**EXAMEN 3 : ORDEN Y LIMPIEZA-MANIPULACIÓN DE CARGA**

1. **¿Cuáles son los criterios para limpiar?**
2. Evita ensuciar
3. Aprovecha la limpieza
4. Limpia permanentemente
5. Ninguna de las anteriores
6. Todas las anteriores.
7. **¿Qué es un peligro ergonómico?**
8. Es una condición relacionada con el esfuerzo físico que puede estar presente o no en un puesto de trabajo.
9. Es la distancia en metros en la que se transporta la carga (sostenida en las manos) de un lugar a otro caminando.
10. Representa el ritmo de trabajo cuando se realizan los levantamientos manuales.
11. No está presente en el área de trabajo.
12. NA
13. **Antes de manipular cargas se debe:**
14. Analizar las características de la carga
15. Mide el esfuerzo físico necesario
16. Revisa el sistema de trabajo
17. Atiende a tus características personales
18. NA
19. **Manipulación de carga, peso máximo:**
20. Hombres, 45 Kg; Mujeres, 25 Kg.
21. Hombres, 25 Kg; Mujeres, 15 Kg.
22. Hombres, 5 Kg; Mujeres, 10 Kg.
23. Todas las anteriores
24. NA
25. **Medidas que contribuyen al orden y la limpieza**
26. Orden
27. Limpieza
28. Ensuciar
29. Solo A y B
30. Todas las anteriores