

まんがでわかる



Español
スペイン語

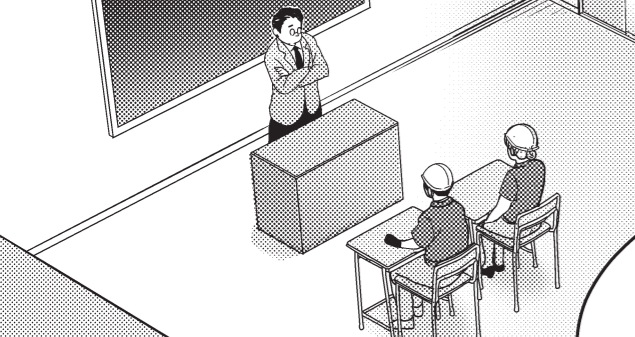
陸上貨物運送事業の安全衛生

Manga educativo

Seguridad y Salud en el Transporte de Carga Terrestre



Este material audiovisual fue creado para enseñar los conceptos básicos de seguridad y salud, a los trabajadores del sector de transporte de carga terrestre, que se dedican a subir y bajar cargas en camiones y almacenes.

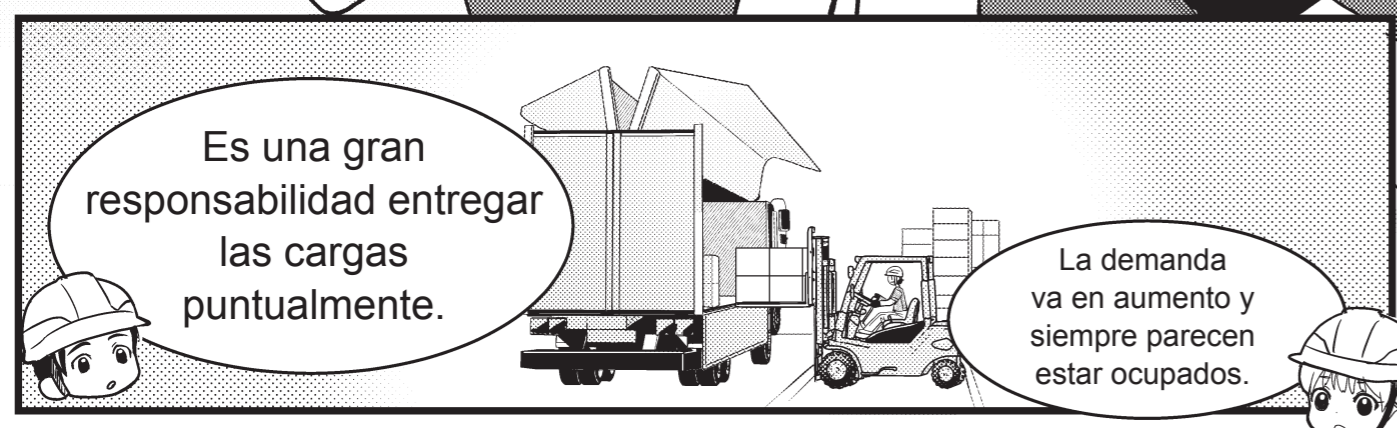


Hoy aprenderemos sobre la seguridad en el sector de transporte de carga terrestre.



Un maravilloso trabajo que sostiene a la sociedad.

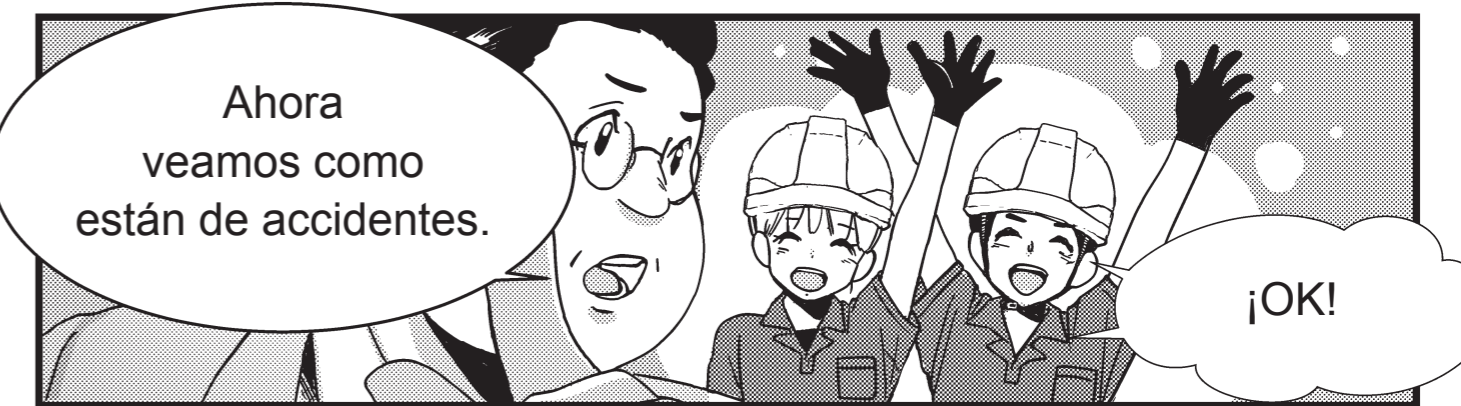
Es verdad.



Es una gran responsabilidad entregar las cargas puntualmente.

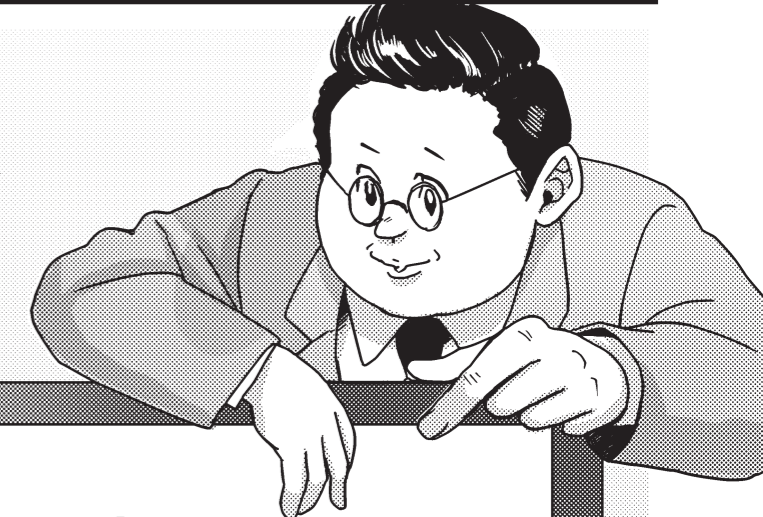
La demanda va en aumento y siempre parecen estar ocupados.

Ahora veamos como están de accidentes.



¡OK!

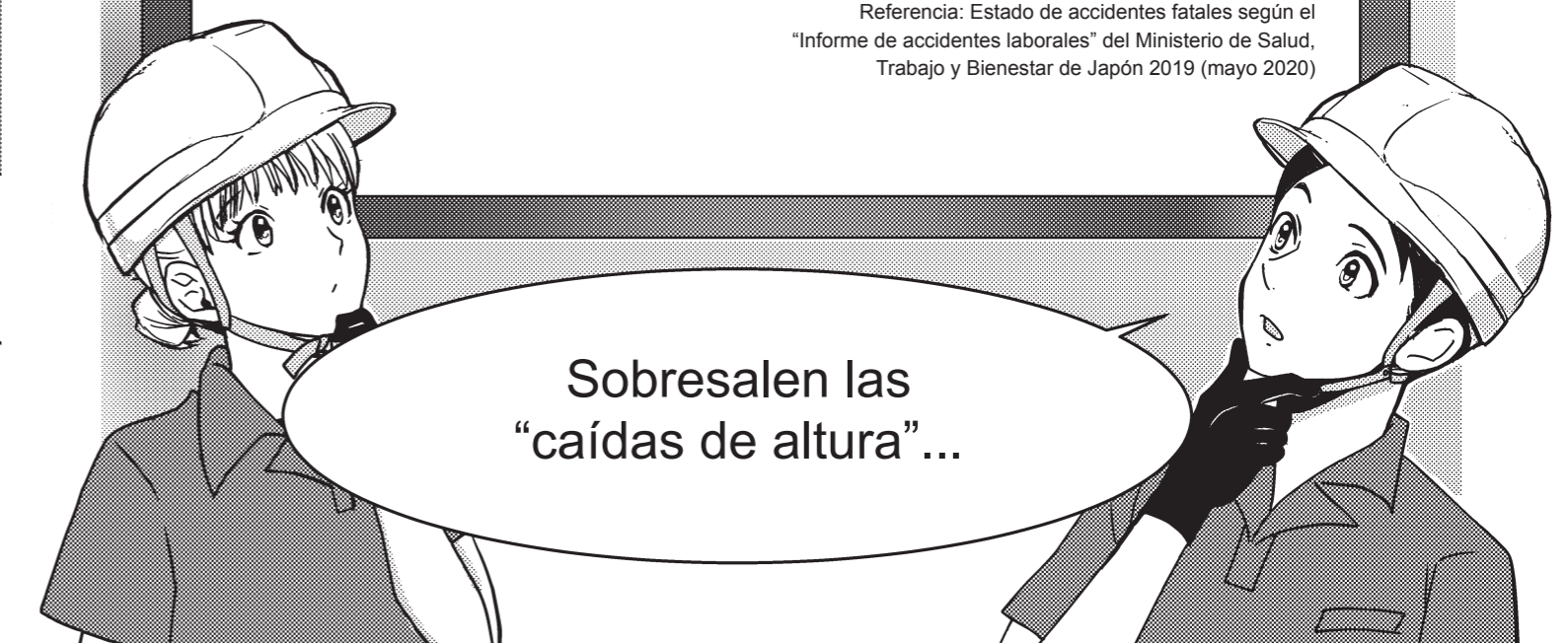
Las principales causas de accidentes laborales son:



