
CURSO MANIPULACIÓN MANUAL Y MECÁNICA DE CARGAS



Horas estimadas: 60

La manipulación manual de cargas es, según la definición del Real Decreto 487/1997, "cualquier operación de transporte o sujeción de una carga por parte de uno o varios trabajadores, como el levantamiento, la colocación, el empuje, la tracción o el desplazamiento, que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entraña riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores".

INDICE CONTENIDO

Manipulación manual de cargas

1. Introducción
Video
Lectura
2. Qué es la manipulación de cargas
Video
Lectura
3. Obligaciones del empresario
Video
Lectura
4. Guía técnica
Video
Lectura
Test 1
5. Evaluación y prevención
Video 1
Video 2
Lectura
Test 2

Manipulación mecánica de cargas

1. Introducción
Video
Lectura
2. Normativa básica
Video
Lectura
3. Nociones sobre carretillas
Video 1
Video 2
Lectura
4. Equilibrio en las carretillas elevadoras
Video
5. Especificaciones técnicas
Video 1
Video 2
Lectura
Lectura 2
6. Seguridad relativa a la conducción
Video
Lectura
Test 3
Normativa