



**ASOCIACIÓN DE DISTRIBUIDORES DE
VEHÍCULOS AUTOMOTORES DEL ESTADO DE
MORELOS, A.C..**

**“MANEJO Y ALMACENAMIENTO DE
MATERIALES”**

Conceptos básicos:

Almacenamiento

La acción de colocar los materiales o contenedores, de modo ordenado, en elementos estructurales, estantes, plataformas o en una estiba, por medio del uso de maquinaria o de manera manual.



Manejo

Mover, trasladar, transportar o empacar mercancías con las manos o con ayuda mecánica.



Manipulación de Cargas Manuales

Planificar el levantamiento

Revisa bien la carga antes de manipularla, zonas de agarre, puntos peligrosos, etc.



Colocar los pies

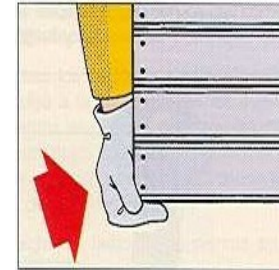
Separa los pies para conseguir una postura estable, colocando un pie más adelantado que otro

Adoptar una buena postura de levantamiento

- ◆ Dobra las piernas manteniendo la espalda recta.
- ◆ No flexiones demasiado las rodillas.
- ◆ Levántate suavemente, por extensión de las piernas



Mantener un agarre firme



Sujeta firmemente la carga empleando ambas manos. Utiliza un agarre seguro.

Evitar los giros

No gires el tronco ni adoptes posturas forzadas.

Procura no efectuar giros.



Mantener la carga pegada al cuerpo

Mantén la carga pegada al cuerpo durante todo el levantamiento.



	Peso Máximo
General	25Kg
Mujeres, mayores y jóvenes	15Kg
Trabajadores entrenados	40Kg

NOM -006-STPS-2014

**MANEJO Y ALMACENAMIENTO DE
MATERIALES. CONDICIONES DE SEGURIDAD
Y SALUD EN EL TRABAJO.**

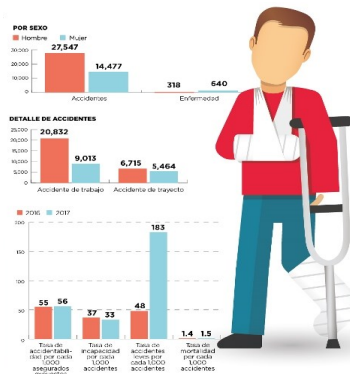
“Riesgos de manejo y almacenamiento de materiales ”

De acuerdo con estadísticas del Instituto Mexicano del Seguro Social:

México registra mil 123 accidentes laborales diarios.



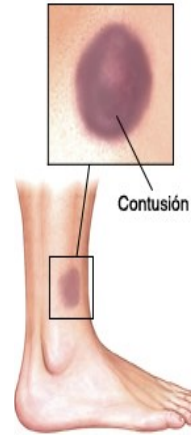
- Algunos de los accidentes más comunes son: golpes, aplastamientos, accidentes con equipos, maquinaria y caídas.
- El 25% de estos accidentes resulta en traumatismos superficiales, el 23% en luxaciones, esguinces y desgarres y el 18% en heridas.



Accidentes comunes en manejo

Contusiones

La contusión es una lesión producida por la acción de una fuerza mecánica externa que no llega a romper la piel, pero produce magulladuras o aplastamientos



Cortes o heridas

Las heridas son lesiones por rotura de la piel producidas por golpes, cortes o abrasión.

Fracturas



Una fractura es una ruptura, generalmente en un hueso. Si el hueso roto rompe la piel, se denomina fractura abierta o compuesta.

y almacenamiento de materiales

Lesiones Músculo-esqueléticas

Afectan a músculos, tendones, huesos, ligamentos o discos intervertebrales, en el trabajo, son bastante habituales en la actualidad.



Zona corporal	Lesiones
Espalda	<ul style="list-style-type: none"> • Hernia discal • Lumbalgias • Ciática • Dolor muscular • Protusión discal • Distensión muscular • Lesiones discales
Cuello	<ul style="list-style-type: none"> • Dolor • Espasmo muscular • Lesiones discales
Hombros	<ul style="list-style-type: none"> • Tendinitis • Periartritis • Bursitis
Codo	<ul style="list-style-type: none"> • Codo de tenis • Epicondilitis