

# ANEXO I

## INFORME

### PUESTO 1: MAMPOSTERÍA



## Posturas [REBA]



### INFORME

#### IDENTIFICACIÓN

Ubicación C:\Users\UISEK-USER\AppData\Roaming\IBV\Ergo\Ejemplos

Fecha 15/06/2017

Tarea MAMPOSTERÍA

Empresa BINSUREANA

Observaciones



#### RIESGO de las POSTURAS

Subtarea	Postura	Frecuencia	Puntuación REBA	Nivel de Riesgo
Mampostaría				
	Tomar bloque	baja	7	Medio
	Colocar bloque en pared	media	4	Medio
	Colocar cemento en espacios	media	9	Alto
	Cortar bloque con amoladora	baja	9	Alto
	Mezclar y coger cemento	baja	10	Alto
	Colocar cemento en llera	media	8	Alto
	Ubicar el nivel y guía de la pared	baja	5	Medio
	Realizar mezcla	media	8	Alto

#### Interpretación de la puntuación REBA

Puntuación REBA	Nivel de Riesgo	Nivel de Acción
1	Inapreciable	0 - No necesaria
2-3	Bajo	1 - Puede ser necesaria
4-7	Medio	2 - Necesaria
8-10	Alto	3 - Necesaria pronto
11-15	Muy alto	4 - Necesaria AHORA

Evaluador (nombre y firma)

Empty box for the evaluator's name and signature.

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Mampostoría Postura Tomar bloque Frecuencia baja  
Observaciones (postura) - Referencia vídeo -

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Extensión hasta 20° <span style="float: right;">2</span></p> <p>Giro - Inclinación lateral - <span style="float: right;">5</span></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión 0-20° <span style="float: right;">1</span></p> <p>Giro - Inclinación lateral - <span style="float: right;">3</span></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral o postura inestable <span style="float: right;">2</span></p> <p>Flex. rodilla 30-60° - &gt;80° - <span style="float: right;">4</span></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Flexión 45-90° <span style="float: right;">4</span></p> <p>Abduc. X Rotación - <span style="float: right;">6</span></p> <p>Hombro elevado -</p> <p>Apoyado / a favor gravedad -</p> <p><b>Izquierdo</b></p> <p>Flexión 45-90° <span style="float: right;">4</span></p> <p>Abduc. X Rotación - <span style="float: right;">6</span></p> <p>Hombro elevado -</p> <p>Apoyado / a favor gravedad -</p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión 60-100° <span style="float: right;">1</span></p> <p><span style="float: right;">2</span></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <span style="float: right;">1</span></p> <p>Giro - Desv. lateral - <span style="float: right;">3</span></p>
<p>Tabla A <span style="float: right;">3</span></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>5-10 kg <span style="float: right;">1</span></p> <p>Fuerza repentina o brusca - <span style="float: right;">3</span></p> <p>=</p> <p>Puntuación A <span style="float: right;">4</span></p>	<p>Tabla B <span style="float: right;">4</span></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Melo <span style="float: right;">2</span></p> <p><span style="float: right;">3</span></p> <p>=</p> <p>Puntuación B <span style="float: right;">6</span></p>

INFORME

	Tabla C	<b>6</b>	
		+	
<b>ACTIVIDAD</b>		<b>1</b>	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Repétida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>		
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>7</b>	
		Nivel de Riesgo	<b>Medio</b>
		Nivel de Acción	Necesaria

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea  Postura  Frecuencia   
 Observaciones (postura)  Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión 20-60* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <b>3</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="3"/></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión 0-20* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="1"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="3"/></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte bilateral <input type="text" value=""/> <input type="text" value="1"/> <b>1</b></p> <p>Flex. rodilla 30-60* <input type="text" value="-"/> &gt;60* <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="4"/></p> <p>Tabla A <input type="text" value="9"/> <b>2</b></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>5-10 kg <input type="text" value=""/> <input type="text" value="1"/> <b>1</b></p> <p>Fuerza repentina o brusca <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>=</p> <p>Puntuación A <input type="text" value="12"/> <b>3</b></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Flexión 20-45* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <b>3</b></p> <p>Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="6"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="1"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="1"/></p> <p><b>Izquierdo</b></p> <p>Flexión 20-45* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <b>3</b></p> <p>Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="6"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="1"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="1"/></p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión 60-100* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="2"/> <b>1</b></p> <p>Flexión 60-100* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="2"/> <b>1</b></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>Flexión/Extensión 0-15* <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>Tabla B <input type="text" value="9"/> <b>3</b></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Regular <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <b>1</b></p> <p>=</p> <p>Puntuación B <input type="text" value="12"/> <b>4</b></p>
--	---

