



# 30

## SEMANA de la SALUD OCUPACIONAL

Reflexión, madurez y nuevos desafíos

Organiza:

**CSOA**  
CORPORACIÓN DE SALUD  
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

[www.corporacionsoa.co](http://www.corporacionsoa.co)

44° Congreso de Ergonomía, Higiene,  
Medicina y Seguridad Ocupacional.

Hotel Intercontinental Medellín - Colombia  
6, 7 y 8 de noviembre de 2024

## Diseño de Puestos de Trabajo... ¿Diseño para Todos?

### Principios y Herramientas de Ergonomía



**ACHQ**  
Capítulo Antioquia



**SCE** Sociedad  
Colombiana  
de Ergonomía  
Capítulo Antioquia



Sociedad Colombiana  
de Medicina del Trabajo  
Capítulo Antioquia

Organiza:

**CSOA** CORPORACIÓN DE SALUD  
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

**30**  
**SEMANA**  
de la  
**SALUD**  
**OCUPACIONAL**



# Principios de Antropometría.

José Ignacio Gamboa Upegui

## 1. PARA MUCHOS, PARA POCOS O PARA UN GRUPO PARTICULAR DE USUARIOS?



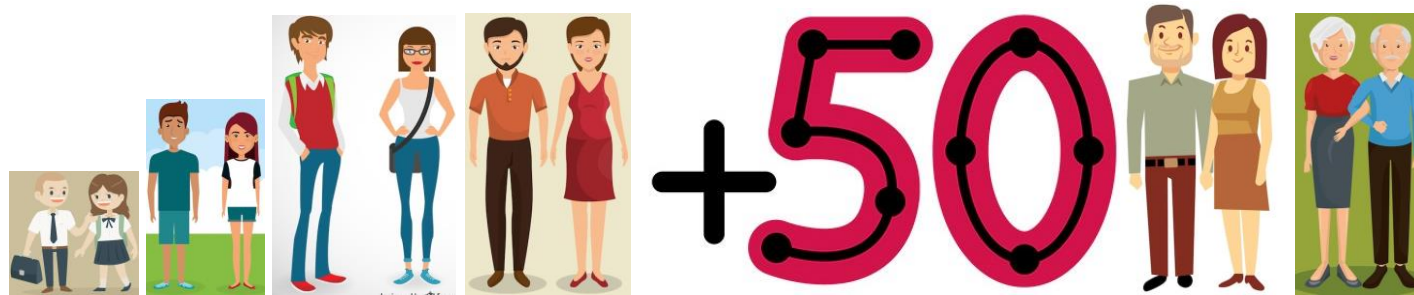
# Antropometría

## 1. PARA MUCHOS, PARA POCOS O PARA UN GRUPO PARTICULAR DE USUARIOS?

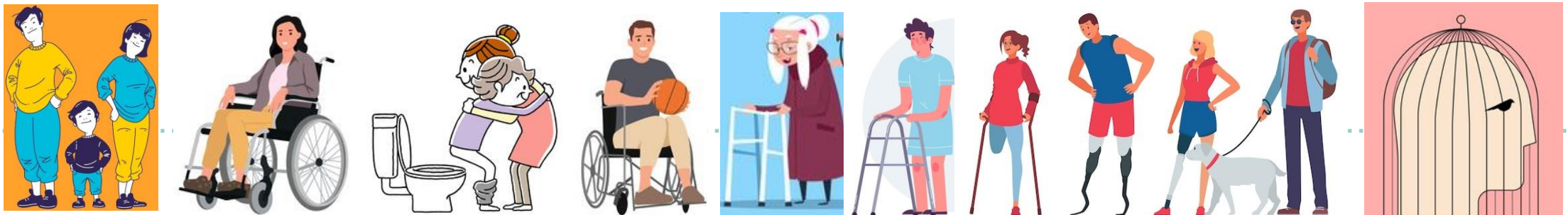
