

REFLEXIONES DE SEGURIDAD

Campaña Manejo Manual de Cargas

Levantamiento de una carga en equipo



La presente reflexión puede ser utilizada en charlas o reuniones con motivo de la campaña o bien enviada a través de los canales formales de comunicación de la Empresa.

Reflexión:

Se entiende por manipulación manual de cargas cualquier operación de levantamiento o descenso, transporte, el empuje, la tracción de una carga (objeto susceptible de ser movido) por parte de uno o varios trabajadores que, por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas, entrañe riesgos. En muchos casos, puede llevar aparejada la aparición de fatiga física, o bien ser una causa de lesiones inmediatas derivadas de las sobrecargas físicas que una manipulación manual incorrecta puede suponer para nuestro organismo. Cuando el peso de la carga supera el límite recomendado, se deberá solicitar la ayuda de otros trabajadores (ojalá de contextura similar) para su manipulación. La normativa nacional e internacional establece los límites de peso a manipular para dos, tres o más personas (Guía Técnica MMC/MMP, ISO 11228-1), es decir, esto es para un equipo de 2 personas no se debe superar $2/3$ (sumatoria de capacidades individuales) y para 3 personas es $1/2$ (sumatoria de capacidades individuales), siendo la capacidad individual 25 kg para un hombre y 20 kg para una mujer.

Aspectos claves de la reflexión:

- Se debe tener en consideración que, a factores como la coordinación y contextura de las personas, la capacidad de levantamiento conjunta es menor a la suma de las capacidades individuales.
- Un equipo de 2 personas no puede levantar más de 34 kg.
- Un equipo de 3 personas no puede levantar más de 38 kg.
- Se debe dar una buena coordinación entre los trabajadores para una operación en equipo.

Conclusión emanada de la reflexión:

El levantamiento en equipo por parte de dos o más personas puede hacer posible una operación que está más allá de la capacidad individual, o reducir el riesgo de lesiones a una sola persona. Como se indicó anteriormente, el peso que un equipo puede manejar con seguridad es menor que la suma de las masas que los miembros del equipo podrían manejar individualmente. Pueden surgir dificultades adicionales si los miembros del equipo impiden la visión o el movimiento de los demás y si el objeto no ofrece suficientes y adecuados agarres.



Campaña Manejo Manual de Carga

REFLEXIONES DE SEGURIDAD



Nuestro tema de reflexión

¿Cuál es la reflexión grupal sobre este tema?

Anota tres actividades que se comprometen como equipo a realizar

Firma de los miembros del equipo

