



SERVICIO MÉDICO

Área de fisioterapia

ERGONOMIA EN EL PUESTO DE TRABAJO





DESCRIPCIÓN DEL SERVICIO



Establecer población de riesgo



Determinar patrones lesivos derivados de la actividad laboral



Entrevista con trabajador



Grupos de ejercicio terapéutico



Formación higiene postural y ergonomía de su especialidad



MAPEO PERSONAL

DEPARTAMENTO	Nº	%
MAINTENANCE DIRECT	79	41,57
OPERATIONS	56	29,47
OPERATIONS BLUE	23	12,10
MAINTENANCE INDIRECT	15	7,89
PROCUREMENT	3	1,57
SAFETY	3	1,57
COMMERCIAL	2	1,05
FACILITIES	2	1,05
HUMAN RESOURCES	2	1,05
PAYROLL	2	1,05
WAY OF WORKING	1	0,52
IT	1	1,05
GENERAL MANAGER	1	1,05
TOTAL	190	



MAINTENANCE DIRECT

Electrical Technician Of.1	17
Electrical Technician Of.2	7
Mechanical Technician Of.1	23
Mechanical Technician Of.2	15
Shift Supervisors	5
Storekeeper	6
Welder Technician Of.1	3
Welder Technician Of.2	3
TOTAL	79

OPERATIONS

Administrative operations	1
Administrative CAU	6
Cargo control	11
Gate/rail/depot manager	1
Operations Manager	1
Plainning Manager	1
Rail clerks	8
Shift Manager	6
Vessel Planner	11
Workforce scheduling	3
Yard/Rail Planner	7
TOTAL	56



OPERATIONS BLUE

Depot & warehouse	1
Depot clerks	4
Gate Clerk	9
Refer Coordinator	1
Refer Operator	8
TOTAL	23

MAINTENANCE INDIRECT

Maintenance Manager	1
Maintenance coordinator	7
Maintenance planner	1
Plainning manager Spanish gateways	1
QC/MHC Manager	1
Trainee	1
Warehouse Manager	1
WOW Trainee	2
TOTAL	15



FINANCE

Finance control manager	1
Claims officer	1
CFO Spain gateway	1
IFS10 Implementation support	1
TOTAL	4

COMMERCIAL

Commercial Manager APMT APMT SGW	1
Customer care Officer	1
TOTAL	2

SAFETY

HSSQE Spain Gateway	1
HSSQE Technical advisor BCN	1
HSSQE Site Manager	1
TOTAL	2

PROCUREMENT

Buyer	2
Procurement officer	1
TOTAL	3

FACILITIES

Civil/facilitie/refer Manager	1
SGW Facilitie Manager	1
TOTAL	2

HUMAN RESOURCES

HRBP Spain Gateway	1
People advisor	1
TOTAL	2



PAYROLL

Payroll Specialist	2
TOTAL	2

IT

IT Manager Spain gateways	1
TOTAL	1

GENERAL MANAGER

COO Spain Gateway	1
TOTAL	1

WAY OF WORKING

WoW Partner	1
TOTAL	1

NUESTRA METODOLOGÍA

A large container ship with a yellow and white hull is docked at a port. The ship is heavily loaded with red and blue shipping containers. In the background, a city skyline is visible under a blue sky with white clouds. A large blue crane is positioned on the dock next to the ship. The water in the foreground is a light brownish-yellow color.

ERGONOMIA EN EL PUESTO DE TRABAJO

ERGONOMIA



TRABAJO EN EQUIPO

- Creemos en el trabajo multidisciplinar

TRABAJO INDIVIDUALIZADO

- No somos una “mutua”, tratamos con personas

EVIDENCIA CIENTÍFICA

- Nuestro trabajo se basa en la evidencia somos una rama de la medicina



TERAPIA ACTIVA

- Creemos en el ejercicio físico y sus beneficios

PATOLOGÍAS AGUDAS

- Iniciamos trabajo de fisioterapia para progresar a trabajo activo

ADAPTACIÓN PAUTA TRABAJO

- Tenemos en cuenta factores edad, condición física, estado mental...

CONSOLIDACIÓN

A large container ship is docked at a port. The ship is white with a yellow hull and is heavily loaded with red and blue shipping containers. A large blue gantry crane is positioned over the ship. In the background, a city skyline is visible across the water, featuring several tall buildings and a prominent tower. The sky is blue with some white clouds. The overall scene is bright and clear.

ERGONOMIA PERSONALIZADA



FEEDBACK

- Queremos que el trabajador nos conozca y nos proporcione feedback de nuestro trabajo

PREVENCIÓN

- No hay que esperar a que nos duela una cosa para ir al fisio
- Hacer ver que mejorando fuerza, elasticidad, resistencia etc. reducimos la incidencia lesional

REUNIONES

- Reuniones con responsable de zona mensuales para pasar reporte de la actividad realizada

FILTROS

- Establecer filtros con trabajador
- ⑩ El encargado de zona formará parte del primer cribaje



GRUPOS DE TRABAJO

- Terapia activa en función de:
 - ⑩ Patologías comunes (cervicalgias, lumbalgias...)
 - ⑩ Grupos de hombro, espalda, CORE, stretching, mov. Articular

RUTINAS

- Programas específicos de fuerza resistencia, flexibilidad...



CONTROL ASISTENCIA

- Informes mensuales y estadísticas de nuestro trabajo

REUNIONES

- Reuniones periódicas con responsables cribaje y/o encargados



FASES DESPLIEGUE

	1	2	3
D E S C R I P C I Ó N	<ul style="list-style-type: none">✓ Organización✓ Datos de baja trabajador anual✓ Partida presupuestaria inversión inicial y anual✓ Base de datos operativa✓ Material y espacio✓ Mapeo trabajadores✓ Conocimiento puesto de trabajo✓ Establecer y reunirse con responsables de cribaje✓ Prevención de riesgos, detección conductas lesivas	<ul style="list-style-type: none">✓ Charlas formativas higiene postural y ergonomía + presentación del servicio✓ Entrevista con trabajadores + batería de tests✓ Establecer grupos de trabajo para terapia activa✓ Tratamiento fisioterapia en lesiones agudas	<ul style="list-style-type: none">✓ Reporte mensual con responsables área✓ Feedback del servicio✓ Evolución del trabajador✓ Asistencia del personal
OBJETIVO	PLANIFICACIÓN	OPERATIVIDAD	CONSOLIDACIÓN