

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

IDENTIFICACIÓN

Fecha: 07/03/2024

Tarea: Operario de taller

Empresa: TARSA

Observaciones:



RIESGO de las POSTURAS

Subtarea	Postura	Frecuencia	Puntuación RULA	Nivel de Acción
Montaje de bastidores				
	Extender protector	media	5	3 - Pronto
	Colocar piezas en bastidor	media	3	2 - Posible
	Atornillar piezas al bastidor	media	7	4 - Inmediato
	Voltear bastidor	baja	4	2 - Posible
	Colocar funda	baja	2	1 - Aceptable
Lijado de piezas				
	Ajustar piezas en mesa	media	3	2 - Posible
	Lijado zona exterior	alta	3	2 - Posible
	Lijado zona interior	alta	5	3 - Pronto
Clasificación de material				
	Coger piezas del carro	alta	3	2 - Posible
	Colocar en estante superior	media	5	3 - Pronto
	Colocar en estante medio	media	3	2 - Posible
	Colocar en estante bajo	media	3	2 - Posible

Interpretación de la puntuación RULA		
Puntuación RULA	Nivel de Acción	Interpretación del Nivel de Acción
1-2	1 - Aceptable	Postura aceptable si no se mantiene ni se repite durante periodos prolongados
3-4	2 - Posible	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado
5-6	3 - Pronto	Es necesario rediseñar la tarea pronto
7	4 - Inmediato	Es necesario rediseñar la tarea de manera inmediata

Evaluación realizada por: A.F.R.



INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO		Derecho	Izquierdo		
Flexión 20-45°		2	Extensión 20° a Flexión 20°	1	
Abducción	-	6	Abducción	-	6
Hombro elevado	-		Hombro elevado	-	
Brazo apoyado	-		Brazo apoyado	-	
ANTEBRAZO					
Flexión < 60°		2	Flexión < 60°		2
Cruza línea media cuerpo	-	3	Cruza línea media cuerpo	-	3
MUÑECA					
Flexión/Extensión 0-15°		2	Flexión/Extensión 0-15°		2
Desviación lateral	-	4	Desviación lateral	-	4
GIRO MUÑECA					
Rango medio de giro		1	Rango medio de giro		1

CUELLO		
Flexión > 20°		3
Giro	-	6
Inclinación lateral	-	
TRONCO		
Flexión hasta 20°		2
Giro	-	6
Inclinación lateral	-	
PIERNAS		
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición		1

	Tabla A	3
FUERZA / CARGA		9
Estática o repetitiva entre 2 y 10 kg		2
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	-	1
Repetida (> 4 veces/min)	X	1
		=
Puntuación C		13

	Tabla B	3
FUERZA / CARGA		9
Sin resistencia		0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	-	0
Repetida (> 4 veces/min)	-	1
		=
Puntuación D		13

Puntuación RULA	5	Nivel de Acción	3 - Pronto
	7	Interpretación del Nivel de Acción	Es necesario rediseñar la tarea pronto

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO		Derecho	Izquierdo
Flexión 20-45°	<input type="text" value="2"/>	Flexión 20-45°	<input type="text" value="2"/>
Abducción	<input type="text" value="6"/>	Abducción	<input type="text" value="6"/>
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/>	Hombro elevado	<input type="text" value="-"/>
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/>	Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/>
ANTEBRAZO			
Flexión 60-100°	<input type="text" value="1"/>	Flexión 60-100°	<input type="text" value="1"/>
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>	Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>
MUÑECA			
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="2"/>	Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="2"/>
Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>	Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>
GIRO MUÑECA			
Rango medio de giro	<input type="text" value="1"/>	Rango medio de giro	<input type="text" value="1"/>

CUELLO		
Flexión 10-20°	<input type="text" value="2"/>	
Giro	<input type="text" value="6"/>	
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/>	
TRONCO		
Flexión hasta 20°	<input type="text" value="2"/>	
Giro	<input type="text" value="6"/>	
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/>	
PIERNAS		
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="1"/>	