INFORME

	Tabla C	<b>12</b>	<b>3</b>	
<b>ACTIVIDAD</b>			+	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>			
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>	<b>3</b>	<b>1</b>	
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>15</b>	<b>4</b>	
			Nivel de Riesgo	<b>Medio</b>
			Nivel de Acción	Necesaria

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea  Postura  Frecuencia   
 Observaciones (postura)  Referencia vídeo

Grupo A

<b>TRONCO</b>	
Flexión 20-60*	<b>3</b>
Giro - Inclinación lateral -	5
<b>CUELLO</b>	
Flexión 0-20*	<b>1</b>
Giro - Inclinación lateral -	3
<b>PIERNAS</b>	
Soporte unilateral o postura inestable	<b>4</b>
Flex. rodilla 30-60* - >60* X	4
Tabla A <b>6</b>	
<b>FUERZA / CARGA</b>	
< 5 kg	<b>0</b>
Fuerza repentina o brusca -	3
=	
Puntuación A <b>6</b>	

Grupo B

<b>BRAZO Derecho</b>		<b>Izquierdo</b>	
Flexión 45-90*	<b>4</b>	Extensión 20* a Flexión 20*	<b>1</b>
Abducc. X Rotación -	6	Abducc. - Rotación -	6
Hombro elevado -	-	Hombro elevado -	-
Apoyado / a favor gravedad -	-	Apoyado / a favor gravedad -	-
<b>ANTEBRAZO</b>			
Flexión < 60*		Flexión < 60*	
<b>2</b>		<b>2</b>	
2		2	
<b>MUÑECA</b>			
Flexión/Extensión 0-15*		Flexión/Extensión 0-15*	
<b>1</b>		<b>1</b>	
Giro - Desv. lateral -		Giro - Desv. lateral -	
3		3	
Tabla B <b>5</b>			
<b>AGARRE</b>			
Regular			
<b>1</b>			
3			
=			
Puntuación B <b>6</b>			

INFORME

Tabla C		<b>8</b>	
		12	
<b>ACTIVIDAD</b>		+	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>1</b>	
		3	
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>	=	
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
<b>Puntuación REBA</b>		<b>9</b>	
		15	
	Nivel de Riesgo	<b>Alto</b>	
	Nivel de Acción	Necesaria pronto	

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea  Postura  Frecuencia

Observaciones (postura)  Referencia vídeo

Grupo A

<b>TRONCO</b>	
Flexión 20-60*	<b>3</b>
Giro - Inclinación lateral -	<b>5</b>
<b>CUELLO</b>	
Flexión > 20*	<b>2</b>
Giro - Inclinación lateral -	<b>3</b>
<b>PIERNAS</b>	
Soporte unilateral o postura inestable	<b>3</b>
Flex. rodilla 30-60* <input checked="" type="checkbox"/> >60* -	<b>4</b>
Tabla A <b>6</b>	
<b>FUERZA / CARGA</b>	
> 10 kg	<b>2</b>
Fuerza repentina o brusca -	<b>3</b>
<b>=</b>	
Puntuación A <b>8</b>	

Grupo B

<b>BRAZO</b>		<b>Derecho</b>		<b>Izquierdo</b>	
Extensión 20* a Flexión 20*		<b>1</b>		Extensión 20* a Flexión 20*	
Abduc. - Rotación -		<b>6</b>		Abduc. - Rotación -	
Hombro elevado -		<b>1</b>		Hombro elevado -	
Apoyado / a favor gravedad -		<b>1</b>		Apoyado / a favor gravedad -	
<b>ANTEBRAZO</b>					
Flexión 60-100*		<b>1</b>		Flexión 60-100*	
		<b>2</b>			
<b>MUÑECA</b>					
Flexión/Extensión 0-15*		<b>1</b>		Flexión/Extensión 0-15*	
Giro - Desv. lateral -		<b>3</b>		Giro - Desv. lateral -	
		<b>1</b>			
Tabla B <b>1</b>					
<b>AGARRE</b>					
Melo		<b>2</b>			
		<b>3</b>			
<b>=</b>					
Puntuación B <b>3</b>					



INFORME

	Tabla C	<b>8</b>	
		+	
<u>ACTIVIDAD</u>		<b>1</b>	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>		
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>9</b>	
		Nivel de Riesgo	<b>Alto</b>
		Nivel de Acción	Necesaria pronto