### Genero



### Edad



### Discapacidad

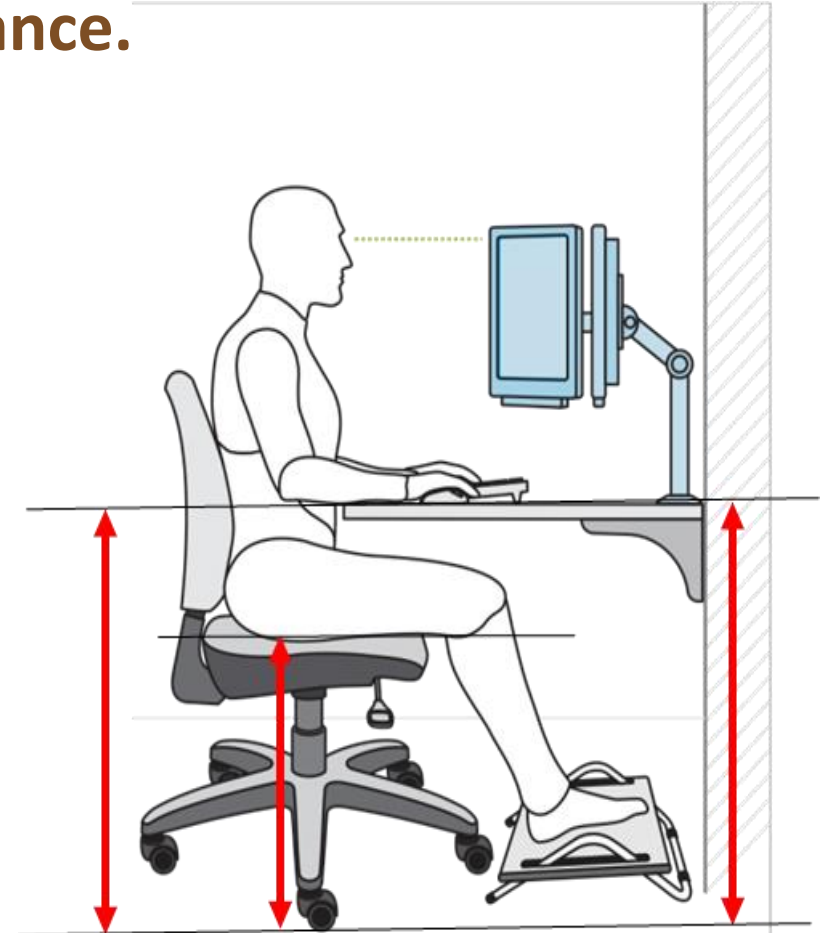


## 2. Que el grande quepa y que el pequeño alcance.



## 2. Que el grande quepa, que el pequeño alcance.

- Alt. Escritorio estándar: 73 cm
- Alt. Mesa comedor: 80 cm
- Alt. codo mujer pequeña (M-P5), talla 149cm : 45 cm
- Alt. codo mujer media (M-P50), talla 156cm : 64 cm
- Alt. codo hombre medio (H-P50), talla 168cm : 68 cm
- Alt. codo hombre grande (H-P95), talla 182cm : 75 cm
- Se requiere subir la altura del asiento
- Al comprar la silla verificar que suba suficientemente

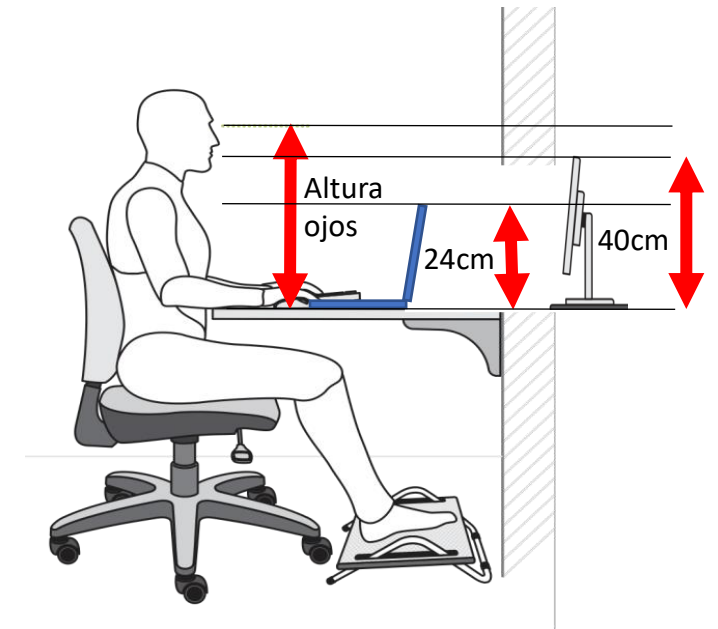


## 3. En relación con todo el cuerpo o con una parte del cuerpo?



## 3. En relación con todo el cuerpo o con una parte del cuerpo?

- Alt. Portátil 13": 24 cm
  - Alt. Monitor 22": 40 cm
  - Alt. ojos mujer pequeña (M-P5), talla 149: 50 cm
  - Alt. ojos mujer media (M-P50), talla 156: 50 cm
  - Alt. ojos hombre medio (H-P50), talla 168: 55 cm
  - Alt. ojos hombre grande (H-P95), talla 182: 56 cm
- 
- Se requiere elevar el portátil: 26 a 32 cm
  - Se requiere elevar el Monitor: 10 a 16 cm



