








MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS- MANUAL HANDLING BASIC SAFETY TRAINING (BST)



	PRESENCIAL		
	Duración: 4 H	Horas presenciales: 4 H	Horas online: 0 H
	Familia: GWO Área: GENERAL PRL		
	Dirigido a: Personal que desarrolle su trabajo en parques eólicos para dotarles de las capacidades básicas que les permitan desarrollar su trabajo de manera segura.		
	Objetivos: Conocer la forma correcta de realizar operaciones de manipulación manual de cargas. Conocer y aplicar todas las normas de seguridad y recomendaciones en la manipulación manual de cargas. Conocer y reconocer las patologías que se pueden originar. Detectar los factores de riesgo derivados de la manipulación manual de cargas. Conocer las medidas preventivas que pueden adoptarse para hacer frente a los riesgos que generan las operaciones de manipulación manual de cargas.		
	Metodología: El curso está diseñado para ser desarrollado en sesiones teóricas de tipo expositivo y sesiones prácticas demostrativas mediante la participación activa de los asistentes con el fin de facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje.		
	Contenidos: INTRODUCCIÓN Instrucciones de seguridad y procedimiento de emergencia. Instalaciones. Introducción: Objetivos y propósito del curso. Motivación. Factores humanos. Seguridad en el comportamiento. LESIONES, SÍNTOMAS Y PRINCIPIOS ESENCIALES EN MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS Como evitar las lesiones musculoesqueléticas más comunes en la industria eólica. Sintomatología de las lesiones. Principios esenciales de manipulación manual de cargas. Evaluación básica de riesgos e introducción al principio T.I.L.E. CALENTAMIENTO		

PRINCIPIOS DE MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

Trabajo con peso por encima del hombro.

Trabajo de rodillas.

Empujar y tirar.

Transporte de cargas.

Fracturas.

Trabajo con herramientas manuales.

Posiciones incómodas.

PRÁCTICAS MANIPULACIÓN DE CARGAS

EVALUACIÓN

Resumen.

Evaluación.

Certificados.