		Tabla A	<input type="text" value="3"/>
FUERZA / CARGA			+
Sin resistencia	<input type="text" value="3"/>		<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR			+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>		<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="1"/>		<input type="text" value="0"/>
			=
		Puntuación C	<input type="text" value="3"/>

		Tabla B	<input type="text" value="2"/>
FUERZA / CARGA			+
Sin resistencia	<input type="text" value="3"/>		<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR			+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>		<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="1"/>		<input type="text" value="0"/>
			=
		Puntuación D	<input type="text" value="2"/>

Puntuación RULA	<input type="text" value="3"/>	Nivel de Acción	2 - Posible
		Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO	Derecho	Izquierdo
Extensión 20° a Flexión 20°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Abducción	<input checked="" type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 6
Hombro elevado	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 6
Brazo apoyado	<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 6
ANTEBRAZO		
Flexión < 60°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Cruza línea media cuerpo	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 3
MUÑECA		
Flexión/Extensión > 15°	<input type="text" value="---"/> 3	<input type="text" value="---"/> 3
Desviación lateral	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 4
GIRO MUÑECA		
Pronación/supinación extrema	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 2

CUELLO	
Flexión > 20°	<input type="text" value="---"/> 3
Giro	<input type="checkbox"/> 6
Inclinación lateral	<input type="checkbox"/> 6
TRONCO	
Flexión 20-60°	<input type="text" value="---"/> 3
Giro	<input type="checkbox"/> 6
Inclinación lateral	<input type="checkbox"/> 6
PIERNAS	
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="checkbox"/> 2 1

FUERZA / CARGA	Tabla A	4
Estática o repetitiva > 10 kg		3
ACTIVIDAD MUSCULAR		1
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="checkbox"/>	1
Repetida (> 4 veces/min)	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Puntuación C		8

FUERZA / CARGA	Tabla B	4
Sin resistencia		0
ACTIVIDAD MUSCULAR		0
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="checkbox"/>	0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>	0
Puntuación D		4

Puntuación RULA	7	Nivel de Acción	4 - Inmediato
Interpretación del Nivel de Acción	Es necesario rediseñar la tarea de manera inmediata		

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO		Derecho	Izquierdo
Flexión 20-45°	<input type="text" value="2"/>	Flexión 20-45°	<input type="text" value="2"/>
Abducción	<input type="text" value="6"/>	Abducción	<input type="text" value="6"/>
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/>	Hombro elevado	<input type="text" value="-"/>
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/>	Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/>
ANTEBRAZO			
Flexión 60-100°	<input type="text" value="1"/>	Flexión 60-100°	<input type="text" value="1"/>
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>	Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>
MUÑECA			
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="2"/>	Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="2"/>
Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>	Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>
GIRO MUÑECA			
Rango medio de giro	<input type="text" value="1"/>	Rango medio de giro	<input type="text" value="1"/>

CUELLO		
Flexión 0-10°	<input type="text" value="1"/>	
Giro	<input type="text" value="6"/>	
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/>	
TRONCO		
Flexión 20-60°	<input type="text" value="3"/>	
Giro	<input type="text" value="6"/>	
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/>	
PIERNAS		
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="1"/>	

		Tabla A	<input type="text" value="3"/>
FUERZA / CARGA			<input type="text" value="9"/>
Sin resistencia			<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR			<input type="text" value="1"/>
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>		<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>		<input type="text" value="1"/>
		=	
Puntuación C			<input type="text" value="13"/>

		Tabla B	<input type="text" value="3"/>
FUERZA / CARGA			<input type="text" value="9"/>
Ocasional > 10 kg (carga mayor de 10 kg mantenida intermitentemente)			<input type="text" value="2"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR			<input type="text" value="1"/>
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>		<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>		<input type="text" value="1"/>
		=	
Puntuación D			<input type="text" value="13"/>

Puntuación RULA	<input type="text" value="7"/>	<input type="text" value="4"/>	Nivel de Acción	2 - Posible
			Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO	Derecho	Izquierdo
Extensión 20° a Flexión 20°	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1
Abducción	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
ANTEBRAZO		
Flexión 60-100°	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="-"/> 3	<input type="text" value="-"/> 3
MUÑECA		
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Desviación lateral	<input type="text" value="-"/> 4	<input type="text" value="-"/> 4
GIRO MUÑECA		
Rango medio de giro	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1

