

# MANEJO MANUAL DE CARGAS

▶ RAZÓN SOCIAL		▶ N° ADHERENTE	
▶ NOMBRE CENTRO DE TRABAJO A EVALUAR (CT)		▶ N° TRABAJADORES CENTRO DE TRABAJO	
▶ DIRECCIÓN CENTRO DE TRABAJO		▶ COMUNA CENTRO DE TRABAJO	
▶ NOMBRE RESPONSABLE CENTRO DE TRABAJO		▶ CARGO	
▶ NOMBRE EXPERTO PREVENCIÓN DE RIESGOS		▶ FECHA	



Esta Autoevaluación corresponde aplicarla en todos los lugares de trabajo del ámbito público o privado, independientemente de la actividad económica, número de trabajadores, edad o sexo, donde se han identificado trabajadores que realicen tareas de manipulación manual de pacientes y objetos de cualquier tipo, sobre los 3 kg.

N°	ÍTEM A EVALUAR	MARCO LEGAL / CRITERIOS	EVIDENCIA / ORIENTACIÓN	CUMPLE	OBSERVACIONES
<b>1 ETAPA INICIAL</b>					
1.1	¿Se realiza la difusión asociada al Manejo Manual de Carga/Manejo Manual de Pacientes (MMC/MMP) que considere, jefaturas, Comité Paritario de Higiene y Seguridad (CPHS) y trabajadores?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Art. 4 y 15, D.S. N°44, MINTRAB.</li> <li>Numeral 5.5.1 de la Actualización Guía Técnica de Evaluación y Control de Riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar registro de difusión a los trabajadores.</li> <li>Jefaturas; correo electrónico o registro de asistencia online.</li> <li>Trabajadores; registros asistencia online o presencial.</li> </ul>		
1.2	¿Las jefaturas y supervisores, Expertos en Prevención de Riesgos y CPHS, cuentan con capacitación teórica práctica, según lo establecido en la Guía Técnica?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Numeral 5.5.1 Tabla 13 y 5.5.2. Contenidos mínimos y destinatarios de la capacitación MMC/MMP de la Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar certificado de curso de 8 horas.</li> <li>Verificar contenidos del curso.</li> <li>Jefaturas; Manejo Manual de Carga Gestión del Riesgo de MMC y Tablas (6 horas cronológicas).</li> <li>Experto en Prevención de Riesgos: Manejo Manual de Carga Gestión del Riesgo de MMC y Tablas (6 horas cronológicas); Metodología de Evaluación del Riesgo de MMC (MAC, VMAC, RAPP) (8 horas cronológicas); Prevención de Trastornos Musculo Esqueléticos a causa del MMC (6 horas cronológicas).</li> <li>Trabajadores: Prevención de Trastornos Músculo Esqueléticos a causa del MMC (6 horas cronológicas).</li> </ul>		
1.3	¿Tiene un Programa de Gestión de Riesgos de MMC/MMP?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Numeral 2.1.4 de Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar existencia del Programa de Gestión de Riesgo MMC.</li> <li>Verificar que el Programa de Gestión de Riesgos incorpore: objetivos generales, objetivos específicos, alcance y ámbitos de aplicación, responsables del programa, documentos aplicables, terminología, equipos y herramientas, Plan de Acción, instrumentos para identificar y evaluar el riesgo y capacitación. Plan Acción: Identificación de puestos de trabajo, número de trabajadores involucrados y diferenciados por sexo, identificación de peligro, evaluación de riesgos, medidas preventivas y correctivas.</li> </ul>		
1.4	¿Tiene una Carta Gantt para implementación de MMC/MMP?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ley N°20001, regula el peso máximo de carga humana, MINTRAB, Publicado D.O. 05-02-2005.</li> <li>Ley N°20949, modifica el Código del Trabajo para reducir el peso de las cargas de Manipulación Manual. MINTRAB, publicado D.O. 17-09-2016.</li> <li>Actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar Carta Gantt o Cronograma de Trabajo.</li> </ul>		
1.5	¿El CPHS incorpora en su cronograma de trabajo actividades relacionadas con MMC/MMP?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ley N°20001, regula el peso máximo de carga humana, MINTRAB, publicado D.O. 05-02-2005.</li> <li>Ley N°20949, modifica el Código del Trabajo para reducir el peso de las cargas de manipulación manual. MINTRAB, publicado D.O. 17-09-2016.</li> <li>Actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar Cronograma anual de trabajo del Comité Paritario de Higiene y Seguridad.</li> </ul>		
<b>2 IDENTIFICACIÓN INICIAL/AVANZADA</b>					
2.1	¿Existe identificación inicial para todos los puestos de trabajo con MMC/MMP (Tablas 1 y 2)?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Numeral 3.2.1 de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar registro de Tablas 1 y 2, por puesto de trabajo identificado, de forma digital o manual.</li> </ul>		
2.2	¿Existe identificación avanzada de MMC en los puestos de trabajo con respuesta "SI" en algunas de las preguntas de la Tabla 2?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Numeral 3.2.2 de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar registro de Tablas por puesto de trabajo evaluado, de forma digital o manual.</li> <li>Condición Aceptable (Tablas 3-5-7, según corresponda).</li> <li>Condición Crítica (Tablas 4-6-8, según corresponda).</li> </ul>		
2.3	¿Existe Plan de Acción correctivo para la eliminación y/o disminución del riesgo cuando existan condiciones críticas?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Numeral 3, Tabla 5 (pág. 35); numeral 4, Tabla 12 (pág. 47), Tabla de resumen y seguimiento del paso de identificación, de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tabla 5 ó Tabla 12. (Guía Técnica MMC)</li> <li>Tabla de Resumen (Tabla 9): Situación crítica, responsables de implementar, fecha de implementación.</li> </ul>		
2.4	¿Se incluye la participación de los CPHS, sindicatos y/o representantes de los trabajadores en la gestión del riesgo de MMC/MMP en etapas de identificación y propuestas de las medidas de control?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Numeral 2.1.2 y 2.2.1 de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar acta de reuniones.</li> <li>Verificar registro de nombre de trabajadores que participaron en la determinación de medidas de control.</li> </ul>		

