

# RECOMENDACIONES PRÁCTICAS PARA LA IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EN LA MYPES

2018

**RECOMENDACIONES PRÁCTICAS PARA LA  
IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EN LA MYPES**

**AUTORES:**

Ing. Susana Muñoz e Ing. Pablo Zúñiga  
Sección Seguridad en el Trabajo.  
Departamento Salud Ocupacional

---

# RECOMENDACIONES PRÁCTICAS PARA LA IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EN LA MYPES

---

## 1. INTRODUCCION

La MYPES, sigla que agrupa a la micro y pequeña empresa, son aquellas que cuentan con un número de trabajadoras y trabajadores menor a 10 y 49 respectivamente<sup>1</sup>. Por lo tanto, de acuerdo a la Ley N° 16.744, a las MYPES no se les exige contar con un Comité Paritario de Higiene y Seguridad (CPHS) ni con un Departamento en Prevención de Riesgos (DPR).

La ausencia de un ente interno de la empresa que tenga que ver con la gestión de los riesgos en ésta, como por ejemplo CPHS y DPR en las MYPES, puede contribuir de manera importante, en mayor o menor medida, a la proliferación de accidentes laborales y enfermedades profesionales debido a situaciones de potencial peligro que no son controladas adecuadamente. Como una manera de mitigar esta situación, se han generado documentos orientadores con la finalidad de dar a conocer el marco legal vigente y el proceso de la correcta gestión de los riesgos al interior de las MYPES.

En adición a la documentación generada y como manera de complementar el tema en cuanto a la actividad preventiva al interior de las MYPES, esta nota técnica presenta un documento práctico basado en un modelo de identificación de riesgos con participación activa de las trabajadoras y los trabajadores<sup>2</sup>.

## 2. OBJETIVO

Entregar una herramienta útil de apoyo para la gestión de prevención de riesgos en MYPES, basada en un modelo de participación activa de los trabajadores en estas materias.

## 3. GENERALIDADES

De acuerdo con la normativa chilena vigente, el empleador es responsable de velar por las condiciones sanitarias básicas en los lugares de trabajo, generando un entorno laboral seguro y saludable. Si bien, las MYPES no tienen obligatoriedad legal de contar con herramientas como un comité paritario, deben de todas formas estar afiliadas a un OAL<sup>3</sup>, institución a la cual pueden solicitar asesorías en los temas de prevención de riesgos como prestaciones preventivas.

Es importante que el empleador tenga el conocimiento en relación a dar cumplimiento a lo estipulado en la ley, pudiéndose apoyar en documentación orientadora, como la Guía para la Gestión de los Riesgos Laborales para la Micro Y Pequeña Empresa (MYPES) del ISP, cuya finalidad es entregar herramientas y directrices para gestionar los riesgos laborales presentes en su empresa. Para facilitar la puesta en práctica de algunos puntos expuestos en dicho documento, se propone implementar un modelo de identificación de riesgos con participación activa de los trabajadores, basado en el Modelo Obrero.

---

1 Guía para la Gestión de los Riesgos Laborales para la Micro y Pequeña Empresa (MYPES) del ISP.

2 Para simplificar, se utilizará el término “trabajadores” para referirse a la población laboral femenina y masculina.

3 Organismo Administrador de la Ley N° 16744

## 4. ANTECEDENTES

El Modelo Obrero tiene su origen en la Italia de la década de los sesenta, donde tuvo su “propuesta más acabada” en relación a la investigación participativa en el campo de la salud de los trabajadores<sup>4</sup>. Este modelo promueve las participaciones activas de éstos (as) en la protección de su propia salud, ya que basa la recopilación de la información en relación a las condiciones laborales obtenida de ellos (as) mismas, lo que ayuda a simplificar la actividad preventiva de la empresa, detectando situaciones de potencial riesgo gracias al conocimiento y la experiencia de los propios trabajadores.

