pausas.

Cuando se supera el límite, existe la probabilidad que se genere fatiga y/o lesión. En la industria automotriz los trabajadores pueden padecer Trastornos Músculo Esqueléticos (TME) debido a los movimientos musculares que desarrollan.

RIESGOS GENERALES PARA LA TAREA

Recomendaciones prácticas

De orden general:

- Reducir la posibilidad de TME a través de un programa continuo de mejora. Puede utilizarse como referencia la Resolución SRT N° 523/07 - "Sistema de gestión."
- Evaluar los puestos de trabajo considerando las Resoluciones del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTEySS) N°295/03 y de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) N°886/15 y N° 3345/15.
- Analizar los puestos de trabajo con estudios ergonómicos validados, que sean antropomórficamente destinados a las y los trabajadores argentinos.
- En los casos que, a través de dichas evaluaciones, se determine que el trabajador está expuesto a factores de riesgo de tipo ergonómico y que pueden

desembocar en TME, declararlos en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE). Se deben notificar con su correspondiente codificación, de acuerdo con las Resoluciones SRT N°81/19 (Anexo III), N° 463/09, N°37/10 y N°13/18. Por ejemplo:

1. Posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo l-extremidades superiores (80004)
 2. Carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra (80011)
- Registrar casos o consultas de afecciones ergonómicas con la intención que, una vez solucionado el diseño del puesto de trabajo, se pueda realizar la trazabilidad y secuencia histórica.



Adicionalmente, durante la evaluación tener en cuenta la articulación de las siguientes variables:

- Duración del ciclo de trabajo
 - Frecuencia
 - Fuerza aplicada
 - Ritmo de trabajo
 - Angulación de las manos
 - Diseño de las herramientas
- Considerar, en forma adicional a la evaluación del puesto de trabajo, la monotonía, tensión (o carga) mental, concentración y precisión que la tarea demanda, de acuerdo con recomendaciones de la Organización Internacional del Trabajo (OIT).
 - Estar atento a manifestaciones o alertas como dolencias tempranas.
 - Implementar programas de ergonomía integrados por representantes de las distintas áreas (manufactura, ingeniería, ergonomía, medicina laboral, seguridad
 - Procurar que los diseños técnicos de equipos se instalen aplicando postulados de ergonomía, de tal forma que cuando se implementen sean ergonómicamente adecuados. Se recomienda tener en cuenta la opinión del trabajador.
 - En casos que haya cambios en equipamiento, embalaje u otro insumo o proceso exterior a la empresa, procurar que no genere nuevos riesgos. Inducir a que los proveedores presenten estándares básicos. Se sugiere pruebas piloto o prelanzamientos.
 - Fomentar que los trabajadores reporten o adviertan situaciones que pueden generar malestares físicos, originados por problemas ergonómicos. De esta manera se podrán revertir las condiciones en forma temprana.
 - Capacitar sobre diferentes riesgos ergonómicos.
 - Capacitar sobre riesgos generales a los que están expuestos los trabajadores.

De orden específico:

- Establecer un programa de pausas activas a lo largo de la jornada laboral. El objetivo es relajar músculos comprometidos y lograr una recuperación óptima para evitar fatiga muscular, minimizando accidentes por cansancio debido al sobreesfuerzo.
- Evitar trabajar con posturas extremas en forma permanente. Por ejemplo, ubicar brazos separados del cuerpo más de 45°, estar en cuclillas, arrodillado o sentado en el piso, con el tronco o la cabeza flexionada, extendida o rotada, etc.
- Evaluar inclusión de sillas cuando se realizan posturas forzadas.
- Minimizar la postura de los brazos por sobre los hombros, actividad frecuente en la actividad, por ejemplo, en el puesto de ensamblado. Se sugiere incluir facilitadores o rotación del puesto hasta tanto se instale otra iniciativa de ingeniería, como la anterior.
- Durante el movimiento manual de carga, mantener la columna lo más recta posible, flexionar las rodillas y hacer la fuerza con las piernas. No girar el cuerpo sosteniendo la carga; en su lugar, girar los pies y cuerpo simultáneamente.
- En la utilización de la *torcadora* tener presente que puede dañar los miembros superiores (muñeca, manos y codo) en el punto de finalización, "de carrera", ya que se produce un movimiento brusco. Evaluar medidas de ingeniería para amortiguar el momento del ajuste final.
- No sobrepasar el peso ni la frecuencia establecida por la normativa correspondiente. Pedir ayuda a compañeros cuando se presenten situaciones en que el peso es mayor al establecido.
- Proporcionar puestos y herramientas de trabajo adaptables a los trabajadores para mejorar las posturas. Por ejemplo, ayudadores suspendidos o plataformas.
- Asegurar iluminación adecuada, para que el trabajador no deba forzar la vista, ni tener que acercarse a las piezas o equipos, adoptando posturas incómodas y/o forzadas.
- Verificar que, si durante el proceso de trabajo participan trabajadores de otras empresas, se asegure el cumplimiento de las pautas mencionadas, al igual que para los operarios propios.

NORMATIVA DE APLICACIÓN (VIGENTE A LA FECHA DE PUBLICACIÓN):

- Ley N° 19.587
- Decreto N°351/79
- Resolución SRT N° 886/15
- Resolución SRT N°463/09
- Resolución MTEySS N° 295/03
- Relacionadas con el RAR (Relevamiento de Agentes de Riesgos): Resoluciones SRT N° 13/18, N° 46/18 y N° 81/19.

IMPORTANTE

La Ficha Técnica de Prevención SRT es de tipo orientativo y de carácter no obligatorio. Para mayor información consultar normativa y documentación oficial de organismos nacionales e internacionales.

Ergonomía en la industria automotriz

Hoy, mañana, siempre
Prevenir es trabajo de todos los días

www.argentina.gob.ar/srt

Redes Sociales: @SRTArgentina

Sarmiento 1962 | Ciudad Autónoma de Buenos Aires