

Movimentação Manual de Cargas

Inclui as operações fundamentais de Elevação/Transporte/Descarga.

Ocorrência de Acidentes

- Consequência de movimentos incorrectos ou esforços físicos exagerados
- Consequência de grandes distâncias de elevação
- Consequência do abaixamento
- Consequência do Transporte
- Consequência de períodos insuficientes de repouso



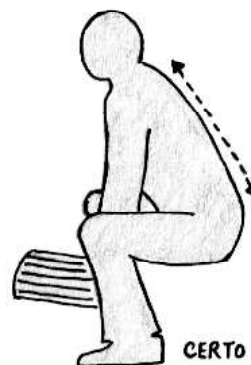
Riscos

- Queda de objectos sobre os pés
- Ferimentos causados por marcha sobre, choque contra, ou pancada de objectos penetrantes
- Sobreesforços ou movimentos incorrectos (de que pode resultar hérnia discal, rotura de ligamentos, lesões musculares e das articulações)
- Choques com objectos
- Queda de objectos
- Entalamento



Prevenção

- Não transportar em carro de mão, cargas longas ou que impeçam a visão
- Manter as zonas de movimentação arrumadas
- Sinalizar as zonas de passagem perigosas
- Adaptar uma posição correcta de trabalho (*Ergonomia*)



Equipamento de Protecção Individual a utilizar

- Luvas de protecção mecânica
- Calçado de segurança com protecção
- Capacete de protecção