Este modelo se fundamenta en tres principios básicos:

- a) Experiencia de los trabajadores. Este ítem se refiere a generar el conocimiento a partir del saber de los trabajadores, producto de la experiencia adquirida por el continuo desarrollo de las actividades laborales en las cuales se desenvuelven. El modelo obrero no busca basarse en las experiencias de cada individuo que compone el ambiente laboral, sino que propone basarse en el “saber colectivo”, el cual es recopilado y sistematizado a través de la confrontación y validación consensual de todos los trabajadores.
- b) Validación consensual. Corresponde a “objetivar “ el saber colectivo a partir del grupo y no de cada individuo por separado. Este proceso de validación genera una discusión que confronta la experiencia de los trabajadores, fomentando el intercambio de conocimientos y perspectivas entre ellos.
- c) La no delegación. Este concepto propone que la participación activa de los trabajadores, tomando un rol protagónico. “Conocer para cambiar”<sup>5</sup> es un lema que hace mucho sentido al modelo obrero, ya que los trabajadores deben conocer sus propias condiciones de trabajo y de salud para poder transformarlas y así promover la protección colectiva. Es por eso que les corresponde decidir, desarrollar y evaluar objetivos, estrategias y acciones para defender su propia salud y bienestar.

## 5. DESARROLLO

Tomando como base los fundamentos del Modelo Obrero, esta nota técnica propone un modelo de identificación de riesgos que incluye la participación activa de los trabajadores, sin perjuicio de las obligaciones del empleador.

Para simplificar y aterrizar este tema, se propone realizar las siguientes acciones o actividades:

### 5.1. Designación de un(a) monitor(a) de prevención

Un monitor en prevención corresponde a un(a) trabajador(a) designado(a) por el empleador, quien recibe formación y capacitación en temas de prevención de riesgos, de modo que cuente con herramientas básicas y prácticas para poder promover cultura preventiva dentro de la empresa.

El monitor no asume el rol del prevencionista de riesgos, sino que contribuye como un elemento coordinador dentro de una mesa de trabajo, el cual mantendrá informados al empleador y trabajadores sobre la situación en temas de seguridad dentro de la empresa<sup>6</sup>.

A modo de referencia, la competencia del monitor en prevención puede apoyarse en lo establecido en el perfil de competencias laborales para un “monitor de seguridad y salud en el trabajo” desarrollado por la Superintendencia de Seguridad Social (SUSESOS) y Chile Valora<sup>7</sup>

4 Patrizio Tonelli, “Para el estudio de la difusión del Modelo Obrero. Tres Historias desde Chile”

5 Organización Panamericana de La Salud, “Para la investigación sobre la salud de los trabajadores”

6 Eventualmente, también pudiese tener un rol de participación importante entre la empresa y el Organismo Administrador de la Ley al que ésta se encuentre afiliada.

7 [http://www.suseso.gob.cl/607/articles-496797\\_archivo\\_01.pdf](http://www.suseso.gob.cl/607/articles-496797_archivo_01.pdf)

## 5.2. Formación de una mesa de trabajo

Es recomendable que la mesa de trabajo esté conformada por:

- El empleador
- El monitor de prevención designado por el empleador (en etapa anterior a la conformación de la mesa de trabajo).
- Uno o más trabajadores que representen la totalidad de la población labora (siempre que el tamaño de la MYPE lo permita<sup>8</sup>).

La finalidad de esta mesa de trabajo es la obtención de información, de primera fuente (los trabajadores), respecto de las condiciones de higiene y seguridad existente en sus lugares de trabajo desde el punto de vista de la experiencia de los mismos trabajadores.

## 5.3. Levantamiento de Riesgos

El levantamiento de Riesgos, considera dos etapas de trabajo de grupo, las cuales se presentan a continuación:

- a) Pesquisar información de parte de los trabajadores respecto de la identificación de los riesgos que puedan generar un potencial daño<sup>9</sup>, indicando el área donde éstos se encuentran y número aproximado de trabajadores expuestos (formulario Levantamiento de Riesgos del Anexo N°2). Además, también se recomienda indicar la fuente probable que podría originar el riesgo, clasificación de éste (ver próximo párrafo de este punto) y adicionar comentarios y/o recomendaciones que la mesa de trabajo estime importante de explicitar.

