



Área Formativa: **Prevención de Riesgos Laborales**

Modalidad: **e-Learning**

Inicio/Convocatoria: **Consultar web**

Duración: **5 horas**

Precio: **Consultar web**

Idioma: **Español**



## **Riesgos y Medidas de Prevención a Adoptar en la Manipulación Manual de Cargas**

### **Titulación:**

Una vez completado el programa formativo, el alumno recibirá el Certificado de haber realizado satisfactoriamente el curso **Riesgos y Medidas de Prevención a Adoptar en la Manipulación Manual de Cargas**. Titulación expedida por Bureau Veritas Formación.

### **Destinatarios:**

El Curso especializado en **Riesgos y Medidas de Prevención a Adoptar en la Manipulación Manual de Cargas** está dirigido a empresarios, trabajadores y autónomos para mejorar su desempeño laboral. Destinado a todas aquellas personas que en su vida profesional tienen que manipular cargas.

La manipulación de cargas no está restringida en absoluto a tareas realizadas en el ámbito industrial, sino que está presente en la mayoría de sectores de actividad: construcción, sanitario, centros veterinarios y sanidad animal o agrario, servicios, transporte, etc.; incluso en aquellas actividades donde se dispone de medios mecánicos para el transporte de materiales, por ejemplo grúas o cintas transportadoras, en ocasiones se deberá aplicar el esfuerzo humano para mover un objeto o colocarlo en su posición definitiva. Por lo tanto, el Curso está destinado a aquellas personas que quieran trabajar tanto en un almacén o en un departamento de logística de una empresa como a cualquier empresario o trabajador que quiera formarse en este campo.

### **Presentación:**

Todas las organizaciones tienen la obligación de impartir formación a sus trabajadores por cuenta ajena desde el momento de su contratación y con independencia de la modalidad o duración del contrato de trabajo que estos tengan. Es decir, esta obligación incumbe tanto al trabajador con contrato indefinido como al que se contrata por obra o servicio para trabajar durante un período determinado.

Asimismo, en cumplimiento del deber de protección, las organizaciones deben proporcionar a sus trabajadores un lugar de trabajo seguro y saludable, por lo que este curso permite tanto al empresario garantizar que cada trabajador reciba una formación adecuada en materia preventiva como a los trabajadores conocer y concienciarse de las consecuencias para la salud, derivadas de los riesgos en la manipulación manual de cargas.

Cuando hablamos de manipulación manual de cargas nos referimos a cualquier operación de transporte o sujeción de una carga por parte de uno o varios trabajadores, como el levantamiento, la colocación, el empuje, la tracción o el desplazamiento, que por sus características o

condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos. Estas tareas no incluyen solamente la manipulación de objetos inmóviles, como cajas o sacos, sino también la manipulación de personas (como la movilización de pacientes en un hospital) y de animales (por ejemplo, en una clínica veterinaria o en una granja), o tareas que requieran sobreesfuerzos (tales como: cocinas, cafeterías, comedores escolares, etc.).

En la actualidad, la creciente mecanización y automatización de los procesos no ha eliminado totalmente la manipulación manual de cargas ni sus consecuencias sobre la salud de los trabajadores expuestos a este tipo de tareas. La manipulación de cargas de manera frecuente durante la jornada laboral, realizada en condiciones de trabajo inadecuadas, está directamente relacionada con la aparición de fatiga física y trastornos músculo-esqueléticos, especialmente en la zona dorso-lumbar. Este tipo de lesiones pone de manifiesto la importancia de intervenir sobre los factores de riesgo presentes en el puesto de trabajo a fin de paliar los grandes costes humanos y económicos que representan.

Por todo ello, es fundamental que todos aquellos trabajadores que durante su actividad diaria deben levantar o transportar cargas de forma manual apliquen una serie de medidas preventivas encaminadas a prevenir los riesgos anteriores.

## Objetivos:

Que los alumnos adquieran las competencias, es decir, conocimientos, habilidades y actitudes, necesarias para identificar los riesgos a los que pueden estar sometidos al desarrollar un trabajo que conlleve la manipulación de cargas.

Una vez finalizada la acción formativa los alumnos estarán capacitados en:

- Los conceptos básicos relacionados con la prevención de riesgos laborales y en materia de ergonomía en el puesto de trabajo.
- La detección de los factores de riesgos originados en los trabajos con manipulación manual de cargas.
- Los principales riesgos ergonómicos presentes en los puestos de trabajo donde se realizan manipulaciones manuales de cargas, logrando la mayor adaptación y adecuación para la realización del trabajo en las mejores condiciones.
- Levantar o transportar cargas manualmente, aplicando la medida preventiva más adecuada en cada caso.
- Llevar a cabo la manipulación, transporte y almacenamiento de cargas de la forma más segura y responsable.
- La fisiología de la espalda, así como las lesiones habituales y consejos para prevenirlas.
- Evitar prácticas que conlleven la carga de trabajo física o mental, provocada por movimientos repetitivos derivados de las funciones profesionales, así como la adopción de posturas forzadas, generando fatiga en el trabajador.
- Las patologías que se pueden originar para la salud, derivadas de los riesgos a los que están sometidos.
- Los Planes de Emergencia y Evacuación para actuar de forma segura ante casos de incendios y emergencia.

## PROGRAMA:

- Marco básico de la prevención de riesgos laborales
- Riesgos ligados a las condiciones de seguridad
- Anatomía básica relacionada con el manejo de cargas
- Patologías asociadas a la manipulación manual de cargas
- Manipulación manual de cargas: Higiene postural
- La carga de trabajo. Fatiga física postural e insatisfacción laboral
- Control de riesgos: Protección colectiva e individual
- Planes de emergencia y evacuación



**e-Learning**



**Consultar web**



**5 horas**



**Consultar web**



**Español**



**Prevención de Riesgos Laborales**

CONSTRUYENDO UN  
MUNDO  
DE CONFIANZA

Bureau Veritas Formación



[formacion@bvbs.es](mailto:formacion@bvbs.es)



900921292



© 2020 Aviso Legal | Condiciones de Uso | Política de Privacidad