

<i>Logo de la Organización</i> <i>Nombre de la Organización</i>	EVALUACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN EL MÉTODO OWAS	Página 1 de 21
	PG-SST-026	Revisión #: 0 Fecha (mm/dd/aaaa):

CONTROL DOCUMENTAL	
Reemplaza al documento:	
Fecha de implementación (mm/dd/aaaa):	

APROBACIÓN DEL DOCUMENTO			
	Nombre y Título	Firma	Fecha (mm/dd/aaaa)
Autor			
Revisado por			
Aprobado por			

Logo de la Organización Nombre de la Organización	EVALUACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN EL MÉTODO OWAS	Página 2 de 21
	PG-SST-026	Revisión #: 0 Fecha (mm/dd/aaaa):

Contenidos

1OBJETO.....	3
2ALCANCE.....	3
3DEFINICIONES.....	3
4RESPONSABILIDAD Y AUTORIDAD.....	3
5DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES.....	3
5.1INTRODUCCIÓN.....	3
5.2APLICACIONES DEL MÉTODO OWAS.....	4
5.3PROCEDIMIENTO DEL MÉTODO OWAS.....	5
5.3.1DETERMINACIÓN DE LAS FASES DE LA ACTIVIDAD LABORAL A EVALUAR.....	7
5.3.2OBSERVACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEL TRABAJADOR Y SELECCIÓN DE LAS TAREAS Y POSTURAS A EVALUAR.....	7
5.3.3CODIFICACIÓN DE LAS POSTURAS A EVALUAR.....	8
5.3.3.1CODIFICACIÓN DE LA POSICIÓN DE LA ESPALDA.....	9
5.3.3.2CODIFICACIÓN DE LA POSICIÓN DE LOS BRAZOS.....	10
5.3.3.3CODIFICACIÓN DE DE LA POSICIÓN DE LAS PIERNAS.....	11
5.3.3.4CODIFICACIÓN DE DE LAS CARGAS Y FUERZAS SOPORTADAS.....	13
5.3.3.5CODIFICACIÓN DE DE LA FASE.....	13
5.3.4ASIGNACIÓN DE LAS POSTURAS A UNA CATEGORIA DE RIESGO	14
5.3.5EVALUACIÓN DE LAS POSTURAS.....	15
5.3.6INTERPRETACIÓN DE LAS CATEGORÍAS DE RIESGO.....	17
5.4EJEMPLO PRÁCTICO.....	18
6REFERENCIAS.....	20
7FORMULARIOS.....	21
8ANEXOS.....	21
9CAMBIOS EN EL DOCUMENTO.....	21
9.1IDENTIFICACIÓN DE LOS CAMBIOS EN EL DOCUMENTO.....	21
9.2JUSTIFICACIÓN DE LOS CAMBIOS EN EL DOCUMENTO.....	21

Logo de la Organización Nombre de la Organización	EVALUACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN EL MÉTODO OWAS	Página 6 de 21
	PG-SST-026	Revisión #: 0 Fecha (mm/dd/aaaa):

el puesto, definiendo, de esta forma, una guía de actuaciones para el rediseño de la tarea evaluada.

La aplicación del método OWAS consta de los siguientes pasos:

1. Determinar si la observación de la tarea debe ser dividida en varias fases o etapas, con el fin de facilitar la observación (Evaluación Simple o Multi-fase).
2. Establecer el tiempo total de observación de la tarea (entre 20 y 40 minutos).
3. Determinar la duración de los intervalos de tiempo en que se dividirá la observación (el método propone intervalos de tiempo entre 30 y 60 segundos.)
4. Identificar, durante la observación de la tarea o fase, las diferentes posturas que adopta el trabajador. Para cada postura, determinar la posición de la espalda, los brazos y piernas, así como la carga levantada.
5. Codificar las posturas observadas, asignando a cada posición y carga los valores de los dígitos que configuran su "Código de postura" identificativo.
6. Calcular para cada "Código de postura", la Categoría de riesgo a la que pertenece, con el fin de **identificar aquellas posturas críticas o de mayor nivel de riesgo para el trabajador**. El cálculo del porcentaje de posturas catalogadas en cada categoría de riesgo, puede resultar de gran utilidad para la determinación de dichas posturas críticas.
7. Calcular el porcentaje de repeticiones o frecuencia relativa de cada posición de la espalda, brazos y piernas con respecto a las demás. (Nota: el método OWAS no permite calcular el riesgo asociado a la frecuencia relativa de las cargas levantadas, sin embargo, su cálculo puede orientar al evaluador sobre la necesidad de realizar un estudio complementario del

Logo de la Organización Nombre de la Organización	EVALUACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN EL MÉTODO OWAS	Página 7 de 21
	PG-SST-026	Revisión #: 0 Fecha (mm/dd/aaaa):

levantamiento de cargas) .

8. **Determinar**, en función de la frecuencia relativa de cada posición, **la Categoría de riesgo a la que pertenece cada posición de las distintas partes del cuerpo** (espalda, brazos y piernas), con el fin de identificar aquellas que presentan una actividad más crítica.
9. Determinar, en función de los riesgos calculados, las acciones correctivas y de rediseño necesarias.
10. En caso de haber introducido cambios, evaluar de nuevo la tarea con el método OWAS para comprobar la efectividad de la mejora.

5.3.1 DETERMINACIÓN DE LAS FASES DE LA ACTIVIDAD LABORAL A EVALUAR

En aquellos casos en los que se desee evaluar un puesto de trabajo donde se realicen actividades muy diversas, es posible agrupar en distintas fases las actividades que persigan un objetivo común.

Por ejemplo, en la evaluación de las posturas adoptadas durante el lavado industrial de prendas de vestir, es posible agrupar las actividades y las posturas adoptadas en las mismas en dos fases:

1. Fase 1 ó Fase de Lavado
2. Fase 2 ó Fase de Secado.

5.3.2 OBSERVACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEL TRABAJADOR Y SELECCIÓN DE LAS TAREAS Y POSTURAS A EVALUAR

La aplicación del método OWAS comienza con la observación de la actividad del trabajador durante varios ciclos de trabajo.

A partir de esta observación se deben seleccionar las tareas y posturas más significativas, bien por su duración, bien por presentar, a priori, una mayor carga

Logo de la Organización Nombre de la Organización	EVALUACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN EL MÉTODO OWAS	Página 21 de 21
	PG-SST-026	Revisión #: 0 Fecha (mm/dd/aaaa):

7 FORMULARIOS

Formulario #	Revisión #	Título
FO-SST-026001	0	Evaluación Método OWAS

8 ANEXOS

9 CAMBIOS EN EL DOCUMENTO

9.1 IDENTIFICACIÓN DE LOS CAMBIOS EN EL DOCUMENTO

Revisión #	Descripción de los Cambios	Cambio #	Fecha de implementación (dd/mm/aaaa)

9.2 JUSTIFICACIÓN DE LOS CAMBIOS EN EL DOCUMENTO