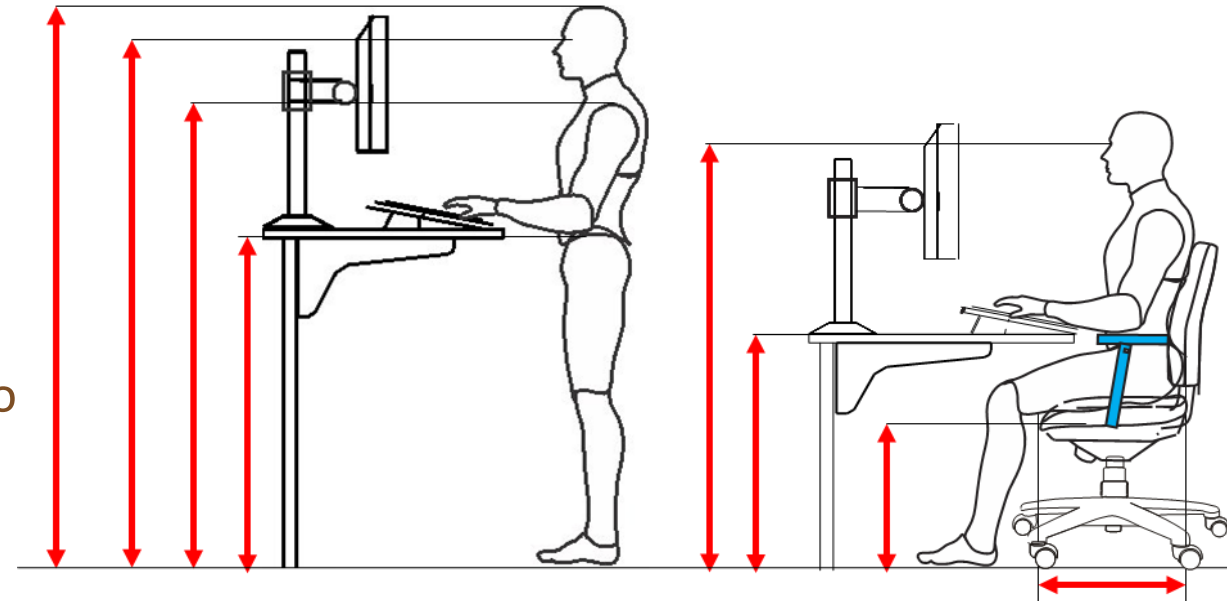


## 4. Que los movimientos del cuerpo y desplazamientos necesarios se puedan realizar.

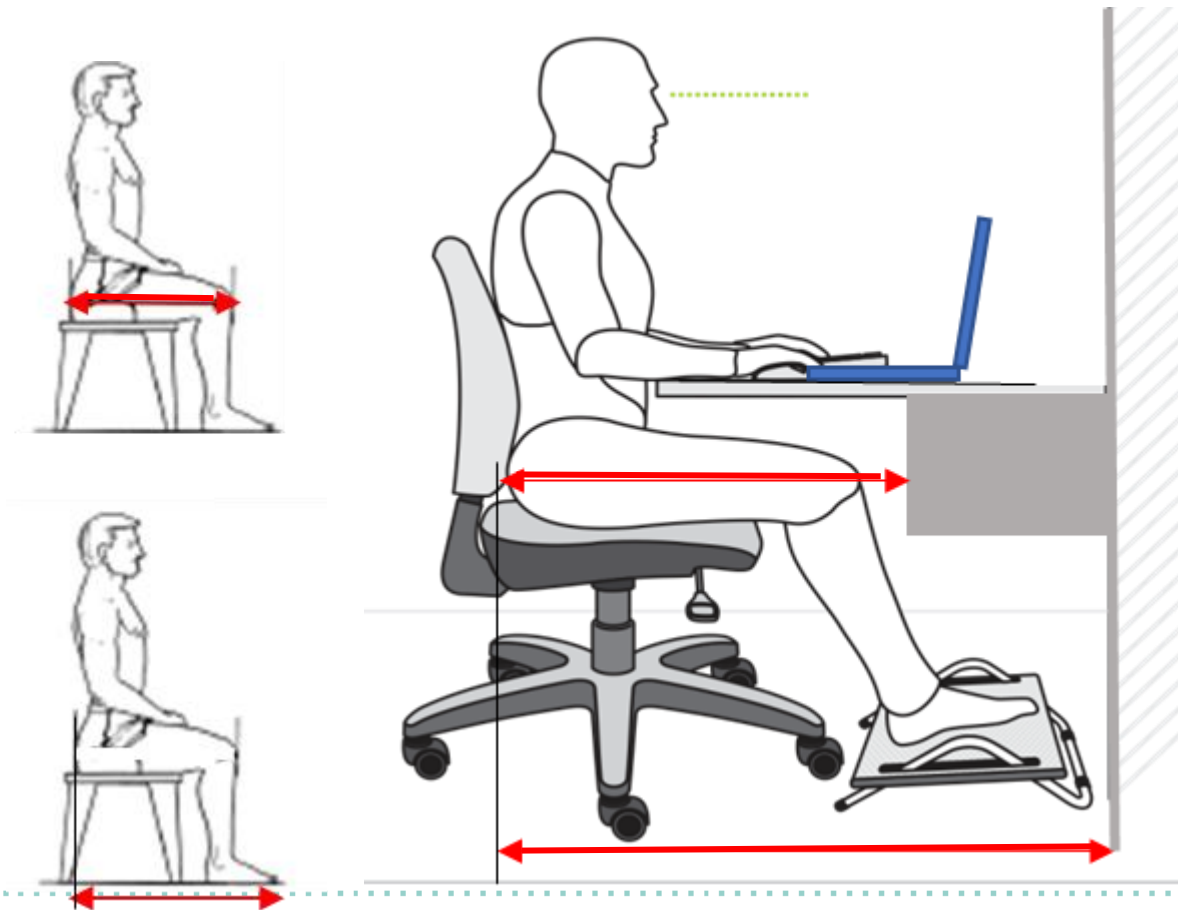


## 5. Balance entre los datos de la población particular a atender, los levantamientos antropométricos y las normas.

- Estatura – Altura de una puerta
- Altura ojos de pie – Altura pantalla
- Altura ojos sentado – Altura pantalla
- Altura acromial – Altura repisa más elevada
- Altura codo de pie – Altura plano de trabajo de pie
- Altura codo sentado – Altura plano de trabajo sentado
- Altura poplítea – Altura asiento
- Largura nalga-poplítea – Profundidad del asiento