**INFORME**

**DETALLE de la POSTURA**

Subtarea  Postura  Frecuencia   
 Observaciones (postura)  Referencia vídeo

**Grupo A**

<b>TRONCO</b>															
Flexión 20-60*	<b>3</b>														
Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/>	<b>5</b>														
<b>CUELLO</b>															
Flexión 0-20*	<b>1</b>														
Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/>	<b>3</b>														
<b>PIERNAS</b>															
Soporte unilateral/postura inestable	<b>4</b>														
Flex. rodilla 30-60* <input type="text" value="-"/> >60* <input checked="" type="checkbox"/>	<b>4</b>														
<table border="0"> <tr> <td>Tabla A</td> <td><b>6</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td>+</td> </tr> <tr> <td><b>FUERZA / CARGA</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>&lt; 5 kg</td> <td><b>0</b></td> </tr> <tr> <td>Fuerza repentina o brusca <input type="text" value="-"/></td> <td><b>3</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td>=</td> </tr> <tr> <td><b>Puntuación A</b></td> <td><b>6</b></td> </tr> </table>		Tabla A	<b>6</b>		+	<b>FUERZA / CARGA</b>		< 5 kg	<b>0</b>	Fuerza repentina o brusca <input type="text" value="-"/>	<b>3</b>		=	<b>Puntuación A</b>	<b>6</b>
Tabla A	<b>6</b>														
	+														
<b>FUERZA / CARGA</b>															
< 5 kg	<b>0</b>														
Fuerza repentina o brusca <input type="text" value="-"/>	<b>3</b>														
	=														
<b>Puntuación A</b>	<b>6</b>														

**Grupo B**

<b>BRAZO</b>		<b>Derecho</b>	<b>Izquierdo</b>												
Flexión 20-45*	<b>3</b>	Flexión 20-45*	<b>2</b>												
Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="text" value="-"/>	<b>6</b>	Abduc. <input type="text" value="-"/> Rotación <input type="text" value="-"/>	<b>6</b>												
Hombro elevado <input type="text" value="-"/>		Hombro elevado <input type="text" value="-"/>													
Apoyado / a favor/gravedad <input type="text" value="-"/>		Apoyado / a favor/gravedad <input type="text" value="-"/>													
<b>ANTEBRAZO</b>															
Flexión 60-100*	<b>1</b>	Flexión 60-100*	<b>1</b>												
	<b>2</b>		<b>2</b>												
<b>MUÑECA</b>															
Flexión/Extensión 0-15*	<b>2</b>	Flexión/Extensión 0-15*	<b>1</b>												
Giro <input checked="" type="checkbox"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/>	<b>3</b>	Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/>	<b>3</b>												
<table border="0"> <tr> <td>Tabla B</td> <td><b>4</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td>+</td> </tr> <tr> <td><b>AGARRE</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Regular</td> <td><b>1</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td>=</td> </tr> <tr> <td><b>Puntuación B</b></td> <td><b>5</b></td> </tr> </table>				Tabla B	<b>4</b>		+	<b>AGARRE</b>		Regular	<b>1</b>		=	<b>Puntuación B</b>	<b>5</b>
Tabla B	<b>4</b>														
	+														
<b>AGARRE</b>															
Regular	<b>1</b>														
	=														
<b>Puntuación B</b>	<b>5</b>														

## INFORME

	Tabla C	<b>8</b>	
		+	
<b>ACTIVIDAD</b>		<b>2</b>	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Repetida (> 4 veces/min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>10</b>	
			Nivel de Riesgo <b>Alto</b>
			Nivel de Acción <b>Necesaria pronto</b>

