

MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

- Evite inclinar el tronco; flexione las piernas.
- Reduzca siempre que sea posible el peso de las cajas.
- No deambule por desniveles mientras está manipulando cargas.
- Agarre adecuadamente la carga, utilizando las dos manos.

MOVIMIENTOS REPETITIVOS Y POSTURAS FORZADAS

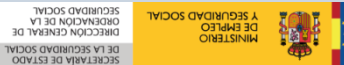
- Alterne tareas repetitivas con otras que no lo sean y que no requieran la aplicación de fuerza.
- Siempre que le sea posible use tijeras neumáticas ya que éstas disminu-

nuyen su esfuerzo, especialmente si debe cortar ramas muy gruesas.

- Evite el mantenimiento prolongado o la adopción de posturas forzadas.
- Realice rotaciones o pausas frecuentes, para evitar lesiones.

EXPOSICIÓN A VIBRACIONES

- Ajuste el asiento del tractor para evitar dolencias en la espalda.
- Realice un mantenimiento preventivo de la maquinaria agrícola, cerciorándose de que esta disponga de una correcta amortiguación.
- Haga uso de fajas anti vibratorias.



MAZ MUTUA COLABORADORA CON LA SEGURIDAD SOCIAL Nº11

www.maz.es @mutuamaz /mutua-maz /mutuamaz



Cultiva la prevención para evitar accidentes



LOGO

PREVENCIÓN DE RIESGOS EN EL SECTOR AGRÍCOLA

Área de Actividades Preventivas

Introducción



El sector agrícola es uno de los principales motores de desarrollo en todos los países del mundo, pero también es uno de los sectores de mayor siniestralidad, en el que observamos se desencadenan accidentes de forma frecuente, y en algunas ocasiones de severa gravedad, e incluso mortales.

Además por sus características, es una actividad que presenta dificultades en la aplicación de la actividad preventiva por varios motivos:

- El trabajo agrícola requiere la realización de actividades muy diversas por parte de los trabajadores, los cuales en ocasiones carecen de experiencia, y no disponen de equipos de trabajo adecuados.
- La presencia de trabajadores extranjeros en el sector es muy elevada, lo que a veces dificulta la comunicación y el conocimiento de la normativa sobre seguridad y salud.
- La contratación temporal de trabajadores es otro factor agravante, ya que no favorece la integración de la prevención en el proceso.
- Los lugares de trabajo suelen estar alejados de los núcleos urbanos y con comunicaciones deficientes hasta estos, lo que dificulta la rapidez de traslado de un accidentado.

Principales riesgos y medidas preventivas

CAÍDAS A DISTINTO NIVEL

ESCALERAS MANUALES O BANQUETAS

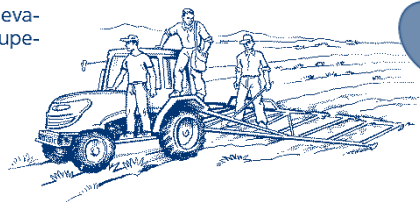
- Compruebe su resistencia antes de usarla; y si la escalera es de tijera asegúrese que dispone de los elementos de seguridad que impidan la apertura.
- Estabilícela de forma segura antes de subirse en ella. No la apoye en piedras o huecos.
- Evite realizar esfuerzos laterales, provocando inestabilidad.
- Suba y baje siempre de frente a la escalera.
- No acceda a los peldaños más elevados, y deje 1 metro del tramo superior de la escalera sin utilizar.

PLATAFORMAS MÓVILES

- Protéjalas con barandillas móviles.

TRACTOR O REMOLQUE

- Está totalmente prohibido sentarse en las paredes del remolque o sobre los guardabarros del tractor.
- Evite desniveles o taludes que hagan peligrar su estabilidad.



CAÍDAS AL MISMO NIVEL

- No corra y camine con precaución.
- Use un calzado adecuado (suela gruesa, que cubra los dedos de los pies y que sujete el pie).

PICADURAS DE INSECTOS

- Use ropa de trabajo de manga larga, y vaporice sobre ésta repelente insecticida.
- Evite dejar alimentos o bebidas al aire libre y próximos al lugar de trabajo.

INHALACIÓN O INGESTIÓN DE SUSTANCIAS NOCIVAS

- Evite comer o fumar, si no se ha lavado las manos.
- No ingiera fruta que no se haya sido lavada previamente.

GOLPES Y CORTES

- Use guantes anti-corte especiales con dedales metálicos cuando use la tijera neumática para la poda.
- Use gafas de seguridad para evitar golpes y/o cortes con ramas y hojas en sus ojos.
- Para evitar la caída de ramas cortadas sobre usted, evite estar debajo de la zona de poda.



ATRAPAMIENTOS CON LAS PARTES MÓVILES DE LAS MAQUINAS

- Use ropa ajustada.
- No trabaje en el radio de acción del cardán.
- Las transmisiones y ejes de transmisión deben estar protegidos.

EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES QUÍMICOS

(FERTILIZANTES, PLAGUICIDAS, PESTICIDAS...)

- Use ropa impermeable, botas de goma y guantes.
- Compruebe que los productos que usa están en su envase original y que se encuentran etiquetados correctamente.
- Lea detenidamente las instrucciones de uso de la ficha de seguridad. Si tiene dudas, consulte a su distribuidor.



ATROPELLOS

- No manipule cargas alrededor de los vehículos.
- Evite dormir en la sombra de la maquinaria.
- Respete la distancia de seguridad, que le indique el responsable, entre los trabajadores que trabajan a pie y los vehículos agrícolas.
- Si es usted el conductor, procure tener en su campo de visión al resto de trabajadores y solicítele ayuda en las maniobras.

EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS EXTREMAS

- En invierno, use ropa de abrigo adecuada, gorro y guantes.
- En verano, proteja su cabeza con una gorra de color claro, beba agua frecuentemente, trabaje con la camiseta puesta y use protección solar.