N°	ÍTEM A EVALUAR	MARCO LEGAL / CRITERIOS	EVIDENCIA / ORIENTACIÓN	CUMPLE	OBSERVACIONES
3	<b>TABLA DE IDENTIFICACIÓN INICIAL Y AVANCE</b>				
	<b>¿SE CUMPLEN LOS PLAZOS PARA LA APLICACIÓN DE LA TABLA DE IDENTIFICACIÓN INICIAL Y AVANCE SEGÚN LOS PLAZOS SEÑALADOS EN LA GUÍA TÉCNICA?</b>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 días para las micro, pequeñas y medianas empresa (&lt;200 trabajadores)</li> <li>• 90 días para las grandes empresas (≥200 trabajadores)</li> </ul>				
3.1	¿Se realiza seguimiento en la implementación de medidas de control para las condiciones críticas, en el plazo de 60 días, o en un máximo de 180, en caso que haya sido fundamentado por OAL (tamaño empresa o característica de condición crítica)?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 2.1.4; Numeral 3, Tabla 5 (pág. 35); numeral 4, Tabla 12 (pág. 47), de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corroborar la realización de la etapa de verificación de cumplimiento por OAL (Informe Técnico de Verificación de identificación de Riesgo MMC).</li> <li>• Corroborar el resultado de la verificación de cumplimiento: <ul style="list-style-type: none"> <li>-Criterio SUSESO 1,2 = Debe pasar a la etapa de Re-identificación del riesgo.</li> <li>-Criterio SUSESO 3,4 = OAL otorgará un plazo máximo 180 días para implementar.</li> </ul> </li> <li>• Corroborar si se realizó la 2° verificación de cumplimiento, si corresponde: <ul style="list-style-type: none"> <li>-Criterio SUSESO 1,2 = Debe pasar a la etapa de Re-identificación del riesgo.</li> <li>-Criterio SUSESO 3,4 = Debe pasar a evaluar con métodos iniciales (MAC/VMAC/RAPP).</li> </ul> </li> </ul>		
3.2	¿Se realiza la Re-identificación del riesgo, si corresponde?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 3.2.2 de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> <li>• Se debe reidentificar con Tablas 3,5,7 de condición aceptable, correspondiente a la Tabla de condición crítica (Tablas 4-6-8).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar la realización de la Re-identificación del riesgo, con tablas de condición aceptable correspondiente.</li> <li>• Verificar su condición: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presenta condición aceptable y debe repetir el proceso en 4 años más</li> <li>- No presenta condición aceptable y debe pasar a la etapa de evaluación del riesgo.</li> </ul> </li> </ul>		
4	<b>EVALUACIÓN INICIAL (MAC/VMAC/RAPP)</b>				
4.1	¿Existen evaluaciones de riesgo con metodología correspondiente según árbol de decisión, en tareas críticas no subsanadas?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 4.2, figura 4, Evaluación métodos iniciales y Figura 5, árbol de decisión, de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar cartillas de terreno de métodos de evaluación inicial (MAC, VMAC, RAPP).</li> <li>• Verificar IT de evaluación de MMC (Plataforma de Autoevaluación de Mutua de Seguridad CChC).</li> <li>• Verificar su condición: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presenta puntaje ≤5, sin factores rojos, debe repetir el proceso en 4 años más.</li> <li>- Presenta puntaje &gt;5, debe controlar los factores de riesgo rojo o amarillo.</li> </ul> </li> </ul>		
5	<b>PLAN DE ACCIÓN</b>				
	<b>¿SE GENERA UN PLAN DE ACCIÓN CORRECTIVO PARA TAREAS CON PUNTAJE &gt; 5 MAC/RAPP, ESPECÍFICAMENTE EN FACTORES DE RIESGO ROJO (OBLIGATORIO) Y AMARILLO, QUE FINALIZA EN EL PLAZO DE 60 DÍAS?</b>				