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea  Postura  Frecuencia

Observaciones (postura)  Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión 20-60* <input type="text" value=""/> <b>3</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/> <b>5</b></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión &gt; 20* <input type="text" value=""/> <b>2</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/> <b>3</b></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral postura inestable <input type="text" value=""/> <b>3</b></p> <p>Flex. rodilla 30-60* <input checked="" type="checkbox"/> &gt;60* <input type="checkbox"/> <b>4</b></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;">Derecho</td> <td style="text-align: center;">Izquierdo</td> </tr> <tr> <td>Extensión 20* a Flexión 20* <input type="text" value=""/> <b>1</b></td> <td>Flexión 20-45* <input type="text" value=""/> <b>3</b></td> </tr> <tr> <td>Abduc. <input type="text" value="-"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <b>6</b></td> <td>Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <b>6</b></td> </tr> <tr> <td>Hombro elevado <input type="text" value="-"/></td> <td>Hombro elevado <input type="text" value="-"/></td> </tr> <tr> <td>Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/></td> <td>Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/></td> </tr> </table> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión 60-100* <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p>Flexión 60-100* <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15* <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/> <b>3</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15* <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/> <b>3</b></p>	Derecho	Izquierdo	Extensión 20* a Flexión 20* <input type="text" value=""/> <b>1</b>	Flexión 20-45* <input type="text" value=""/> <b>3</b>	Abduc. <input type="text" value="-"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <b>6</b>	Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <b>6</b>	Hombro elevado <input type="text" value="-"/>	Hombro elevado <input type="text" value="-"/>	Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/>	Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/>
Derecho	Izquierdo										
Extensión 20* a Flexión 20* <input type="text" value=""/> <b>1</b>	Flexión 20-45* <input type="text" value=""/> <b>3</b>										
Abduc. <input type="text" value="-"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <b>6</b>	Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="text" value="-"/> <b>6</b>										
Hombro elevado <input type="text" value="-"/>	Hombro elevado <input type="text" value="-"/>										
Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/>	Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/>										
<p style="text-align: right;">Tabla A <b>6</b></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>&lt; 5 kg <input type="text" value=""/> <b>0</b></p> <p>Fuerza repentina o brusca <input type="text" value="-"/> <b>3</b></p> <p style="text-align: center;">=</p> <p style="text-align: right;">Puntuación A <b>6</b></p>	<p style="text-align: right;">Tabla B <b>3</b></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Regular <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p style="text-align: center;">=</p> <p style="text-align: right;">Puntuación B <b>4</b></p>										

INFORME

		Tabla C	<b>7</b>	
			+	
<b>ACTIVIDAD</b>			<b>1</b>	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>			
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>			
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>			
			=	
<b>Puntuación REBA</b>			<b>8</b>	
				Nivel de Riesgo <b>Alto</b>
				Nivel de Acción <b>Necesaria pronto</b>

**INFORME**

**DETALLE de la POSTURA**

Subtarea  Postura  Frecuencia   
 Observaciones (postura)  Referencia video

**Grupo A**

**Grupo B**

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión 20-60° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>3</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - Inclinación lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión &gt; 20° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - Inclinación lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral o postura inestable <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Flex. rodilla 30-60° <input type="text"/> - &gt;60° <input type="text"/> - <input type="text"/></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Flexión 20-45° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Abduc. <input type="text"/> - Rotación <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>Izquierdo</b></p> <p>Flexión 20-45° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Abduc. <input type="text"/> - Rotación <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión 60-100° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Flexión 60-100° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>1</b></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - Desv. lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - Desv. lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p>
<p>Tabla A <input type="text"/> <b>5</b></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>&lt; 5 kg <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>0</b></p> <p>Fuerza repentina o brusca <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Puntuación A <input type="text"/> <b>5</b></p>	<p>Tabla B <input type="text"/> <b>1</b></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Regular <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Puntuación B <input type="text"/> <b>2</b></p>

INFORME

	Tabla C	<small>12</small> <b>4</b>	
<b>ACTIVIDAD</b>		+	
Estático (mantenido > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>	<small>3</small> <b>1</b>	
Repetido (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>	=	
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
<b>Puntuación REBA</b>		<small>15</small> <b>5</b>	
		Nivel de Riesgo	<b>Medio</b>
		Nivel de Acción	Necesaria

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea  Postura  Frecuencia   
 Observaciones (postura)  Referencia video

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión 20-60° <input type="text"/> <b>3</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - <input type="text"/> Inclinación lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión &gt; 20° <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - <input type="text"/> Inclinación lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral o postura inestable <input type="text"/> <b>4</b></p> <p>Flex. rodilla 30-60° <input type="text"/> - <input type="text"/> &gt;60° <input checked="" type="checkbox"/> X</p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Flexión 20-45° <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Abduc. <input type="text"/> - <input type="text"/> Rotación <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>Izquierdo</b></p> <p>Extensión 20° a Flexión 20° <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Abduc. <input type="text"/> - <input type="text"/> Rotación <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión 60-100° <input type="text"/> <b>1</b></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - <input type="text"/> Desv. lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text"/> - <input type="text"/> Desv. lateral <input type="text"/> - <input type="text"/></p>
<p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>Tabla A <b>7</b></p> <p>+  <input type="text" value="&lt; 5 kg"/> <b>0</b>                  Fuerza repentina o brusca <input type="text"/> - <input type="text"/>                  =                  Puntuación A <b>7</b></p>	<p><b>AGARRE</b></p> <p>Tabla B <b>1</b></p> <p>+  <input type="text" value="Melo"/> <b>2</b>                  =                  Puntuación B <b>3</b></p>



