



# AUXILIAR DE ASEO SUFRE DOLOR LUMBAR AL TRASLADAR MOBILIARIO

## DESCRIPCIÓN DEL ACCIDENTE

La Auxiliar de Aseo del establecimiento, con 8 años de antigüedad laboral, se encontraba realizando sus tareas habituales de limpieza de los pisos en las salas de clases, para lo cual debe retirar el mobiliario previamente. Al levantar una de las mesas, sufre un fuerte dolor de espalda en la zona lumbar, que le impide moverse por varios días.

La mesa pesa 13 Kg.

La trabajadora ha sido capacitada en los procedimientos de aseo y limpieza, pero no en técnicas de manejo manual de cargas.



## CAUSAS DEL ACCIDENTE

- Falta de conocimiento, por parte de la trabajadora, de las técnicas de manejo manual de cargas.
- Exposición continua a sobreesfuerzos para la realización de tareas que implican manejo manual de cargas.
- Falta de un procedimiento de trabajo seguro para las tareas que implican levantamiento, descenso y transporte de cargas.

## LECCIONES APRENDIDAS

### TRABAJADORES

- 1 Cada trabajador(a) debe preocuparse de conocer los peligros de su lugar de trabajo y de adoptar las medidas preventivas para evitar accidentes.
- 2 Todo trabajador que realice manejo manual de cargas, debe conocer las técnicas seguras para realizar la tarea.
- 3 Cada trabajador(a) que realice manejo manual de cargas, debe observar las características del objeto a trasladar: forma y dimensiones de la carga, estimar el peso, espacio para moverse y obstáculos en el traslado. A partir de esto, debe aplicar las técnicas seguras para mover la carga.
- 4 Cada trabajador(a) que realice manejo manual de cargas, debe considerar su propia capacidad para la tarea. Si considera que necesita ayuda debe solicitarla.

### EMPRESA

- 1 Sensibilizar sobre la importancia del autocuidado y del cuidado mutuo frente a los peligros que puedan existir. Por ejemplo: ayudar en el movimiento de muebles y en las técnicas de manejo manual de cargas.
- 2 Capacitar a todo el personal expuesto en los riesgos y medidas preventivas para el manejo manual de cargas.
- 3 Difundir entre los trabajadores un procedimiento de trabajo seguro para las tareas que implican levantamiento, descenso y transporte de cargas.
- 4 Coordinar con ACHS la realización de los siguientes cursos:
  - Manejo manual de cargas.
  - Identificación de peligros.