

## Buena Práctica de **Ergonomía**



Intervención ergonómica Microtomo Anatomía Patológica

Marzo 2016

### Descripción de la tarea

Las trabajadoras Técnicas de Anatomía Patológica refieren dolores en espalda, brazos, cuello, manos, etc. a causa del uso continuado del microtomos para preparación de muestras para microscopio.

### Solución adoptada

Se han empleado dos métodos de evaluación ergonómica ampliamente respaldados por la mayoría de especialistas y normas UNE para evaluación ergonómica.

Para la evaluación del riesgo de trastornos músculo-esqueléticos por movimientos repetitivos, hemos empleado el método recomendado por las normas UNE y elaborado por el INSHT, el método "Checklist OCRA".

Además hemos analizado también la tarea con el método RULA (Rapid Upper Limb Assessment), por su amplia recomendación y uso por la mayoría de especialistas en ergonomía, y porque se ocupa de la mitad superior del cuerpo para la evaluación ergonómica, y además tiene en cuenta los movimientos repetitivos.

Proposimos las siguientes medidas correctoras para tratar de disminuir el riesgo de trastornos músculo-esqueléticos:

-Dotar de pedal para accionar el corte de los microtomos para así poder alternar movimientos brazo/pierna, preferentemente adquirir microtomos automáticos.

-Suministro de banquetas especialmente diseñadas para los pies (foto 1).

-Utilizar dispositivos de apoyo acolchados en la mesa y borde de la misma para trabajar con las manos muñecas apoyadas y facilitar la circulación.

-Para disminuir los giros de tronco para llevar las muestras al recipiente con agua, se debe estudiar la posibilidad que ofrecen algunos tipos de microtomos, que fijan el baño de flotación en el portacuchillas, y comprobar si dicha característica sirve para eliminar los desplazamientos laterales que debe realizar el trabajador para colocar los cortes de parafina.

-Organizar la rotación de tareas con mayor frecuencia de rotación, en lugar de la frecuencia mensual actual.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

---

Disminución notable de los dolores descritos por las trabajadoras.

Otra información que considere de interés

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

En desarrollo y con resultados observables

Autoría: Nicolás Alonso Vidales

Centro: Complejo Hospitalario de Jaén

