

Mobiliario Ergonómico

PROVE
FABRICA



www.provefabrica.com

ERGONOMÍA EN EL ESPACIO DE TRABAJO

Más que mobiliario, se trata de salud, eficiencia y bienestar.

La ergonomía es una disciplina científica que estudia la interacción entre las personas y los elementos de un sistema, para adaptarlo a las características y capacidades humanas, buscando mejorar el bienestar del trabajador y optimizar el rendimiento.

Beneficios de la ergonomía



MEJORA
LA SALUD



AUMENTA LA
PRODUCTIVIDAD



PROMUEVE EL
BIENESTAR

INVERSIÓN EN ERGONOMÍA

Datos que respaldan la venta

La ergonomía no solo impacta en el bienestar del usuario, sino que también tiene efectos directos y medibles en la productividad, la salud ocupacional y los costos empresariales.

Hasta el
38%

de las bajas laborales
en oficinas están relacionadas
con trastornos musculoesqueléticos

Una mala postura puede
reducir la productividad
laboral hasta en un

20%

Hasta el
33%

de las incapacidades laborales
en América Latina se deben
a trastornos causados por malas
condiciones ergonómicas.





ERGONOMÍA EN SILLAS

¿Por qué es clave al vender sillas?

- Reduce dolores musculares y fatiga
- Aumenta la productividad de quien la usa
- Previene enfermedades laborales (LES, lumbalgias, cervicalgias).
- Las empresas cada vez lo exigen más: ¡es un valor agregado que vende!

LA POSTURA CORRECTA



Pies planos en el piso o en reposapiés.

Rodillas al mismo nivel o ligeramente por debajo de las caderas.

Espalda recta, completamente apoyada en el respaldo.

Hombros relajados.

Antebrazos en línea con el teclado, formando ángulo recto.

Ojos al nivel superior del monitor

CARACTERÍSTICAS DE ■ LAS SILLAS ERGONÓMICAS ■

Cabecero y soporte cervical

Un cabecero regulable favorece una postura cervical neutra, brindando soporte adecuado al cuello durante jornadas prolongadas frente a pantallas.

Su uso contribuye a prevenir tensiones musculares y molestias en la zona cervical.



CARACTERÍSTICAS DE ■ LAS SILLAS ERGONÓMICAS ■

Espaldar **ajustable**

El espaldar ajustable permite modificar su altura e inclinación para adaptarse a la curvatura natural de la columna vertebral. Se pueden adaptar a diferentes tipos de mecanismos:

- Syncro: Permite bloquear el respaldo en varias posiciones.
- Basculante: Cuenta con una posición de bloqueo a 90° y la capacidad de reclinarse.
- Up down: Ajusta la altura del respaldo según la fisionomía del usuario.



CARACTERÍSTICAS DE ■ **LAS SILLAS ERGONÓMICAS** ■

Material del **espaldar**

El material debe ofrecer soporte sin ser demasiado rígido o blando. Los espaldares en malla son ideales por la transpirabilidad y soporte que aportan al usuario.



CARACTERÍSTICAS DE ■ **LAS SILLAS ERGONÓMICAS** ■

Apoyo **lumbar**

El apoyo lumbar regulable se ajusta a la curvatura natural de la zona baja de la espalda, brindando soporte personalizado y ayudando a reducir la presión en la región lumbar. Su correcta posición es fundamental para mantener una postura ergonómica durante toda la jornada.



FIJOS



REGULABLE 1D & 2D

CARACTERÍSTICAS DE ■ LAS SILLAS ERGONÓMICAS ■

Brazos

Los brazos ajustables permiten mantener los codos en un ángulo de 90°, con los hombros relajados, promoviendo una postura adecuada y reduciendo la tensión muscular en cuello y hombros. Los modelos con ajuste en ángulo y lateralidad ofrecen mayor versatilidad para adaptarse a diferentes usuarios y tareas.



2D (ALTURA Y ÁNGULO)



3D (ALTURA, ÁNGULO Y PROFUNDIDAD)



4D (ALTURA, GIRO, PROFUNDIDAD LATERAL)

CARACTERÍSTICAS DE ■ LAS SILLAS ERGONÓMICAS ■

Diseño del **asiento**

El borde frontal debe ser redondeado para evitar la compresión de los muslos y favorecer la circulación sanguínea en las piernas.

Además, un asiento ergonómico debe tener profundidad regulable, permitiendo dejar un espacio entre el borde y la parte posterior de las rodillas. El ancho debe garantizar libertad de movimiento sin restringir al usuario.