INFORME

	Tabla C	<b>7</b> 12	
<b>ACTIVIDAD</b>		+	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>1</b> 3	
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>	=	
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
<b>Puntuación REBA</b>		<b>8</b> 15	
	Nivel de Riesgo		<b>Alto</b>
	Nivel de Acción		Necesaria pronto

# INFORME

## PUESTO 1, MAMPOSTERÍA-MMC



### Manipulación Manual de Cargas



#### MMC Variable- INFORME

#### IDENTIFICACIÓN

Ubicación C:\Users\UISEK-USER\AppData\Roaming\IBV\Ergo\Ejemplos

Fecha 08/07/2017

Tarea MAMPOSTERÍA

Empresa EINSUREANA

Observaciones



Población  General  Mayor Protección

#### COMPOSICIÓN de la TAREA VARIABLE

Duración  Tiempo total de trabajo (min)  Tarea adicional

Nº levantamientos total  Frecuencia total (lev/min)

Categorías de PESO (kg)	5,0 - 5,0	5,0 - 5,0	5,0 - 5,0	5,0 - 5,0	5,0 - 5,0
<b>Posición horizontal</b>					
- Cerca (<40 cm)	X	-	-	-	-
- Media (40-50 cm)	X	-	-	-	-
- Lejos (>50 cm)		-	-	-	-
<b>Posición vertical</b>					
- Ideal (50-125 cm)	X	-	-	-	-
- No ideal (<50 ó >125 cm)	X	-	-	-	-
<b>Ángulo de asimetría</b> (>45° en >50% levantamientos)		-	-	-	-
<b>Operación con 1 mano</b>		-	-	-	-
<b>Operación entre 2 personas</b>		-	-	-	-

#### RIESGO de la TAREA VARIABLE

Índice de Levantamiento Variable(ILV)  Riesgo aceptable

Evaluador (nombre y firma)

#### Interpretación del Índice

Riesgo aceptable	(Índice <=1). La mayoría de trabajadores no debe tener problemas al ejecutar este tipo de tareas.
Riesgo moderado	(1< Índice <1,6). En principio, las tareas de este tipo deben rediseñarse para reducir el riesgo. Bajo circunstancias especiales (por ejemplo, cuando las posibles soluciones de rediseño de la tarea no están lo suficientemente avanzadas desde un punto de vista técnico), pueden aceptarse estas tareas siempre que se haga especial énfasis en aspectos como la educación o entrenamiento del trabajador (por ejemplo, un conocimiento especializado en identificación y prevención de riesgos), el seguimiento detallado de las condiciones de trabajo de la tarea, el estudio de las capacidades físicas del trabajador y el seguimiento de la salud del trabajador mediante reconocimientos médicos periódicos.
Riesgo inaceptable	(Índice >=1,6). Debe ser modificada la tarea.

MMC Variable - INFORME

CATEGORÍAS de SUBTAREAS

Categorías	ILIF	Frec.	FM	IL	Orden	Inc. ILV
Subtarea A	0,51	0,25	0,84	0,60	1	0,6033
Subtarea B	0,40	0,25	0,84	0,48	2	0,0196
Subtarea C	0,40	0,25	0,84	0,47	3	0,0188
Subtarea D	0,31	0,25	0,84	0,37	4	0,0161

CARGAS (detalle)

Categoría de PESO (kg): 5,0 - 5,0	Producto	Peso (kg)	Nº levantamientos
	BLOQUES	5,0	405

# INFORME

## PUESTO 2, CERNIR ARENA



### Posturas [REBA]



### INFORME

#### IDENTIFICACIÓN

Ubicación: C:\Users\UISEK-USER\AppData\Roaming\IBV\Ergo\Ejemplos

Fecha: 15/06/2017

Tarea: CERNIR ARENA

Empresa: BINSURBANA

Observaciones: Mover con un baldejo la arena colocada en cedazo.



#### RIESGO de las POSTURAS

Subtarea	Postura	Frecuencia	Puntuación REBA	Nivel de Riesgo
Mover con un baldejo la arena colocada en cedazo.				
	Ubicar cedazo para cernir	baja	9	Alto
	Cernir arena	media	10	Alto
	Separa material grueso del fino	baja	12	Muy alto

#### Interpretación de la puntuación REBA

Puntuación REBA	Nivel de Riesgo	Nivel de Acción
1	Inapreciable	0 - No necesaria
2-3	Bajo	1 - Puede ser necesaria
4-7	Medio	2 - Necesaria
8-10	Alto	3 - Necesaria pronto
11-15	Muy alto	4 - Necesaria AHORA

