

Voorkomen van fysieke (over-)belasting

Status: 

Overeenstemming tussen werknemers en werkgevers

Factoren die invloed hebben op de fysieke belasting:

- Inspanning en zwaarte van het werk.
- De bewegingen die gemaakt moeten worden.
- De werkhouding.

Overbelasting kan voorkomen worden door rekening te houden met:

- De duur van de inspanning.
- Langdurig moeten zitten of staan.
- Verkeerde (werk-)houding.
- Blootstelling aan trillingen.
- Repeterende handelingen moeten uitvoeren.
- Bovenmatige inspanning zoals zwaar tillen, duwen of trekken.

Raadpleeg de volgende

Gevaren en Beheersmaatregelen

- [Fysieke belasting duwen en trekken](#) ^[1]
- [Fysieke belasting staan](#) ^[2]
- [Fysieke belasting tillen en dragen](#) ^[3]
- [Fysieke belasting Werkhouding](#) ^[4]

Source URL: <https://avagarbocatalogus.nl/werkvoorschriften/voorkomen-van-fysieke-over-belasting>

Links

[1] <https://avagarbocatalogus.nl/gevaar/fysieke-belasting-duwen-en-trekken>

[2] <https://avagarbocatalogus.nl/gevaar/fysieke-belasting-staan>

[3] <https://avagarbocatalogus.nl/gevaar/fysieke-belasting-tillen-en-dragen>

[4] <https://avagarbocatalogus.nl/gevaar/fysieke-belasting-werkhouding>