

# Idea genial N° 7 Caja para herreros de obra



## Problema: trabajar con los brazos extendidos por encima del hombro

Cualquier persona que haya trabajado con herramientas, sabe perfectamente que trabajar con los brazos extendidos por encima del hombro, produce mucho cansancio.

Si usted ha recibido capacitación del Construction Occupational Health Project (COHP) en ergonomía, puede emplear el término técnico para ese riesgo: tener los brazos extendidos hacia arriba produce una **postura incómoda**. Los trabajadores que hacen trabajos por encima de su cabeza padecen de más lesiones en los hombros que aquellos que no trabajan así.

Unos herreros de obra que estaban trabajando en una obra de construcción de la ciudad de Boston, estaban insertando unos salientes #11 de 10 pies y 14 pies de longitud en unos agujeros de una pared de lechada. La pared estaba a siete pies arriba de la losa de cimentación de los salientes, donde estaban parados.

Los trabajadores estaban manipulando unos salientes pesados con las manos por encima de la cabeza y durante horas sin parar, y se estaban lastimando.



**Postura incómoda al trabajar reforzando concreto**

## El proceso:

A Mike Huxley, Comisario de los herreros de obra, regional 7, se le ocurrió una solución sencilla. Si su cuadrilla se podía parar en una superficie estable que estuviera uno o dos pies sobre el suelo, podían manipular el saliente a una altura que quedara entre la cintura y el pecho.

Mike consiguió ayuda de otros comisarios y capataces que se juntaron con unos investigadores del comité Health Trak de COHP. Bob Marshall, el comisario en funciones de los carpinteros, pensó que los trabajadores podían utilizar una caja que tuviera unos dos pies de alto, y de un solo peldaño. Y dio la idea de que debía descansar sobre plywood para que los trabajadores pudieran deslizarla con facilidad a medida que fueran insertando el saliente.



Otros trabajadores ayudaron con el diseño. Yrvens Pauyo compartió sus ideas sobre las dimensiones para que "pudiera sostener la espiga sobre mis hombros y no aquí" (encima de la cabeza).

El trabajador-capataz Jeff Mayotte, de la regional 57, probó una caja con tres de los de su cuadrilla, quienes aportaron comentarios adicionales.

## La solución: la caja de los herreros de obra



**Jornaleros en la foto:  
Jim Munroe, Patrick  
Mulkerrin, Bartley O'  
Malley de la regional 223**

La caja de los herreros de obra, es una caja de madera, con dimensiones de 20" x 20" x 11". Tiene mangos de sogas para acarrearla o deslizarla por el saliente.

Los carpinteros construyeron la caja en su taller de carpintería.

La caja de los herreros de obra eleva la base de los trabajadores que insertan el saliente en paredes de lechada que están a siete pies por encima de la losa de cimentación de los salientes.

Hay otros trabajadores que también se pueden beneficiar del uso de esta caja. Los peones que aparecen en la foto de la izquierda la utilizaron cuando tuvieron que trabajar con los codos por encima de los hombros.

Bartley O'Malley, miembro de los peones, regional 223, quedó encantado con la caja. "Es muy útil; bien podemos usar varias".

## Con esta idea genial....

Las dimensiones de esta caja fueron determinadas por el trabajo que tenían que hacer. Usted puede cambiar las dimensiones según sus necesidades. El tiempo y el esfuerzo necesarios para hacer la caja fueron mínimos y se obtuvo una gratificación inmediata que se pudo ver en la comodidad; en la facilidad de hacer bien el trabajo y en la reducción de los riesgos de lesiones.

La caja es muy pesada para que una sola persona la cargue sin riesgos de lesionarse. Una grúa debe levantarla hacia la losa de cimentación, o dos personas pueden acarrearla. Una vez ahí, una persona puede colocarla de modo que le quede cómoda al trabajador.

Si los trabajadores necesitan manipular materiales largos y pesados, pueden utilizar dos cajas juntas. Por ejemplo, un trabajador puede sostener el extremo de la espiga del saliente detrás de otro trabajador que esté insertando la espiga en la pared.

Los apoyos pequeños como éste pueden tener usos ilimitados para superficies inestables o irregulares en la obra de construcción, pero si quiere que su caja le dure, no deje que la confundan pensando que es un cachivache. Póngale un rótulo ¡para que no la pierda!

**Fecha:** marzo, 2002

Esta investigación fue financiada por una subvención del National Institute for Occupational Safety and Health (Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacionales, NIOSH), a través del Center to Protect Workers' Rights (Centro de Protección de los Derechos de los Trabajadores).

**Para mayor información, o si tiene comentarios sobre esta idea genial...**

Teléfono: (978) 934-3351, Correo electrónico: Scott\_Fulmer@uml.edu