

# Synergo Arts

*Synergo Arts es una entidad sin ánimo de lucro radicada en Arizona, dedicada a ayudar a artistas y artesanos alrededor del mundo a utilizar la ergonomía para llevar al máximo su salud, sus ingresos, su productividad, y la calidad de su arte.*



Estamos preparando recursos educativos para que las comunidades puedan producir y distribuir un banquillo de alta calidad a un precio razonable. Nuestra meta es lograr que carpinteros y otros artesanos latinoamericanos puedan asumir la responsabilidad de esta microempresa, para que estén independientes de apoyo exterior. Anticipamos tener listos los siguientes recursos en el curso del año 2008:

- Apoyo técnico y una caja de recursos para los carpinteros, para asegurar que los elementos del diseño ergonómico se conserven. Esto beneficiará a las tejedoras a la vez que los carpinteros mejoren sus habilidades y sus ingresos.
- Entrenamiento y material educativo para las tejedoras, que incluye un póster con dibujos sencillos, un manual para entrenadoras, y un DVD en español y lenguaje indígena para que la educación sea accesible a todos.

*La ergonomía es la ciencia y el arte de diseñar sistemas, métodos de trabajo, herramientas y equipo para que apoyen las capacidades humanas.*

Por el diseño del banquillo ergonómico y por el programa educativo que lo acompaña, Synergo ha recibido dos premios:



**2007 Winner**  
**User Centered Design Award**  
Sponsored by the  
**Product Design Technical Group of the**  
**Human Factors & Ergonomics Society**



**2006 Tech Laureate,**  
**Economic Development Award**  
Sponsored by the  
**Tech Museum of Innovation, awards for**  
**Technology Benefiting Humanity**



**El Banquillo Synergo™  
para Tejedoras  
del Telar de Cintura**

**Synergo Arts**  
Ergonomics for Artists and Artisans

Synergo Arts  
4901 N. Calle Luisa, Tucson, AZ 85718  
info@synergoarts.org  
520-400-1017  
www.synergoarts.org

# El banquillo ergonómico para tejedoras del telar de cintura

Synergo ha creado el banquillo ergonómico para ayudar a las artesanas indígenas a aumentar sus ingresos sin hacer daño al cuerpo.

Esta nueva tecnología representa un cambio radical con su beneficio económico para mujeres que dependen de la tradición milenaria del tejido en telar de cintura. El éxito de esta iniciativa surge de sus raíces dentro de la comunidad indígena.

El banquillo permite a las mujeres producir más, con menos esfuerzo, en menos tiempo y de mejor calidad. Como resultado, evitan daño acumulativo a su salud, aseguran un mejor porvenir para sus familias, y conservan su cultura del tejido.

## El desafío ergonómico

El método tradicional de tejer es muy duro para el cuerpo de la tejedora. Ella se arrodilla en el suelo, amarra el telar alrededor de sus caderas, y se mueve hacia delante y hacia atrás para ajustar la tensión en la urdimbre mientras teje. Síntomas de fatiga, dolor, y entumecimiento limitan su tolerancia para tejer y se pueden observar en la manera que se mueve al terminar su trabajo. Uno nota que se levanta lentamente y con dificultad. Este daño crónico que debilita el cuerpo tiene serias consecuencias para estas mujeres que dependen del trabajo físico para sobrevivir.



Postura tradicional

## La solución ergonómico



Innovación ergonómica

El banquillo Synergo™ proporciona una alternativa innovadora a la postura tradicional de estar arrodillada. El banquillo ergonómico está diseñado para trabajar en armonía con la tejedora. Se mueve con el ritmo de su cuerpo mientras teje. Un apoyo para los pies, unido al banquillo, da estabilidad y fuerza. El banquillo y el apoyo se pueden ajustar al cuerpo de cada tejedora.

## Los resultados

Comentarios de las tejedoras demuestran los beneficios:

*“Ahora puedo hacer en dos días lo que antes me costaba tres.”*

*“Antes solo podía tejer media hora y tenía que suspender por el dolor; ahora puedo tejer tres horas sin dolor.”*

La tela *“tiene bordes más parejos,”* y también *“es más limpia”* por no estar tan cerca del suelo mientras se trabaja.

Y de las hijas:

*“Quiero un banquillo como el de mi mamá, para que mi cuerpo no sufra ese mismo abuso y dolor.”*

Para más información:  
Karen Piegorsch, PhD  
karen@synergoarts.org  
520-400-1017  
www.synergoarts.org

**Synergo Arts**  
Ergonomics for Artists and Artisans