

MÉTODO PARA LA EVALUACIÓN DEL RIESGO POR LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

ÁREA DE TRABAJO:

PUESTO:.....

FICHA 1: RECOGIDA DE DATOS RELATIVOS AL LEVANTAMIENTO DE CARGAS

LEVANTAMIENTO DE CARGAS EN POSTURA DE PIE

PESO REAL DE LA CARGA

kg

DATOS PARA EL CÁLCULO DEL PESO ACEPTABLE

PESO TEÓRICO RECOMENDADO EN FUNCIÓN DE LA ZONA DE MANIPULACIÓN

kg



DESPLAZAMIENTO VERTICAL

Desplazamiento vertical	Factor de corrección
Hasta 25 cm	1
Hasta 50 cm	0,91
Hasta 100 cm	0,87
Hasta 175 cm	0,84
> 175 cm	0

GIRO DEL TRONCO

Giro del tronco	Factor de corrección
Sin giro	1
Poco girado (hasta 30°)	0,9
Girado (hasta 60°)	0,8
Muy girado (90°)	0,7

TIPO DE AGARRE

Tipo de agarre	Factor de corrección
Agarre bueno	1
Agarre regular	0,95
Agarre malo	0,9

FRECUENCIA DE MANIPULACIÓN

Frecuencia de manipulación	Duración de la manipulación		
	≤ 1 h/día	> 1 h y ≤ 2 h	> 2 h y ≤ 8 h
Factor de corrección			
1 vez cada 5 minutos	1	0,95	0,85
1 vez/minuto	0,94	0,88	0,75
4 veces/minuto	0,84	0,72	0,45
9 veces/minuto	0,52	0,30	0,00
12 veces/minuto	0,37	0,00	0,00
> 15 veces/minuto	0,00	0,00	0,00

Peso teórico recomendado x Despl. vertical x Giro x Agarre x Frecuencia = PESO ACEPTABLE kg

FICHA 2: RECOGIDA DE DATOS RELATIVOS AL LEVANTAMIENTO DE CARGAS EN POSICIÓN SENTADA

LEVANTAMIENTO DE CARGAS EN POSTURA SENTADA

PESO REAL DE LA CARGA

Kg.

PESO ACEPTABLE =

FICHA 3: RECOGIDA DE DATOS RELATIVOS AL TRANSPORTE MANUAL DE CARGAS

TRANSPORTE DE CARGAS

PESO TOTAL TRANSPORTADO DIARIAMENTE

Kg.

PESO ACEPTABLE =

10.000 Kg. si la distancia de transporte es \leq 10 metros

6.000 Kg. si la distancia de transporte es $>$ 10 metros