

Las condiciones ergonómicas en la manipulación manual de sacos de piensos para peces en las granjas de acuicultura



RECOMENDACIONES PREVENTIVAS

MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

MANIPULACIÓN DE SACOS Y CUBOS

1. Levantar la carga con la espalda recta, realizar la flexión con las piernas.
2. Aproximar la carga al cuerpo todo lo posible.
3. Utilizar medios de transporte mecánico para pesos elevados siempre que sea posible.



EMPUJE DE ARRASTRE DE CARROS Y TRANSPALETA MANUAL

1. Llevar la menor cantidad de sacos para el transporte con traspaleta. No cargar sacos y cubos en exceso.
2. Evitar que las ruedas pasen por rejillas, baches o irregularidades en las que puedan quedar atascadas.

MOVIMIENTOS REPETITIVOS

LLENADO DE CUBOS

1. Depositar los sacos en plataformas o carros, evitar dejarlos o cogerlos desde el suelo.
2. Realizar la carga de cubos colocando el saco en una plataforma para evitar la flexión de espalda durante la carga.

ALIMENTACIÓN

1. Agarrar los carros cargados por las asas e inclinar ligeramente el cuerpo para favorecer el empuje.
2. No cargar excesivamente las cucharas o palas cuando se distribuya el pienso en los tanques. Evitar que la mano sobrepase la altura del hombro cuando se extienda.



POSTURAS FORZADAS

LLENADO DE CUBOS Y LA ALIMENTACIÓN CON CUCHARA

1. Realizar la manipulación de la cuchara alternando ambas manos en el llenado y en la dosificación del pienso.
2. Intentar que los movimientos tengan una cadencia y sean armónicos, evitando cambios de dirección drásticos e innecesarios.
3. Evitar cargar en exceso las palas de dosificación del pienso.
4. Evitar transportar cubos de pienso con excesivo peso.



FINANCIADO POR:

AS2018-0090



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE TRABAJO, MIGRACIONES Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN ESTATAL PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, F.S.P.

