



MATRIZ DE IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS AJUSTADA A LOS PROCESOS Y TAREAS DEL MANICURE Y PEDICURE, EN LA PELUQUERÍA MISS PINK NAIL

PROCESO	TAREA	ROUTINARIA (SI O NO)	PELIGRO		EFECTOS POSIBLES	CONTROLES EXISTENTES		
			DESCRIPCIÓN	CLASIFICACIÓN		FUENTE	MEDIO	TRABAJADOR
Manicure y Pedicure	Retirar el esmalte previo	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicure	Limado y/o corte de uñas	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen

Manicure y Pedicure	Lavar las uñas	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicure	bajar la cuticula y limpiar la uña	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicure	Corta cuticula	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicure	Exfoliacion y masaje	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicure	Pulido de uñas	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen

Manicure y Pedicure	Limpiar uña para esmaltado	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicura	Maquillaje de la uña	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen
Manicure y Pedicura	Decoracion	Si	Movimientos Repetitivos, posturas prolongadas, mantenidas y forzadas	Riesgo Ergonómico	Dolor lumbar y muscular en manos, brazos y espalda, síndrome de dedo engatillado, tendinitis, síndrome del túnel del carpo, alteración al sistema circulatoria, molestias serviciales, trastornos en la zona lumbar y cuello.	No existen	No existen	No existen

MEDIDAS PARA LA PRÁCTICA SEGURA Y ERGONÓMICA EN LAS ACTIVIDADES DE MANICURE Y PEDICURA

CRITERIOS PARA ESTABLECER CONTROLES			MEDIDAS DE INTERVENSION				
# DE EXPUESTOS	PEOR CONSECUENCIA	EXISTE REQUISITO LEGAL ESPECIFICO ASOCIADO (SI)NO	ELIMINACIÓN	SUSTITUCIÓN	CONTROLES DE INGENIERÍA	CONTROLES ADMINISTRATIVOS	EQUIPO O ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL

3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO			<ul style="list-style-type: none"> • Diseño del puesto de trabajo • Adaptar el mobiliario y la distancia de alcance de los materiales y herramientas que usan para su labor, para realizar el trabajo con comodidad y sin sobreesfuerzos. • Emplear almohadillas acolchonadas en las que apoyar la muñeca • Utilizar luz adecuada tanto en el recinto como en la mesa de trabajo 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar pausas periódicas que permitan recuperar las tensiones y relajar la musculatura. • Creación del plan de capacitación sobre posturas incómodas del cuerpo y de las manos, hábitos de vida saludable y buenas prácticas para la prevención de enfermedades profesionales como TME. • Descansar cada ciclo de trabajo, entre 10 o 15 minutos la muñeca. • Emplear las herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo y conservarlas en buenas condiciones y sin desperfectos. • Exámenes médicos periódicos, de ingreso y egreso 	<p>1. Protección respiratoria:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tapabocas desechable quirúrgico • Mascarillas con filtro o respiradores de libre mantenimiento <p>2. Protección visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gafas, monogafas, caretas <p>3. Protección de extremidades superiores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guantes de nitrilo, látex o neopreno <p>4. Ropa de trabajo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tela repelente de una o dos piezas, manga larga calzado cómodo y antideslizante
3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					
3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					

3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					
3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					
3							
3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					

3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					
3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					
3	Trastornos o lesiones musculoesqueléticas degenerativas	NO					