

# Riesgo Biomecánico por Manejo Manual de Carga en la Industria de la Construcción

ORTIZ, César Alberto

*Universidad de las Américas  
hassang331@gmail.com*

## Resumen

El manejo manual de carga es el desplazamiento de objetos animados o inanimados de un lugar a otro utilizando las manos. El 55% de los trabajadores declaran manipular cargas pesadas siempre, casi siempre o a menudo durante su jornada laboral, manifestando principalmente dolencias en la región lumbar. Cabe destacar que los problemas de origen ergonómico representan gastos financieros importantes para la seguridad social. El estudio analiza un grupo de 38 constructoras en el distrito de Santiago, Veraguas, entre junio y agosto de 2016.

La presión ejercida sobre el disco intervertebral es mayor cuanto más aumenta el ángulo del tronco. La fuerza de presión máxima que soporta el disco intervertebral antes de herniarse es de 4 KN, unos 409 Kg.

De todos los elementos que componen la MMC la que presenta mayor incidencia es la técnica de levantamiento, la cual produce una fuerza longitudinal que atraviesa la columna vertebral habilitando la posibilidad de sufrir lesión muscular o a nivel del disco intervertebral. El 70% de los trabajadores manifiesta tener afectaciones en la espalda baja, lo cual expresa la urgente necesidad de incorporar los criterios técnicos de seguridad vigente y la incorporación de programas de medicina ocupacional.

**Palabras clave:** espalda baja, medicina ocupacional, presión, lesión muscular