

DEFENSA DE MONOGRAFÍA

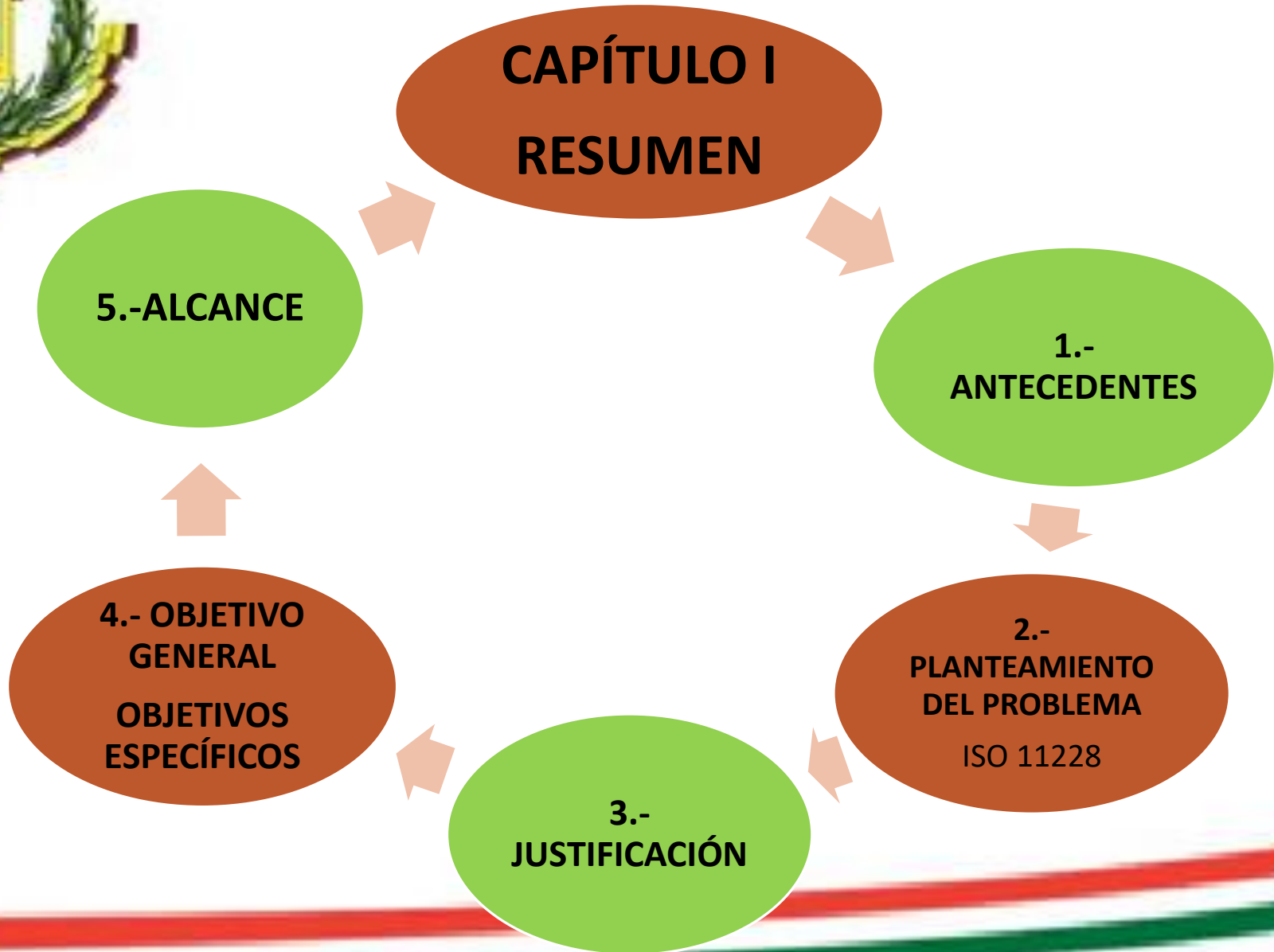
INADECUADOS MÉTODOS DE MANIPULACIÓN DE CARGA Y DESCARGA DE MERCANCÍAS EN EL ÁREA LOGÍSTICA DE LA EMPRESA BIDTRANS CÍA. LTDA. DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHICHA

AUTORA: REVELO TORRES, LIZBETH VANESSA

DIRECTORA: ING. GUILCAPI VILLACRÉS,

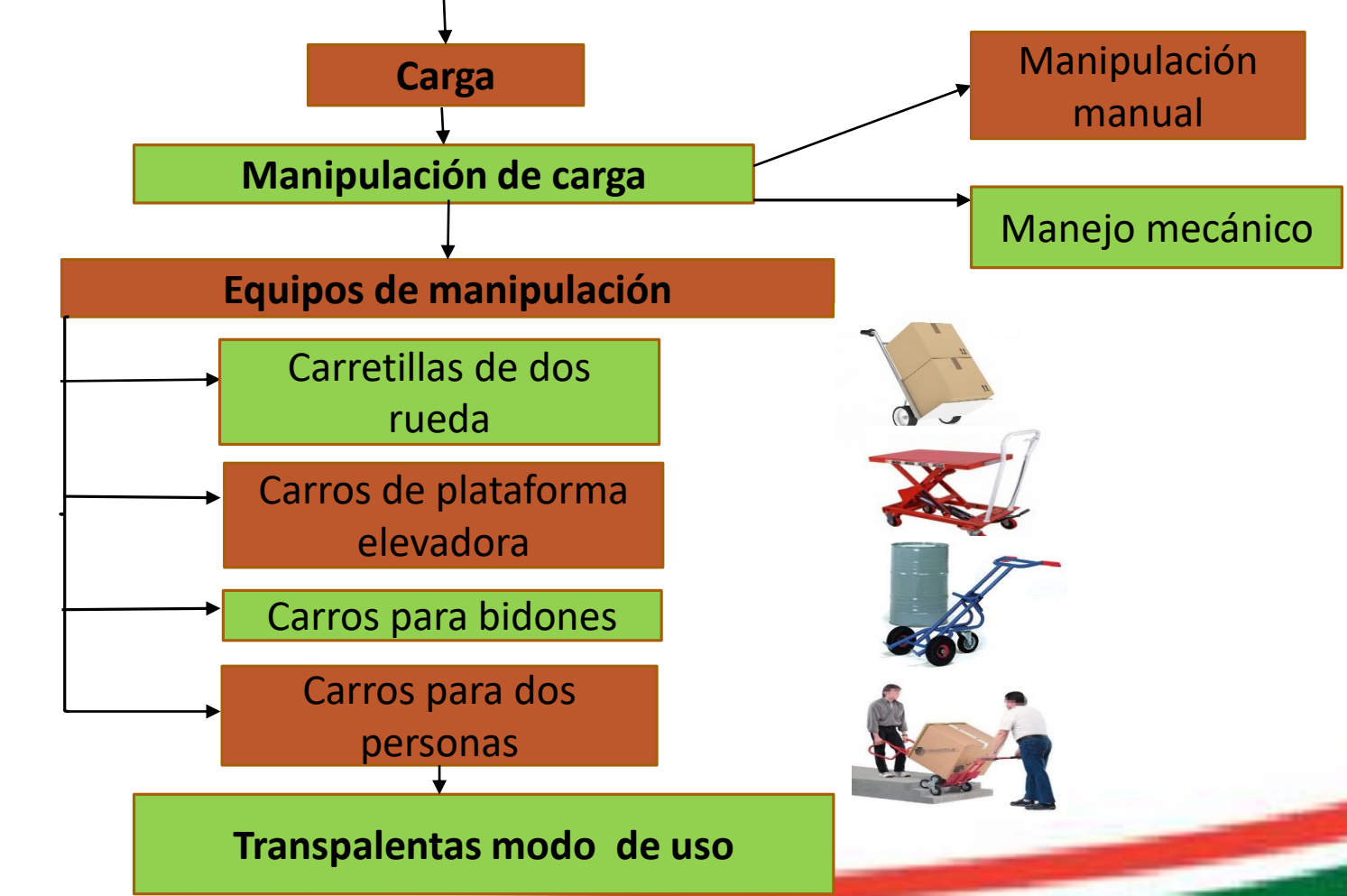
MÓNICA ALEXANDRA







CAPÍTULO II



FACTORES DE RIESGOS

- 1 tasa de repetición
- 2 fuerza
- 3 postura incomoda y de trabajo
- 4 Distancia excesiva

