Back Safety Checklist – Spanish

Lista de verificación de la auditoría de seguridad de la espalda



Prevención de las lesiones de espalda

- ¿Hay carretillas disponibles para mover cargas pesadas?
- ¿Se instruye a los empleados para que pidan ayuda cuando levanten cargas pesadas?
- ¿Ha pedido a los distribuidores que entreguen los productos en porciones más pequeñas, para reducir el peso de los suministros?
- ¿Almacene artículos pesados en el suelo, para que un empleado no tenga que levantarlos por debajo del nivel de la rodilla o por encima de la altura del hombro?
- ¿Se dispone de carros para el transporte de bienes? Almacene los bienes a nivel del carro para facilitar la transferencia de artículos pesados de la estantería al carro.
- ¿Se utilizan cinturones abdominales (de espalda)? En caso afirmativo, ¿han recibido los empleados capacitación sobre el uso del cinturón de espalda y sus limitaciones?
- ¿Se está capacitando a todos los empleados nuevos en las técnicas adecuadas de levantamiento durante su período de capacitación inicial?
- ¿Los empleados que deben permanecer de pie en un área están provistos de alfombras de piso para ayudar a reducir el estrés de la espalda y la columna vertebral?