

ERGONOMIA



Manipulación Manual de Cargas en la Agricultura y Actividades Domesticas

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



CONTACTOS:

- ✉ carrera.industrial@uta.edu.ec
- 📍 Cda. Universitaria (Predios Huachi)
- ☎ Call: 2411537
Fax: 03-2851894
- 🏠 <https://uta.edu.ec/>

FACULTAD DE INGENIERIA
EN SISTEMAS, ELECTRONICA E
INDUSTRIAL



Recomendaciones

- Uso de banco en actividades con posición encorvada
- Agacharse doblando y apoyando la rodilla en el piso
- Realizar estiramiento periódicamente.
- Tener un descanso adecuado.



La “Chumbi” o faja

Es parte de la vestimenta de las etnias indígenas. Sirve para sujetar las prendas de vestir, tanto femeninas como masculinas. Su elaboración es artesanal a través de los telares.



Para mas información
¡ESCANEEAME!



Manipulación Manual de Cargas

Es causante de la aparición de la fatiga física o lesiones de forma repentina por una acumulación pequeña de traumatismos. Mujeres menores de 18 años y mayores de 45 no deben cargar o manipular pesos superiores a 27, 5 lb.

RIESGOS DEL USO DE FAJA

- Compresión de órganos
- Dolor
- Infecciones
- Debilidad muscular
- Lesiones
- Tensión temporal



Riesgo de la mala Manipulación manual de cargas

- Lesiones
- Contusiones
- Cortes
- Heridas
- Fracturas
- Lesiones Musculoesqueléticas



Labores Agrícolas

- Arado
- Deshierbado
- Recolección
- Minga
- Fumigación
- Canterado
- Curar
- Transporte