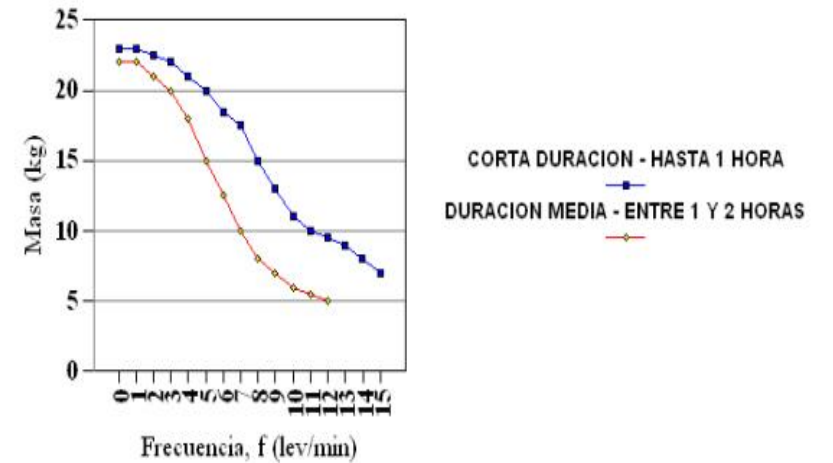
RIESGOS DE LA MANIPULACIÓN DE CARGA

- 1 directrices
- 2 evitar la tarea
- 3 evitar levantar cargas pesadas
- 4 utilizar equipos de manipulación
- 5 manejo de carga unificada

CONSIDERACIONES

- 1 controles de ingeniería
- 2 C. administrativos
- 3 principios de diseño de trabajo

MINIMIZACIÓN DE LOS RIESGOS



**OBSERVACIONES
IMPORTANTES
DEL INDIVIDUO**

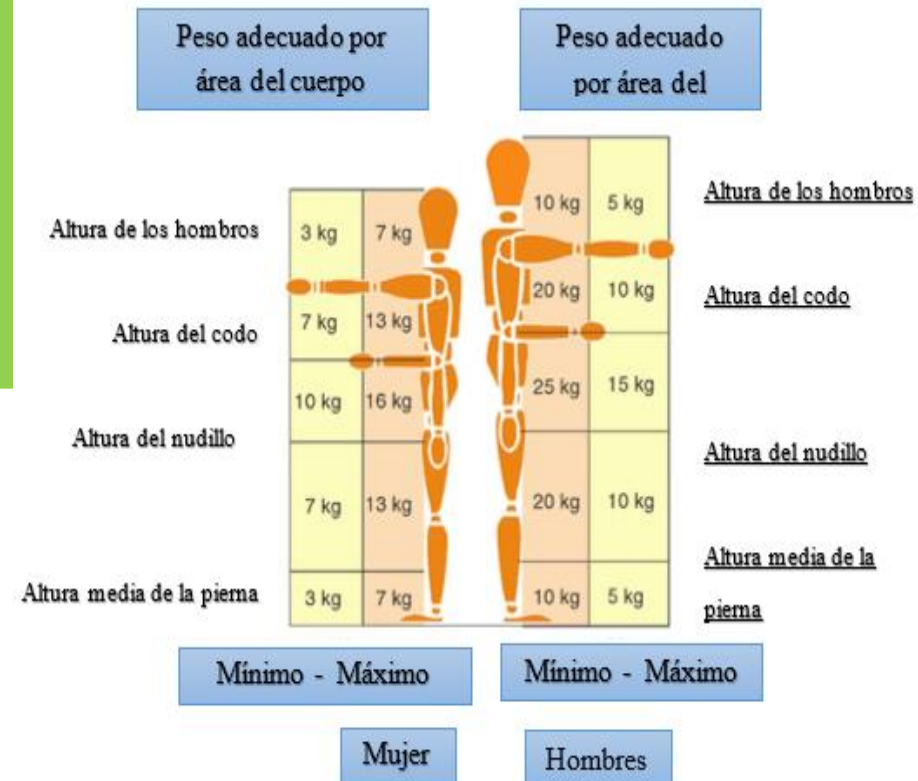
**Técnicas para la
manipulación**

- 1 carga demasiado pesada
- 2 carga difícil de manejar por el lugar de trabajo
- 3 carga difícil de agarrar

**Indicaciones
especificas para el
levantamiento de
carga**

**Métodos de
transporte**

- 1 en el cuello
- 2 con el hombro y brazo
- 3 bandeja de transporte
- 4 de dos personas
- 5 debajo del brazo

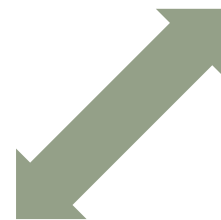
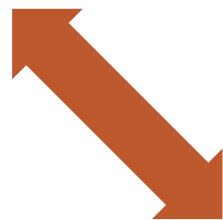
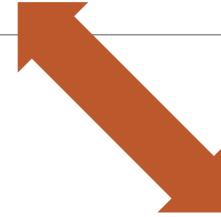
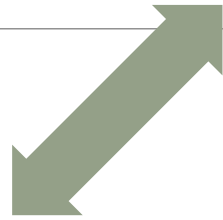


**LOGÍSTICA APLICADA
AL PROCESO DE
DESCARGA DE
MERCANCÍAS**

**MÉTODO DE
DESCARGA**

Naturaleza de la carga
Recurso disponibles
Condiciones climáticas
Disposiciones de distribución

