

### 1. Sistemática de trabajo

Debemos analizar las tareas que desarrolla el trabajador durante su trabajo mediante inspección visual de la misma y pidiéndole que nos cuente cual es su forma habitual de trabajo.

Durante la observación debemos tener en cuenta que:

1. Consideraremos una TAREA REPETITIVA si se realiza durante al menos 2 horas durante la jornada, es necesario evaluar su nivel de riesgo.
2. Una TAREA es REPETITIVA cuando está caracterizada por ciclos, independientemente de su duración, o bien, cuando por más del 50% del tiempo se realiza el mismo gesto laboral o una secuencia de gestos.

### 2. Cuestiones

Una vez recogida la información debemos contestar al siguiente cuestionario:

**¿En el puesto de trabajo hay alguna tarea que?**

Cuestión	Si	No
Es tarea repetitiva		
La tarea está definida por ciclos, independientemente del tiempo de duración de cada ciclo, o se repiten los mismos gestos y movimientos con los brazos (hombro, codo, muñeca o mano) por más de la mitad del tiempo de la tarea		
La tarea se repite durante al menos una hora de trabajo		

### 3. Valoración

Si todas las respuestas han sido "SI", hay presencia de peligros por movimientos repetitivos de la extremidad superior y se requiere una evaluación específica del riesgo.

Si alguna de las respuestas es "NO", no hay peligro por movimiento repetitivo.ficha