La clasificación del riesgo se debe realizar en base a la siguiente tabla:

Clasificación	Descripción
LEVE	Son aquellos que pueden causar pequeñas lesiones o daños superficiales (cortes superficiales, magulladuras, etc.), como a su vez molestias, irritaciones y enfermedades leves, cuya recuperación no llevaría más de algunos días (corto plazo).
MODERADO	Son aquellos que pueden causar lesiones (laceraciones, quemaduras, torceduras, fracturas pequeñas, etc.) y/o intoxicaciones o enfermedades que pueden causar incapacidad temporal de un(a) trabajador(a), debiéndose invertir un tiempo de recuperación considerable.
GRAVE	Son aquellos con la potencialidad de causar lesiones y enfermedades a largo plazo que generan una incapacidad permanente o la muerte de un trabajador

8 En lugares pequeños, y siempre que la cadena productiva de la empresa lo permita, la formación de la mesa de trabajo podría incluir a la totalidad de trabajadores.

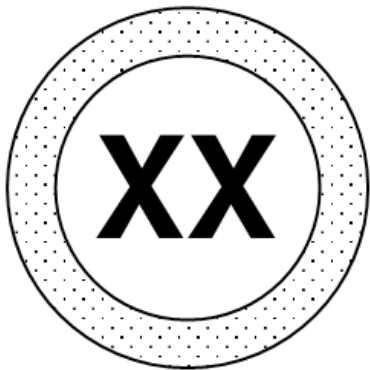
9 Un listado de los diferentes riesgos existentes en encuentra en el Anexo N°1 de la presente nota técnica.

- b) Una vez completada la 1° etapa (letra “a”), se procede a la esquematización de los riesgos existentes a través del uso de un instrumento gráfico (mapa de riesgos), el cual busca fomentar la discusión entre los trabajadores de la o las mesas, y así, aunar los criterios, conocimientos y percepciones de los participantes.

Para la confección del mapa de riesgos, se debe tomar en consideración la información entregada por el formulario de levantamiento de riesgos completado en la etapa anterior, junto con un croquis del lugar de trabajo que incluya el emplazamiento de los elementos que lo conforman (máquinas, equipos). En este croquis se ubicarán adhesivos que permitan reconocer visualmente el tipo de riesgo existente, junto con su clasificación correspondiente, según la siguiente esquematización<sup>10</sup>:

**Figura N°1:**

*Simbología para representar los riesgos en el mapa*



Las letras “XX” de la figura N°1 corresponden al tipo de riesgo detectado, las cuales serán asignadas según lo siguiente:

Tipos de riesgo	Simbología
Higiénicos	RH
De Seguridad	RS
Ergonómicos	RE
Psicosociales	RP

La zona de fondo degradada de la figura N°1 corresponderá a la clasificación del riesgo, la cual se diferenciará a través de colores según lo siguiente:

- Color amarillo en caso de un “riesgo leve”.
- Color naranja en caso de un “riesgo moderado”.
- Color rojo en caso de un “riesgo grave”.

Un ejemplo de identificación de riesgos para una empresa en particular, se presenta en el Anexo N°3 de la presente nota técnica.

<sup>10</sup> La visualización de los riesgos identificados en el lugar de trabajo analizado, deja en evidencia donde se debería priorizar la intervención preventiva.

## 6. CONCLUSIÓN

En el Chile de los años 90', el Modelo Obrero fue adaptado para ser implementado en distintos rubros<sup>11</sup>, obteniéndose resultados satisfactorios. A partir de esto, los trabajadores fueron conscientes de las condiciones laborales que los rodean y les permitió generar conocimiento sobre la importancia de la salud y seguridad laboral, por ejemplo, asumir que la existencia de riesgos en los ambientes de trabajo puede derivar en la generación de accidentes o enfermedades en los trabajadores. Por lo tanto, promover una metodología que incluya la participación activa de los trabajadores en temas de prevención de riesgos es ventajoso para las MYPES, ya que además de ser una instancia de capacitación y aprendizaje para éstos, genera conciencia sobre el entorno laboral que los rodea y contribuye, tanto al autocuidado como al cuidado colectivo, produciendo un entorno de trabajo más seguro y saludable.

## 7. AGRADECIMIENTOS

Los autores de la presente nota técnica agradecen la valiosa ayuda y colaboración prestada por la srta. Wilma Ramírez en la confección de ésta, como a su vez también la cooperación técnica respecto a experiencias de aplicación del modelo obrero por parte del Sr. Patrizio Tonelli.