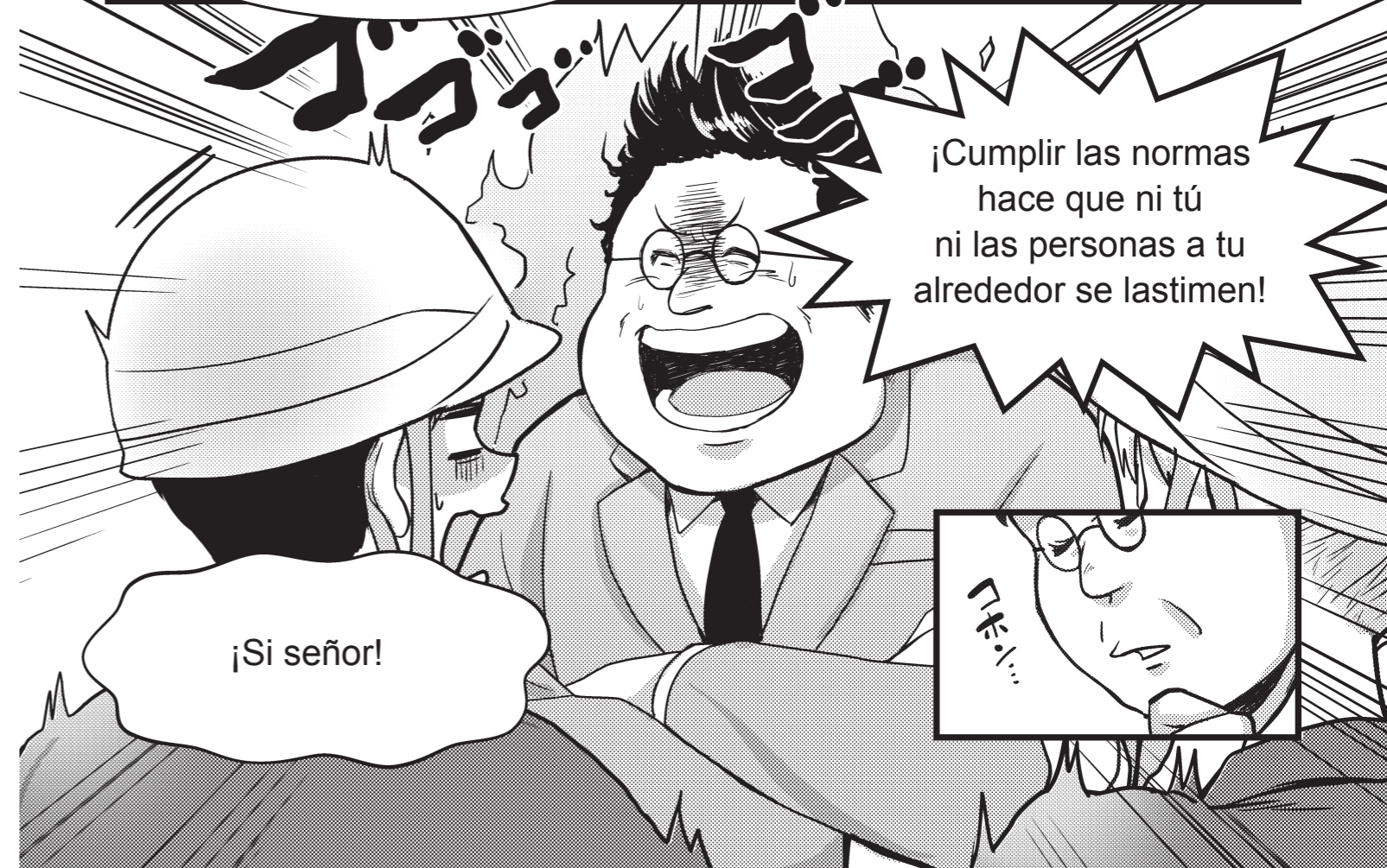
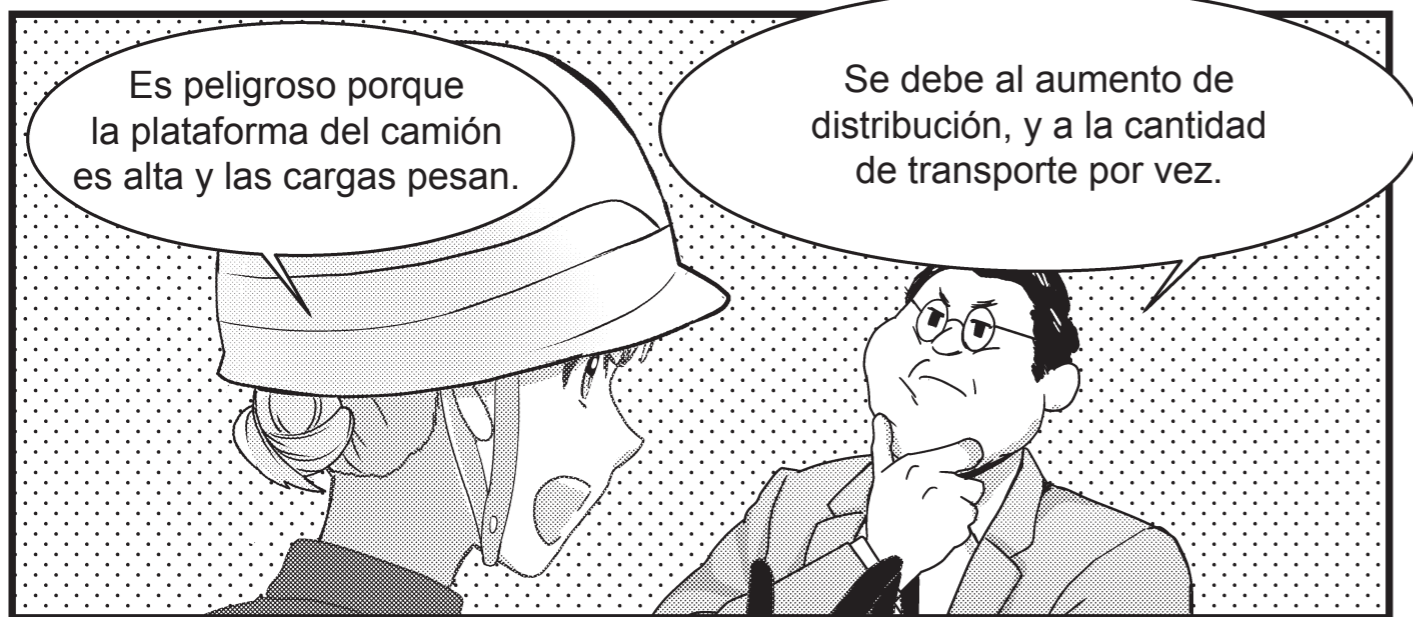
Cantidad de accidentes laborales

1	Caídas de altura:	4,279 pers.
2	Reacciones y movimientos forzados:	2,475 pers.
3	Caídas por tropiezo:	2,457 pers.
4	Arrastres/Atrapamientos:	1,673 pers.
5	Choques:	1,163 pers.

