

## DAÑOS QUE SE PUEDEN ORIGINAR EN EL TRABAJO



Zona corporal	Riesgos del trabajo	Lesiones
<b>Espalda</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manipulación de cargas.</li> <li>▪ Posición mantenida (de pie o sentada)</li> <li>▪ Traslado de piezas torciéndose en una silla que no gira</li> <li>▪ Tronco hacia delante de pie o sentado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hernia discal</li> <li>▪ Lumbalgias</li> <li>▪ Ciática</li> <li>▪ Dolor muscular</li> <li>▪ Protusión discal</li> <li>▪ Distensión muscular</li> <li>▪ Lesiones discales</li> </ul>
<b>Cuello</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Flexión o extensión constante mirando al plano de trabajo (cabeza inclinada o extendida)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dolor</li> <li>▪ Espasmo muscular</li> <li>▪ Lesiones discales</li> </ul>
<b>Hombros</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trasladar/manipular cargas por encima de la cintura</li> <li>▪ Brazos extendidos hacia delante, en alto o hacia los lados</li> <li>▪ Codos levantados hacia los lados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tendinitis</li> <li>▪ Periartritis</li> <li>▪ Bursitis</li> </ul>
<b>Codos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajos repetitivos de rotación de manos o de flexión extensión de la muñeca</li> <li>▪ Sujeción de objetos por un mango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ "Codo de tenis"</li> </ul>
<b>Manos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Giro o flexión repetidos de muñecas</li> <li>▪ Trabajar con la muñeca doblada</li> <li>▪ Presión manual (hacer fuerza con las manos)</li> <li>▪ Manipulación de cargas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Síndrome del túnel carpiano</li> <li>▪ Tendinitis</li> <li>▪ Entumecimiento</li> <li>▪ Distensión</li> </ul>
<b>Piernas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Posición sentada constante</li> <li>▪ De pie constantemente</li> <li>▪ Mal diseño de las sillas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hemorroides</li> <li>▪ Ciática</li> <li>▪ Varices</li> <li>▪ Pies entumecidos</li> </ul>

Con la financiación:  
AE-063/2015

Solicitantes:

Ejecutante:

