

MTM ASSOCIATION e. V.
Elbchaussee 352, D-22609 Hamburg
Telephone: +49 40 822779-0
Fax: +49 40 822779-79
contact@mtm.org



MTM-UAS Processos Básicos

Unidades de tempo

| TMU | Segundos | Minutos | Horas |
|---------|----------|---------|---------|
| 1 | 0,036 | 0,0006 | 0,00001 |
| 27,8 | 1 | | |
| 1 666,7 | | 1 | |
| 100 000 | | | 1 |

A utilização dos valores desta tabela sem o devido treinamento em MTM-1 e MTM-UAS pode conduzir à resultados falsos.

© MTM ASSOCIATION e. V., 1978

Direitos autorais protegidos! – Reprodução proibida!

| | | | |
|-----------------------------|----------|---------------|---------------|
| Extensão de movimento em cm | ≤ 20 | > 20 até ≤ 50 | > 50 até ≤ 80 |
| Faixa de distância | 1 | 2 | 3 |

| Apanhar e Colocar no lugar | | | Código | 1 | 2 | 3 |
|----------------------------|-------------------|-----------------|-----------|-----|-----|----|
| | | | | TMU | | |
| ≤ 1 kg | Caso de Apanhar | Caso de Colocar | | | | |
| | | | | | | |
| | Fácil | Aprox. | AA | 20 | 35 | 50 |
| | | Solto | AB | 30 | 45 | 60 |
| | | Firme | AC | 40 | 55 | 70 |
| | Difícil | Aprox. | AD | 20 | 45 | 60 |
| | | Solto | AE | 30 | 55 | 70 |
| | | Firme | AF | 40 | 65 | 80 |
| | Punhado | Aprox. | AG | 40 | 65 | 80 |
| | > 1 kg até ≤ 8 kg | Aprox. | AH | 25 | 45 | 55 |
| Solto | | AJ | 40 | 65 | 75 | |
| Firme | | AK | 50 | 75 | 85 | |
| > 8 kg até ≤ 22 kg | Aprox. | AL | 80 | 105 | 115 | |
| | Solto | AM | 95 | 120 | 130 | |
| | Firme | AN | 120 | 145 | 160 | |

| Colocar no lugar | | Código | 1 | 2 | 3 |
|------------------|--------|-----------|-----|----|----|
| | | | TMU | | |
| | Aprox. | PA | 10 | 20 | 25 |
| | Solto | PB | 20 | 30 | 35 |
| | Firme | PC | 30 | 40 | 45 |

| | | | |
|-----------------------------|----------|---------------|---------------|
| Extensão de movimento em cm | ≤ 20 | > 20 até ≤ 50 | > 50 até ≤ 80 |
| Faixa de distância | 1 | 2 | 3 |

| Manuseio de meios auxiliares | Código | 1 | 2 | 3 |
|------------------------------|-----------|-----|----|----|
| | | TMU | | |
| Aprox. | HA | 25 | 45 | 65 |
| Solto | HB | 40 | 60 | 75 |
| Firme | HC | 50 | 70 | 85 |

| Acionar | Código | 1 | 2 | 3 |
|----------|-----------|----|----|----|
| Simples | BA | 10 | 25 | 40 |
| Composto | BB | 30 | 45 | 60 |

| Ciclos de movimento | Código | 1 | 2 | 3 |
|-----------------------------|-----------|----|----|----|
| Um movimento | ZA | 5 | 15 | 20 |
| Sequência de movimentos | ZB | 10 | 30 | 40 |
| Reposicionar e um movimento | ZC | 30 | 45 | 55 |
| Apertar e afrouxar | ZD | 20 | | |

| Movimentos do corpo | Código | TMU |
|--|-----------|-----|
| Andar/m | KA | 25 |
| Curvar, Abaixar, Ajoelhar (incl. voltar à posição ereta) | KB | 60 |
| Sentar e Levantar | KC | 110 |

| | | |
|------------------------|-----------|----|
| Controle Visual | VA | 15 |
|------------------------|-----------|----|