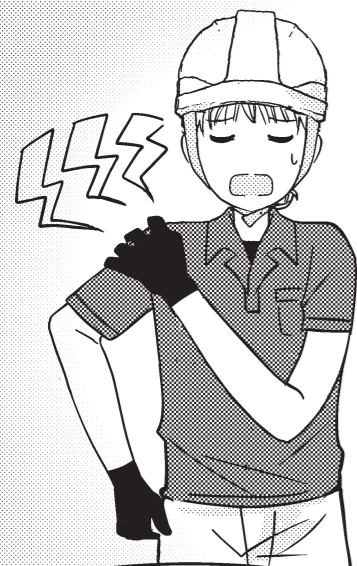
Referencia: Estado de accidentes fatales según el "Informe de accidentes laborales" del Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar de Japón 2019 (mayo 2020)



Sobresalen las "caídas de altura"...



Sigamos con las "reacciones y movimientos forzados". Levantar y llevar cargas pesadas afecta a los brazos, hombros y columna.

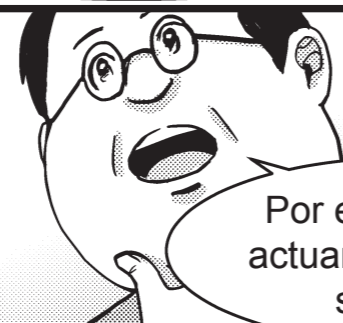


Los dolores lumbares ocurren más cuando se intenta levantar cargas pesadas.

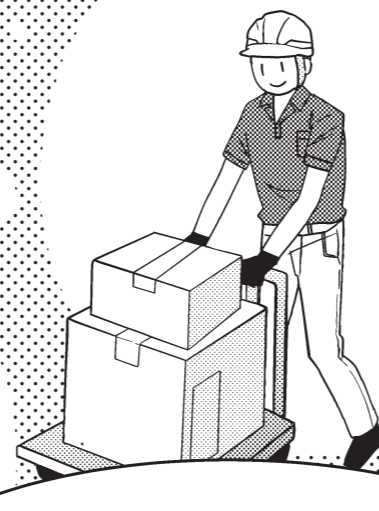
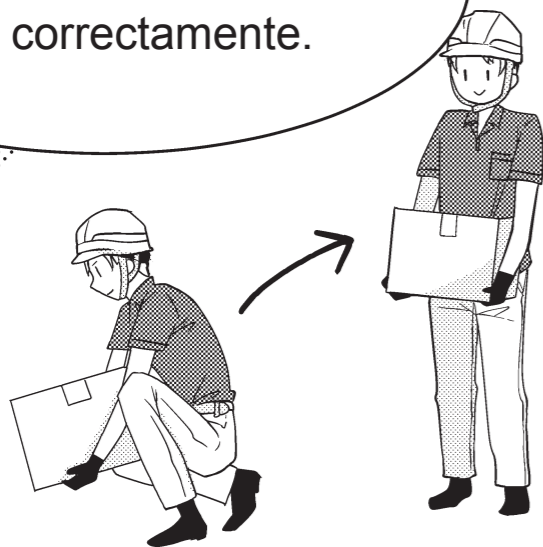
Si me lesiono y no puedo trabajar, mi familia se preocupará y mis ingresos bajarán...



Por eso, hay que actuar con cuidado siempre.



Quando levantes o llesves cargas pesadas, hazlo correctamente.



Hacerlo correctamente es importante porque evita los tropiezos.

¿Cuándo ocurren los "tropiezos"?



Cuando se llevan muchos paquetes a la vez.

No puedes ver los escalones que pisas y te tropiezas.



Ya veo...



Entonces,



¡Veamos las

escenas reales!



CASO 1





¡Nunca debes saltar de la plataforma!

La escalera está para que no te caigas.



Perdón...

¡¿Eh?!



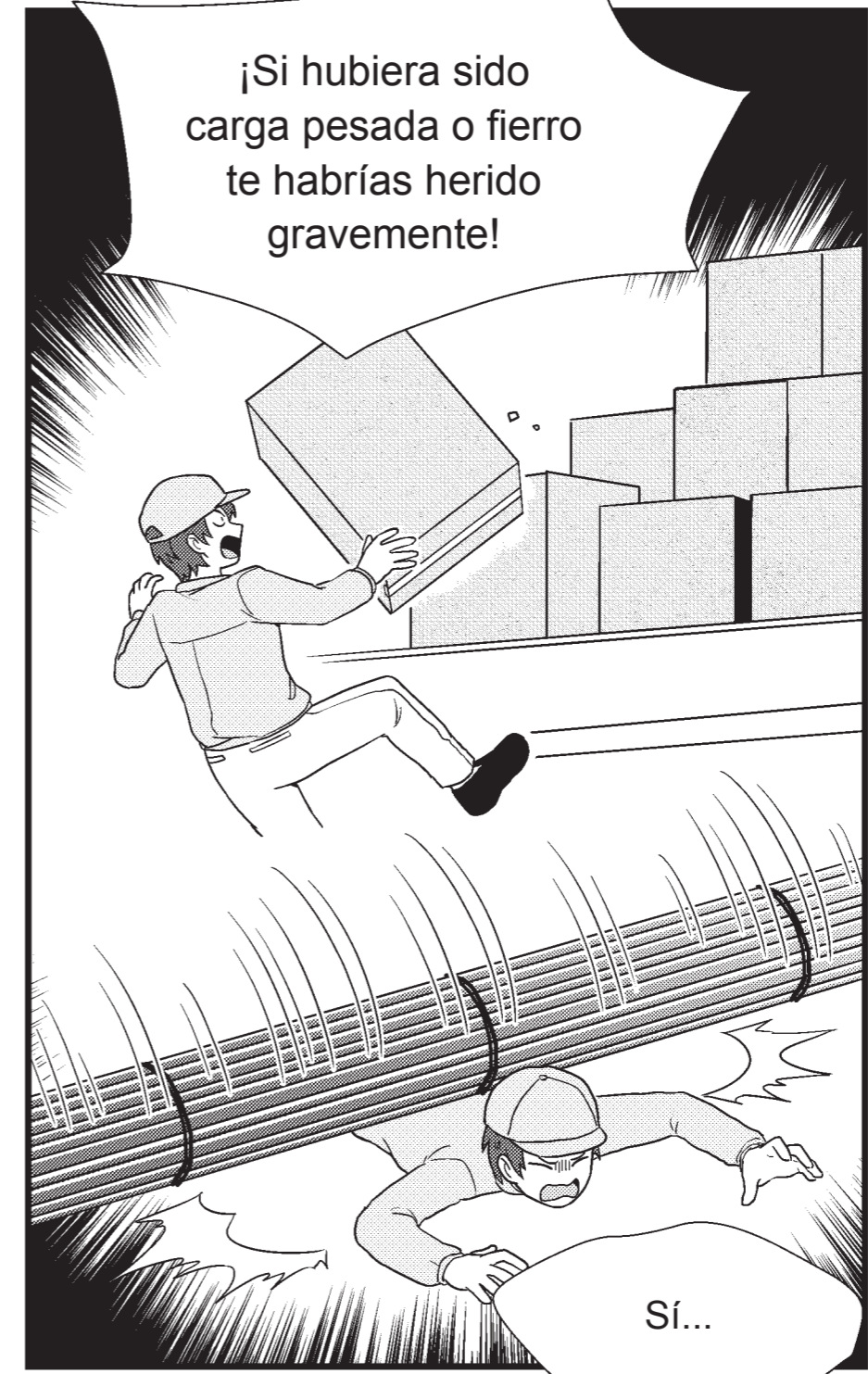
¡¡¡Aaaayyy!!!

¡Se derrumba!



¡Sonó fuerte!
¿Estás bien?

Creo que sí...



