

CARGA, POSICIONES FORZADAS Y GESTOS REPETITIVOS
CON CARGA DE LA COLUMNA LUMBOSACRA
ESOP 80011

Fecha / /

DATOS DEL EMPLEADOR

Razón social C.U.I.T.
Nombre del establecimiento Domicilio

DATOS DEL TRABAJADOR

Nombre y Apellido
C.U.I.L. Edad Sexo Femenino Masculino
Puesto de trabajo Antigüedad en la empresa Horario Cant. Horas
Tarea habitual del trabajador
Antigüedad en la tarea c/jornada laboral de 8 horas ≥ 3 años < 3 años

La tarea implica la realización de movimientos repetitivos y/o posiciones forzadas de la columna lumbosacra para el levantamiento y movimiento manual de cargas, en relación al peso y tiempo de ejecución de la tarea, que superen los Límites Máximos Permisibles establecidos en la Resolución del MTESS N° 295/03. Según anexo I. Sí NO

La tarea implica la realización de movimientos repetitivos y/o posiciones forzadas de la columna lumbosacra para trasladar mover o empujar objetos pesados, en relación a las variables de ejecución, que superen los Límites Máximos Permisibles (LMP) establecidos en la Norma ISO/IRAM 11228. Según anexo II. Sí NO

En caso de respuesta afirmativa en el punto se deberá completar al dorso el anexo I y en caso de respuesta afirmativa en el punto se deberá completar al dorso el anexo II

Esta planilla deberá ser presentada como documentación respaldatoria para la inclusión del riesgo en el formulario de exposición a riesgos, en el caso que Provincia ART encuentre una diferencia de criterios en lo declarado, se le solicitará el estudio ergonómico correspondiente del puesto de trabajo involucrado.

Firma, aclaración y sello del Responsable de HyS

ANEXO I: LEVANTAMIENTO Y TRANSPORTE MANUAL DE CARGAS:
Paso 1: Presencia del riesgo en las condiciones establecidas por la Res. MTESS 295/03, Tablas de Snook y Ciriello y Norma ISO/IRAM 11228 (Partes 1 y 2).

- | | | | |
|---|--|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 | En el puesto se realizan tareas donde se levantan, transportan y bajan manualmente cargas de peso superior a 5 kg | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 2 | Estas tareas se realizan diariamente y son cíclicas con una frecuencia mínima de 4 levantamientos, transportes y descensos por hora (si son esporádicas, consignar NO) | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |

Solo si alguna respuesta es **NO**, se considera que no existe riesgo de enfermedad profesional (hernia inguinal, crural o discal). Cualquier denuncia por parte del empleador o del trabajador debe interpretarse como ajena a su condición de enfermedad profesional. Si todas las respuestas son **SÍ**, continuar con el paso 2

Paso 2: Determinación del nivel de exposición.

- | | | | |
|---|--|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 | En el puesto de trabajo se realizan tareas cíclicas en donde se levantan, transportan y bajan cargas manualmente cuyo peso es superior a 18 kg. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 2 | Su frecuencia es mayor que 12 movimientos/hora (> 12 movimientos/hora) o mayor que 1 movimiento cada 5 minutos. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 3 | Las cargas se encuentran ubicadas frente al trabajador, a una distancia que supera los 30 cm medida desde el punto medio de los tobillos. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 4 | El trabajador se desplaza con la carga una distancia mayor a los 10 metros. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 5 | El trabajador no puede tomar, sostener y depositar la carga con ambas manos. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 6 | El trabajador toma, sostiene y deposita la carga sobrepasando con sus manos la altura de 1,80m. sobre el nivel del piso. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 7 | Entre la toma y el depósito de la carga, el trabajador gira la cintura más de 30° a uno u otro lado (o a ambos) considerados desde el plano sagital. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |

Si todas las respuestas son **NO** se presume que la exposición al riesgo es tolerable (NO EXPUESTO). Si alguna respuesta es **SÍ**, el Previsionista no puede presumir que el riesgo sea tolerable y por lo tanto, lo considerará EXPUESTO y solicitará a la empresa un estudio ergonómico que lo ratifique.

ANEXO II: EMPUJE Y ARRASTRE DE CARGAS
Paso 1: Presencia del riesgo en las condiciones establecidas en las Tablas de Snook y Ciriello y Norma ISO/IRAM 11228 (Partes 1 y 2).

- | | | | |
|---|---|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 | En el puesto de trabajo se realizan tareas donde se empujan o arrastran manualmente objetos rodantes (carros, zorras o carretas de cualquier tipo). | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 2 | Estas tareas se realizan diariamente y son cíclicas, con una frecuencia mínima de 4 movimientos por hora (si son esporádicas, consignar NO). | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 3 | En el puesto de trabajo se empujan o arrastran cíclicamente objetos pesados no rodantes (peso = 15 kg, tales como: bolsas, cajas, muebles, máquinas, etc.). | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |

Solo si alguna respuesta es **NO**, se considera que no existe riesgo de enfermedad profesional (hernia inguinal, crural o discal). Cualquier denuncia por parte del empleador o del trabajador debe interpretarse como ajena a su condición de enfermedad profesional.

Si las respuestas 1 y 2 son **SÍ**, se debe continuar con el Paso 2.

Si la respuesta 3 es **SÍ**, debe considerarse a los trabajadores expuestos, sin necesidad de completar el Paso 2.

Paso 2: Determinación del Nivel de exposición para empuje o arrastre de objetos rodantes

- | | | | |
|---|--|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 | Su frecuencia es mayor que 1 movimiento cada 3 minutos (> 1 movimiento/3 minutos) con una Fuerza Inicial Máxima de 15 kg y una Fuerza Sostenida Máxima para mantener el movimiento de 7 kg. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 2 | Las tareas de empujar o arrastrar son realizadas en distancias superiores a 15 metros. | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 3 | El objeto rodante no permite ser empujado o arrastrado con facilidad (la superficie de deslizamiento no es pareja, hay rampas que subir o bajar, hay roturas u obstáculos en el recorrido) | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 4 | El objeto rodante no permite ser empujado o arrastrado con ambas manos, y en caso que lo permita, el apoyo de las manos no se encuentra a una altura cómoda (entendiendo como tal a aquella en que brazos y antebrazos se mantengan aproximadamente a 90° entre sí). | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 5 | En el movimiento de empujar o arrastrar, el esfuerzo inicial requerido no se reduce significativamente una vez puesto en movimiento el objeto (se producen atascamientos, tirones o falta de deslizamiento uniforme). | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |
| 6 | Tanto al iniciar como al continuar el movimiento, el operario no puede mantener el cuerpo sensiblemente erguido (se inclina hacia delante para empujar o hacia atrás para arrastrar más de 20° de la vertical). | <input type="checkbox"/> SÍ | <input type="checkbox"/> NO |

Si todas las respuestas son **NO** se presume que la exposición al riesgo es tolerable (NO EXPUESTO). Si alguna respuesta es **SÍ**, el Previsionista no puede presumir que el riesgo sea tolerable y por lo tanto, lo considerará EXPUESTO y solicitará a la empresa un estudio ergonómico que lo ratifique.

Firma, aclaración y sello del Responsable de HyS