



Nombre de Compañía: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____
 Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 510: La Seguridad en el Manejo de Materiales en General

Introducción: Las tareas deberán ser evaluadas y alteradas para reducir las posturas torpes, torsión, empujarse, el alcanza sobre cabeza, el peso excesivo, y la repetición. Lo siguientes son guías de seguridad para el manejo de material en el sitio de trabajo:

- **Antes del manejo** de materiales o de químicas peligrosas no conocidas, lea las etiquetas para las instrucciones de seguridad, y referirse a la hoja de datos para la seguridad de materiales, o consulte con su supervisor. Solamente maneje materiales y químicas en contenedores aprobadas.
- Use equipo protector personal cuando manejas materiales que presentan peligros a su salud, tales como ácidos, corrosivos, cáusticos e irritantes
- Use químicas solamente para las razones aprobadas. Siempre limpie con agentes de limpieza no peligrosos.
- Use herramientas propias, carretas de mano, plataformas rodantes, carretas y grúas para alzar y mover objetos pesados. No exceda de la capacidad medida de una grúa o de un dispositivo de alzamiento.
- **Inspeccione** los artículos de manejo por astillas, orillas melladas, abrojos, y las superficies ásperas y resbalosas. Use guantes protectivos.
- **Limpie** los artículos aceitosos, mojados, resbalosos o sucios, antes de intentar manejarlos. Para ajustar su agarre, ponga el objeto para bajo.
- **Nunca** cargue un objeto de el cual no se puede ver por de arriba o alrededor. Planee su paso de caminar y asegúrese que esta despejado.
- **Cuando este moviendo** artículos sobre plataformas rodantes o carretas de mano, y cuando sea posible empuje más que lo que jale. Cadenas usadas para el manejo de material deberán estar hechos de acero aleación. Prueba el peso de los objetos que se va alzar. Solicite ayuda si un articulo esta muy pesado para levantarlo solo. **Cuando manejan** un articulo con un equipo, una persona deberá ordenar por voz para coordinar la actividad.
- **Evite** de agarrar sus dedos, su manos o cualquier otra parte de su cuerpo pellizcada entre la carga y los objetos cercas.
- **Todo el material** deberá ser apilado, en cremallera, bloqueado, engranado, o tal vez asegurado para prevenir el resbale, la caída, o el derrumbe.



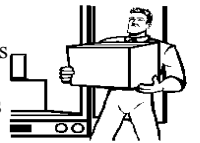
Cuando levante, para evitar un daño use los métodos propios para levantar:

- **Párese** cercas a la carga. Asegúrese a tener los pies firmes, y poco aparte.
- **Póngase de cuclillas.** Inclínese de las rodillas manteniendo la espalda lo mas derecha posible, pero aún cómodo.
- **Agarre** la carga firmemente. Coloca las manos donde no se resbalen.
- **Respira** para dentro antes del levanto. Los pulmones hinchados ayudan a soportar la columna.
- **Levante** con las piernas. Mantenga su espalda derecha y enderezase lentamente y suave, evitando las mociones de sacudidas.
- **Detenga** la carga firmemente. Manténgalo cercas a su cuerpo. Exale.
- **Mueve** el artículo a su nuevo local. Haga las vueltas con sus pies en vez de torcerse la espalda.
- **Cuando** baje la carga, póngase de cuclillas, inclínese de las rodillas, y mantenga su espalda lo mas derecha posible.
- **Deberá ver** despeje seguro en los pasillos, en los atracaderos de cargamento, por las entradas de las puertas y donde se dan vueltas, y donde hay en uso de equipo de manejo mecánico. Los pasillos deberán ser despejados y en un buen orden de reparo. Use sogas y líneas de guiar cuando el control manual es necesitado sobre las cargas girando.
- **Los trabajadores no deberán** estar debajo o cercas a las cargas elevadas y el material moviéndose, solamente que tengan protección adecuada.
- **Bloquee y acuña** las cargas suspendidas en eslingas o soportadas por grúas, gatos, u otros dispositivos, antes de permitir a los trabajadores a estar debajo de la carga. Carga las tablas de paleta para que el material este estable. No deje caer o tire material a otra gente de una elevación.
- **El material** no deberá obstruir las luces y el equipo para extinguir fuegos, incluyendo los rociadores, pasillos, salidas, o paneles para el control eléctrica. Cuando almacene materiales que pueden causar reacciones peligrosas, segrégalos y márcalos con letreros de advertencias apropiadas.
- **Todo el equipo,** estructuras, y accesorios usados para el manejo de materiales deberán de cumplir con las prácticas de ingenierías sanas y de las especificaciones y recomendaciones del manufacturero. Deberán soportar el cargo del material aun más el peso de si mismo. Permite por el viento, el impacto, la erección y de cualquier carga especial que puede ocurrir. Ninguna combinación de estas cargas puede causar un estrés de cualquier parte que exceda el estrés permitible para esa parte.



Baterías: Usa un garrafón o sifón para el manejo de electrolitos. Ponga los frenos del camión antes de cambiar o cargar las baterías.

Los factores de riesgo para el manejo de materiales incluyen: Las actividades prolongadas y/o repetidas, los esfuerzos fuertes con las manos, las posturas estáticas y prolongadas o los agarres excesivos, las posturas torpes, incluyendo alcanzando sobre sus hombros o detrás de su espalda, y torciéndose las muñecas y otras uniones, el continuo contacto físico con superficies del trabajo como las orillas filosas, el concreto duro, las vibraciones excesivas, las temperaturas calientes y frías, y el manejo de las herramientas inadecuadas.



Reduce las posturas torpes y extremas con usando partes integrantes ajustables y mesas de rotar, estaciones de trabajo, y cunas de entregar de las que pueden acomodar las limitaciones de altura y el alcance de las varias medidas de los trabajadores. Plataformas de trabajo que se mueven hacia arriba y abajo, girando la parte enfrente del trabajador para que las muñecas y la cintura puedan estar derechas, son ergonómicamente correctas.

Conclusión: Las técnicas para las levantadas propias, son cruciales para prevenir daños a la espalda en el sito de trabajo. Todos los empleados deberán ser entrenados en el manejo seguro de materiales. Siempre utilice estas guías de seguridad cuando maneje materiales.



Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____
 Violaciones de Seguridad del Personal: _____

Firma de Empleado: _____ (Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)

Firma de Forman/Supervisor: _____
 Esta pauta no remplace regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.