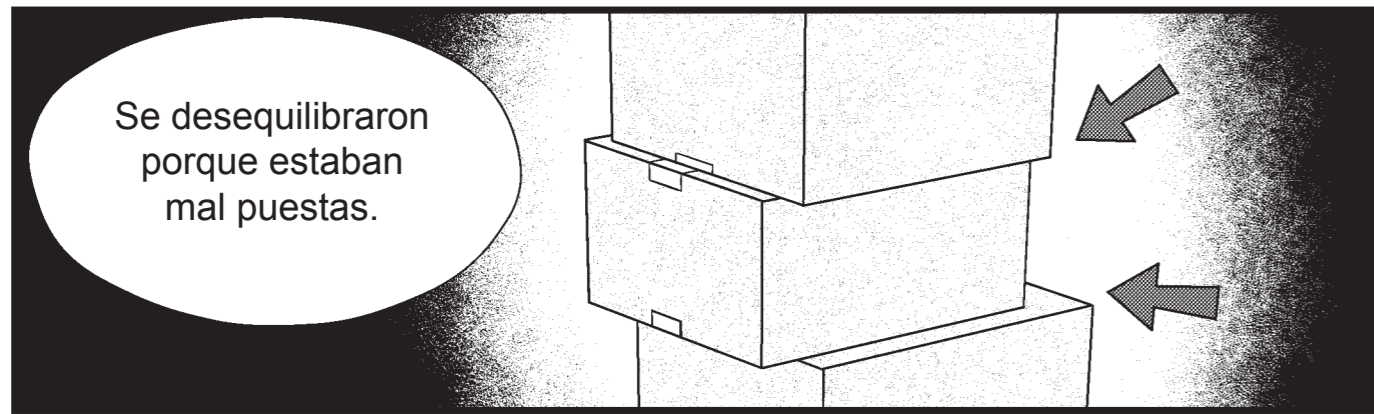
¡Si hubiera sido carga pesada o fierro te habrías herido gravemente!

Sí...

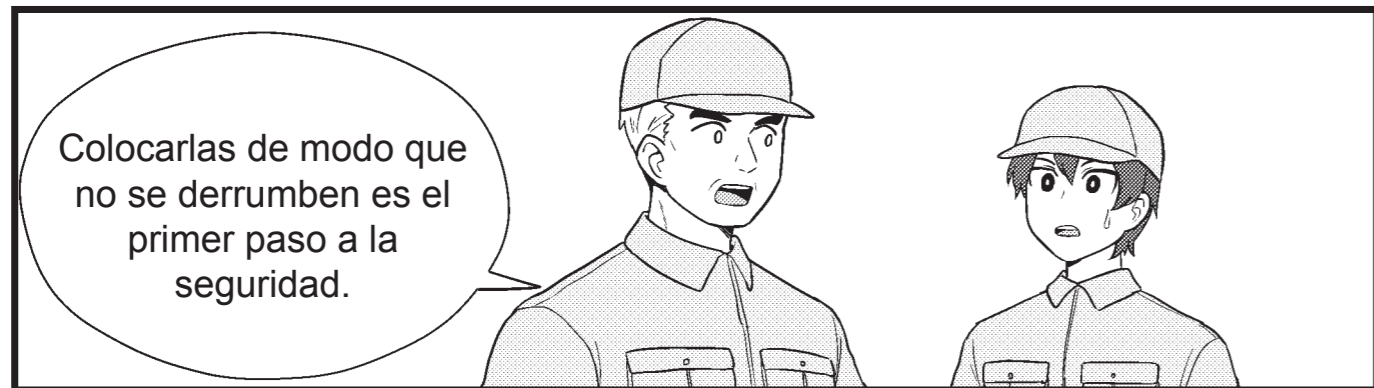


Las cargas se han caído porque no se han colocado correctamente.

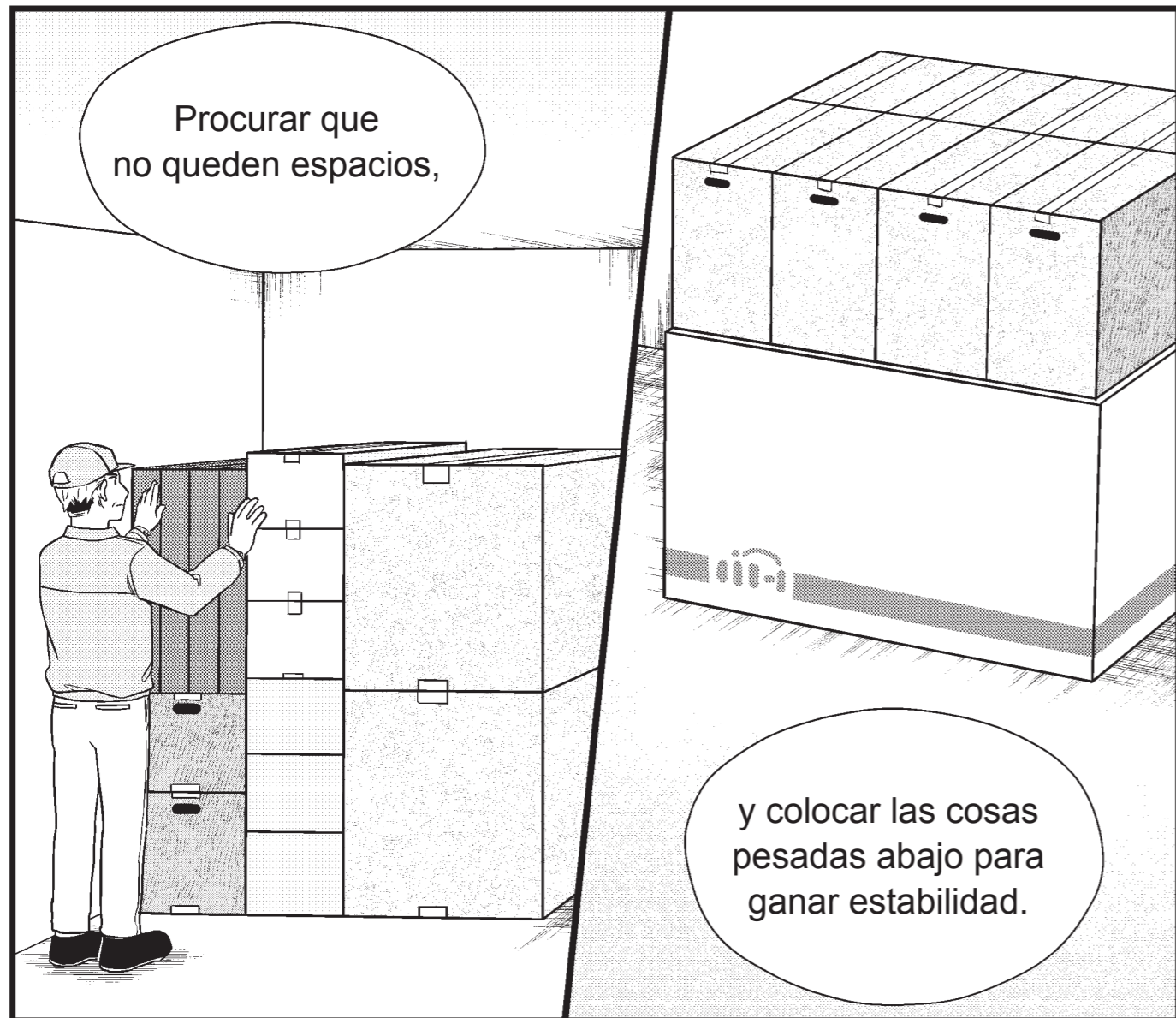
¡¿Eh?!
¿Cómo así?



Se desequilibraron porque estaban mal puestas.



Colocarlas de modo que no se derrumben es el primer paso a la seguridad.



Procurar que no queden espacios,

y colocar las cosas pesadas abajo para ganar estabilidad.



Las cargas pesadas se fijan con correas y las inestables con película de plástico.

Si a pesar de eso las cargas se desmoronan, ¡huye!

¡Sí señora!



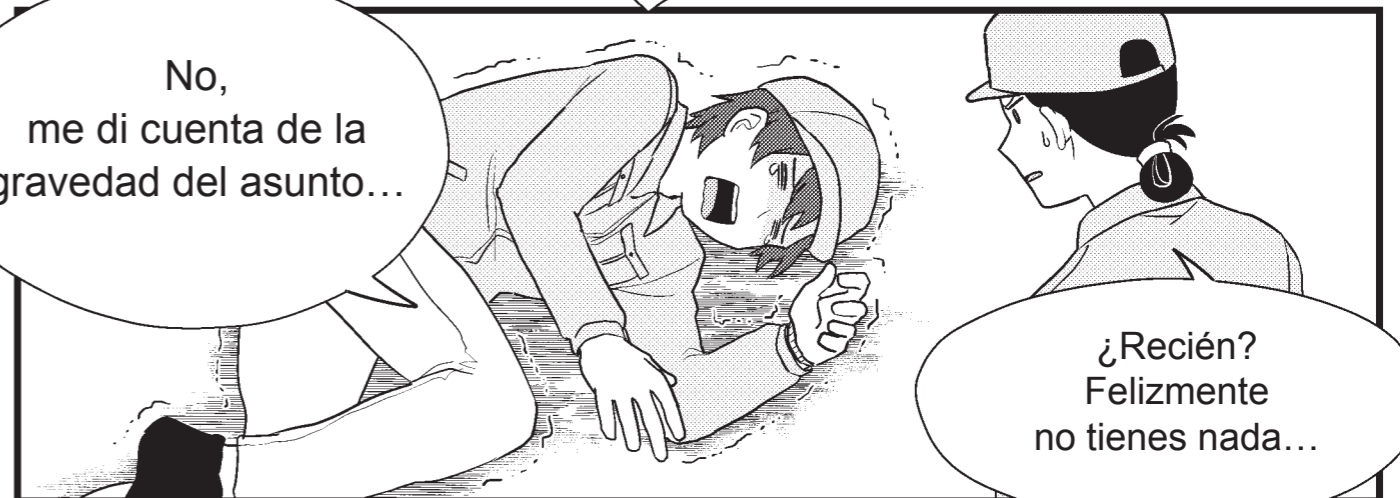
¡Bien! Volveré al trab...



