

Manipulación Manual de Cargas

Objetivo

El objetivo de Módulo de Manipulación Manual de Cargas es fomentar un comportamiento correcto durante manejo de cargas y capacitar a los asistentes para que realicen las tareas de levantamiento de cargas de manera segura, acorde con los requisitos establecidos en GWO Basic Safety Training.

Acción Formativa	MH	Mes/Año	
Metodología	Teórico/Práctico	Método	Expositivo/Demostrativo
Grupo Destinatario	Técnicos Operadores Supervisores Gerentes		
Validez de Formación	24 meses		
Duración	3 horas 35 minutos	Teoría: 1h 20 min Práctica: 2h Evaluaciones: 15 min	
Número máximo de participante	12 alumnos máximo por curso		
Ratio Parte Teórica	1 formador:12 alumnos	Ratio Parte Práctica	1 formador:12 alumnos

Tipo de Material Requerido

- Modelo de vértebras lumbares con fines educativos.
- Modelo de un hombro para los propósitos educativos.
- Maniquí de rescate pesa 30 Kg.
- Pesos de elevación manual de 15 kg.
- Equipos de Protección Individual.

Temarios

Edición	Primera	Segunda	Tercera			
Fecha	07/12/2019					

Manipulación Manual de Cargas

Contenidos		Duración
1. Introducción	1.1. Instrucciones de seguridad y procedimientos de emergencia. 1.2. Instalaciones. 1.3. Introducción. 1.4. Objetivos y propósitos del curso. 1.5. Evaluación continua acorde con Formulario de Evaluación. 1.6. Motivación del curso.	15 min
2. Legislación y seguridad conductual	2.1 Legislación global. 2.2 Legislación nacional. 2.3 Seguridad conductual.	15 min
3. Anatomía de la columna y posturas	3.1 Anatomía. 3.2 Conciencia de los síntomas. 3.3 Métodos de informar.	20 min
4. Planificación de manipulación manual de cargas	4.1 Principio T.I.L.E. (Tarea, Individuo, Carga, Entorno). 4.2 Medidas de control adicional.	20 min
5. Medidas de prevención de lesiones durante el curso	5.1 Medidas de control y ejercicios de calentamiento.	20 min
6. Manipulación manual de cargas; control de riesgos y técnicas de manejo de cargas	6.1 Riesgos y peligros en el entorno del aerogenerador. 6.2 Técnicas de manipulación manual de cargas. 6.3 Ejercicios prácticos en levantamiento de cargas.	110 min
7. Evaluación	7.1 Resumen. 7.2 Evaluación. 7.3 Certificados.	15 min
Total		215 min

Edición	Primera	Segunda	Tercera			
Fecha	07/12/2019					