# Ergonomics and Manual Handling Stats and Facts – Spanish

## HECHOS

1. La manipulación manual de materiales (MMH) es la causa más común de fatiga laboral y lumbalgia.
2. Las lesiones de espalda suponen aproximadamente un tercio de todas las bajas laborales e incluso más de un tercio de todos los costes de indemnización.
3. Cada año, varios miles de trabajadores quedan discapacitados de forma permanente a causa de las lesiones de espalda. Muchos otros son incapaces de volver a sus antiguos puestos de trabajo.
4. Las lesiones por manipulación manual no se producen de forma aislada. Un mal diseño de los lugares de trabajo y de las actividades también puede contribuir al tipo y a la gravedad de las lesiones.
5. Las evaluaciones de riesgos determinan el riesgo de lesiones por manipulación manual y ayudan a identificar las medidas correctoras necesarias. Los conocimientos médicos y científicos subrayan la importancia de un enfoque ergonómico de la manipulación manual, teniendo en cuenta la naturaleza de la tarea, la carga, el entorno de trabajo y la capacidad individual, así como la participación del trabajador.

## ESTADÍSTICAS

- Según el Ejecutivo de Salud y Seguridad, cada año se lesionan en el trabajo aproximadamente 120.000 personas por incidentes de manipulación manual.
- Más del 30% de las lesiones de la industria de la alimentación y las bebidas notificadas al Ejecutivo de Salud y Seguridad son lesiones por manipulación manual, como por ejemplo lesiones de espalda, lo que representa unas 1.700 lesiones graves al año.

- Las lesiones por manipulación manual están causadas por la manipulación y el levantamiento de objetos: el 60% de las lesiones están relacionadas con el levantamiento de objetos pesados.
- Los sobreesfuerzos y las reacciones corporales fueron la principal causa de lesiones laborales con baja, representando el 36,6% de todos los casos sin baja, incluso más que los resbalones, tropiezos y caídas (24,2%).
- Según la Oficina de Estadísticas Laborales, la espalda fue la parte del cuerpo más frecuentemente afectada en las lesiones del sector privado de 2012 que implicaron días de ausencia del trabajo. Las lesiones de espalda representaron el 19,6% de esas 905.690 lesiones, cifra significativamente superior a la de las manos (13,4%), los hombros (7,5%), las rodillas (8,5%) o la cabeza (5,0%).