CARACTERÍSTICAS DE ■ **LAS SILLAS ERGONÓMICAS** ■

Ajuste de **altura**

La silla debe permitir que los pies estén completamente apoyados en el suelo y las rodillas formen un ángulo cercano a 90°. La altura del asiento debe ser regulable entre 40 y 53 cm, asegurando que los muslos queden paralelos al piso para una postura adecuada.



CARACTERÍSTICAS DE ■ **LAS SILLAS ERGONÓMICAS** ■

Base

La silla debe contar con una base firme y estable, preferiblemente de cinco ruedas, lo cual permite un movimiento fluido y seguro. Esta característica reduce la fatiga al cambiar de posición y favorece la movilidad dentro del espacio de trabajo.



GARANTÍA DE CALIDAD

Certificaciones clave en mobiliario ergonómico

En Colombia, las sillas giratorias deben cumplir con rigurosos requisitos ergonómicos que garantizan la seguridad, comodidad y bienestar de los usuarios. Estas normativas están diseñadas para prevenir trastornos musculoesqueléticos y fomentar una postura adecuada, especialmente en ambientes laborales. A continuación, presentamos las principales normativas y estándares que respaldan los criterios ergonómicos aplicables a las sillas giratorias:

Regulaciones:

Norma ISO
9241-5

Decreto
1072
de 2015

Resolución
2400
de 1979

Certificaciones:



BIFMA



■ NORMA ISO 9241-5 ■

Internacional, aplicable en Colombia

Esta norma internacional de ergonomía aplicada a equipos de oficina establece lineamientos sobre las sillas de trabajo. Aunque no es específica para Colombia, muchas veces se emplea como referencia para mejorar el diseño y uso de sillas ergonómicas. Esta norma cubre aspectos como:

Ajuste de altura:

Altura, profundidad, inclinación, y la necesidad de que se adapten a las características del usuario.

Soporte lumbar:

Debe ofrecer un soporte adecuado para la parte baja de la espalda

Movilidad y estabilidad:

Asegurar que la silla gire de manera controlada y tenga una base estable.

▪ DECRETO 1072 de 2015 ▪

Aunque no es una norma técnica específica para sillas, este decreto regula las condiciones mínimas de seguridad y salud en el trabajo, y menciona la importancia de la ergonomía en los entornos laborales. La resolución 2013 de 1986 también se refiere a las condiciones de trabajo, sugiriendo que los muebles, incluidas las sillas, deben cumplir con criterios ergonómicos para prevenir lesiones.

▪ RESOLUCIÓN 2400 de 1979 ▪

Regula las condiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo en Colombia, y aunque es más general, promueve un ambiente laboral saludable que incluye las condiciones de los muebles de oficina, como las sillas.

CERTIFICACIONES

BIFMA

Se refiere a la acreditación otorgada por la Asociación de Fabricantes de Muebles Comerciales (BIFMA, por sus siglas en inglés). Certifica y evalúa por medio de diferentes parámetros como lo son, la durabilidad, densidad, resistencia y seguridad en los muebles de oficina.



Instituto Nacional Estadounidense de Estándares. Busca supervisar el desarrollo de estándares para productos. Es importante tener en cuenta que ANSI no emite directamente las certificaciones, sino que acredita a organizaciones independientes, quienes evalúan y otorgan las certificaciones a las empresas que cumplen los estándares por ANSI.

ERGONOMÍA EN ESCRITORIOS REGULABLES



¿Por qué es clave al vender escritorios?