CUELLO	
Flexión 10-20°	<input type="text" value="---"/> 2
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
TRONCO	
Flexión hasta 20°	<input type="text" value="---"/> 2
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
PIERNAS	
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="2"/> 1

FUERZA / CARGA	Tabla A	<input type="text" value="9"/> 2
Sin resistencia		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación C		<input type="text" value="13"/> 2

FUERZA / CARGA	Tabla B	<input type="text" value="9"/> 2
Sin resistencia		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación D		<input type="text" value="13"/> 2

Puntuación RULA	<input type="text" value="7"/> 2	Nivel de Acción	1 - Aceptable
		Interpretación del Nivel de Acción	Postura aceptable si no se mantiene ni se repite durante periodos prolongados

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO	Derecho	Izquierdo
Flexión 20-45°	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="2"/>
Abducción	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="6"/>
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="-"/>
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="-"/>
ANTEBRAZO		
Flexión 60-100°	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="1"/>
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="3"/>
MUÑECA		
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="2"/>
Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="4"/>
GIRO MUÑECA		
Rango medio de giro	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="1"/>

CUELLO	
Flexión 0-10°	<input type="text" value="1"/>
Giro	<input type="text" value="6"/>
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/>
TRONCO	
Flexión hasta 20°	<input type="text" value="2"/>
Giro	<input type="text" value="6"/>
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/>
PIERNAS	
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="1"/>

FUERZA / CARGA	Tabla A	<input type="text" value="3"/>
Sin resistencia		<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR		<input type="text" value="0"/>
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/>
Puntuación C		<input type="text" value="3"/>

FUERZA / CARGA	Tabla B	<input type="text" value="2"/>
Sin resistencia		<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR		<input type="text" value="0"/>
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/>
Puntuación D		<input type="text" value="2"/>

Puntuación RULA	<input type="text" value="3"/>	Nivel de Acción	2 - Posible
		Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO		Derecho	Izquierdo	
Flexión 20-45°		<input type="text" value="2"/>	Extensión 20° a Flexión 20°	<input type="text" value="1"/>
Abducción	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>	Abducción	<input type="text" value="6"/>
Hombro elevado	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>	Hombro elevado	<input type="text" value="6"/>
Brazo apoyado	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>	Brazo apoyado	<input type="text" value="6"/>
ANTEBRAZO				
Flexión < 60°		<input type="text" value="2"/>	Flexión 60-100°	<input type="text" value="1"/>
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="2"/>	Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="3"/>
MUÑECA				
Flexión/Extensión > 15°		<input type="text" value="3"/>	Posición neutra 0°	<input type="text" value="1"/>
Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="3"/>	Desviación lateral	<input type="text" value="4"/>
GIRO MUÑECA				
Rango medio de giro	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="1"/>	Rango medio de giro	<input type="text" value="2"/>

CUELLO		
Flexión 10-20°		<input type="text" value="2"/>
Giro	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>
Inclinación lateral	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>
TRONCO		
Flexión hasta 20°		<input type="text" value="2"/>
Giro	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>
Inclinación lateral	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="2"/>
PIERNAS		
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="1"/>

	Tabla A	<input type="text" value="3"/>
FUERZA / CARGA		<input type="text" value="9"/>
Sin resistencia		<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR		<input type="text" value="1"/>
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="1"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="text" value="1"/>
Puntuación C		<input type="text" value="4"/>

	Tabla B	<input type="text" value="2"/>
FUERZA / CARGA		<input type="text" value="9"/>
Sin resistencia		<input type="text" value="0"/>
ACTIVIDAD MUSCULAR		<input type="text" value="1"/>
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="0"/>
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="0"/>
Puntuación D		<input type="text" value="2"/>

