

Datos Postura

Subtarea:

Postura:

Frecuencia baja media alta

Referencia vídeo:

Observaciones (postura):



Grupo A – Brazos, antebrazos, muñecas

Lado (Dcho./ Izqdo.):

Brazo

Seleccionar una opción:

- Extensión > 20°
- Extensión 20° a flexión 20°
- Flexión 20-45°
- Flexión 45-90°
- Flexión > 90°

Marcar si además existe:

- Abducción de brazo
- Hombro elevado
- Brazo apoyado

Antebrazo

Seleccionar una opción:

- Flexión < 60°
- Flexión 60-100°
- Flexión > 100°

Marcar si además existe:

- Separación del antebrazo

Muñeca

Seleccionar una opción:

- Posición neutra
- Flexión o Extensión 0-15°
- Flexión o Extensión > 15°

Marcar si además existe:

- Desviación lateral

Grupo A – Brazos, antebrazos, muñecas

Giro de la muñeca

Seleccionar una opción:

- Rango medio de giro
- Pronación o supinación extrema

Actividad muscular de las extremidades superiores

Especificar si se producen las condiciones siguientes en las extremidades superiores (ninguna, una o ambas):

- Posición estática (mantenida sin movimientos >1 minuto)
- Movimiento repetitivo (repetido > 4 veces por minuto)

Fuerza o carga de las extremidades superiores

Especificar si hay situaciones de fuerza / carga en las extremidades superiores (marcar sólo una):

- Ninguna (no hay resistencia).
- Ocasional <2 kg.
- Ocasional 2-10 kg.
- Estática o repetitiva 2-10 kg.
- Ocasional >10 kg.
- Estática o repetitiva >10 kg.
- Explosiva. Golpes o fuerzas bruscas o repentinas.

Grupo B – Tronco, cuello, piernas

Cuello

Seleccionar una opción:

- Extensión
- Flexión 0-10°
- Flexión 10° - 20°
- Flexión > 20°

Marcar si además existe:

- Giro
- Inclinación lateral

Tronco

Seleccionar una opción:

- Sentado, bien apoyado y con un ángulo tronco-caderas >90°

Marcar si además existe:

- Giro
- Inclinación lateral

Grupo B – Tronco, cuello, piernas

- Flexión 0° - 20°
- Flexión 20° -60°
- Flexión > 60°

Piernas

Seleccionar una opción:

- Sentado, con pies y piernas bien apoyados
- De pie

Pies o piernas no apoyados o peso no simétricamente distribuido

Actividad muscular del cuello, tronco, piernas

Especificar si se producen las condiciones siguientes en cuello, tronco, piernas (ninguna, una o ambas):

- Posición estática (mantenida sin movimientos >1 minuto)
- Movimiento repetitivo (repetido > 4 veces por minuto)

Fuerza o carga del cuello, tronco, piernas

Especificar si hay situaciones de fuerza / carga en la zona del cuello, tronco, piernas (marcar sólo una):

- Ninguna (no hay resistencia).
- Ocasional <2 kg.
- Ocasional 2-10 kg.
- Estática o repetitiva 2-10 kg.
- Ocasional >10 kg.
- Estática o repetitiva >10 kg.
- Explosiva. Golpes o fuerzas bruscas o repentinas.