

Logo de la Organización Nombre de la Organización	EVALUACIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN EL MÉTODO OCRA ABREVIADO	Página 1 de 24
	PG-SST-027	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 OCRA ABREVIADO	Página 2 de 24
	PG-SST-027	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 OCRA.....	4
5.3PROCEDIMIENTO DEL MÉTODO OCRA.....	5
5.3.1EVALUACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO DE UN PUESTO DE TRABAJO.....	6
5.3.1.1EVALUACIÓN DE LA DURACIÓN NETA DEL MOVIMIENTO REPETITIVO Y LA DURACIÓN NETA DEL CICLO DE TRABAJO.....	6
5.3.1.2CÁLCULO DEL FACTOR DE RECUPERACIÓN.....	7
5.3.1.3CÁLCULO DEL FACTOR DE FRECUENCIA.....	9
5.3.1.4CÁLCULO DEL FACTOR DE FUERZA.....	11
5.3.1.5CÁLCULO DEL FACTOR DE POSTURA.....	14
5.3.1.6CÁLCULO DE LOS FACTORES ADICIONALES.....	16
5.3.1.7CÁLCULO DE LA DURACIÓN.....	17
5.3.2CÁLCULO DEL ÍNDICE CHECK LIST OCRA.....	18
5.3.3VALORACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO DE UN PUESTO DE TRABAJO.....	18
5.3.4EVALUACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO DE UN TRABAJADOR QUE OCUPA UN ÚNICO PUESTO DE TRABAJO.....	19
5.3.5EVALUACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO ASOCIADO A UN CONJUNTO DE PUESTOS DE TRABAJO.....	20
5.3.6EVALUACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO ASOCIADO A UN TRABAJADOR QUE ROTA ENTRE UN CONJUNTO DE PUESTOS DE TRABAJO.....	20
5.3.7EVALUACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO ASOCIADO A UN TRABAJADOR QUE ROTA ENTRE UN CONJUNTO DE PUESTOS DE TRABAJO AL MENOS UNA VEZ CADA HORA	21
5.3.8EVALUACIÓN DEL RIESGO INTRÍSECO ASOCIADO A UN TRABAJADOR QUE ROTA ENTRE UN CONJUNTO DE PUESTOS DE TRABAJO MENOS DE UNA VEZ CADA HORA	22
6REFERENCIAS.....	23
7FORMULARIOS.....	23
8ANEXOS.....	23
9CAMBIOS EN EL DOCUMENTO.....	23
9.1IDENTIFICACIÓN DE LOS CAMBIOS EN EL DOCUMENTO.....	23
9.2JUSTIFICACIÓN DE LOS CAMBIOS EN EL DOCUMENTO.....	24