



## Posturas OWAS

Tarea:

Empresa:

Fecha:

Intervalo de muestreo:      segundos

Subtareas	1	
	2	
	3	
	4	
	5	

<b>Espalda</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Recta</li> <li>2. Inclineda</li> <li>3. Girada</li> <li>4. Inclineda y girada</li> </ol>
<b>Brazos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ambos por debajo del hombro</li> <li>2. Uno por encima del hombro</li> <li>3. Ambos por encima del hombro</li> </ol>
<b>Piernas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sentado</li> <li>2. De pie, piernas rectas</li> <li>3. De pie en una pierna recta</li> <li>4. De pie, piernas flexionadas</li> <li>5. De pie en una pierna flexionada</li> <li>6. Arrodillado con una/dos piernas</li> <li>7. Caminando</li> </ol>
<b>Fuerza</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menor o igual a 10 kg</li> <li>2. Entre 10 y 20 kg</li> <li>3. Mayor de 20 kg</li> </ol>

	Espalda	Brazos	Piernas	Fuerza	Subtarea		Espalda	Brazos	Piernas	Fuerza	Subtarea
1						65					
2						67					
3						68					
4						69					
5						70					
6						11					
7						72					
8						73					
9						74					
10						75					
11						76					
12						77					
13						78					
14						79					
15						80					
16						81					
17						82					
18						83					
19						84					
20						85					
21						86					
22						87					
23						88					
24						89					
25						80					
26						91					
27						92					
27						93					
29						94					
30						95					
31						96					
32						97					

	Espalda	Brazos	Piernas	Fuerza	Subtarea		Espalda	Brazos	Piernas	Fuerza	Subtarea
33						98					
34						99					
35						100					
36						101					
37						102					
38						103					
39						104					
40						105					
41						106					
42						107					
43						108					
44						109					
45						110					
46						110					
47						110					
48						111					
49						112					
50						113					
51						114					
52						115					
53						116					
54						117					
55						118					
56						119					
57						120					
58						121					
59						122					
60						123					
61						124					
62						125					
63						126					
64						127					