## 8. BIBLIOGRAFÍA

- 8.1. Cárcoba Alonso Ángel, "La Salud no se vende ni se delega, se defiende. El modelo Obrero", Ediciones GPS-MADRID, España, 2007.
- 8.2. Instituto de Salud Pública de Chile, "Guía para la Gestión de los Riesgos Laborales para la Micro y Pequeña Empresa (MYPES)", Chile, 2013.
- 8.3. Instituto de Salud Pública de Chile, "Guía para la Identificación y Evaluación de Riesgos de Seguridad en los Ambientes de Trabajo", Chile, 2013.
- 8.4. Organización Internacional del Trabajo, "Material de formación sobre evaluación y gestión de riesgos en el lugar de trabajo para pequeñas y medianas empresas", Primera edición, 2013.
- 8.5. Organización Panamericana de La Salud, "Para la investigación sobre la salud de los trabajadores", 1993.
- 8.6. Tonelli P., "Para el estudio de la difusión del Modelo Obrero. Tres Historias desde Chile", Chile, 2016.
- 8.7. Código del Trabajo, Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- 8.8. Decreto Supremo N° 40, de 1969: Reglamento sobre previsión de riesgos profesionales, Ministerio del Trabajo y Previsión Social.
- 8.9. Decreto Supremo N° 594, de 1969: Reglamento sobre las Condiciones Sanitarias y Ambientales Básicas en los Lugares de Trabajo, Ministerio de Salud.
- 8.10. Ley 16.744, de 1968: Seguro Social contra Riesgos de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, Ministerio del Trabajo y Previsión Social.

11 Tres experiencias chilenas: En el Comedor Acogedor de la Mujer Trabajadora de Patronato, en la Confederación Minera de Chile y en el Hospital Sotero del Río (enfermeras). Patrizio Tonelli, "Para el estudio de la difusión del Modelo Obrero. Tres Historias desde Chile"

## ANEXO N° 1:

### TIPOS DE RIESGOS DETECTADOS

Clasificación del riesgo	Definición	Ejemplos
Higiénicos (R.H)	Corresponden a aquellos con probabilidad de generar alteraciones en la salud de las/os trabajadoras/es (enfermedades, intoxicaciones), debido a la exposición a contaminantes durante la realización del trabajo.	Físicos, químicos, biológicos (ver tabla Clasificación de los riesgos higiénicos)
De Seguridad (R.S)	Están asociados a la probabilidad de generar lesiones inmediatas a las/os trabajadoras/es (accidentes) durante la realización del trabajo.	(Ver tabla Clasificación de riesgos de seguridad)
Ergonómicos (R.E)	Corresponden a todos aquéllos que produzcan daño en el cuerpo de una persona a raíz de esfuerzos o exigencias físicas producto de su actividad laboral	(ver tabla Clasificación de los riesgos ergonómicos)
Psicosociales (R.P)	Corresponden a todos aquéllos que produzcan daño en la psiquis de una persona, producto de las condiciones laborales y sociales que rodean su trabajo específico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experiencias traumáticas</li> <li>- Violencia física y/o psicológica</li> <li>- Exigencia de esconder emociones</li> <li>- Carga de trabajo</li> <li>- Otros</li> </ul>

### TABLA N° 1:

#### CLASIFICACIÓN DE LOS RIESGOS HIGIÉNICOS

Clasificación	Definición	Ejemplos
Físicos	Este grupo está formado por agentes de naturaleza física (energías), que cuando entran en contacto con las personas pueden tener efectos nocivos sobre su salud, dependiendo de su intensidad, tiempo de exposición y susceptibilidad personal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ruido</li> <li>- Vibraciones</li> <li>- Temperaturas anormales</li> <li>- Humedad</li> <li>- Radiaciones ionizantes y no ionizantes</li> </ul>
Químicos	Conformados por todos aquellos elementos y sustancias que al estar en contacto con el organismo (inhalación, ingestión, vía cutánea y parental), pueden producir intoxicación, quemaduras, irritación o lesiones sistémicas, dependiendo de la concentración, tiempo de exposición y susceptibilidad personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Humos, Fibras y Polvos</li> <li>- Nieblas y rocíos</li> <li>- Gases y Vapores</li> </ul>
Biológicos	Se refiere a todos aquellos riesgos de origen biológico (microorganismos, toxinas, secreciones biológicas, tejidos y órganos corporales humanos, animales y vegetales) presentes en determinados ambientes laborales, que al entrar en contacto con el organismo pueden desencadenar enfermedades infectocontagiosas, reacciones alérgicas o también intoxicaciones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Virus</li> <li>- Bacterias</li> <li>- Hongos</li> <li>- Parásitos</li> <li>- Pelos de animal</li> </ul>