ばたーん (Batan)

¿Te duele algo?

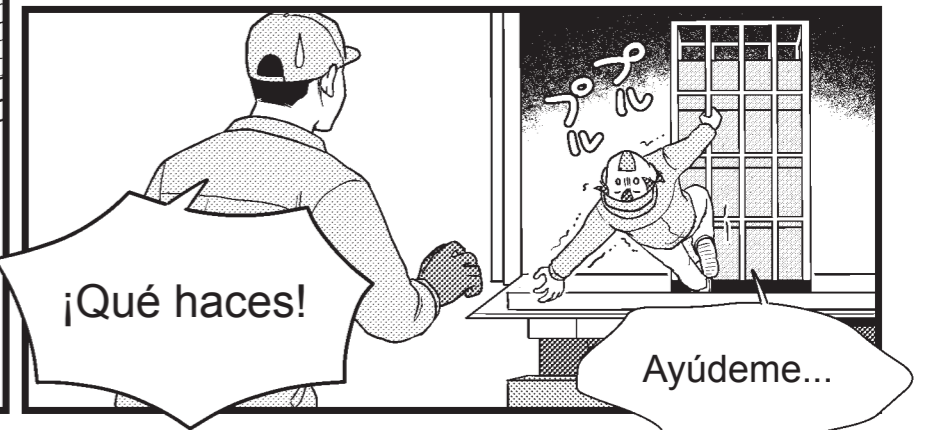
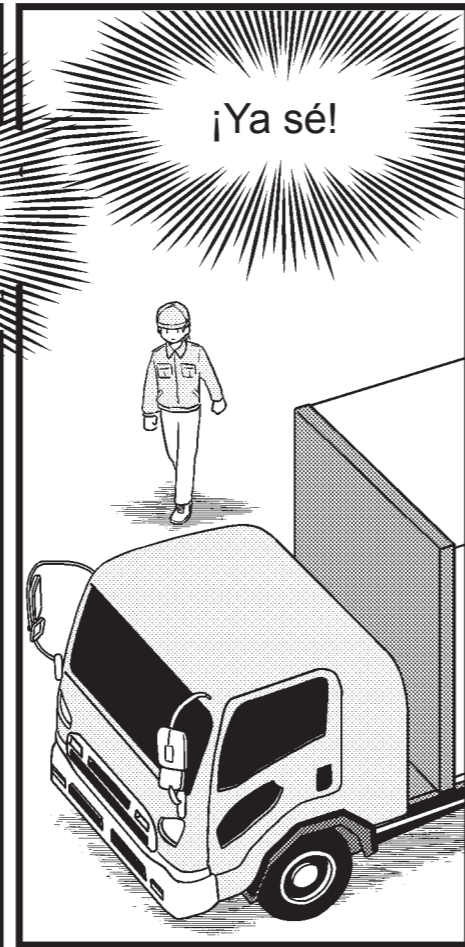
¿Qué tienes?

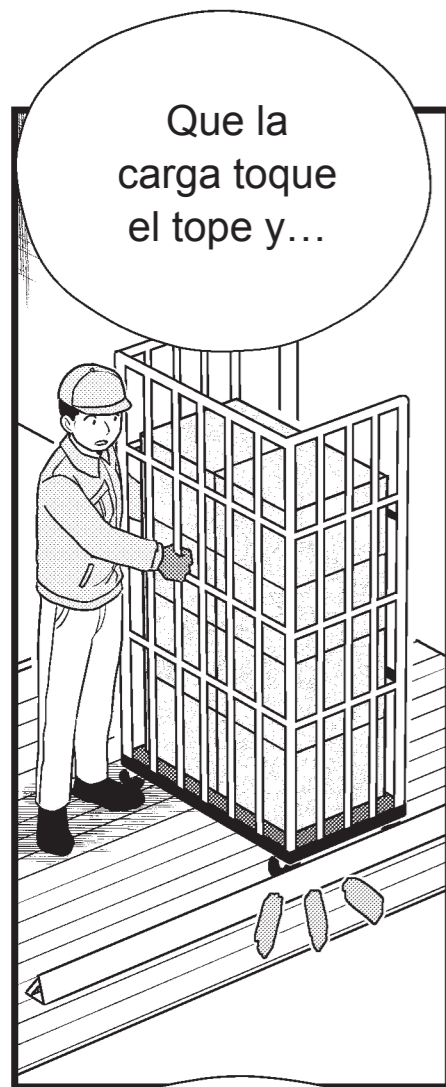


No, me di cuenta de la gravedad del asunto...

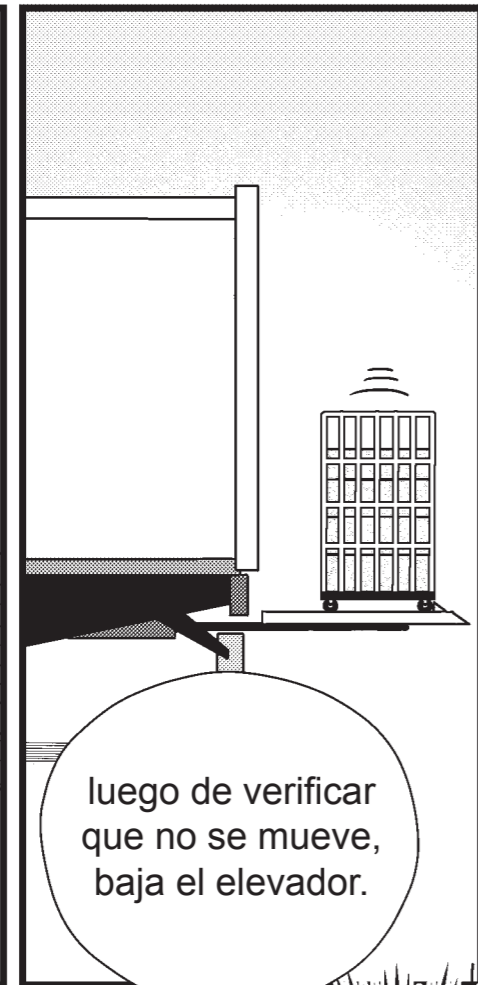
¿Recién? Felizmente no tienes nada...

CASO 2





Que la carga toque el tope y...



luego de verificar que no se mueve, baja el elevador.



De ahí le pasas el trabajo al personal de transporte.



Hasta aquí es el trabajo del chofer.

¿Me puedes llevar la carretilla de inventario al almacén?

¡Claro!



Esta vez haré mi mejor esfuerzo.



