

Prevención de riesgos laborales

en Jardinería



¡en lectura fácil!



FEAPS
MADRID



INTRODUCCIÓN

Todos los trabajadores tienen el derecho y el deber de estar bien informados sobre los riesgos de su puesto de trabajo.

Un trabajador informado es un trabajador seguro.

Las personas con discapacidad intelectual que trabajan no tienen libros y vídeos de información adaptados.

Esta colección de manuales nos sirve de ayuda para informar y formar a los trabajadores sobre los riesgos de sus puestos de trabajo.

Los libros también dan consejos para la prevención de accidentes y enfermedades.

Los libros se basan en un estudio sobre los riesgos que tienen los puestos de trabajo que ocupan. El estudio lo ha hecho FEAPS MADRID en 2006.

Los contenidos están adaptados a lectura fácil.

FEAPS MADRID

LOS PERSONAJES

- Hola, somos Ana y Pablo.
- Atención a nuestros consejos.

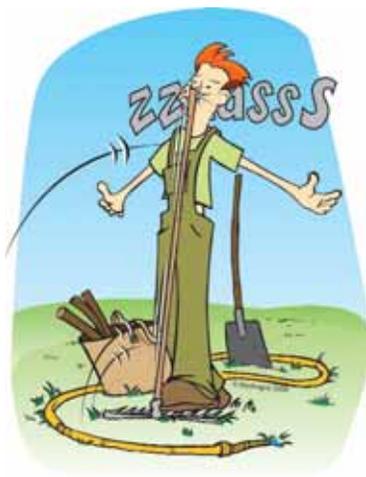


ÍNDICE

Introducción	1
Índice	5
Evita riesgos organizando el lugar de trabajo	6
Precauciones al usar escaleras	8
Precauciones al usar los andamios	10
Tu equipo de protección individual	11
Conoce las señales y los riesgos que indican	14
Cuida de tu salud	16
Trabajar con productos químicos	17
El trabajo con máquinas	18
Las máquinas de combustible	19
Consejos al utilizar la desbrozadora	20
Consejos al utilizar la motosierra	21
Consejos al utilizar el cortasetos	22
Los riesgos eléctricos	23
Coger y trasladar objetos pesados	24
Temperaturas extremas	26
Seguridad vial	27

EVITA RIESGOS ORGANIZANDO EL LUGAR DE TRABAJO

- Mantén el lugar de trabajo limpio y ordenado.
- Coloca siempre cada cosa en su sitio.
- No dejes cosas en los pasillos y lugares de paso.



- Agrupa bien los distintos materiales de trabajo.
- No tapes con objetos las salidas y entradas.

PRECAUCIONES AL USAR ESCALERAS

- Al subir a una escalera:
 - Comprueba que está estable.
 - No llesves objetos en las manos.
 - Usa el cinturón para llevar las herramientas.
 - Sólo debe subir una persona.
- La escalera tiene que estar delante y cerca del trabajo, para llegar bien.
- Al subir y bajar, mira la escalera.
- La parte alta de la escalera tiene que estar por lo menos un metro más arriba de la altura a la que estás trabajando.



- Señaliza la zona en la que trabajas cuando sea necesario.
- No coloques la escalera en lugares de paso.
- Es mejor utilizar escaleras de tijera.
- Las escaleras de tijera tienen que tener cadena o tope de seguridad.



PRECAUCIONES AL USAR ANDAMIOS

- Tienes que estar autorizado y bajo el control de tu encargado.
- Para colocar el andamio:
 - Sobre una superficie firme y estable.
 - Sin ruedas cuando está en césped o tierra.
 - Señaliza la zona para que te vean.
- Cuando trabajes en el andamio...
 - Comprueba que está bien montado.
 - Antes de subir pon los frenos.
 - Más alto de 2 metros utiliza el arnés o comprueba que tiene barandilla.



TU EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

•El casco:



- Úsalo cerca de andamios y escaleras.
- Cuando podes, o lo haga un compañero.
- En sitios donde puedan caer ramas y otros objetos.

•Gafas o pantalla:



- Cuando podes, cortes y desbroces.
- Para que no entren objetos en los ojos.

•Cascos o tapones:



- Si utilizas máquinas que hacen ruido.
- ¡Cuidado! No vas a oír si te llaman.
- Tienes que mirar mucho a tu alrededor porque no oyes.
- Tienes que estar atento a las señales.



•Guantes:

- Para no cortarte.
- Para no quemarte.
- Para evitar vibraciones de las máquinas.
- Cuando utilices productos químicos.



•Botas:

- Utilizalas siempre.
- Te protegen de golpes con objetos.
- Para que no te claves objetos.
- Para que no te tuerzas el tobillo.
- Para que no te mojes los pies.



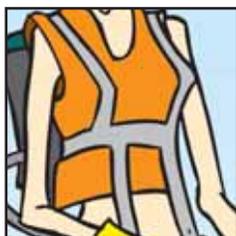
•Ropa:

- Debe ser llamativa y reflejar la luz.
- Adecuada al tiempo que hace.
- Ponte ropa adecuada para trabajar.
- No comas con la ropa de trabajo.



•Mascarillas:

- Cuando utilices productos químicos.
- Cuando hay mucho polvo y serrín en el aire.



•Cinturones o arneses de sujeción:

- Úsalo para coger pesos.
- Para llevar herramientas al subirte a escaleras.
- Para evitar vibraciones de las máquinas.



