

# Son sus derechos ¡Utilícelos!

UCLA Labor Occupational  
Safety & Health Program  
(LOSH)

(310) 794-5964

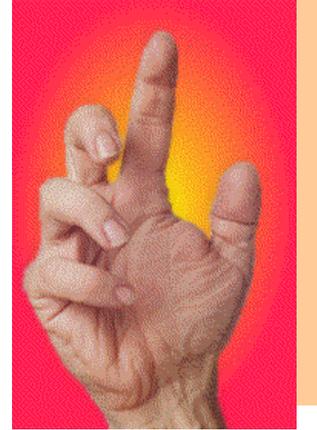


## Normas de California para las Lesiones por Movimientos Repetitivos

De acuerdo a una ley muy especial de California, los empleadores deben tomar medidas para prevenir lesiones por movimientos repetitivos.

Pero esta ley sólo se pone en efecto si:

- ☞ Dos trabajadores han reportado, en un período de 12 meses, lesiones por movimiento repetitivo.
- ☞ Estas lesiones han sido ocasionadas por un trabajo idéntico y diagnosticadas por un médico.



ENTONCES el empleador debe establecer un programa para reducir las lesiones por movimientos repetitivos, en el que:

1. se evalúen las actividades que causan tensión al cuerpo.
2. se implementen controles, tales como diseñar de nuevo la estación de trabajo, adaptar las herramientas, hacer rotación de las tareas, reducir la velocidad del trabajo.
3. se capacite a los trabajadores para que puedan reconocer los síntomas y causas de las lesiones por movimiento repetitivo, la importancia de reportar estas lesiones y obtener un diagnóstico inmediatamente, y la importancia de los métodos para controlar o reducir este problema.

***Es muy importante que los trabajadores reporten las lesiones y que sean evaluados por un médico reconocido en su campo, para obtener un diagnóstico correcto.***



Esta norma se puede localizar en el Título 8, Código de Normas de California, Órdenes Generales de Seguridad en la Industria, §5110. Cal/OSHA es la encargada de hacer cumplir esta regla, y figura en el directorio telefónico como California Division of Occupational Safety and Health, con oficinas en varias áreas.