

## MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS Y APILADOR ELÉCTRICO



	<b>PRESENCIAL</b>		
	<b>Duración:</b> 6 H	<b>Horas presenciales:</b> 6 H	<b>Horas online:</b> 0 H
	<b>Familia:</b> PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIOAMBIENTE <b>Área:</b> GENERAL PRL		
	<b>Dirigido a:</b> Trabajador@s, personas desempleadas, autónomos, personal de dirección, etc. que deseen adquirir, mejorar o afianzar los conocimientos teóricos relacionados con su puesto de trabajo o su pasada, presente o futura trayectoria laboral.		
	<b>Objetivos:</b> Sensibilización, manejo y cambio de actitud en tareas de manutención de cargas con transpaletas y apiladoras y manipulación manual de cargas.		
	<b>Metodología:</b> Metodología activa y participativa, basada en la explicación y demostración de los contenidos utilizando los medios didácticos adecuados para la transmisión de del conocimiento fomentando la participación e implicación de los alumn@s a través de la realización de actividades, desarrollándose en un ambiente de buena comunicación entre alumno y formador		
	<b>Contenidos:</b> MANIPULACIÓN MANUAL 1. Introducción 2. Riesgos asociados a la manipulación 3. Fundamentos de fisiología 4. Método para levantar una carga 5. Medidas preventivas manipulación cargas 6. Riesgo postural. Definiciones 7. Efectos sobre la salud por posturas forzadas 8. Medidas preventivas posturas forzadas 9. Estiramientos y refuerzo muscular TRANSPALETAS Y APILADORAS 1.1. Generalidades 1.2 Componentes de transpaleta y apiladoras. 1.3. Accesorios para transporte y manipulación 2. SITUACIONES DE RIESGO Y ACCIDENTES 3. MEDIDAS PREVENTIVAS		

- 3.1. Medidas preventivas
- 3.2. Plataformas de trabajo para acoplar a las apiladoras
- 4. DIAGRAMA DE CARGA DE LA APILADORA
  - 4.1. Sobrecarga de las apiladoras
  - 4.2. Interpretación del diagrama de carga de la apiladora
- 5. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL.
- 6. CARGA DE BATERÍAS EN CARRETILLAS ELÉCTRICAS
  - 6.1. Riesgo de incendio y explosión
  - 6.2. Puesto de carga y baterías
  - 6.3. Medidas preventivas