



CURSO DE MANEJO MANUAL DE CARGAS

Impartido por: **Capacitaciones GoCursos Spa**

Modalidad
Presencial/Elearning

Reunión con Relator
Costo 0

Incluye
Diploma y Certificado





Objetivo general

Desarrollar habilidades para manejar manualmente cargas de manera segura y eficiente, minimizando riesgos de lesiones y mejorando la productividad.



Objetivos específicos

- Identificar los riesgos asociados al manejo manual de cargas. Aplicar técnicas ergonómicas para prevenir lesiones. Utilizar equipos de protección personal de manera adecuada.



Modalidad

Presentamos todas las modalidades que ofrecemos a nuestros alumnos.



ONLINE

Clases asincrónicas, entregándote la libertad de estudiar en el momento y lugar que tú decidas.



ONLINE EN VIVO

Clases remotas en vivo, donde profesor y alumnos se conectan e interactúan en tiempo real, en una fecha y horario establecido



PRESENCIAL

Asiste físicamente a las clases, en nuestras salas o en las propias dependencias del cliente.

Temario del curso:

Módulo 1

Introducción Al Manejo Manual De Cargas

Contenidos:

Importancia De La Seguridad En El Manejo Manual De Cargas.

Normativas Y Regulaciones Vigentes.

Identificación De Riesgos Comunes.

Actividad Práctica: Observación De Un Video Con Ejemplos De Buenas Y Malas Prácticas.

Módulo 2

Técnicas De Levantamiento Seguro

Contenidos:

Principios De Ergonomía En El Levantamiento De Cargas.

Técnicas Correctas De Levantamiento Y Transporte.

Uso Adecuado De Equipos Auxiliares.

Actividad Práctica: Ejercicios De Levantamiento Con Supervisión Para Corregir Posturas.

Módulo 3

Equipos De Protección Personal

Contenidos:

Tipos De Equipos De Protección Personal (EPP).

Selección Y Uso Correcto De EPP.

Mantenimiento Y Reemplazo De EPP.

Actividad Práctica: Práctica De Colocación Y Uso De EPP En Distintos Escenarios.

Módulo 4

Planificación Y Organización Del Trabajo

Contenidos:

Evaluación De Tareas Y Planificación De Cargas.

Distribución Eficiente Del Espacio De Trabajo.

Comunicación Efectiva En Equipos De Trabajo.

Actividad Práctica: Simulación De Una Jornada De Trabajo Con Planificación De Cargas.

Datos del Organismo Capacitador:

Nombre Empresa OTEC:	Capacitaciones GoCursos SPA
Rut:	77919346-2
Giro:	Servicio de Capacitaciones
Dirección	Irrazaval 690 Ñuñoa Santiago de Chile
Cuenta Bancaria	Cuenta Corriente 95466877 Banco Santander
Email:	contacto@gocursos.cl