

## R.1. CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN

<b>R.1</b>	<b>CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN</b>	
<b>UNED</b>	<p><b>CONTENIDO: CAÍDA DE OBJETOS, HERRAMIENTAS Y MATERIALES CON OCASIÓN DE LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS Y EL MANEJO DE CARRETILLAS, TRANSPALETAS, CARROS U OTROS MEDIOS AUXILIARES PARA EL TRANSPORTE, ELEVACIÓN Y ALMACENAMIENTO DE CARGAS.</b></p>	

## MEDIDAS PREVENTIVAS

## ÁREAS / LUGARES

- Mantener las **zonas de circulación** y las **salidas** convenientemente señalizadas y libres de obstáculos respetando la anchura de los mismos para facilitar, en la medida de lo posible, el paso simultáneo de las personas y los equipos de transporte de cargas y prevenir los golpes contra objetos y las caídas, manteniendo la necesaria distancia de seguridad.
- Mantener en todo momento el **orden** y la **limpieza** en los locales donde se realice cualquier tipo de tarea. Recoger toda la herramienta y el material al finalizar la jornada. Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.
- Cuando sea necesario, las zonas de los lugares de trabajo en las que exista riesgo de caída, de caída de objetos o de contacto o exposición a elementos agresivos, deberán estar claramente **señalizadas**.

## PUESTOS / TAREAS

- Las operaciones de **manipulación de objetos** deberán estar correctamente planificadas, vigiladas adecuadamente y efectuadas con miras a proteger la seguridad de los trabajadores.
- Evitar la **manipulación de los equipos de transporte** con las manos o el calzado húmedo o manchado de grasa, ni en superficies deslizantes o irregulares.
- Al manejar **herramientas en altura** deberán utilizarse cinturones especiales, bolsas o bandoleras para su transporte.
- En la **manipulación manual de cargas**:
  - Examinar la carga antes de manipularla tratando de localizar zonas que puedan resultar peligrosas en el momento de su agarre (aristas, bordes afilados, puntas de clavos, etc.).
  - Situar la carga en el lugar más favorable para la persona que tiene que manipularla de manera que esté cerca de ella, enfrente y a la altura de la cadera.
  - Planificar el levantamiento eligiendo los puntos de agarre más adecuados y el lugar de destino de la carga. Apartar del trayecto los posibles obstáculos que puedan entorpecer el transporte.
  - Cuando las dimensiones o el peso de la carga así lo aconsejen, deberá recurrirse al fraccionamiento o rediseño de la misma.
  - Manejar una carga entre dos personas cuando las medidas o el peso del objeto impidan que una sola persona pueda trasladarlo de forma estable. En estos casos se deberá programar una manipulación coordinada, asegurando un agarre correcto de la carga.
  - Siempre que sea posible, utilizar ayudas mecánicas adecuadas para el transporte de cargas (existen carros de transporte en todos los edificios) haciendo uso de los montacargas o ascensores siempre que las dimensiones y el peso de los materiales a transportar lo permitan.

## EQUIPOS / SUSTANCIAS

- En la **adquisición** de cualesquiera equipos de trabajo deberá asegurarse el cumplimiento de los requisitos mínimos de seguridad y salud en máquinas y componentes definidos legalmente (RD 1435/1992 modificado por el RD 56/1995), sin los cuales no es posible su comercialización:
  - Marcado CE colocado en la máquina de manera clara, visible e indeleble.
  - Declaración CE de Conformidad, documento por el cual el fabricante declara que la máquina comercializada satisface todos los requisitos esenciales de seguridad y salud exigidos legalmente.
  - Manual de instrucciones, redactado en castellano, incluyendo información de utilidad para la instalación y uso de la máquina, así como instrucciones para desarrollar las tareas de mantenimiento de la misma (conservación y reparación).
- Los equipos de trabajo que sirvan para la elevación de cargas deberán emplearse de forma que se pueda garantizar su **estabilidad**, teniendo en cuenta la naturaleza del suelo.
- Cuando existan, los **palets o plataformas** deberán ser adecuados para la carga que se desea transportar y encontrarse en buen estado. Su longitud no debe exceder de las dimensiones del equipo de transporte utilizado.
- **Asegurar y sujetar debidamente la carga** para evitar su desplazamiento y/o caída durante su manipulación o traslado. En ningún caso deben añadirse contrapesos adicionales para aumentar la capacidad de carga máxima establecida por el fabricante.
- Evitar el **paso de las cargas por encima de lugares de trabajo** no protegidos ocupados por trabajadores.

## R.1. CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN

- En el caso de las **carretillas elevadoras**:
  - Respetar la carga nominal que puede transportar la carretilla y evitar que la horquilla sobresalga del palet. La estabilidad o equilibrio de la carretilla está condicionada por la posición del centro de gravedad, el cual varía en función de los distintos trabajos y volúmenes de las cargas manipuladas.
  - Introducir la horquilla hasta el fondo por la parte más estrecha del palet, asegurando que queda debidamente centrada bajo él, con el fin de asegurar el perfecto equilibrio de las cargas transportadas. Evitar la elevación de la carga con un único brazo de la horquilla.
  - Antes de iniciar la operación de descenso de las cargas, deberá comprobarse que no haya nada que pueda dañar o desestabilizar estas al ser depositadas en el suelo, vigilando además que nadie pueda quedar atrapado.
  - Estacionar la carretilla con la horquilla bajada, libre de objetos y restos de material.
- Conservar siempre en un estado óptimo de **mantenimiento** la carretilla, el carro, la transpaleta y el resto de medios auxiliares para el transporte, la elevación y el almacenamiento de cargas. Estos equipos deberán utilizarse atendiendo a las funciones propias de su diseño y fabricación, sin sobrepasar en ningún caso la capacidad de carga máxima establecida por el fabricante.

## EPIS / VESTIMENTA

- La **vestimenta** deberá ser cómoda y no ajustada, debiendo evitarse los bolsillos, cinturones y demás elementos fáciles de enganchar. El calzado deberá ofrecer un apoyo estable al trabajador, impidiendo el deslizamiento de éste.
- En su caso, hacer uso de los **equipos de protección individual** necesarios para el desarrollo de los distintos trabajos (calzado de seguridad con puntera reforzada). En el caso de la manipulación manual de cargas es importante hacer uso de guantes de protección que se ajusten bien a las manos y que no disminuyan su sensibilidad.

## REFERENCIAS NORMATIVAS

- **LEY 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- **REAL DECRETO 39/1997**, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- **REAL DECRETO 1488/1998**, de 10 de julio, de adaptación de la legislación de prevención de riesgos laborales a la Administración General del Estado.
- **REAL DECRETO 485/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- **REAL DECRETO 486/1997**, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- **REAL DECRETO 487/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.
- **REAL DECRETO 1215/1997**, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.
- **REAL DECRETO 1435/1992**, de 27 de noviembre, por el que se dictan las disposiciones de aplicación de la Directiva del Consejo 89/392/CEE, relativa a la aproximación de las legislaciones de los estados miembros sobre máquinas. (Incluye la modificación posterior realizada por el REAL DECRETO 56/1995).
- **REAL DECRETO 1407/1992**, de 20 de noviembre, por el que se regulan las condiciones para la comercialización y libre circulación intracomunitaria de los equipos de protección individual.
- **REAL DECRETO 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y Salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.