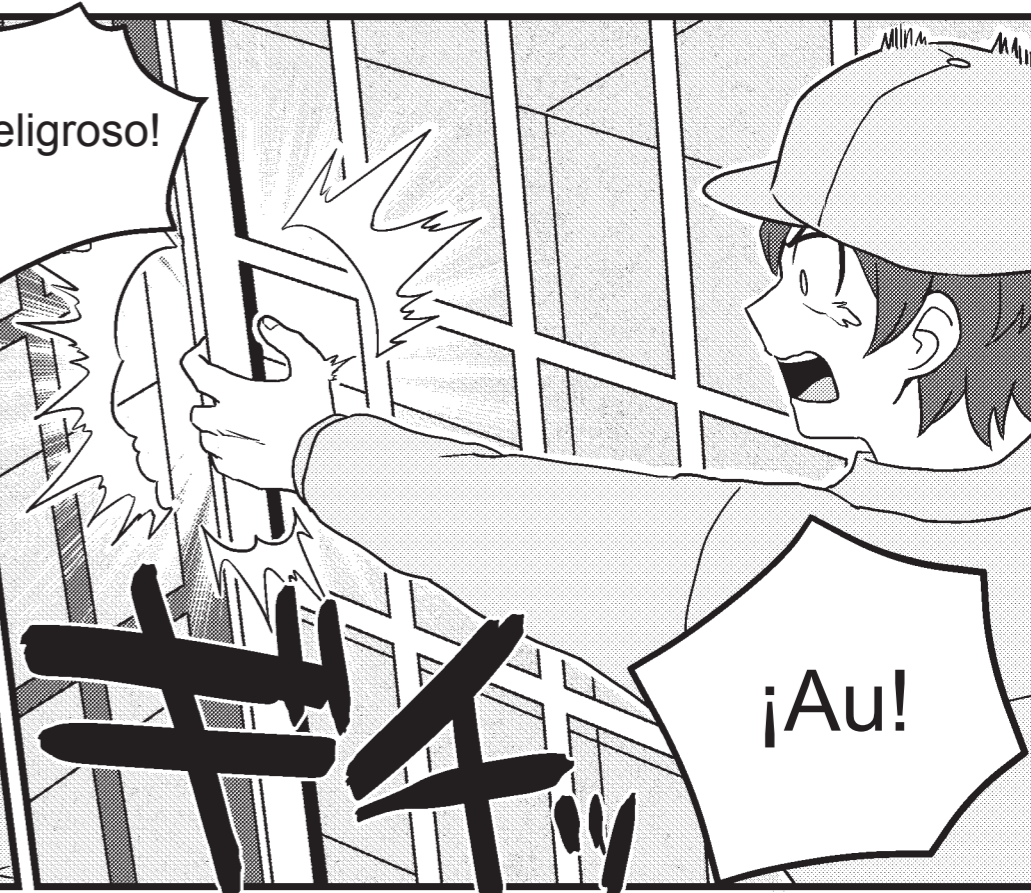
Espera.



¡Estás sin guantes de trabajo y sin zapatos de seguridad!



¡Después me los pongo!



¡Es peligroso!

¡Au!



Ni bien te digo...

Como las cargas pesan mucho no pude detener el impulso...



Si hubieras estado con guantes te habría protegido la mano.



Como no resbala es fácil de usar y útil en el trabajo.



Y sobre todo, es importante operar correctamente la carretilla de inventario.



Primero, revisa la carretilla!

Movimiento de las ruedas: ¡OK!



Los zapatos de seguridad protegen los dedos de los pies de los golpes con las ruedas.



Como las suelas no resbalan puedes pisar el suelo con firmeza.



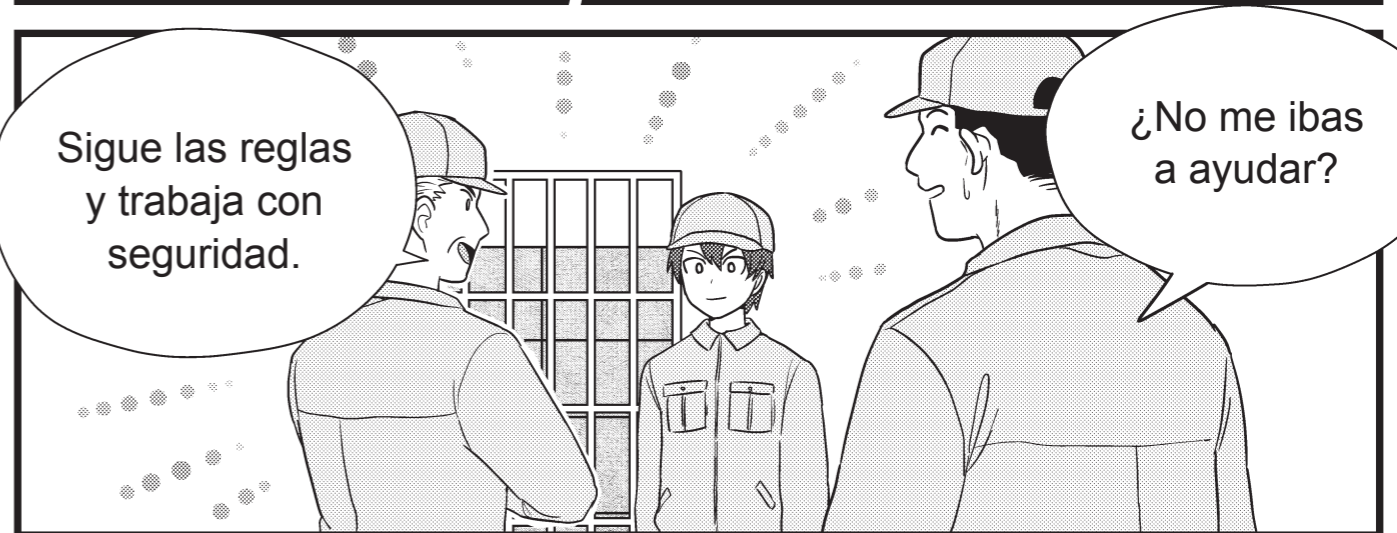
Asegúrate de ponértelos para un trabajo seguro.



¡Trabaja con ambas manos!



¡Dobla bien las rodillas cuando la muevas o la detengas! ¡No sujetes la reja del lado de desplazamiento!

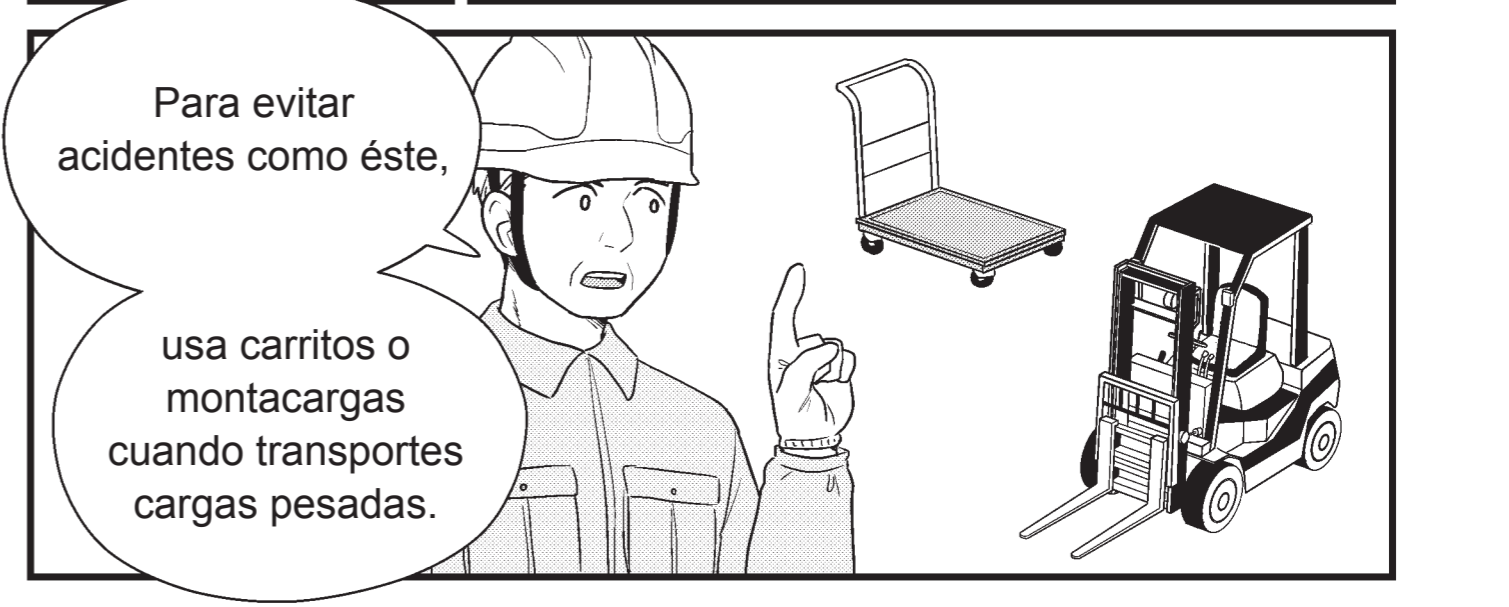
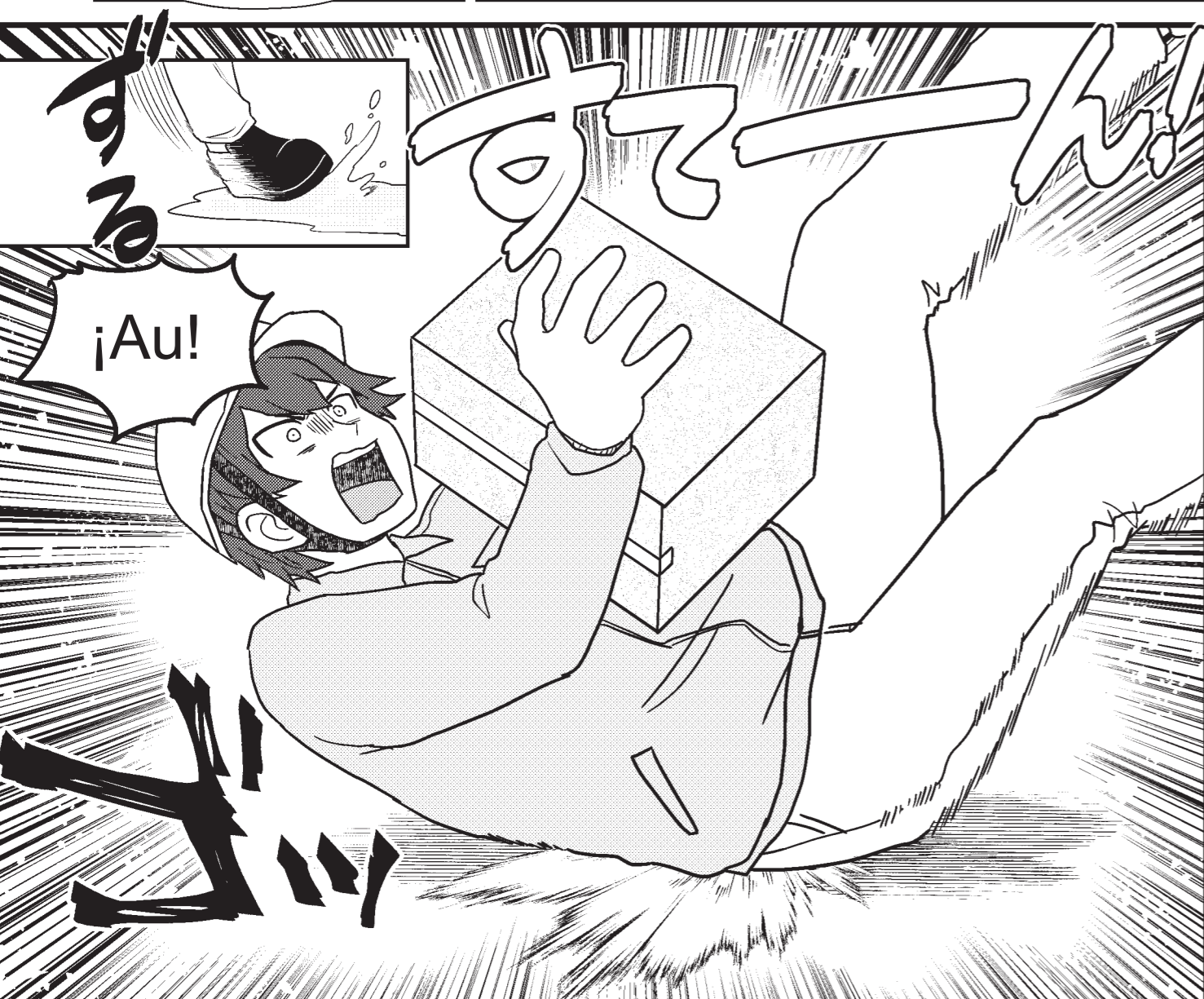