**PROCESO DE
DESCARGA (GRANEL Y
REFRIGERADA)**



CAPÍTULO III
EJECUCIÓN DEL PLAN METODOLÓGICO

MODALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN: bibliográfica,
campo

TIPOS DE INVESTIGACIÓN: descriptiva,
explicativa

NIVEL DE INVESTIGACIÓN: investigación
aplicada

MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN: inductivo, deductivo y
analítico

TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN: encuesta y ficha de observación (
universo población y muestra)

INTERPRETACIÓN



CAPÍTULO V PROPUESTA



OPERADOR LOGÍSTICO Y SERVICIOS DE TRANSPORTE
PUERTA A PUERTA

GUÍA TÉCNICA METODOLÓGICA DE CARGA Y DESCARGA DE MERCADERÍA PARA LA EMPRESA BIDTRANS CÍA. LTDA. DE LA CIUDAD DE QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA



Autora: Revelo Torres, Lizbeth Vanessa

Carrera Tecnología en Logística y Transporte - ESPE

Quito Ecuador

2020

INTRODUCCIÓN

**MISIÓN Y VISIÓN DE
LA GUÍA**

OBJETIVO DE LA GUÍA

CONSIDERACIONES PARA LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.

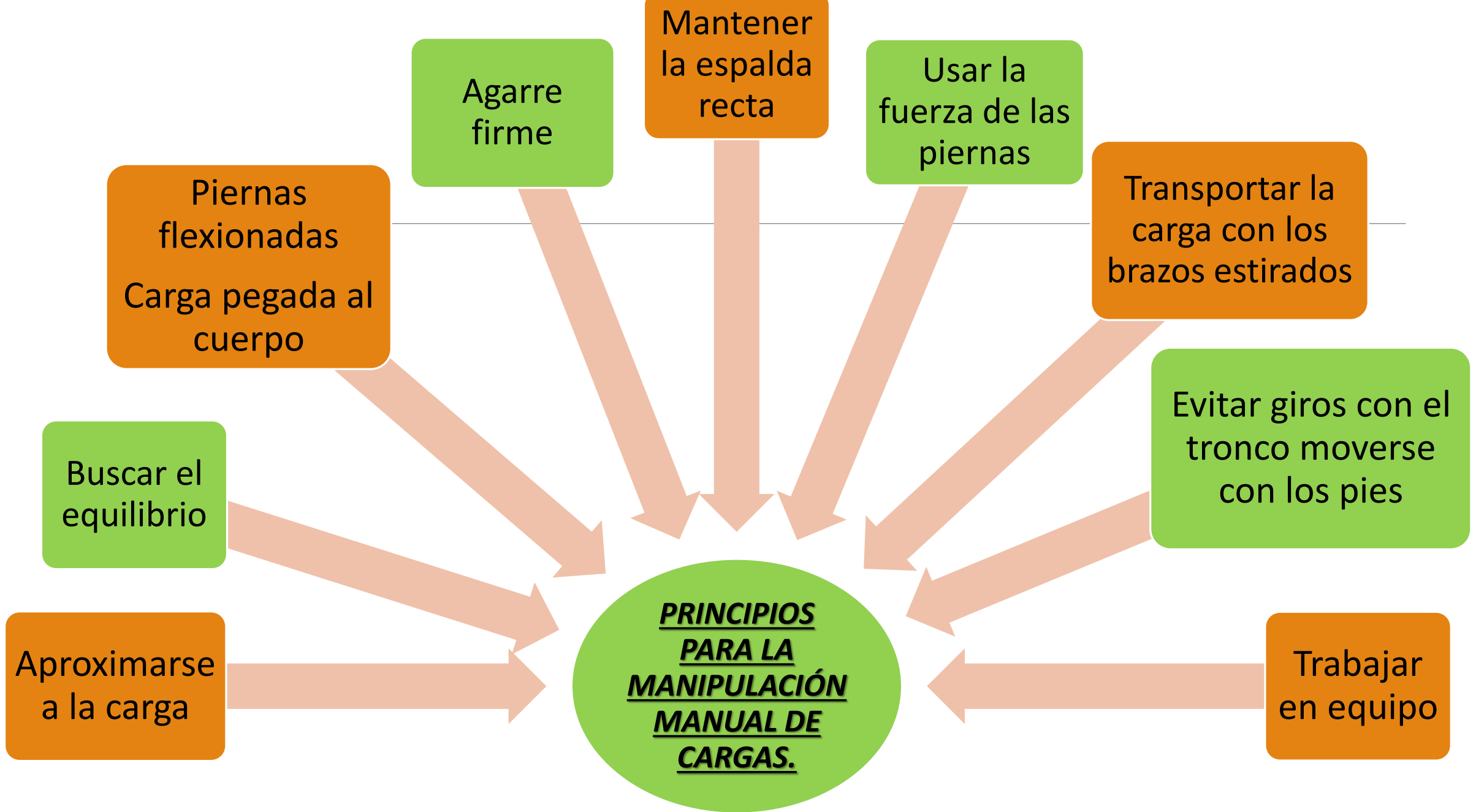
EVITAR LA MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGA

REDUCIR O REDISEÑAR LA CARGA

Establecer pesos de carga en los paquetes, con un peso menor a 25 kg.

Organización del trabajo

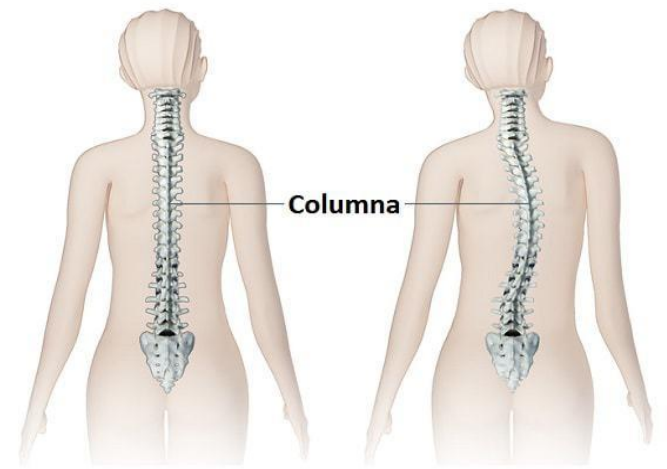
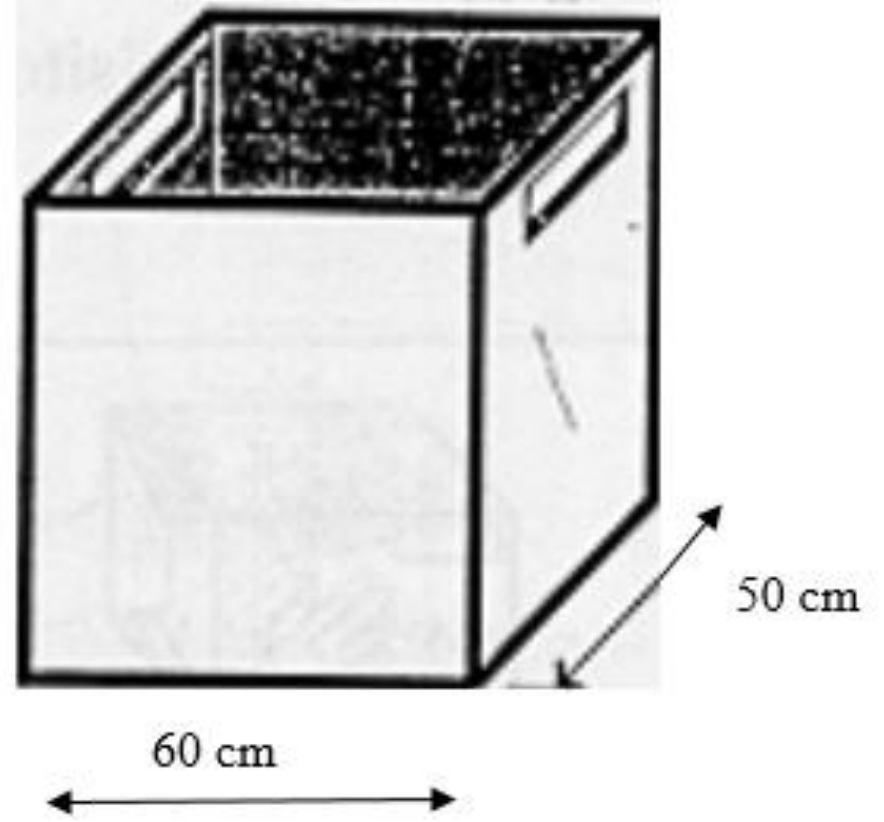
Mejora del entorno de trabajo



RECOMENDACIONES



60cm



Columna

Columna normal

Escoliosis

MÉTODOS GENERALES PARA LEVANTAR UNA CARGA

*PLANIFICAR EL LEVANTAMIENTO



NORMA ISO 11228-2: EVALUACIÓN DEL RIESGO



Los brazos están verticalmente alineados y el tronco erguido.

Nivel de riesgo = Verde

Riesgo = 0 aceptable



Tronco inclinado y brazos en posición vertical y alejados del cuerpo

Nivel = Amarillo

Riesgo = 1 Aceptable
condicionado



Los brazos están alejados del cuerpo y el tronco inclinado.

Nivel = Rojo

Riesgo = 2 inaceptable



POSICIÓN ESPECÍFICA DE LA ESPALDA Y EL CUERPO

LEVANTAR CARGA CERCA AL CUERPO, PUES DE OTRA FORMA LOS MÚSCULOS DE LA ESPALDA SE ENCUENTRAN SOMETIDOS A TENSIÓN. (HERNIA DISCAL)

DEBE TENSARSE LOS MÚSCULOS DEL ESTÓMAGO Y DE LA ESPALDA

PEGAR LA CARGA AL CUERPO

CUANDO SEA NECESARIO CAMBIAR EL AGARRE, DE FORMA SUAVE

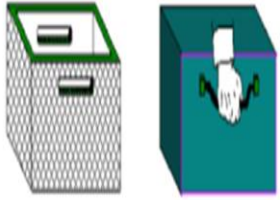
DESVENTAJAS DE USAR BAJA LUMBAR

AUMENTA LA RIGIDEZ DE LOS SEGMENTOS DE LA COLUMNA VERTEBRAL EN LA ZONA LUMBAR.

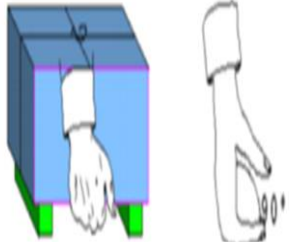
EMPUJA EL DIAFRAGMA HACIA ARRIBA, LO CUAL DISMINUYE LA CONTRACCIÓN DE LOS MÚSCULOS DE LA ESPALDA.

CON EL CALOR Y/O LA HUMEDAD, LA FAJA GENERA PICAZÓN, HINCHAZÓN

AUMENTA EL RITMO DE TRABAJO EXISTIENDO DESPREOCUPACIÓN DEL CONTROL DE LOS MOVIMIENTOS



AGARRE BUENO



AGARRE REGULAR



AGARRE MALO

SOLO SI NO SE TIENE LA AYUDA MECÁNICA

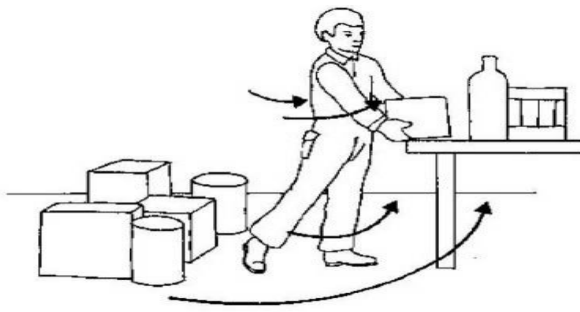
LEVANTAMIENTO CON OTROS

TENER LA MISMA FUERZA DEL COMPAÑERO

EL ALZADO DEBE EFECTUAR AL MISMO TIEMPO Y A LA MISMA VELOCIDAD

DEBEN USAR SEÑALES ORALES PARA COORDINAR SUS MOVIMIENTOS. Y SEÑALES DE EMERGENCIA

CAMINAR AL MISMO PASO Y CON VOZ DE MANDO.

