


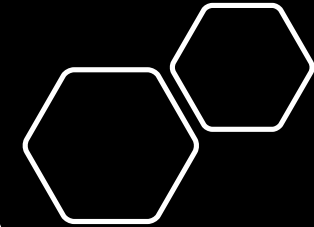


de espalda	Primer dígito del Código de postura.
bajador está alineado con	 <p data-bbox="952 470 974 502">1</p>
ronco. Aunque el método no de qué ángulo se da esta de considerarse que ocurre mayores de 20° (Mattila et al.,	 <p data-bbox="952 718 974 750">2</p>
co e inclinación lateral	 <p data-bbox="952 965 974 997">3</p>
(o inclinación) de	 <p data-bbox="952 1212 974 1244">4</p>

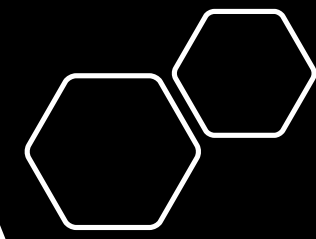
de las posiciones de la espalda



Posición de los brazos	Segundo dígito del Código de postura.
<p>Los dos brazos bajos</p> <p>Ambos brazos del trabajador están situados bajo el nivel de los hombros.</p>	 <p>1</p>
<p>Un brazo bajo y el otro elevado</p> <p>Un brazo del trabajador está situado bajo el nivel de los hombros y el otro, o parte del otro, está situado por encima del nivel de los hombros.</p>	 <p>2</p>
<p>Los dos brazos elevados</p> <p>Ambos brazos (o parte de los brazos) del trabajador están situados por encima del nivel de los hombros.</p>	 <p>3</p>



Posición de las piernas	Tercer dígito del Código de postura
 Sentado	1
 De pie con las dos piernas rectas con el peso equilibrado entre ambas	2
 De pie con una pierna recta y la otra flexionada con el peso desequilibrado entre ambas	3
 De pie o en cuclillas con las dos piernas flexionadas y el peso equilibrado entre ambas	4
 Aunque el método no explicita a partir de qué ángulo de la otra pierna puede considerarse que ocurre para ángulos muy pequeños inferiores a 150°, (Harris et al., 1998). Ángulos mayores serán considerados piernas rectas.	5
 De pie o en cuclillas con las dos piernas flexionadas y el peso desequilibrado entre ambas	6
 Puede considerarse que ocurre para ángulos muy pequeños inferiores a 150°, (Harris et al., 1998). Ángulos mayores serán considerados piernas rectas.	7
 Arrodillado	8
 El trabajador apoya una o las dos patas en el suelo	9
 Andando	0



Cargas y fuerzas soportadas	Cuarto dígito del Código de postura.
Menos de 10 Kilogramos.	1
Entre 10 y 20 Kilogramos	2
Más de 20 kilogramos	3

Tabla 4. Codificación de la carga y fuerzas soportadas

	Cerca del cuerpo	Lejos del cuerpo
Altura de la vista	13 Kg	7 Kg
Encima del codo	19 Kg	11 Kg
Debajo del codo	25 Kg	13 Kg
Altura del muslo	20 Kg	12 Kg
Altura de la pantorrilla	14 Kg	8 Kg

