

Prevención de Trastornos Musculoesqueléticos en Espalda

Punto de comprobación 4

Agarre de objetos con peso igual o superior a 3 kg

- Después de las dorsopatías, las lesiones asociadas con las manos, las muñecas y los hombros son las más frecuentes, de acuerdo con los datos de la memoria estadística del IMSS de 2019. Una sujeción efectiva de las cargas garantiza el traslado estable y reduce el riesgo de sufrir una lesión en mano o muñeca.
- En caso de que no se cuente con ellas, deben ser implementadas asas o manijas para sujetar los objetos de más de 3 kilogramos; además de contener partes holgadas que permitan un agarre cómodo.
- Si la carga no cuenta con asas se debe implementar una ayuda técnica para apoyar la sujeción, por ejemplo, ventosas.