**TABLA N° 2:**  
CLASIFICACIÓN DE LOS RIESGOS DE SEGURIDAD

Clasificación	Definición	Ejemplos
Caídas de Personas	Se refieren a aquellos riesgos que implican el impacto de una persona contra la superficie correspondiente al suelo u otro medio.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caídas al mismo nivel</li> <li>- Caídas de distinto nivel</li> <li>- Caídas al agua</li> </ul>
Contacto con Objetos	Abarca todos aquellos riesgos referidos a lesiones producidas por la interacción de una persona con objetos de diversa naturaleza como maquinarias, herramientas, entre otros.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atrapamientos</li> <li>- Caída de objetos</li> <li>- Cortes por objetos</li> <li>- Choque contra objetos o herramientas corto-punzantes</li> </ul>
Contacto con seres vivos	Son aquellos riesgos que producen lesiones cuando se interactúa con otras personas, animales o insectos. Entre las lesiones más frecuentes se encuentran mordeduras, picaduras.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contacto con personas</li> <li>- Contacto con animales y/o insectos</li> </ul>
Contacto con energía eléctrica	Se refiere a la interacción de las personas con fuentes tensionadas. Este tipo de riesgos siempre serán tratados como graves.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contactos directos e indirectos con baja tensión</li> <li>- Contacto directo e indirectos con alta tensión</li> </ul>
Contacto con Sustancias Químicas	Se refiere al contacto con aquellas sustancias, como ácidos y bases, las cuales son capaces de producir lesiones inmediatas en la zona del cuerpo humano con la que han tenido contacto (quemaduras, irritaciones, entre otros).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contacto con sustancias cáusticas y/o corrosivas</li> <li>- Entre otras</li> </ul>
Exposición a ambientes altamente nocivos	Este tipo de riesgos se refieren al contacto con concentraciones elevadas de agentes higiénicos, que en vez de provocar enfermedades crónicas, causan lesiones que van desde desmayos hasta la muerte. Por lo general, esta situación se da en dependencias consideradas como espacios confinados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhalación en atmósferas con déficit de oxígeno</li> <li>- Exposición a radiaciones ionizantes y no ionizantes</li> <li>- Inhalación de sustancias nocivas</li> </ul>
Contacto con elementos que se proyectan	Se refiere a aquellos riesgos derivados de la fragmentación de objetos a alta velocidad, derivados del proceso productivo o por alguna circunstancia anómala, como explosiones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explosiones</li> <li>- Proyección de fragmentos, partículas o líquidos</li> </ul>
Contacto con/ en vehículos en movimiento	Se refiere a la interacción de las personas con vehículos, los cuales forman parte de una actividad productiva, como grúas, montacargas, entre otros.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atropellos o golpes con vehículos.</li> <li>- Choques, colisiones o volcamientos al interior de vehículo.</li> </ul>

**TABLA N° 3:**  
CLASIFICACIÓN DE LOS RIESGOS ERGONÓMICOS

Clasificación	Definición	Ejemplos
Postura Forzada o Sobrecarga Postural	Se refiere los riesgos asociados a las posturas en que los trabajadores desempeñan sus labores, incluyéndose las posturas estáticas, uso de los segmentos o extremidades en posición extrema y el tiempo que permanecen en dichas condiciones.	Trabajo de pie, sentado, en cuclillas, arrodillado durante periodos prolongados Tronco inclinado hacia adelante, a los lados, o en torsión Trabajos sobre el nivel del hombro o bajo las rodillas Trabajos que obliguen a permanecer en posturas extremas de las extremidades superiores e inferiores Entre otros
Manejo o Manipulación Manual de Carga (MMC)	Se refiere a aquellos riesgos que incluyen esfuerzos para movilizar cargas con el solo uso de la fuerza humana, sin apoyo de sistemas mecanizados.	Levantamiento y descenso de carga Traslado de cargas Arrastre y empuje
Trabajo repetitivo de extremidad superior	Son aquellos riesgos derivados del uso intensivo de las extremidades superiores al realizar las tareas laborales. En éstos se contemplan, entre otros, el tiempo de exposición, los esfuerzos físicos, las posturas extremas y el tiempo destinado al descanso.	Repetitividad Postura forzada Fuerza Tiempo de recuperación insuficiente