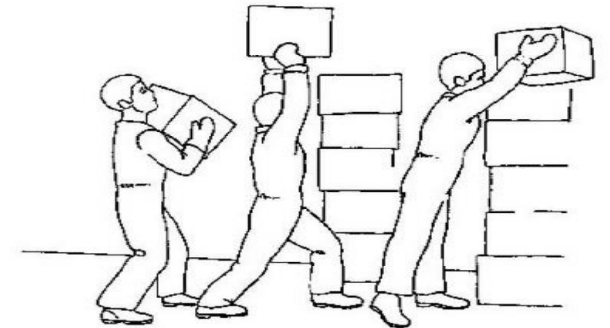


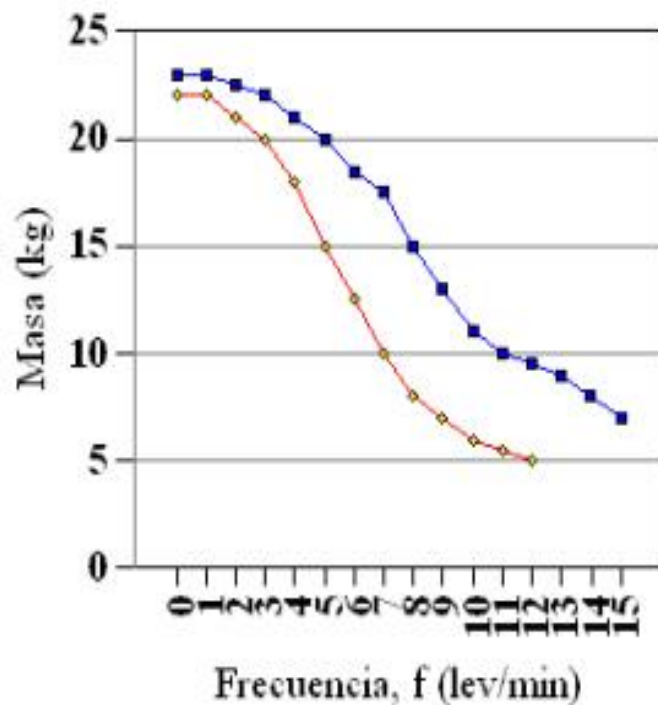
- PRIMERO, SE DEBE LEVANTAR LA CARGA Y LUEGO GIRAR TODO EL CUERPO, MOVIENDO LOS PIES EN BASE A PEQUEÑOS DESPLAZAMIENTOS.
- EL LÍMITE DE ALTURA QUE LA MAYORÍA DE PERSONAS ALCANZA ES DE 175 CM NO SOBRE PASAR.

LEVANTAMIENTO HACIA UN LADO

LEVANTAMIENTO POR ENCIMA DE LOS HOMBROS

- COLOQUE LOS PIES EN POSICIÓN A CAMINAR. LEVANTE EL OBJETO HASTA LA ALTURA DEL PECHO. LUEGO COMIENZE A SUBIRLO SEPARANDO LOS PIES PARA PODER MOVERLO, DESPLAZANDO EL PESO DEL CUERPO SOBRE EL PIE DELANTERO





CORTA DURACION - HASTA 1 HORA
 DURACION MEDIA - ENTRE 1 Y 2 HORAS

ES DECIR QUE SI TENEMOS QUE LEVANTAR 50 CAJAS QUE PESAN 10 KG CADA UNA.

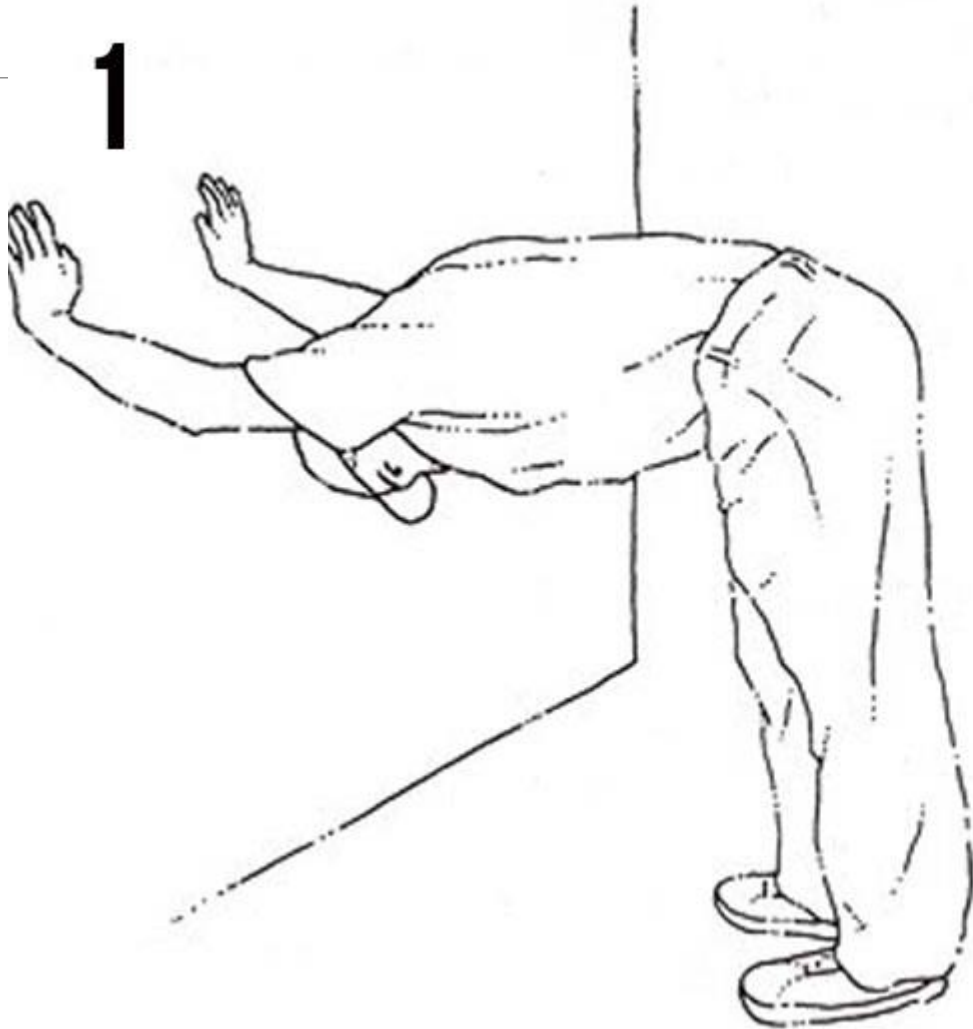
60MIN / 11 CAJAS: 5.45 MINUTOS (4 MINUTOS DE TRABAJO Y 1.45 DE DESCANSO)

