



Като правило, цялата мускулно-скелетна система се натоварва при бутане и теглене и по-специално ръцете и раменете. В зависимост от прилаганото на специфична сила и поза, обаче, е възможно също така кръстът и тазобедрените и коленикните стави да бъдат подложени на значително натоварване. Тъй като физическите усилия са по-малки и по-малко е в сравнение с вдигане и пренасяне, е много по-трудно да се определят хроничните увреждания, дължащи се на претоварване. Характерно за тегленето и бутането е, че съществува риск за опорно-двигателния апарат поради внезапно претоварване от гласък, подхлъзване и значително усилие поради промяна на посоката или при спиране.

Поза 1		
	Трупът е изправен и не е усукан	1
	Леко навеждане напред или усукване на тялото (теглени с една ръка)	2
	Тялото е силно наклонено по посока на движението Клякане, коленичено, огъване	4
	Комбинация от усукване и навеждане	8

1) За да се определят точките за оценка на позата, трябва да се оцени характерната поза. Големите отклонения на тялото, възможни в началото на придвижването, при спиране или маневриране се игнорират, ако се явяват епизодично.

Условия на труд		
<b>Добри:</b> подът и настилка са стабилни, гладки и сухи; няма наклони оняма препятствия; колелата се движат лесно и не са износени		0
<b>Задоволителни:</b> подът е стабилен, леко неравен, с мека повърхност; малък наклон, до 2° съществуват препятствия, които трябва да бъдат заобикаляни; колелата са зацапани		2
<b>Лоши:</b> път без настилка, с дупки, разкалян; наклон от 2 до 5°; много трудно задвижване на средствата за пренасяне; затруднено въртене на колелата		4
<b>Сложни:</b> стъпала, стълби; наклони >5°; едновременно наличие на условия от графа "задоволителни" и "лоши"		8

### Стъпка 3: Оценка на риска

	Маса на товара				
+	Позициониране				
+	Оценка на позата				
+	Условия на труд				
=	Общо	X	Време	X	при работещи жени 1.3
					=

Ниво на риска	Резултат	Описание
1	< 10	Ситуация с малка вероятност за физическо претоварване
2	10 < 25	Ситуация с повишено натоварване, при което е възможно претоварване при хора с по-слаба физическа издръжливост.
3	25 < 50	Ситуация на силно повишено натоварване, при което е възможно претоварване при повечето хора
4	> 50	Ситуация на голямо натоварване, с голяма вероятност за физическо претоварване на работещите

**Задоволителни:** подът е стабилен, леко неравен, с мека повърхност; малък наклон, до 2° съществуват препятствия, които трябва да бъдат заобикаляни; колелата са зацапани