5.1	¿Se realiza seguimiento en la implementación de medidas de control para tareas con puntaje >5?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 2.1.4; Numeral 3, Tabla 5 (pág. 35); numeral 4, Tabla 12 (pág. 47), de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corroborar la realización de la etapa de verificación de cumplimiento por OAL (Informe Técnico de Verificación de la Evaluación de Riesgo MMC).</li> <li>• Corroborar el resultado de la verificación de cumplimiento. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Criterio SUSESO 1,2= Debe pasar a la etapa de Re-evaluación del riesgo.</li> <li>- Criterio SUSESO 3,4= OAL otorgará un plazo máximo 60 días para implementar.</li> </ul> </li> <li>• Corroborar el resultado de la 2° Verificación de cumplimiento, si corresponde. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Criterio SUSESO 1,2 = Debe pasar a la etapa de Re-evaluación del riesgo.</li> <li>- Criterio SUSESO 3,4 = Debe pasar a evaluar con métodos avanzados (MAPO/IL NIOSH/LT-ISO/Tablas Liberty Mutua).</li> </ul> </li> </ul>		
5.2	¿Se realiza la Re-evaluación del riesgo, si corresponde?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 3.2.2 de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> <li>• Se debe re-evaluar con método correspondiente: MAC/VMAC/RAPP"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar la realización de la Re-evaluación del riesgo con método MAC/VMAC/RAPP.</li> <li>• Verificar su condición: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presenta puntaje ≤5, debe repetir el proceso en 4 años más.</li> <li>- Presenta puntaje &gt;5, debe pasar a la etapa de evaluación con métodos avanzados.</li> </ul> </li> </ul>		
6	<b>EVALUACIÓN AVANZADA (MAPO/IL NIOSH/TABLAS LIBERTY MUTUAL/LT-ISO)</b>				
6.1	¿Existen evaluaciones de riesgo avanzadas con método (MAPO, IL NIOSH, TABLAS LIBERTY MUTUAL, LT ISO) en tareas no subsanadas en la re-evaluación del riesgo con métodos de evaluación inicial, realizado por un profesional Ergónomo capacitado en un curso de 40 horas?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 2.1.4 y 4.3, Tabla 11, de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar Hoja de terreno evaluación especializada (MAPO, IL NIOSH, TABLAS LIBERTY MUTUAL, LT ISO).</li> <li>• Verificar Informe de evaluación de MMC (Plataforma de Autoevaluación de Mutua de Seguridad CChC).</li> <li>• Verificar evidencia de certificado de curso de 40 horas del Ergónomo."</li> </ul>		
6.2	¿Se genera un Plan de Acción correctivo para tareas con nivel alto (MAPO), nivel 3 (PTA), que finaliza en el plazo de 90 días?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Protocolo de Vigilancia Ocupacional de Trabajadores Expuestos a Factores de Riesgo de Trastorno Musculoesqueléticos. Resolución Exenta N°1660, del 06.12.2024, MINSAL.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla resumen prescripciones o recomendaciones en informes técnicos IL NIOSH/LT ISO/ TABLAS LIBERTY MUTUAL/MAPO. (tarea, factor de riesgo crítico, tipo de medida ingenierial /administrativa, descripción de medida, plazo y responsable).</li> <li>• Carta Gantt y Plan de Acción.</li> </ul>		
7	<b>SEGUIMIENTO DE IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS DE CONTROL</b>				
	<b>¿EXISTE SEGUIMIENTO DE IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS DE CONTROL EN TAREAS CON FACTORES DE RIESGO ROJO Y AMARILLO PARA MAPO/LT ISO/TABLAS LIBERTY MUTUAL/IL NIOSH?</b>				
7.1	¿Se realiza la Re-evaluación del riesgo con método IL NIOSH/LT ISO/ TABLAS LIBERTY MUTUAL/MAPO según corresponda?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 4, Figura 4, Figura 5, de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar registro de evaluación con métodos avanzados por profesional especialista (IL NIOSH -TABLAS LIBERTY MUTUAL-LT ISO-MAPO).</li> <li>• Verificar certificado de curso de 40 horas.</li> </ul>		
8	<b>ASEGURAR</b>				
8.1	¿Se verifica el permanente uso seguro y eficiente de las nuevas medidas o soluciones; y la eficiencia y eficacia de las medidas de control implementadas?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Numeral 5.4 de la actualización Guía Técnica de evaluación y control de riesgos asociados al MMC, MINTRAB, R.E. N°22, publicado D.O. 10-02-2018.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evidenciar registro de verificación de la eficiencia y eficacia de las medidas de control.</li> </ul>		