

# Prevención de Trastornos Musculoesqueléticos en Espalda

## Punto de comprobación 2

### Actividades de empuje o arrastre manual de cargas

Dependiendo del tipo de equipo auxiliar, el peso máximo para no aumentar el riesgo por empuje o arrastre es:

- Pequeño, con una o dos ruedas: 50 kilogramos (carretilla o diablito).
- Mediano, con tres o más ruedas fijas o móviles: 250 kilogramos (jaula o contenedores con ruedas).
- Grande, dirigible o sobre rieles: 600 kilogramos (patines o sistemas de rieles).
- Peso seguro máximo del objeto:
  - Si se rueda: 400 kilogramos.
  - Si se gira sobre su base: 80 kilogramos.
  - Si se empuja o arrastra: 25 kilogramos.

Girar un tambor de un lugar a otro.



Empujar la carga de un área a otra.



Arrastrar objetos con ayuda de un equipo auxiliar para moverlos de un lugar a otro.

