

Manual de cargas



Medidas Preventivas

Normas generales

- No realizar movimientos bruscos durante la manipulación o transporte de cargas.
 - No manipular ni transportar materiales de pesos excesivos para la persona.
 - Antes de levantar la carga, hay que examinarla para detectar esquinas puntiagudas, suciedad, etc., y decidir, según su forma, peso y volumen, el mejor lugar para sujetarla.
 - Cuando el traslado de estos materiales se tiene que hacer utilizando elementos auxiliares como escaleras, andamios o similares, estos elementos tienen que ser utilizados de forma adecuada.
 - En el momento de iniciar el levantamiento de la carga, los pies han de estar separados a una distancia equivalente a la anchura de los hombros.
 - Hay que agacharse doblando las rodillas, nunca la espalda.
 - En cargas pesadas o de difícil manipulación, recurrir a la ayuda de otro trabajador.
 - Verificar el correcto estado de las herramientas antes de utilizarlas.
 - Utilizar las herramientas correctamente
-

Protecciones colectivas

No aplicable

Equipos de protección individual

- Casco.
 - Calzado de seguridad.
 - Guantes contra agresiones mecánicas.
 - Ropa de trabajo.
-