



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO
ESCUELA SUPERIOR DE CIUDAD SAHAGÚN

Principios ergonómicos aplicables al diseño de la posición de trabajo

Área Académica: Licenciatura en ingeniería industrial

Profesor: Ing. Felipe Gutiérrez Castillo

Periodo: Julio-diciembre 2018

Principios ergonómicos aplicables al diseño de la posición de trabajo

Resumen

Se refiere a la posición del operario al realizar alguna actividad productiva en un centro de trabajo, en específico en su puesto de trabajo.

Palabras clave: Posición, operario, actividad.



Ergonomic principles applicable to the design of the work position

Abstract

It refers to the position of the operator when performing some productive activity in a work center, specifically in his job.

Keywords: Position, operator, activity.



Principios ergonómicos aplicables al diseño de la posición de trabajo

Al momento de diseñar los puestos de trabajo en relación con la posición de trabajo debe tomarse en cuenta:

- Que la persona pueda alternar entre las posturas de pie y sentada (mesas regulables en altura, reposapiés que permitan su uso de pie y sentado).



- Que la postura a mantener no provoque fatiga debido a una tensión estática prolongada.
- Evitar posturas indeseables, por ejemplo torsiones y flexiones del cuerpo.
- Ninguna postura de trabajo es buena si ésta debe mantenerse durante largo tiempo y no pueden realizarse otros movimientos de manera ocasional



La posición de pie es aconsejable cuando:

- Hay que manejar cargas pesadas o voluminosas.
- Hay frecuentes desplazamientos en el lugar de trabajo.
- No hay espacio para las piernas bajo el equipo.
- Hay un gran número de mandos.



La posición sentado es aconsejable cuando:

- ✓ Sea precisa una posición estable.
- ✓ Se deba realizar un control preciso.
- ✓ Se realicen manipulaciones delicadas.
- ✓ Se realicen trabajos visuales de prolongada atención.
- ✓ Hay poco espacio por encima de la cabeza.
- ✓ Los mandos pedales son necesarios, a menos que se empleen ocasionalmente.



Referencias

(Mondelo, 2002)