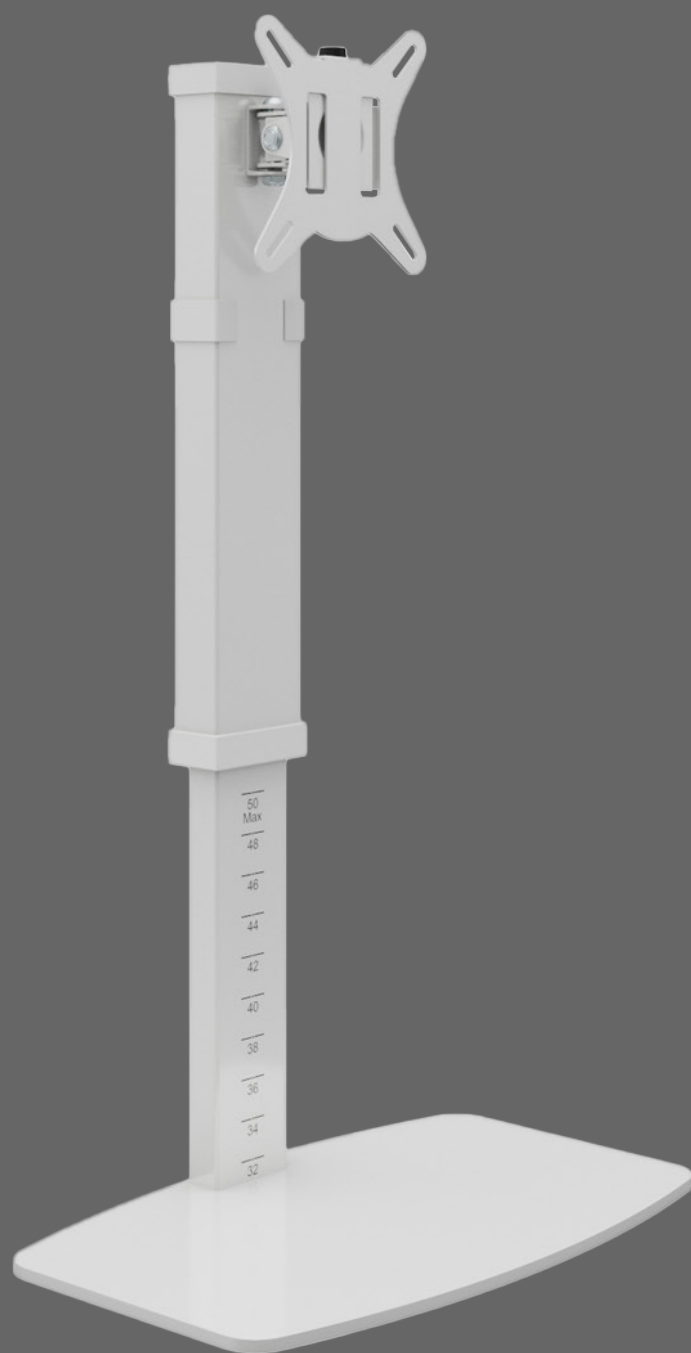
- Permiten alternar entre estar sentado y de pie, reduciendo el sedentarismo.
- Mejoran la circulación y disminuyen la fatiga postural.
- Se adaptan a diferentes estaturas y necesidades de trabajo.
- Cada vez más oficinas y home offices los priorizan: ¡son tendencia y salud en un solo producto!

ASPECTOS CLAVE DE ■ **LOS ESCRITORIOS REGULABLES** ■

Postura **dinámica**

- Reducción de fatiga física, al disminuir la presión en columna, caderas y piernas.
- Mejora de la postura, al permitir una alineación correcta de espalda, brazos y muñecas.
- Mayor energía y productividad, gracias a una mejor circulación y menor cansancio.
- Prevención de trastornos musculoesqueléticos, como dolores de cuello o espalda.
- Flexibilidad para diferentes usuarios, ideal para oficinas compartidas o cambios posturales frecuentes.





ERGONOMÍA EN SOPORTES PARA MONITOR

¿Por qué es clave al vender soportes?