Evaluador (nombre y firma)

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea:  Postura:  Frecuencia:   
 Observaciones (postura):  Referencia video:

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión 20-60* <input type="text"/> <b>3</b></p> <p>Giro <input type="text"/> Inclinación lateral <input type="text"/> <b>5</b></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión &gt; 20* <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Giro <input type="text"/> Inclinación lateral <input type="text"/> <b>3</b></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral/postura inestable <input type="text"/> <b>3</b></p> <p>Flex. rodilla 30-60* <input checked="" type="checkbox"/> &gt;60* <input type="checkbox"/> <b>4</b></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Flexión 20-45* <input type="text"/> <b>3</b></p> <p>Abduc. <input type="text"/> Rotación <input type="text"/> <b>6</b></p> <p>Hombro elevado <input checked="" type="checkbox"/> <b>X</b></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text"/> <b>-</b></p> <p><b>Izquierdo</b></p> <p>Flexión 20-45* <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Abduc. <input type="text"/> Rotación <input type="text"/> <b>6</b></p> <p>Hombro elevado <input type="text"/> <b>-</b></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text"/> <b>-</b></p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión &lt; 60* <input type="text"/> <b>2</b></p> <p>Flexión &lt; 60* <input type="text"/> <b>2</b></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15* <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text"/> Desv. lateral <input type="text"/> <b>3</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15* <input type="text"/> <b>1</b></p> <p>Giro <input type="text"/> Desv. lateral <input type="text"/> <b>3</b></p>
<p>Tabla A <b>6</b></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>&lt; 5 kg <input type="text"/> <b>0</b></p> <p>Fuerza repentina o brusca <input type="text"/> <b>3</b></p> <p><b>Puntuación A</b> <b>6</b></p>	<p>Tabla B <b>4</b></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Malo <input type="text"/> <b>2</b></p> <p><b>Puntuación B</b> <b>6</b></p>

## INFORME

	Tabla C	<b>8</b>	
		12	
		+	
<b>ACTIVIDAD</b>		<b>1</b>	
Estatica (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>	3	
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>		
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>9</b>	
		15	
			<b>Nivel de Riesgo</b> Alto
			<b>Nivel de Acción</b> Necesaria pronto

INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea:  Postura:  Frecuencia:   
 Observaciones (postura):  Referencia vídeo:

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión 20-60° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="4"/> <input type="text" value="5"/></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input checked="" type="checkbox"/> <input type="text" value="X"/></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión &gt; 20° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="2"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Inclinación lateral <input type="text" value="-"/></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral/postura inestable <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <input type="text" value="4"/></p> <p>Flex. rodilla 30-60° <input checked="" type="checkbox"/> &gt;60° <input type="text" value="-"/></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Flexión 20-45° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="2"/> <input type="text" value="6"/></p> <p>Abduc. <input type="text" value="-"/> Rotación <input type="text" value="-"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text" value="-"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/></p> <p><b>IZQUIERDO</b></p> <p>Flexión 20-45° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="2"/> <input type="text" value="6"/></p> <p>Abduc. <input type="text" value="-"/> Rotación <input type="text" value="-"/></p> <p>Hombro elevado <input type="text" value="-"/></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="text" value="-"/></p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión 60-100° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="1"/> <input type="text" value="2"/></p> <p>Flexión &gt; 100° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="2"/></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión &gt; 15° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="3"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input checked="" type="checkbox"/> <input type="text" value="X"/></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text" value=""/> <input type="text" value="1"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>Giro <input type="text" value="-"/> Desv. lateral <input type="text" value="-"/></p>
<p>Tabla A <input type="text" value="7"/> <input type="text" value="9"/></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>&lt; 5 kg <input type="text" value=""/> <input type="text" value="0"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>Fuerza repentina o brusca <input type="text" value="-"/></p> <p>=</p> <p>Puntuación A <input type="text" value="7"/> <input type="text" value="12"/></p>	<p>Tabla B <input type="text" value="3"/> <input type="text" value="9"/></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Regular <input type="text" value=""/> <input type="text" value="1"/> <input type="text" value="3"/></p> <p>=</p> <p>Puntuación B <input type="text" value="4"/> <input type="text" value="12"/></p>

INFORME

	Tabla C	<b>8</b>	
		+	
<b>ACTIVIDAD</b>		<b>2</b>	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Repetida (> 4 veces/min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>10</b>	
			Nivel de Riesgo <b>Alto</b>
			Nivel de Acción <b>Necesaria pronto</b>



