

Prevención de Trastornos Músculo Esqueléticos en Espalda



ELSSA
ENTORNOS LABORALES
SEGUROS Y SALUDABLES

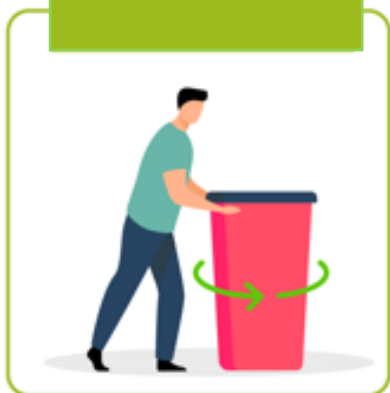


Punto de comprobación 2

Actividades de empuje o arrastre manual de cargas

Ejemplos:

Girar un tambor de un lugar a otro.



Arrastrar el contenedor de basura de un área a otra.



Empujar objetos con las manos o el cuerpo para moverlos de un lugar a otro.



Dependiendo del tipo de equipo auxiliar, el peso máximo para no aumentar el riesgo por empuje o arrastre es:

- Pequeño, con una o dos ruedas: 50 kg (carretilla o diablito).
- Mediano, con tres o más ruedas fijas y/o ruedas móviles: 250 kg (jaula o contenedores con ruedas).
- Grande, dirigible o sobre rieles: 600 kg (patines o sistemas de rieles).
- Peso seguro máximo del objeto:
 - si se rueda: 400 kg.
 - si se gira sobre su base: 80 kg.
 - si se empuja o arrastra: 25 kg.