obciążenie pracą fizyczną

(ergonomia w leśnictwie), określonych grup mięśniowych jest związana z dynamicznym wysiłkiem mięśni wynikającym z ruchu ciała lub jego części, wykonywana z rozwijaniem sił dużych w stosunku do siły maksymalnej tych mięśni. Praca o dużym obciążeniu wysiłkiem dynamicznym jest to praca o wydatku energetycznym w granicach 6300-8400KJ dla mężczyzn i 3700-5000KJ dla kobiet.Praca związana z dużym obciążeniem wysiłkiem statycznym określonych grup mięśniowych jest to praca związana z wysiłkiem mięśni pozostających w napięciu, wynikającym z utrzymywania wymuszonej pozycji ciała lub wywierania dużych sił przez określone grupy mięśniowe (utrzymywanie narzędzia, przedmiotu itp.).Praca wymagająca wymuszonej pozycji ciała jest to praca wykonywana w pozycji, którą narzuca konstrukcja stanowiska pracy lub rodzaj wykonywanej czynności nie dające możliwości jej zmiany, odpowiednio do odczuwanej potrzeby pracownika.Praca uciążliwa ze względu na wykonywanie ruchów monotypowych jest to praca polegająca na wykonywaniu przez ponad połowę czasu zmiany roboczej ruchów powtarzalnych, czyli wykonywanych przez te same grupy mięśniowe w ten sam sposób, z częstością co najmniej dwóch lub więcej razy na minutę.

ŹRÓDŁO (AUTOR)
www.wypadek.pl