

PUESTO	B2
SECCION	Division A
FECHA	4/3/2025

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:

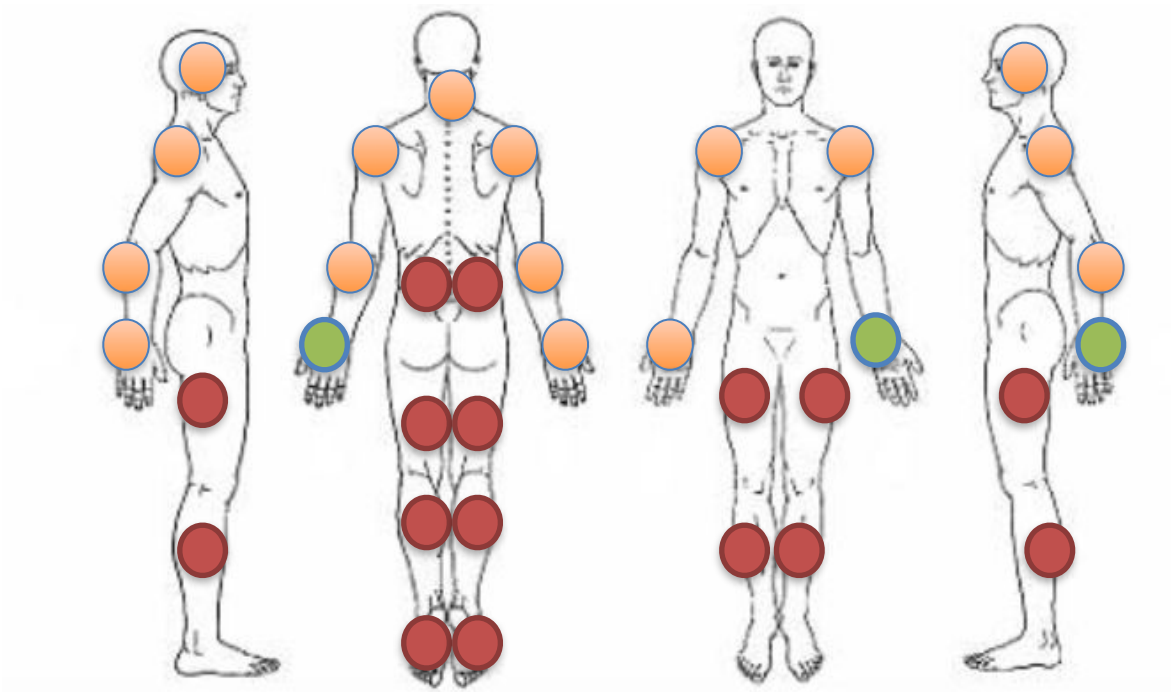
1. Epicondilitis (codo de tenista). **PROFESIONAL**
2. EpitrocLEITSi (codo de golfista). **PROFESIONAL**
3. Tunel Carpiano. **PROFESIONAL**
4. Supraespinoso. **PROFESIONAL**
5. Manguito rotador. **PROFESIONAL**
6. Ciática. **COMÚN**
7. Sobrecarga muscular miembro inferior. **COMÚN**
8. Falsa ciática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

GRADO DE LESIVIDAD: ALTO

		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 con una media de edad de 45,75. Consiste en limpiar las piezas pequeñas 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. El montaje de las piezas tiene que utilizar golpes de mazo bastantes veces para que encajen las piezas.
3. Las soldaduras son con rotación de tronco y la mayoría son de rodillas



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 al mes de manera preventiva.

**CLAVES PARA LA PLATAFORMA:**

Usuario: CAF

Clave: Caf2024