Puntuación RULA	<input type="text" value="7"/>	<input type="text" value="3"/>	Nivel de Acción	2 - Posible
			Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO		Derecho	Izquierdo		
Flexión 20-45°	<input checked="" type="checkbox"/>	3	Extensión 20° a Flexión 20°	<input type="checkbox"/>	1
Abducción	<input checked="" type="checkbox"/>	6	Abducción	<input type="checkbox"/>	6
Hombro elevado	<input type="checkbox"/>		Hombro elevado	<input type="checkbox"/>	
Brazo apoyado	<input type="checkbox"/>		Brazo apoyado	<input type="checkbox"/>	
ANTEBRAZO					
Flexión < 60°	<input checked="" type="checkbox"/>	3	Flexión 60-100°	<input type="checkbox"/>	1
Cruza línea media cuerpo	<input checked="" type="checkbox"/>	3	Cruza línea media cuerpo	<input type="checkbox"/>	3
MUÑECA					
Flexión/Extensión > 15°	<input type="checkbox"/>	3	Posición neutra 0°	<input type="checkbox"/>	1
Desviación lateral	<input type="checkbox"/>	4	Desviación lateral	<input type="checkbox"/>	4
GIRO MUÑECA					
Rango medio de giro	<input type="checkbox"/>	1	Rango medio de giro	<input type="checkbox"/>	1

CUELLO		
Flexión 10-20°	<input type="checkbox"/>	2
Giro	<input type="checkbox"/>	6
Inclinación lateral	<input type="checkbox"/>	
TRONCO		
Flexión hasta 20°	<input type="checkbox"/>	3
Giro	<input type="checkbox"/>	6
Inclinación lateral	<input checked="" type="checkbox"/>	
PIERNAS		
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="checkbox"/>	1

		Tabla A	4
FUERZA / CARGA		<input type="checkbox"/>	9
Sin resistencia		<input type="checkbox"/>	0
ACTIVIDAD MUSCULAR		<input type="checkbox"/>	+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Repetida (> 4 veces/min)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
		<input type="checkbox"/>	=
Puntuación C		<input type="checkbox"/>	5

		Tabla B	4
FUERZA / CARGA		<input type="checkbox"/>	9
Sin resistencia		<input type="checkbox"/>	0
ACTIVIDAD MUSCULAR		<input type="checkbox"/>	+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1
		<input type="checkbox"/>	=
Puntuación D		<input type="checkbox"/>	4

Puntuación RULA	5	Nivel de Acción	3 - Pronto
	7	Interpretación del Nivel de Acción	Es necesario rediseñar la tarea pronto

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO		Derecho	Izquierdo		
Flexión 20-45°		2	Extensión 20° a Flexión 20°	1	
Abducción	-	6	Abducción	-	6
Hombro elevado	-		Hombro elevado	-	
Brazo apoyado	-		Brazo apoyado	-	
ANTEBRAZO					
Flexión < 60°		2	Flexión 60-100°	1	
Cruza línea media cuerpo	-	3	Cruza línea media cuerpo	-	3
MUÑECA					
Posición neutra 0°		1	Posición neutra 0°	1	
Desviación lateral	-	4	Desviación lateral	-	4
GIRO MUÑECA					
Rango medio de giro		1	Rango medio de giro	1	

CUELLO		
Flexión 0-10°		1
Giro	-	6
Inclinación lateral	-	
TRONCO		
Flexión hasta 20°		2
Giro	-	6
Inclinación lateral	-	
PIERNAS		
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición		1

	Tabla A	3
FUERZA / CARGA		9
Sin resistencia		0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	-	0
Repetida (> 4 veces/min)	-	1
		=
Puntuación C		13

	Tabla B	2
FUERZA / CARGA		9
Sin resistencia		0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	-	0
Repetida (> 4 veces/min)	-	1
		=
Puntuación D		13

Puntuación RULA	7	3	Nivel de Acción	2 - Posible
			Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO	Derecho	Izquierdo
Flexión > 90°	<input type="text" value="---"/> 4	<input type="text" value="---"/> 4
Abducción	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
ANTEBRAZO		
Flexión 60-100°	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="-"/> 3	<input type="text" value="-"/> 3
MUÑECA		
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Desviación lateral	<input type="text" value="-"/> 4	<input type="text" value="-"/> 4
GIRO MUÑECA		
Rango medio de giro	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1