INFORME

DETALLE de la POSTURA

Subtarea  Postura  Frecuencia   
 Observaciones (postura)  Referencia video

Grupo A

Grupo B

<p><b>TRONCO</b></p> <p>Flexión &gt; 60° <input type="text" value=""/> <b>5</b></p> <p>Gro <input checked="" type="checkbox"/> Inclinación lateral <input checked="" type="checkbox"/> <b>5</b></p> <p><b>CUELLO</b></p> <p>Flexión &gt; 20° <input type="text" value=""/> <b>2</b></p> <p>Gro <input type="checkbox"/> Inclinación lateral <input type="checkbox"/> <b>3</b></p> <p><b>PIERNAS</b></p> <p>Soporte unilateral/postura inestable <input type="text" value=""/> <b>3</b></p> <p>Flex. rodilla 30-60° <input checked="" type="checkbox"/> &gt;60° <input type="checkbox"/> <b>4</b></p>	<p><b>BRAZO</b></p> <p><b>Derecho</b></p> <p>Extensión 20° a Flexión 20° <input type="text" value=""/> <b>2</b></p> <p>Abduc. <input checked="" type="checkbox"/> Rotación <input type="checkbox"/> <b>6</b></p> <p>Hombro elevado <input type="checkbox"/> <b>2</b></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="checkbox"/> <b>2</b></p> <p><b>IZQUIERDO</b></p> <p>Flexión 20-45° <input type="text" value=""/> <b>3</b></p> <p>Abduc. <input type="checkbox"/> Rotación <input type="checkbox"/> <b>6</b></p> <p>Hombro elevado <input checked="" type="checkbox"/> <b>3</b></p> <p>Apoyado / a favor gravedad <input type="checkbox"/> <b>2</b></p> <p><b>ANTEBRAZO</b></p> <p>Flexión &gt; 100° <input type="text" value=""/> <b>2</b></p> <p>Flexión &lt; 60° <input type="text" value=""/> <b>2</b></p> <p><b>MUÑECA</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text" value=""/> <b>2</b></p> <p>Gro <input checked="" type="checkbox"/> Desv. lateral <input type="checkbox"/> <b>3</b></p> <p>Flexión/Extensión 0-15° <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p>Gro <input type="checkbox"/> Desv. lateral <input type="checkbox"/> <b>3</b></p>
<p>Tabla A <b>8</b></p> <p><b>FUERZA / CARGA</b></p> <p>&lt; 5 kg <input type="text" value=""/> <b>0</b></p> <p>Fuerza repentina o brusca <input type="checkbox"/> <b>3</b></p> <p><b>Puntuación A</b> <b>8</b></p>	<p>Tabla B <b>4</b></p> <p><b>AGARRE</b></p> <p>Regular <input type="text" value=""/> <b>1</b></p> <p><b>Puntuación B</b> <b>5</b></p>

INFORME

	Tabla C	<b>10</b>	
		+	
<b>ACTIVIDAD</b>		<b>2</b>	
Estática (mantenida > 1 min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Repetida (> 4 veces/min)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Cambios posturales / base inestable	<input type="checkbox"/>		
		=	
<b>Puntuación REBA</b>		<b>12</b>	
			Nivel de Riesgo <b>Muy alto</b>
			Nivel de Acción <b>Necesaria AHORA</b>

# INFORME

## PUESTO 2, CARGA DE MACILLA Población General



### Manipulación Manual de Cargas



#### MMC Simple - Levantamiento - INFORME

##### IDENTIFICACIÓN

Ubicación: C:\Users\HOST\_2\AppData\Roaming\IBV\Ergo\Ejemplos

Fecha: 2017/08/15

Tarea: ENTREGA DE MACILLA

Empresa: BINSUREBANA

Observaciones:

Población:  General  Mayor Protección



##### VARIABLES

		Origen	Destino		
Duración	corta	45.0	26.0	Control en el destino	Si
Peso de la carga (kg)	23.0	0.0	118.0	Operación con 1 mano	No
Frecuencia (lev/min)	2.500	54.0	78.0	Operación entre 2 personas	No
		Tipo de agarre		Tarea adicional	Si
		malo			

##### CÁLCULOS

LC - Peso de referencia (kg) para la población considerada	25
HM - Factor horizontal	0.56
VM - Factor vertical	0.78
DM - Factor de desplazamiento vertical	0.86
AM - Factor de asimetría	0.83
FM - Factor de frecuencia	0.90
CM - Factor de agarre	0.90
OM - Factor de operación con 1 mano	1.00
PM - Factor de operación entre dos personas	1.00
AT - Factor de tarea adicional	0.80
LPR - Límite de peso recomendado (kg)	4.92
$LPR = LC \times HM \times VM \times DM \times AM \times FM \times CM \times OM \times PM \times AT$	4.67
Índice (Peso de la carga/LPR)	2.65

