

LA EXPOSICIÓN A VIBRACIONES

La operación repetida de maquinaria, herramientas o equipos que producen vibraciones puede tener graves efectos en la salud a corto, mediano y largo plazo.

En el ambiente laboral, y con base en la NOM-024-STPS-2001, el tipo de exposición se clasifica de dos formas:

- Vibraciones mano-brazo: Producidas por herramientas eléctricas o manuales (ej. martillos neumáticos, pulidoras).
- Vibraciones cuerpo entero: Generadas por maquinaria móvil (ej. camiones, tractores, montacargas).



SECTORES MÁS EXPUESTOS

- Minería
- Servicios públicos
- Construcción o ingeniería civil
- Fundidoras
- Manufactura automotriz
- Industria forestal o maderera
- Agricultura y silvicultura
- Mantenimiento de parques, jardines, terrenos, etc.
- Construcción y reparación naval

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

USO ADECUADO DEL EQUIPO

- Sigue las instrucciones del fabricante para herramientas y asientos.
- Ajusta el asiento y cuida tu postura para reducir los impactos.



MANTENIMIENTO

- Reporta fallas en herramientas y vehículos.
- Participa en programas de mantenimiento preventivo.



EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

- Procura guantes antivibratorios para herramientas manuales.
- Si se te proporciona, también utiliza calzado con amortiguación en operaciones de maquinaria.



MANTENTE ATENTO

- Procura no superar los tiempos de exposición de la NOM-024-STPS-2001.
- Participa en las capacitaciones y evaluaciones para vigilar tu salud.



DESCARGA ESTE FOLLETO AQUÍ:



 grupo-micro analisis.com

 (55) 57 68 77 44



PROTÉGETE DE LAS VIBRACIONES EN EL AMBIENTE LABORAL

- **Vibraciones de mano-brazo y cuerpo completo.**
- **Efectos a la salud.**
- **Medidas de prevención.**
- **Sectores más expuestos.**



GRUPO MICROANÁLISIS

EXPERIENCIA Y CALIDAD CERTIFICADA

EFFECTOS A LA SALUD POR VIBRACIONES

CUERPO COMPLETO

Las vibraciones de cuerpo entero o completo son un riesgo laboral común en muchas industrias, sobre todo en aquellas que emplean vehículos y maquinaria pesada. La exposición prolongada de los trabajadores a este fenómeno puede causar una serie de problemas de salud a corto y largo plazo.



NEUROLÓGICOS

- Sensación constante de cansancio.
- Desorden del sueño.
- Pérdida del equilibrio.



VISIÓN

- Deterioro.



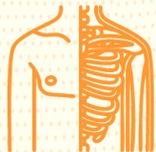
CARDIOVASCULARES

- Problemas de hipertensión y circulación.



ESTOMACALES

- Indigestión y acidez estomacal.
- Disminución del apetito.



MUSCULOESQUELÉTICOS

- Dolor en la espalda baja.
- Hernias de disco y degeneración temprana.



Fuentes: CCOHS, NIOSH, Safe Work Australia y ACGIH

MANO-BRAZO

EFFECTOS VASCULARES

Fenómeno de Raynaud: blanqueo de los dedos de la mano en temperaturas bajas.



EFFECTOS MUSCULOESQUELÉTICOS

Tendinitis, artritis, pérdida de fuerza y destreza.



EFFECTOS NEUROLÓGICOS

Insensibilidad en las manos.



SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO

- Pérdida de la fuerza de agarre y destreza de las manos.
- Entumecimiento, dolor en las manos o muñecas que se puede extender hasta el codo.

