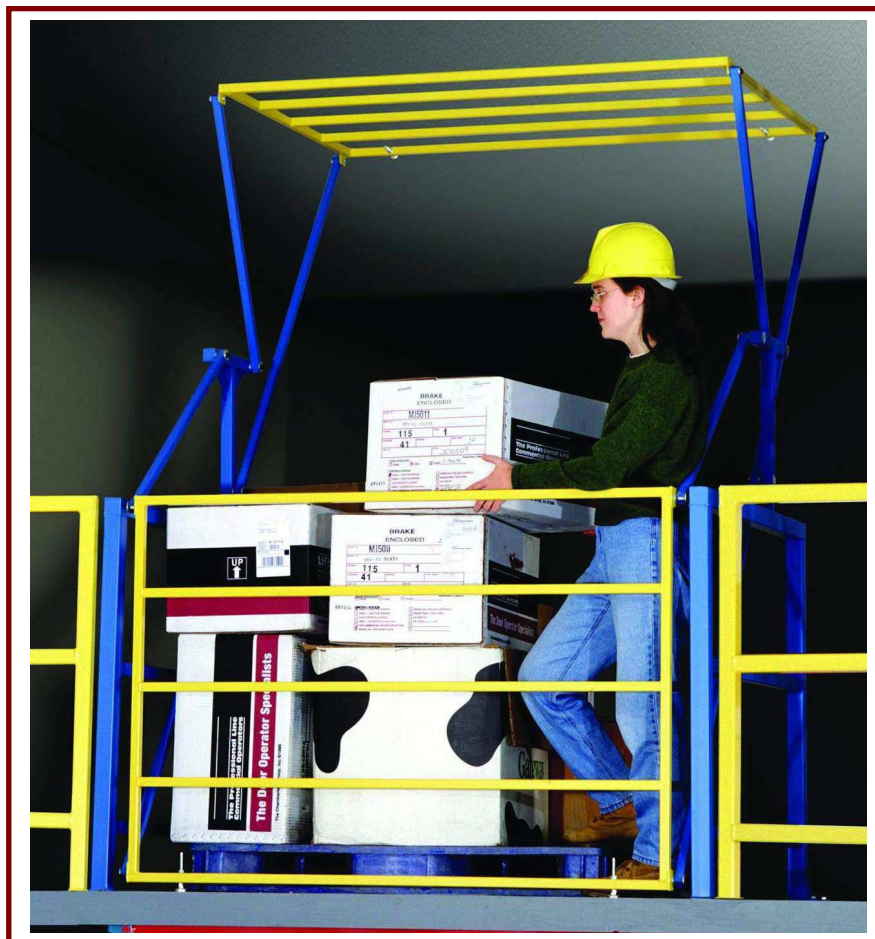


Avaliação dos Riscos = Trabalho Saudável + Produtividade

CUIDADO!

A movimentação manual de cargas não deve ser feita de qualquer maneira!



Prevenir é solução!

MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

Se as nossas posturas forem incorrectas ou não utilizarmos o equipamento necessário ou ainda se não soubermos utilizar bem os meios mecânicos... então é certo e sabido que, ao fim de algum tempo, teremos problemas de saúde e... o acidente espreita!

Assim, devemos movimentarmo-nos suavemente e com cautela quando elevamos ou transportamos cargas, puxamos ou empurramos os carrinhos de carga de modo a evitarmos posturas perigosas. Uma das coisas que devemos ter sempre presente é que a nossa coluna deve ser utilizada como suporte e nunca como uma articulação. O mesmo que dizer que quando, por exemplo, tivermos de mover uma carga de um sítio para outro não devemos girar a coluna sobre o seu eixo mas girar todo o corpo.

AS FONTES MAIS NOCIVAS NOS SECTORES

Há risco de lesões músculo-esqueléticas em todos os processos produtivos mas, sobretudo, nas operações abaixo indicadas::

TÊXTIL	VESTUÁRIO	CALÇADO
<ul style="list-style-type: none"> • levantar e movimentar cargas • colocação de bobinas ou carretos de fio e na armação de teares • introdução e retirada de tecidos das máquinas • armazém, transporte de peças e caixas 	<ul style="list-style-type: none"> • levantar e movimentar cargas • embalagem • armazém, transporte de peças e caixas 	<ul style="list-style-type: none"> • levantar e movimentar cargas • armazém, transporte de peças e caixas

Movimentação de Cargas, Posturas incorrectas, Movimentos Repetitivos podem causar: Perturbações Músculo-Esqueléticas e Provocar:

- dores e lesões dorso-lombares
- dores e lesões cervicais

É obrigação legal das empresas fazer a Avaliação e Prevenção dos Riscos

- Eliminar e/ou Controlar o Risco através de medidas de protecção colectiva, tais como:
 - meios auxiliares de transporte de carga
 - implementação e ou cumprimento de pausas
- Minimizar o Risco: informação e formação das/os trabalhadores sobre posturas correctas no transporte e movimentação de cargas.

Organização:



Co-Financiado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Com o Apoio:

