

PUESTO	COMPOSITE
SECCION	Division A
FECHA	12/3/2025

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.

PATOLOGIA ASOCIADA:

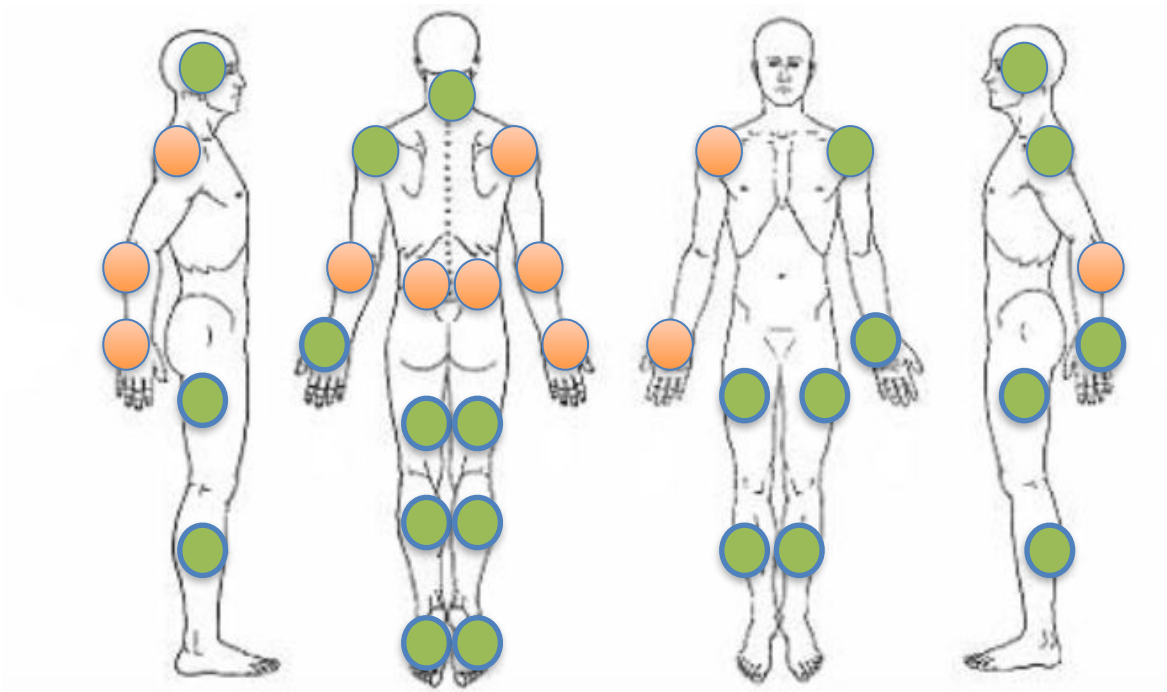
1. Epicondilitis (codo de tenista). **PROFESIONAL**
2. EpitrocLEITSi (codo de golfista). **PROFESIONAL**
3. Tunel Carpiano. **PROFESIONAL**
4. Supraespinoso. **PROFESIONAL**
5. Falsa ciática **COMÚN**
6. Lumbalgia. **COMÚN**

GRADO DE LESIVIDAD: BAJO

		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

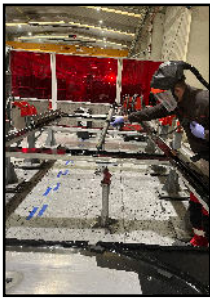
MUÑECA	IZQDA			X
	DCHA		X	
MANO	IZQDA			X
	DCHA		X	
PIERNA	IZQDA			X
	DCHA			X



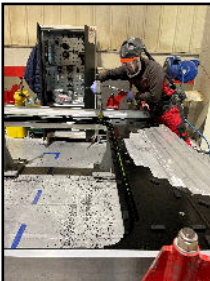
INFORME DE FISIOTERAPIA:

Es un puesto que el ciclo de trabajo esta estipulado en 5 horas aproximadamente con descansos cada 90 minutos. El número de personas que realizan este puesto de trabajo son 1 contando todos los turnos. Consiste en limpiar los suelos con alcohol, pintarla poner unos tacos con adhesivo, poner pegamento con pistola y poner otra pieza con el puente grúa volver a utilizar el pegamento y dejar secar.

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



2. El pegamento lo pone con mucha abd y rotación interna de hombro, la muñeca también sufre en posiciones extremas.



3. Dificultad a la hora de despegar los tacos, tiene que quitarse los guantes y hacerlo ya que hace falta motricidad muy fina.

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. No se estima fisioterapia preventiva.

**CLAVES PARA LA PLATAFORMA:**

Usuario: CAF

Clave: Caf2024