CON UNA DISTANCIA BASTANTE CONSIDERABLE MOVILIZARES 8 CAJAS EN 2 HORAS SE TOMARÁ 13 MINUTOS CON DESCANSO DE 2 MINUTOS.

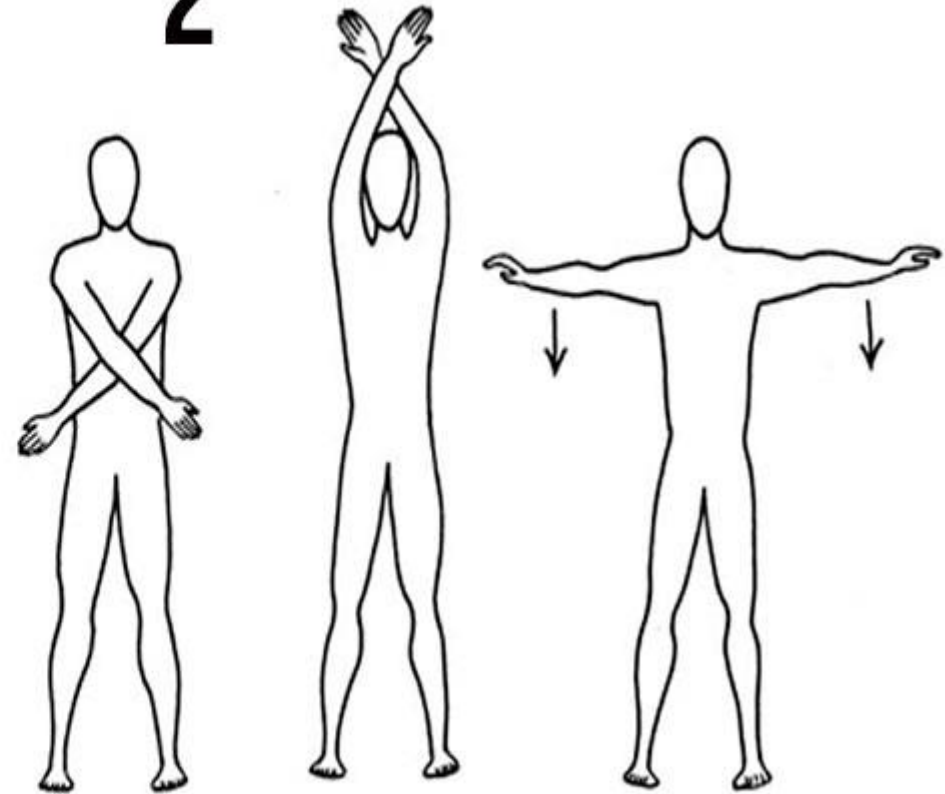


PAUSAS ACTIVAS

1



2



TRANSPORTE DE CILINDROS



CONSIDERACIÓN IMPORTANTE DEL PESO DE LA CARGA

- **TRABAJADORES EN GENERAL: MÁXIMO 25 KG**
- **MUJERES, JÓVENES Y MAYORES : MÁXIMO 25 KG**
- **TRABAJADORES ENTRENADOS: MÁXIMO 40 KG**

PUNTOS A TOMAR EN CUENTA UN LOGÍSTICO

- **FRECUENCIA DE MANIPULACIÓN**
 - DIARIAMENTE
 - DOS O TRES VECES POR SEMANA
 - SEMANALMENTE
- **FORMA DE CARGA Y CENTRO DE GRAVEDAD**
 - LIVIANA
 - MEDIANAMENTE LIVIANA
 - PESADA
 - MUY PESADA
- **DISTANCIAS DE RECORRIDO**
 - CORTAS
 - MEDIANAMENTE CORTAS

CONCLUSIONES

Y

RECOMENDACIONES