##### RIESGO de la TAREA

Índice: 4.67

Riesgo inaceptable

Evaluador (nombre y firma)

##### Interpretación del Índice

<b>Riesgo aceptable</b>	(Índice ≤ 1). La mayoría de trabajadores no debe tener problemas al ejecutar este tipo de tareas.
<b>Riesgo moderado</b>	(1 < Índice < 1.5). En principio, las tareas de este tipo deben rediseñarse para reducir el riesgo. Bajo circunstancias especiales (por ejemplo, cuando las posibles soluciones de rediseño de la tarea no están lo suficientemente avanzadas desde un punto de vista técnico), pueden aceptarse estas tareas siempre que se haga especial énfasis en aspectos como la educación o entrenamiento del trabajador (por ejemplo, un conocimiento especializado en identificación y prevención de riesgos), el seguimiento detallado de las condiciones de trabajo de la tarea, el estudio de las capacidades físicas del trabajador y el seguimiento de la salud del trabajador mediante reconocimientos médicos periódicos.
<b>Riesgo inaceptable</b>	(Índice ≥ 1.5). Debe ser modificada la tarea.

# INFORME

## PUESTO 2, CARGA DE MACILLA Población Mayor Protección



### Manipulación Manual de Cargas



INSTITUTO VASCO DE INVESTIGACIONES DEPREVENCIÓN DE LESIONES

### MMC Simple- Levantamiento- INFORME

#### IDENTIFICACIÓN

Ubicación: C:\Users\HOST\_2\AppData\Roaming\IBV\Ergo\Ejemplos\

Fecha: 2017/07/12

Tarea: ENTREGA DE MACILLA

Empresa: BINSURBANA

Observaciones:

Población:  General  Mayor Protección



#### VARIABLES

Duración	corta	Posición horizontal (cm)	Origen: 45.0	Destino: 26.0	Control en el destino	Si
Peso de la carga (kg)	23.0	Posición vertical (cm)	Origen: 0.0	Destino: 118.0	Operación con 1 mano	No
Frecuencia (lev/min)	2.500	Ángulo de asimetría (°)	Origen: 54.0	Destino: 78.0	Operación entre 2 personas	No
		Tipo de agarre	Origen: malo	Destino: malo	Tarea adicional	Si

#### CÁLCULOS

LC - Peso de referencia (kg) para la población considerada	15
HM - Factor horizontal	Origen: 0.58, Destino: 0.96
VM - Factor vertical	Origen: 0.78, Destino: 0.87
DM - Factor de desplazamiento vertical	Origen: 0.86, Destino: 0.86
AM - Factor de asimetría	Origen: 0.83, Destino: 0.75
FM - Factor de frecuencia	Origen: 0.90, Destino: 0.90
CM - Factor de agarre	Origen: 0.90, Destino: 0.90
OM - Factor de operación con 1 mano	Origen: 1.00, Destino: 1.00
PM - Factor de operación entre dos personas	Origen: 1.00, Destino: 1.00
AT - Factor de tarea adicional	Origen: 0.80, Destino: 0.80
LPR - Límite de peso recomendado (kg)	Origen: 2.95, Destino: 5.21
Índice (Peso de la carga/LPR)	Origen: 7.79, Destino: 4.41

#### RIESGO de la TAREA

Índice: 7.79 **Riesgo inaceptable**

Evaluador (nombre y firma)

Interpretación del Índice	
<b>Riesgo aceptable</b> (Índice ≤1)	La mayoría de trabajadores no debe tener problemas al ejecutar este tipo de tareas.
<b>Riesgo moderado</b> (1 < Índice < 1.6)	En principio, las tareas de este tipo deben rediseñarse para reducir el riesgo. Bajo circunstancias especiales (por ejemplo, cuando las posibles soluciones de rediseño de la tarea no están lo suficientemente avanzadas desde un punto de vista técnico), pueden aceptarse estas tareas siempre que se haga especial énfasis en aspectos como la educación o entrenamiento del trabajador (por ejemplo, un conocimiento especializado en identificación y prevención de riesgos), el seguimiento detallado de las condiciones de trabajo de la tarea, el estudio de las capacidades físicas del trabajador y el seguimiento de la salud del trabajador mediante reconocimientos médicos periódicos.
<b>Riesgo inaceptable</b> (Índice ≥1.6)	Debe ser modificada la tarea.