Sigue las reglas y trabaja con seguridad.

¿No me ibas a ayudar?

CASO 3





De acuerdo con las pautas de medidas preventivas de lumbalgia en el lugar de trabajo, los hombres no deben cargar peso de más del 40% de su peso.



En el caso de las mujeres, no deben cargar peso de más del 24% de su peso.



Es bueno hacer siempre ejercicios de estiramiento.



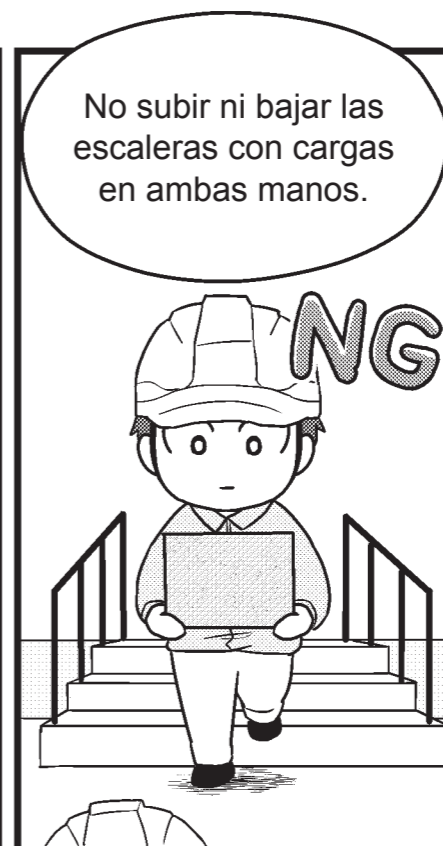
También es importante seguir las normas de trabajo del almacén.



No correr en el almacén.



No subir ni bajar las escaleras con cargas en ambas manos.



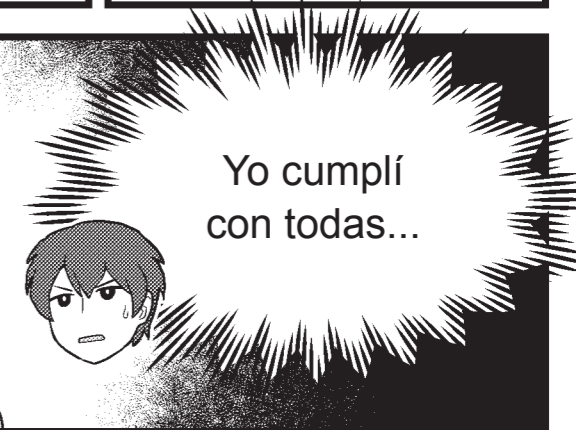
¡No saltar de lugares altos!



Siguiendo estas normas puedes prevenir no solo el dolor lumbar sino también otros accidentes.



Yo cumplí con todas...



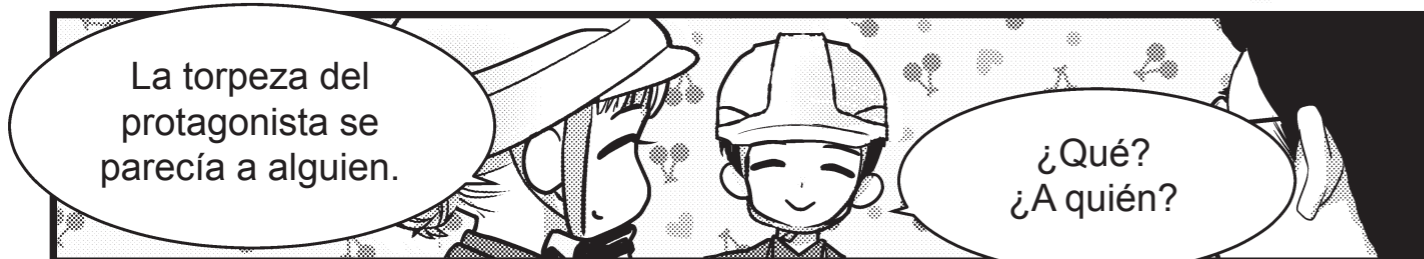
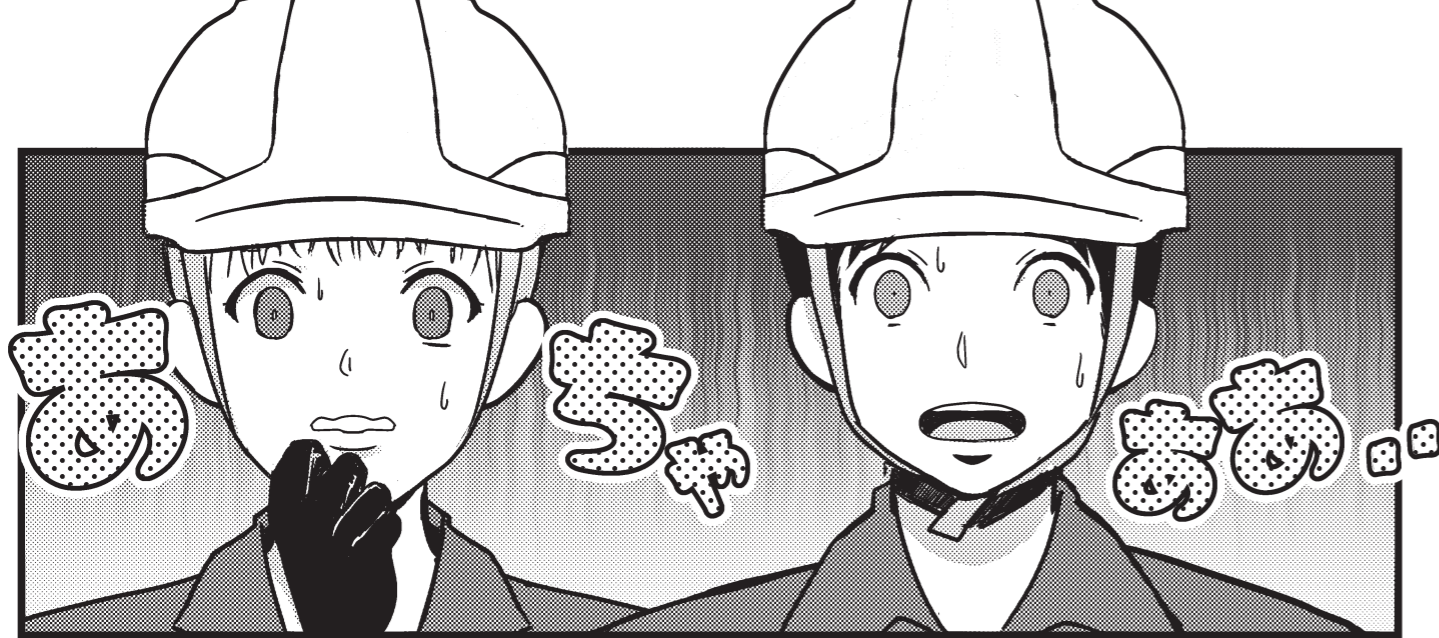
Si aun así no te sientes muy bien mientras trabajas, avisa de inmediato.



