

DISEÑO PUESTOS TRABAJO EN LABORARIO

E-15

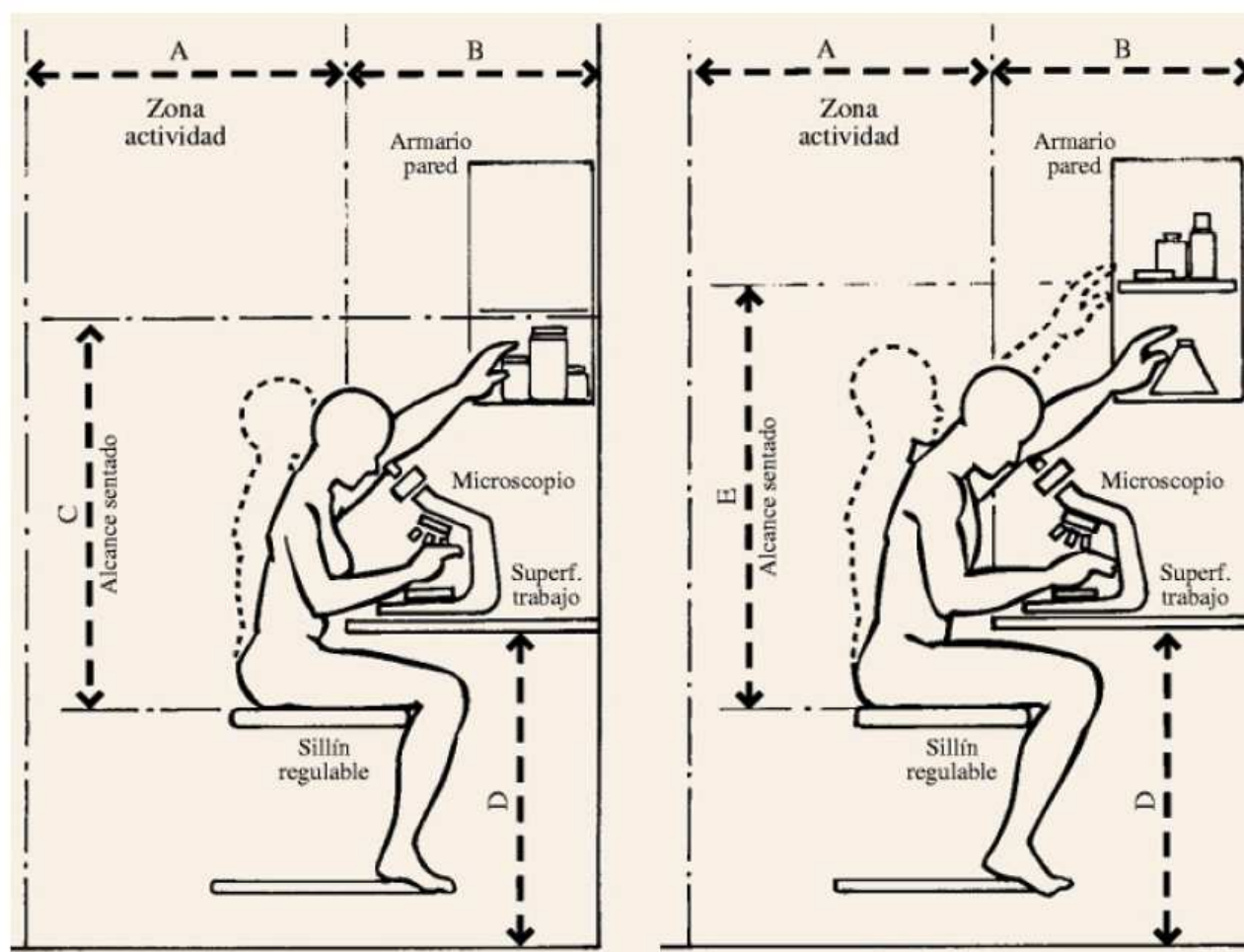
El diseño del puesto de trabajo debe tener en cuenta las recomendaciones básicas establecidas en relación con las medidas antropométricas y también que en el trabajo de laboratorio pueden alternarse las posiciones de pie o sentado.