CUELLO	
Extensión	<input type="text" value="---"/> 4
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
TRONCO	
Flexión hasta 20°	<input type="text" value="---"/> 2
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
PIERNAS	
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="2"/> 1

FUERZA / CARGA	Tabla A	<input type="text" value="9"/> 4
Ocasional < 2 kg (carga menor de 2 kg mantenida intermitentemente)		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación C		<input type="text" value="13"/> 4

FUERZA / CARGA	Tabla B	<input type="text" value="9"/> 5
Ocasional < 2 kg (carga menor de 2 kg mantenida intermitentemente)		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación D		<input type="text" value="13"/> 5

Puntuación RULA	<input type="text" value="7"/> 5	Nivel de Acción	3 - Pronto
		Interpretación del Nivel de Acción	Es necesario rediseñar la tarea pronto

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO	Derecho	Izquierdo
Flexión 20-45°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Abducción	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
ANTEBRAZO		
Flexión 60-100°	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="-"/> 3	<input type="text" value="-"/> 3
MUÑECA		
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Desviación lateral	<input type="text" value="-"/> 4	<input type="text" value="-"/> 4
GIRO MUÑECA		
Rango medio de giro	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1

CUELLO	
Flexión 0-10°	<input type="text" value="---"/> 1
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
TRONCO	
Flexión hasta 20°	<input type="text" value="---"/> 2
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
PIERNAS	
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="2"/> 1

FUERZA / CARGA	Tabla A	<input type="text" value="9"/> 3
Ocasional < 2 kg (carga menor de 2 kg mantenida intermitentemente)		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación C		<input type="text" value="13"/> 3

FUERZA / CARGA	Tabla B	<input type="text" value="9"/> 2
Ocasional < 2 kg (carga menor de 2 kg mantenida intermitentemente)		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación D		<input type="text" value="13"/> 2

Puntuación RULA	<input type="text" value="7"/> 3	Nivel de Acción	2 - Posible
		Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado

INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

DETALLE de la POSTURA

Subtarea Postura Frecuencia

Observaciones (postura) Referencia vídeo

Grupo A

Grupo B

BRAZO	Derecho	Izquierdo
Flexión 20-45°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Abducción	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Hombro elevado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
Brazo apoyado	<input type="text" value="-"/> 6	<input type="text" value="-"/> 6
ANTEBRAZO		
Flexión 60-100°	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1
Cruza línea media cuerpo	<input type="text" value="-"/> 3	<input type="text" value="-"/> 3
MUÑECA		
Flexión/Extensión 0-15°	<input type="text" value="---"/> 2	<input type="text" value="---"/> 2
Desviación lateral	<input type="text" value="-"/> 4	<input type="text" value="-"/> 4
GIRO MUÑECA		
Rango medio de giro	<input type="text" value="---"/> 1	<input type="text" value="---"/> 1

CUELLO	
Flexión 0-10°	<input type="text" value="---"/> 1
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
TRONCO	
Flexión 20-60°	<input type="text" value="---"/> 3
Giro	<input type="text" value="-"/> 6
Inclinación lateral	<input type="text" value="-"/> 6
PIERNAS	
De pie con el peso simétricamente distribuido y espacio para cambiar de posición	<input type="text" value="2"/> 1

FUERZA / CARGA	Tabla A	<input type="text" value="9"/> 3
Ocasional < 2 kg (carga menor de 2 kg mantenida intermitentemente)		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación C		<input type="text" value="13"/> 3

FUERZA / CARGA	Tabla B	<input type="text" value="9"/> 3
Ocasional < 2 kg (carga menor de 2 kg mantenida intermitentemente)		<input type="text" value="3"/> 0
ACTIVIDAD MUSCULAR		+
Estática (mantenida > 1 min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
Repetida (> 4 veces/min)	<input type="text" value="-"/>	<input type="text" value="1"/> 0
		=
Puntuación D		<input type="text" value="13"/> 3

Puntuación RULA	<input type="text" value="7"/> 3	Nivel de Acción	2 - Posible
		Interpretación del Nivel de Acción	Pueden requerirse cambios en la tarea; es conveniente realizar un análisis más detallado