

### 1. Sistemática de trabajo

Debemos analizar las tareas que desarrolla el trabajador durante su trabajo mediante inspección visual de la misma y pidiéndole que nos cuente cual es su forma habitual de trabajo.

Debemos analizar las tareas que se desarrollan en un puesto de trabajo a lo largo del día y sí alguna tarea comporta en algún instante la elevación y/o descenso manual de una CARGA (objeto con un peso superior a 3Kg, efectuada por uno o varios trabajadores).

### 2. Cuestiones

¿En el puesto de trabajo hay alguna tarea en la que?

Cuestión		Si	No
1	Se debe levantar, sostener o depositar cargas u objetos manualmente en el puesto de trabajo?		
2	¿Algunos objetos a levantar manualmente pesa 3Kg o más?		
3	¿La tarea de levantamiento se realiza de forma habitual dentro del turno de trabajo (al menos una vez por turnos)?		
4	Además de las condiciones anteriores, ¿se requiere que la carga sea transportada manualmente a una distancia mayor de un metro?		

### 3. Valoración

Si las respuestas 1, 2 y 3 han sido "SI", hay presencia de peligros por manejo manual de carga de la extremidad superior y se requiere una evaluación específica del riesgo.

Si alguna de las respuestas 1, 2 y 3 es "NO", no hay peligro por movimiento manejo manual de carga.

Si la respuesta de la pregunta 4 es "SI", hay presencia de peligros por manejo manual de carga de la extremidad superior y se requiere una evaluación específica del riesgo.