

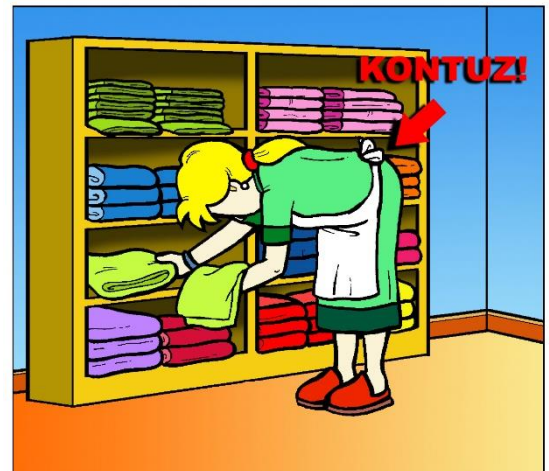


Beheko marrazki hau oinarritzat hartuz, alboan agertzen den marrazki handia koloreztatzen ahalegintzea eskatzen zaizu.

Ea zelan moldatzen zaren!!

Jarraian, marrazkiaren bitartez irudikatzen den arrisku-egoera aztertu eta neurri zuzentzaileak proposatzea ere eskatzen zaizu.

Animo!!



ANALICEMOS LA SITUACION DE RIESGO REPRESENTADA EN LA ILUSTRACION!!

# ¡¡DANOS TU OPINION!!

¿Qué ha ocurrido  
y por qué?

## SITUACION DE RIESGO



## SITUACION SEGURA



## MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EVITAR LA SITUACION DE RIESGO

1	Agacharse flexionando las rodillas, manteniendo la espalda recta.
2	Levantarse suavemente, por extensión de piernas, manteniendo la espalda recta.
3	Agáchate e incorpórate despacio.
4	Evita los movimientos bruscos de la espalda.
5	No adoptes posturas de trabajo forzadas.
6	En lo posible, evita los giros del tronco.
7	Asegurar siempre un buen apoyo de los pies
8	Mantén la carga pegada al cuerpo durante todo el levantamiento.
9	Sujetar firmemente la carga con ambas manos y pegarla al cuerpo.
10	Usar vestimenta y calzado adecuados.

## ¡¡Propón otras 5 medidas correctoras!! ¡¡Animo!!

1	
2	
3	
4	
5	

¿No te parece que se pueden evitar situaciones de riesgo similares?

**¡¡Fomentemos la cultura de la prevención!!!**