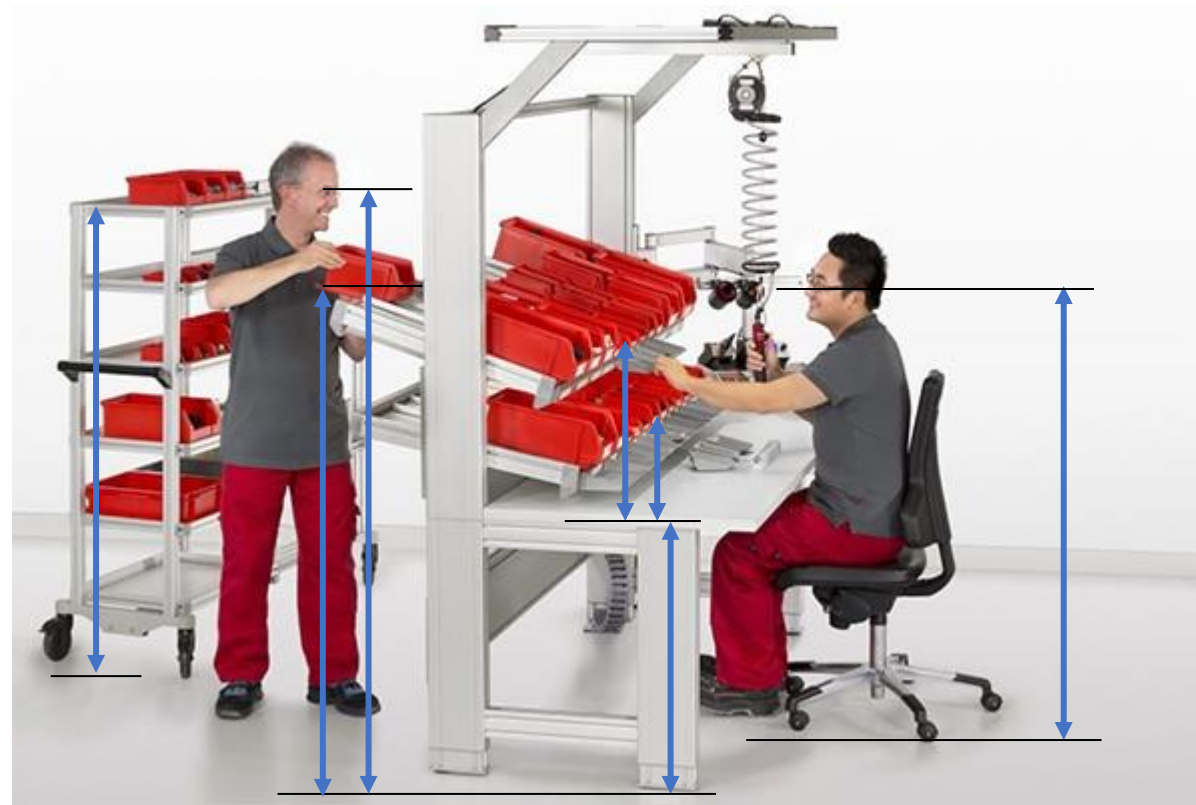


## 6. Balance entre el espacio necesario y el espacio disponible.

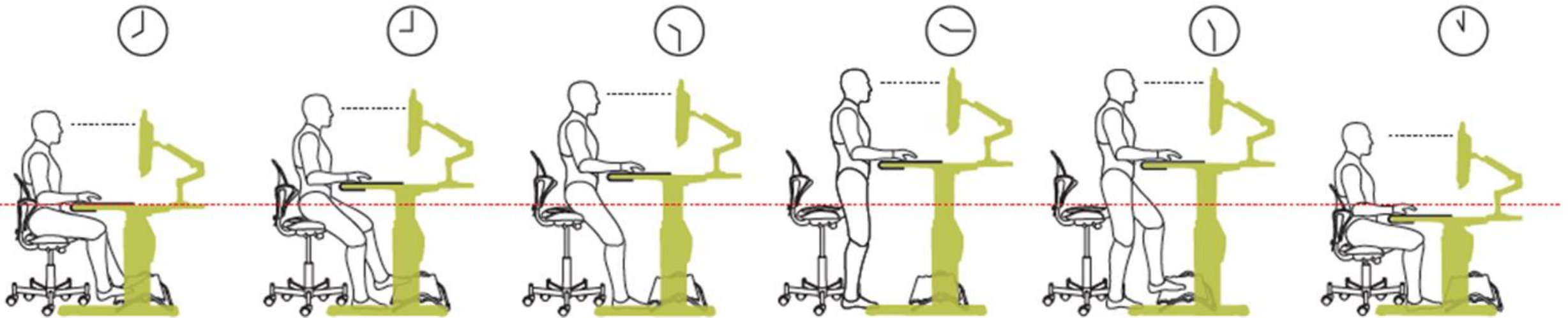


## 7. Límites operacionales posibles y ángulos de confort.

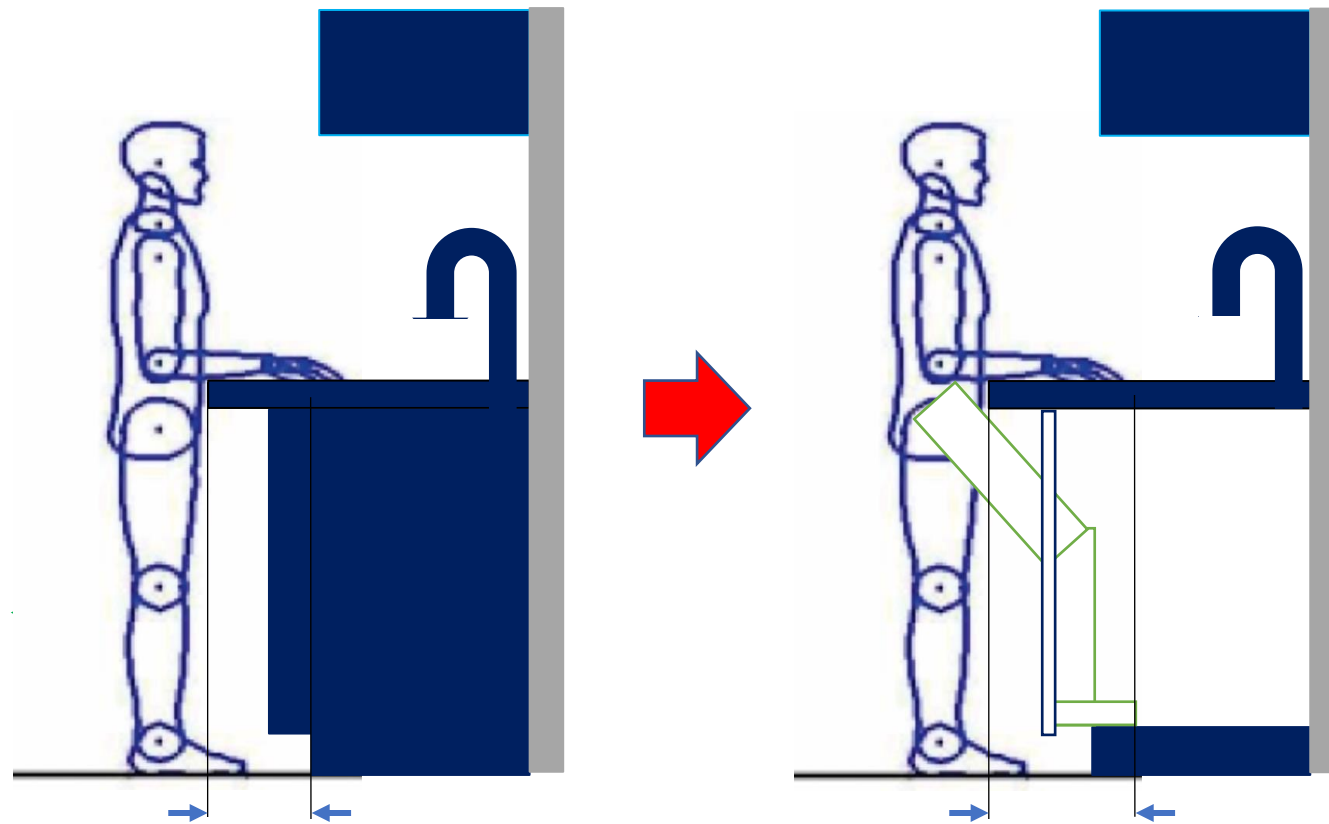
- Altura repisas
- Altura elementos a ubicar
- Peso de elementos a ubicar
- Rotaciones
- Frecuencia



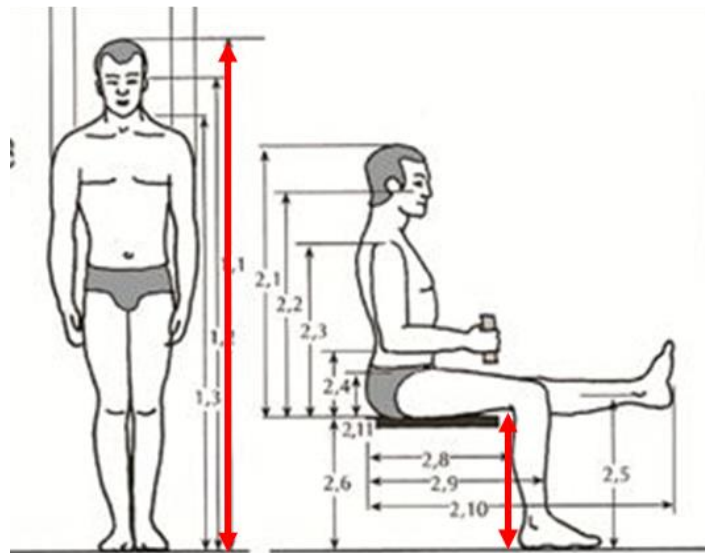
## 8. La mejor postura es la siguiente.



8. La mejor postura es la siguiente.



## 9. Tener en cuenta las tolerancias.



## 10. Tener en cuenta que el mobiliario regularmente no cumple con datos antropométricos teóricos.

- Muy pocos proveedores tienen departamentos de Investigación y Desarrollo.
- Generalmente los diferentes proveedores del mercado toman referencia del líder.
- Así el mercado se va unificando, manejándose conceptos como:

“es lo acostumbrado comercialmente”.





Organiza:

**CSOA** CORPORACIÓN DE SALUD  
OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

**3**  
**SEMANA**  
de la  
**SALUD**  
**OCUPACIONAL**

**Soy,  
pertenezco a,  
me siento a gusto,  
soy tenido en cuenta.**

**¡Muchas Gracias!**

**José Ignacio Gamboa Upegui**  
**[gerente.cinnergia@gmail.com](mailto:gerente.cinnergia@gmail.com)**

**+57 310 575 41 72**