Actuaciones:

1. En posición de pie el plano de trabajo debe tener una altura del orden de 95 cm, considerando que dicho plano debe estar entre 5 y 10 cm por debajo del codo. Las sillas con respaldo y reposapiés, disponer de espacio suficiente para colocar los pies debajo del plano
2. Si se trata de puestos de trabajo de postura sentada, como por ejemplo el trabajo con microscopio (ver figura 1), se tendrá en cuenta, el espacio para las piernas y los alcances a estanterías que contienen materiales o productos.

Figura 1

Trabajo sentado en el laboratorio. Distancias y alcances adecuados para mujer (izquierda) y hombre (derecha)

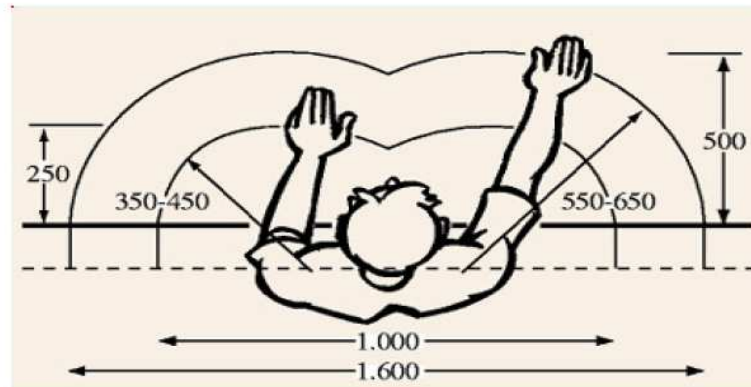


A Zona de actividad	70 cm
B Anchura mesa	60 cm
C Alcance sentado	100 cm
D Altura mesa	75 - 90 cm
E Alcance sentado	110 cm

3. Las distancias óptimas para el trabajo encima de una mesa se resumen en la figura 2, que, de manera indirecta, indican también el espacio necesario para cada trabajador.

Figura 2

Área de trabajo sobre una mesa



4. A la hora de elegir un asiento se deberá tener en cuenta la altura del plano de trabajo y, en base a ella, se optará por una silla para postura sedente o por un taburete para postura de pie-sentado. Las sillas deben proporcionar el equilibrio y confort suficientes.

Los taburetes han de ser regulables, de material lavable y, si son para trabajo en altura, por ejemplo, en las poyatas, tienen que tener reposapiés. (Fig. 3). Para las tareas en las que se requiera una movilidad alta, hay que usar taburetes bajos. (Fig. 4). Cuando el trabajo se realiza en postura sedente hay que utilizar una silla ergonómica de tipo estándar cuyas características son las siguientes:

- Profundidad entre 38-42 cm.
- Base estable de 5 patas con rueda.
- Regulación en altura, superior al habitualmente recomendado si se quiere utilizar para otras tareas en las que el plano está a mayor altura.
- Anchura entre 40-45 cm.
- Asiento acolchado, flexible y transpirable.
- Impermeabilidad e incombustibilidad.



Fig. 3



Fig.4

5. Si se trata de puestos de trabajo de pie, hay que vigilar, sobre todo, cuando las tareas se realizan en las poyatas ya que, en muchas ocasiones, suele aprovecharse el espacio inferior para poner armarios que dificultan o imposibilitan la posición correcta y holgada de las extremidades inferiores.

6. Como características generales las mesas y superficies de trabajo deberán cumplir con los requisitos de estabilidad, resistencia, durabilidad, reflexión de superficie y de seguridad eléctrica.

Bibliografía:

UNE EN 14056:2004: Mobiliario de laboratorio.,EN 13150, mesas de laboratorio: dimensiones, requisitos de seguridad y métodos de ensayo.

NTP 551 Prevención de riesgos en el laboratorio: la importancia del diseño. INSHT.

NTP 1029 Ergonomía en el laboratorio: requisitos de diseño de mobiliario y equipos. INSHT