

PUESTO	B1
SECCION	Division A
FECHA	11/3/2025

MUSCULATURA ASOCIADA:

1. Epicondilea.
2. EpitrocLEAR.
3. Trapecio superior e inferior.
4. Musculatura estabilizadora de escápula (serrato y romboides).
5. Musculatura intrínseca de la mano.
6. Gluteo medio y cuadrado lumbar
7. Cuádriceps
8. Isquios
9. Gemelos

PATOLOGIA ASOCIADA:

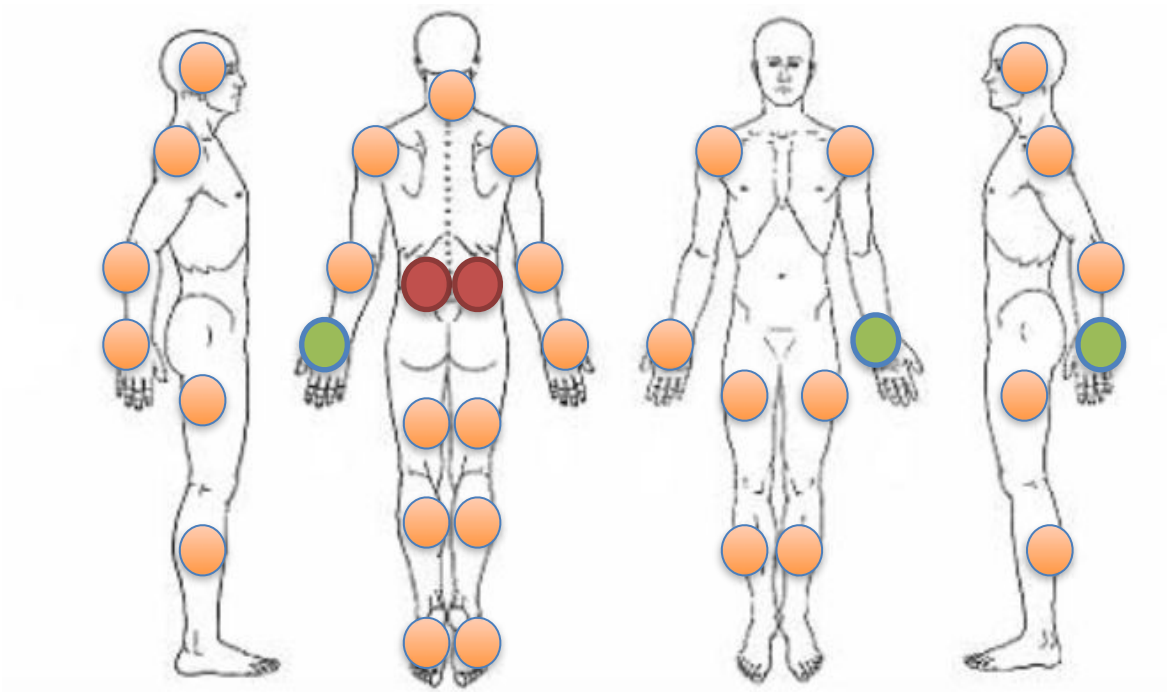
1. Epicondilitis (codo de tenista). **PROFESIONAL**
2. EpitrocLEITSi (codo de golfista). **PROFESIONAL**
3. Tunel Carpiano. **PROFESIONAL**
4. Supraespinoso. **PROFESIONAL**
5. Manguito rotador. **PROFESIONAL**
6. Ciática. **COMÚN**
7. Sobrecarga muscular miembro inferior. **COMÚN**
8. Falsa ciática **COMÚN**
9. Lumbalgia. **COMÚN**

GRADO DE LESIVIDAD: MEDIO

		ALTO	MEDIO	BAJO
CUELLO/CERVICAL			X	
COLUMNA	DORSAL			X
	LUMBAR	X		
HOMBRO	IZQDO		X	
	DCHO		X	
BRAZO	IZQDO		X	
	DCHO		X	

TOMA DE DATOS DEMANDA FISICA

MUÑECA	IZQDA		X	
	DCHA		X	
MANO	IZQDA			X
	DCHA		X	
PIERNA	IZQDA		X	
	DCHA		X	



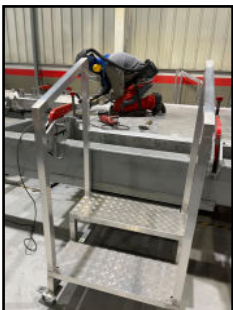
INFORME DE FISIOTERAPIA:

Es un puesto que el ciclo de trabajo esta estipulado en 12 horas aproximadamente con descansos cada 90 minutos. El número de personas que realizan este puesto de trabajo son 4 contando todos los turnos y una media de edad de 44,25. Consiste en limpiar las planchas y ponerlas en la estructura correspondiente encajarlas y soldarlas

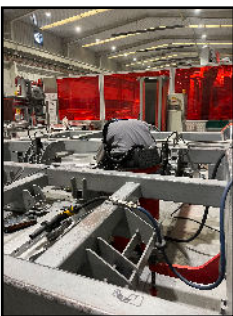
1. Es todo muy manual y con mucha herramienta por lo que requiere una gran musculatura tanto en antebrazo como en zona lumbar.



2. La soldadura se hace de rodillas encima de la pieza y tienen que utilizar rodilleras y un cojín.



3. Las soldaduras son con inclinación de tronco hacia delante cuando se da la vuelta al bastidor y de rodillas cuando esta en la primera fase



RECOMENDACIONES DEL FISIOTERAPEUTA:

1. Formación en prevención de patologías músculo - esqueléticas haciendo hincapié en la manipulación de la herramienta y en la higiene postural.
2. Calentamiento previo de la musculatura antes de empezar la jornada laboral, ejercicios preventivos durante la jornada y estiramientos al acabarla.
3. Flexibilizar la cadena posterior de las piernas y fortalecer la musculatura axial, Peri-escapular y estabilizadora de hombro.
4. Se estima de fisioterapia una vez cada dos meses de manera preventiva.

**CLAVES PARA LA PLATAFORMA:**

Usuario: CAF

Clave: Caf2024