

EVALUATIE VAN MANUEEL HANTEREN VAN LASTEN OP BASIS VAN KERNINDICATOREN

Versie 2001

Afzonderlijke werkzaamheden die een aanzienlijke fysieke belasting met zich meebrengen, moeten afzonderlijk beoordeeld worden.

Werkplek/Activiteit:





1^e stap – Toekenning van punten met betrekking tot tijd (Slechts één kolom selecteren !)

Optillen of verplaatsen (< 5 s)		Vasthouden (> 5 s)		Dragen (> 5 m)	
Aantal keer per werkdag	Aantal punten	Totale duur per werkdag	Aantal punten	Totale afstand per werkdag	Aantal punten
< 10	1	< 5 min	1	< 300 m	1
10 to < 40	2	5 to 15 min	2	300 m to < 1km	2
40 to < 200	4	15 min to < 1 h	4	1 km to < 4 km	4
200 to < 500	6	1 h to < 2 h	6	4 to < 8 km	6
500 to < 1000	8	2 h to < 4 h	8	8 to < 16 km	8
° 1000	10	≥ 4 h	10	° 16 km	10
<i>Voorbeelden:</i> • metselen • werkstukken in een machine plaatsen • dozen uit een container halen en op een lopende band zetten		<i>Voorbeelden:</i> • vasthouden en sturen van een gietijzeren werkstuk bij het werken met een slijpmachine • bedienen van een handslijpmachine • bedienen van een grastrimmer		<i>Voorbeelden:</i> • verplaatsen van meubels • afleveren van steigermateriaal op een bouwterrein	

2^e stap – Toekenning van punten met betrekking tot last, houding en werkomstandigheden

Effectieve belasting ¹⁾ voor mannen	Aantal punten	Effectieve belasting ¹⁾ voor vrouwen	Aantal punten
< 10 kg	1	< 5 kg	1
10 tot < 20 kg	2	5 tot <10 kg	2
20 tot < 30 kg	4	10 tot <15 kg	4
30 tot < 40 kg	7	15 tot < 25 kg	7
° 40 kg	25	° 25 kg	25

1) Effectieve belasting „ betekent in dit verband de werkelijke actiekracht die nodig is om de last in beweging te krijgen. Deze actiekracht komt niet in alle gevallen overeen met de massa van de last. Bij het kantelen van een kartonnen verpakking heeft slechts 50% van de massa van de last effect op de werknemer; bij gebruik van een karretje is dat slechts 10%.

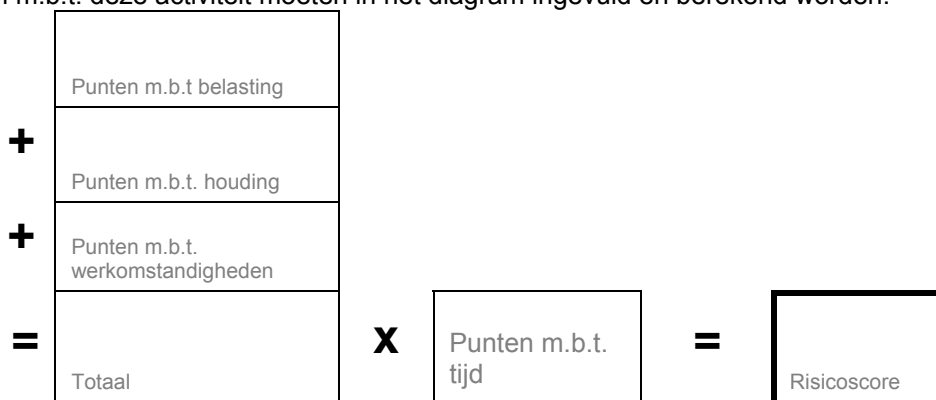
Kenmerkende houding, positie van de last ²⁾	Houding; positie van de last	Aantal punten
	<ul style="list-style-type: none"> Bovenlichaam rechtop, niet gedraaid Bij het tillen, vasthouden, dragen en neerzetten wordt de last dicht bij het lichaam gehouden 	1
	<ul style="list-style-type: none"> Iets naar voren gebogen of romp iets gedraaid Bij het tillen, vasthouden, dragen en neerzetten is de last dicht of tamelijk dicht bij het lichaam 	2
	<ul style="list-style-type: none"> Diep gebogen of ver voorovergebogen Licht voorovergebogen met tegelijkertijd een draaiing van de romp Last ver van het lichaam af of boven de schouders 	4
	<ul style="list-style-type: none"> Ver voorovergebogen met tegelijkertijd een draaiing van de romp Last ver van het lichaam af Minder stabiele houding bij het staan Hurken of knielen 	8

2) Gebruik voor de toekenning van de punten m.b.t. de houding de meest kenmerkende houding. Als er bijvoorbeeld verschillende houdingen bij het hanteren van de last mogelijk zijn, moet van het gemiddelde uitgegaan worden · niet van weinig voorkomende extremen.

Werkomstandigheden	Aantal punten
Goede ergonomie, bijvoorbeeld voldoende ruimte, geen obstakels in de werkruimte, vlak en stevig vloeroppervlak, voldoende licht, goed houvast	0
Beperkte bewegingsruimte en ongunstige ergonomische omstandigheden (Vb. 1: bewegingsruimte beperkt door te laag plafond of minder werkruimte dan 1,5 m ² . Vb. 2: stabiliteit beperkt door oneffen of zacht vloeroppervlak)	1
Sterk beperkte bewegingsruimte en/of instabiliteit van het zwaartepunt van de last (bijvoorbeeld verplaatsing van patiënten)	2

3^e stap – Evaluatie

De punten m.b.t. deze activiteit moeten in het diagram ingevuld en berekend worden.



Op basis van het berekende puntenaantal en onderstaande tabel is het mogelijk een voorlopige evaluatie op te stellen. ³⁾ Dit laat onverlet dat de bepalingen in de wet inzake moederschapsverlof van toepassing zijn.

Risico-opbouw	Risicoscore	Omschrijving
1	< 10	Lage belasting, fysieke overbelasting onwaarschijnlijk.
2	10 tot < 25	Hogere belasting, fysieke overbelasting mogelijk bij minder veerkrachtige mensen ⁴⁾ . Voor die groep is een herontwerp van de werkruimte van belang.
3	25 tot < 50	Sterk verhoogde belasting, fysieke overbelasting ook mogelijk bij de gemiddelde mens. Een herontwerp van de werkruimte wordt aanbevolen.
4	≥ 50	Zware belasting, fysieke overbelasting is waarschijnlijk. Een herontwerp van de werkruimte is noodzakelijk ⁵⁾ .

³⁾ Het is in principe zo dat naarmate het aantal punten stijgt, ook het risico op fysieke overbelasting stijgt. De grenzen in de risico-opbouw liggen niet vast, omdat er verschillen zijn in individuele werktechnieken en uitvoeringscondities. Deze indeling is daarom alleen ter oriëntering. Exactere analyses vereisen specialistische ergonomische kennis.

⁴⁾ In dit verband wordt onder minder veerkrachtige mensen verstaan: personen ouder dan 40 of jonger dan 21 jaar, mensen met weinig ervaring met het werk, of zieke werknemers.

⁵⁾ De eisen voor het herontwerp hangen af van het aantal punten in de tabel. Een hogere belasting kan voorkomen worden door het gewicht te verlagen, de omstandigheden te verbeteren of de duur van de belasting te verminderen.

Controle van de werkruimte noodzakelijk om andere redenen:

Redenen: _____

Datum van evaluatie: _____ Beoordelaar: _____