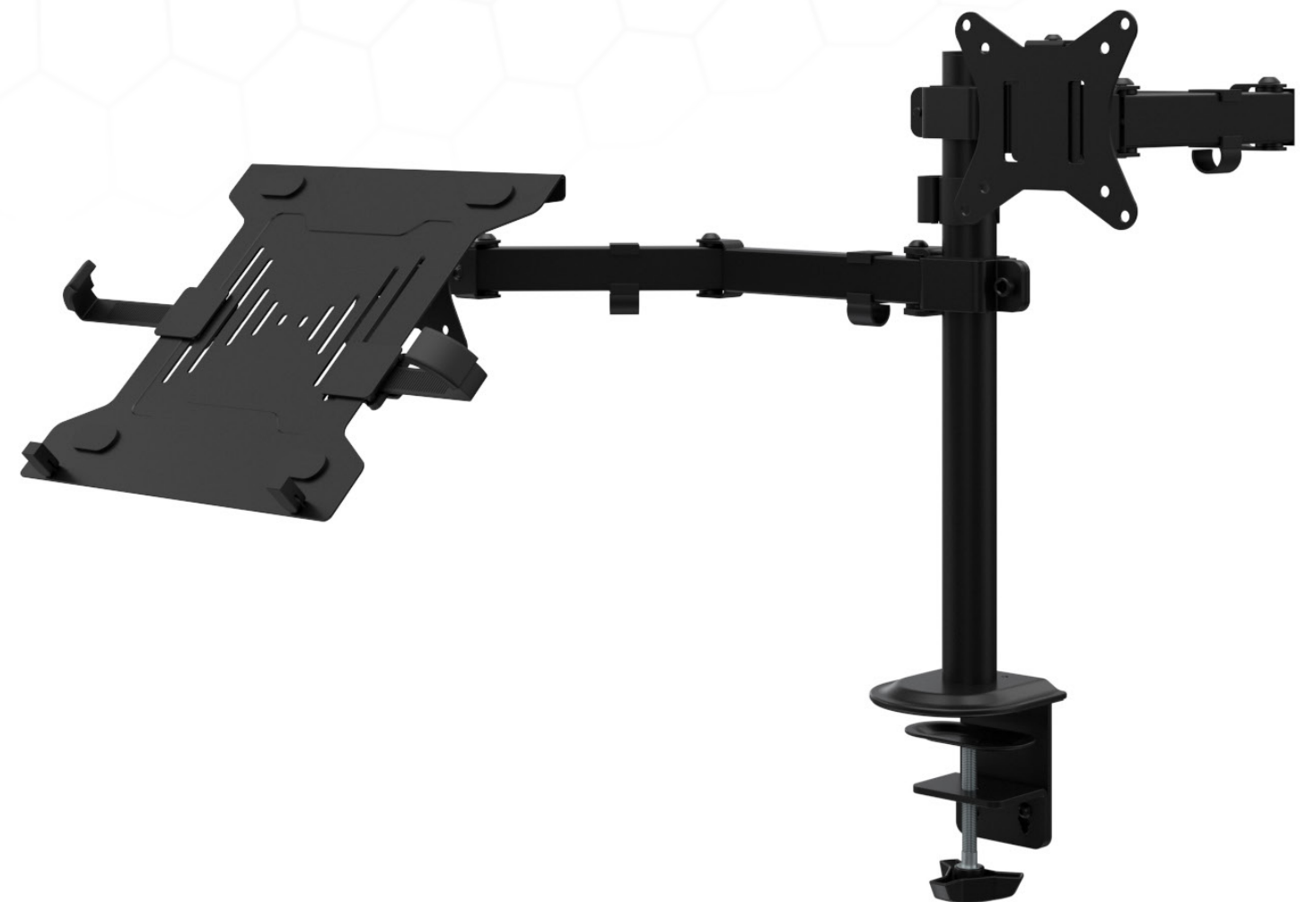
- Elevan la pantalla a la altura correcta, evitando tensiones en cuello y hombros.
- Ayudan a mantener una postura visual neutra, mejorando la comodidad durante largas jornadas.
- Liberan espacio en el escritorio y mejoran la organización del entorno.
- Son un complemento clave para lograr una estación de trabajo 100% ergonómica.



ASPECTOS CLAVE DE **LOS SOPORTES DE MONITOR**

Ergonomía **visual**

- Alineación visual adecuada: Colocan la parte superior de la pantalla a la altura de los ojos, evitando tensiones en cuello y ojos.
- Reducción de fatiga visual, al ajustar ángulo, distancia y evitar reflejos.
- Mejora de la postura del cuello y espalda.
- Prevención de dolor muscular, evitando posturas encorvadas.
- Personalización, adaptándose a distintos usuarios y tarea.



ERGONOMÍA EN REPOSAPIÉS



¿Por qué es clave al vender reposapiés?

- Complementan la postura ergonómica al permitir apoyar completamente los pies.
- Favorecen la circulación en las piernas y reducen la presión bajo los muslos.
- Ideales para usuarios de baja estatura o escritorios altos.
- Son un accesorio económico que mejora significativamente el confort y la postura.

ASPECTOS CLAVE DE ■ **LOS REPOSAPIÉS** ■

Soporte **ergonómico**

- Mejora la circulación, evitando hinchazón, calambres o várices.
- Ayuda a mantener la postura correcta, manteniendo un ángulo de 90° en las piernas.
- Reduce la presión lumbar, al mejorar la alineación de la columna.
- Aumenta el confort, gracias a sus superficies antideslizantes o móviles.
- Versatilidad, útil cuando la silla o escritorio no son completamente ajustables.



GRACIAS



PROVE
FABRICA

COLOMBIA • PERÚ • ECUADOR

www.provefabrica.com