## ANEXO N°2

### FORMULARIO DE LEVANTAMIENTO DE RIESGOS

Empresa		Integrantes mesa de trabajo	
Rubro			
N° de trabajadores			
Fecha			

Lugar donde fue detectado el riesgo	Tipo Riesgo detectado (S,H,E,P)	N° de trabajadores expuestos	Fuente del Riesgo	Clasificación del riesgo (L,M,G)	Comentarios

### ANEXO N°3:

#### EJEMPLO PRÁCTICO IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS

Empresa	xxxxx	Integrantes mesa de trabajo	Xxxxx
Rubro	Mueblería		xxxxxxx
N° de trabajadores	8		xxxxxx
Fecha	10/08/2018		

Lugar donde fue detectado el riesgo	Tipo Riesgo detectado (S,H,E,P)	N° de trabajadores expuestos	Fuente del Riesgo	Clasificación del riesgo (L,M,G)	Comentarios
Sección producción/ Sub área Corte	Higiénico Físico: Exposición a ruido	3	Funcionamiento de máquinas del área de producción	G	Las máquinas emiten mucho ruido, ya que impide conversar y entender lo que dice el compañero.
	De Seguridad: Contacto con Objetos	3	Funcionamiento de máquinas del área de producción; Manipulación de Planchas de madera.	G	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las manos quedan atrapadas entre la madera y el mesón.</li> <li>Nos golpeamos en la punta de la mesa</li> <li>Nos podemos cortar las manos ya que la máquina no tiene protección</li> <li>Nos podemos golpear los pies cuando se caen las planchas de madera</li> </ul>
	De Seguridad: Caída de Personas	3	Aserrín proyectado al piso por el corte de planchas de madera	L	El piso queda resbaloso con el aserrín que sale de los cortes, el cual no se retira hasta finalizada la jornada.
	De Seguridad: Contacto con elementos que se proyectan	3	Partículas de madera proyectadas por el corte de planchas de madera	M	Entra aserrín a los ojos y la boca.
	Higiénico Físico: Exposición a vibraciones	1	Uso del taladro de columna	L	Se me presenta un leve cosquilleo al taladrar, como si se me durmiera un poco la mano, pero luego se me pasa (por suerte sólo hago esta pega una hora al día)
	Higiénico Químico: Exposición a Aerosoles	3	Polvo de madera en suspensión producto del corte de planchas de madera	M	Respiramos aire con polvo de madera, ya que cortamos piezas todo el día

Sección producción/ Sub área, pintado	Higiénico Químico: Exposición a Aerosoles Líquidos y Vapores	1	Pintura	G	Entra pintura a la vía respiratoria, lo que se agrava ya que no se cuenta con ventilación en la sala.
	De Seguridad: Caída de Personas	1	Pintura	M	Queda resbaloso el suelo, me puedo caer.
	De Seguridad: Contacto con elementos que se proyectan	1	Pintura	L	Me da la sensación que la pintura es inflamable, por lo que sólo fumo lejos del área
	De Seguridad: Contacto con Sustancias químicas	1	Pintura	M	A veces me olvido del traje de protección y mi piel de ve afectada por la pintura
Sección producción/ Sub área ensamble	Ergonómico: Manejo Manual de Carga	2	Planchas de madera (carga)	M	Nos toca levantar cargas pesadas, pero por suerte, son pocas veces al día
	De Seguridad: Contacto con Objetos	2	Herramientas manuales; planchas de madera	G	Las manos se golpean con el martillo u otras herramientas. Las manos se golpean con las tablas y también contra la mesa.
	Ergonómico: Postura forzada o sobrecarga postural	2	Posturas	L	Nos toca mover cosas en el mesón, estando parado todo el día
Área de Oficinas	Ergonómico: Trabajos con uso intensivo de extremidad superior	2	Uso de extremidad superior	L	Nos duelen las manos y algunas articulaciones después de usar el PC todo el día acá en la oficina.