Si algo te sucede tu familia sufrirá.

Tendré cuidado.





Puntos a tener en cuenta en el transporte de carga terrestre



1 | Trabajando en la plataforma del camión



Use utensilios de elevación como escaleras, al subir o bajar de la plataforma del camión.

2 | Atrapamientos con la carretilla de inventario



Al usar la carretilla de inventario, use equipo de protección como guantes y zapatos de seguridad.

3 | Dolor lumbar



No se esfuerce y lleve las cargas pesadas con la carretilla de inventario.

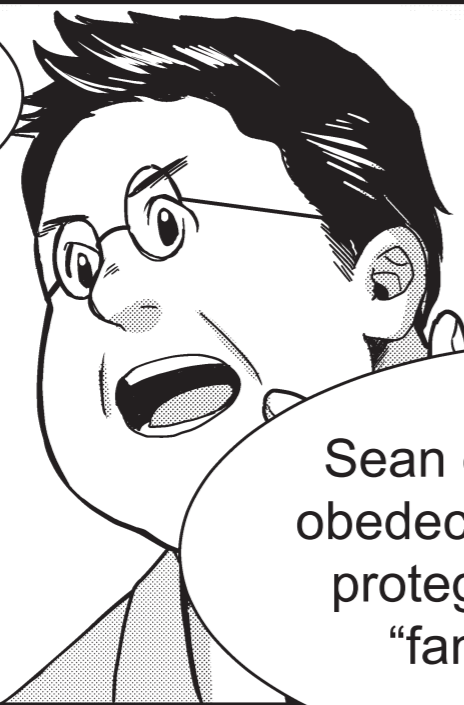
*Para más información ver el [Manga educativo de Conceptos básicos de seguridad laboral (material didáctico)].

4 | Caídas en el almacén



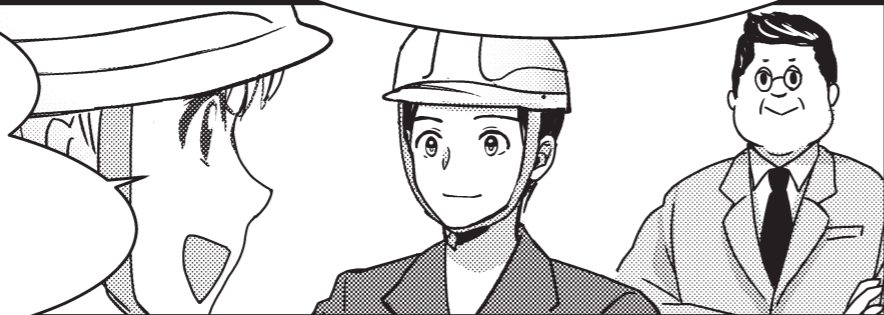
No corra ni salte desde lugares altos en el almacén.

Los accidentes laborales no son cosa ajena a uno.



Sean conscientes que obedeciendo las normas protegen su "cuerpo", "familia" y "vida".

Es importante comunicarse a diario con los colegas por si un día ocurre algo.



¡Bien!

¡Trabajaré duro y con cuidado!



Transporte de carga terrestre

Otras cosas a tener cuidado

¡Consejos de seguridad y salud!



1 | Como usar correctamente la carretilla de inventario

Referencia: "Manual de Prevención de Accidentes Laborales con la Carretilla de Inventario" del Centro de Investigaciones en Seguridad y Salud Laboral del Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar de Japón

1 Empujar



El método de operar más básico, en una postura fácil de aplicar fuerza.

2 Jalar



Método de menos riesgo a terceros porque el operador va en la dirección de avance. Es fácil de controlar en lugares estrechos.

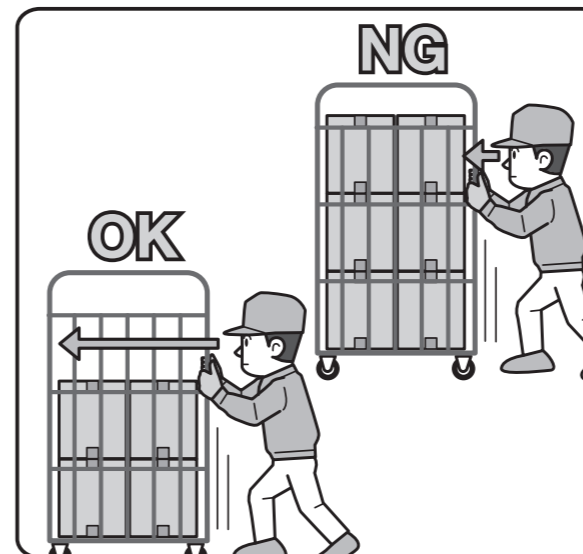
3 Empujar de lado



Como se puede empujar estando al lado de la carretilla de inventario, la operación es fácil. Se puede ver bien adelante.

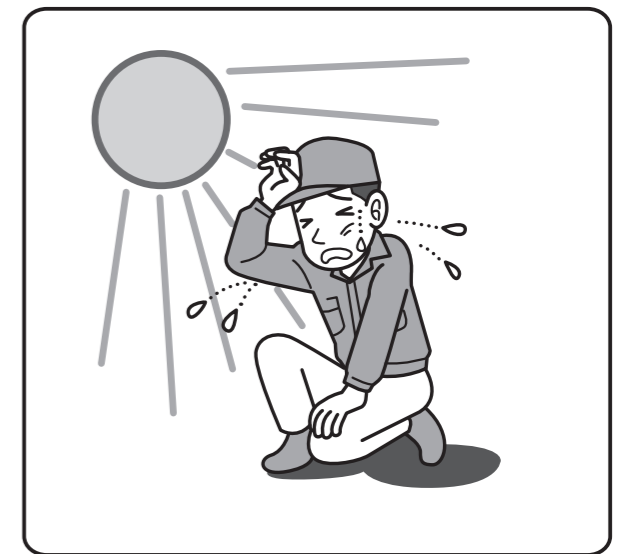
Jalar es la primera acción para luego "empujar de lado" o bien "empujar". Se debe trabajar con las dos manos.

2 | Cómo colocar las cargas correctamente



No amontone hasta encima del nivel de sus ojos.

3 | Golpe de calor



¡Cuidado con el golpe de calor en el almacén o al aire libre!

*Para más información ver el [Manga educativo - Conceptos básicos de seguridad laboral (material didáctico)].

Manga educativo

Seguridad y Salud en el Transporte de Carga Terrestre

Publicado en marzo del 2021

Producción: Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar de Japón

Proyecto de: Mizuho Information & Research Institute, Inc.

Colaboración: Creaciones de Material Educativo sobre Seguridad en el Sector
de Transporte de Carga Terrestre y Montacargas

Elaboración: Sideranch Inc.



Consultas sobre este material
División de Seguridad,
Departamento de Seguridad y Salud,
Oficina de Normas Laborales,
Ministerio de Salud,
Trabajo y Bienestar de Japón