•Cinturones o arneses de seguridad:

- Tienes que estar autorizado y bajo el control de tu encargado.
- Cuando limpias a más de 2 metros de alto y no hay barandilla.
- Tienes que engancharlo bien donde te haya dicho tu encargado.

CONOCE LAS SEÑALES Y L



O



E



F

- No juntes productos con estas etiquetas.
- Tienen que estar lejos del fuego y calor.
- Puede incendiarse y explotar.



T



Xi

- Utiliza siempre los guantes.
- No lo acerques a la boca.



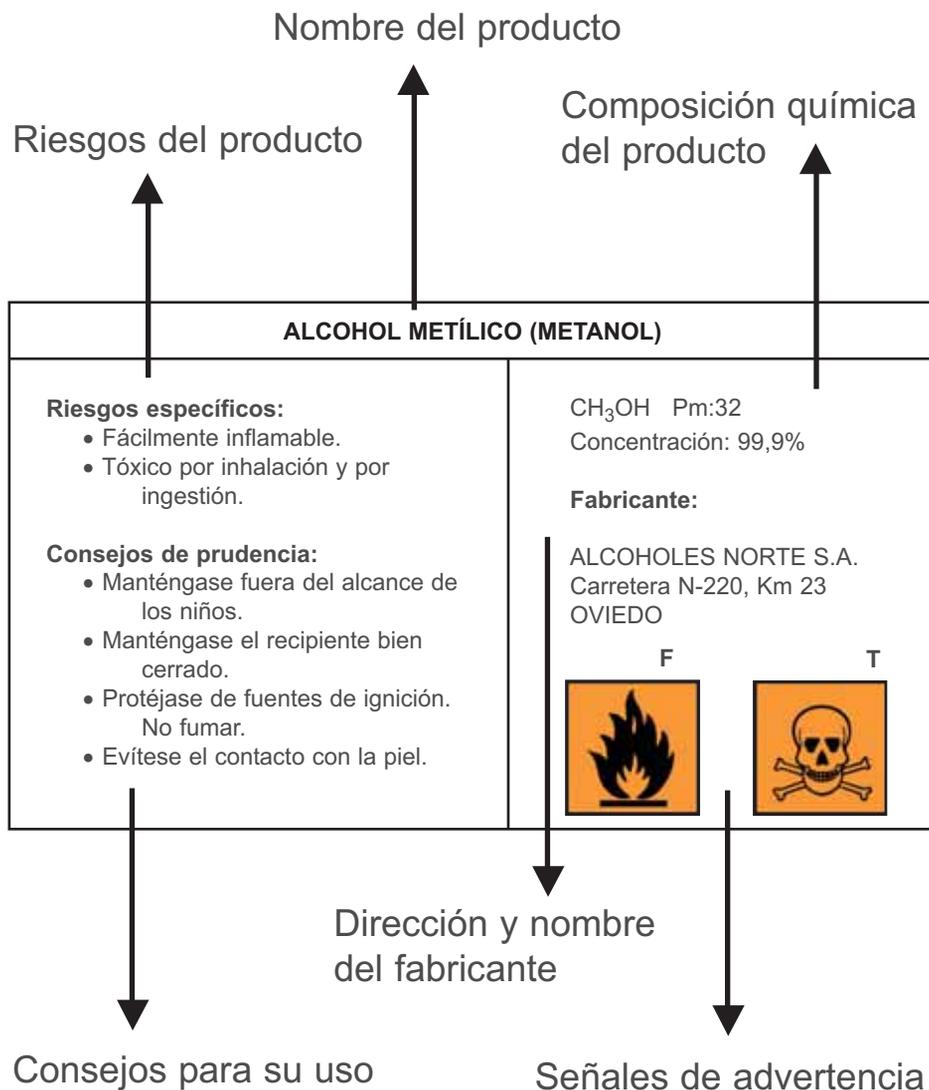
C

- Evita que toque la piel.
- Tira el envase al contenedor de residuos.
- Es malo para la naturaleza.



N

LOS RIESGOS QUE INDICAN



CUIDA DE TU SALUD

- Haz un control médico al año.
- Es bueno para vigilar tu salud.



- Ten siempre cerca un botiquín.
- Conoce el número de emergencias y el de tu responsable de trabajo.

- Antes de comer lávate las manos.
- No comas trabajando.
- Cámbiate de ropa después de trabajar.



TRABAJAR CON PRODUCTOS QUÍMICOS



- Utiliza la ropa adecuada: guantes, gafas, mascarillas...

- Utiliza estos productos sólo si estás autorizado.
- Necesitas permiso de tu responsable.
- Lee las etiquetas y la ficha de los productos.
- Al utilizarlos, trabaja de espaldas al viento.
- Cuando manipules estos productos alejate del fuego y el calor.



TRABAJO CON MÁQUINAS

- Tienes que estar autorizado y bajo el control de tu encargado.
- Debes saber como funciona.
- Lee las instrucciones de uso y pregunta a tu encargado si tienes alguna duda.
- Utiliza la ropa y los equipos de protección necesarios.
- Comprueba que la máquina tiene el marcado CE.
- Comprueba que los cables y las protecciones están bien.
- Cuando la limpies comprueba que está parada y desenchufada.
- Si se atasca o no funciona, avisa a tu responsable.
- Después de trabajar, colócala en su sitio.
- No la utilices por encima de tu cabeza.



LAS MÁQUINAS DE COMBUSTIBLE

- Al realizar la carga del combustible:
 - La máquina debe estar parada y el motor frío.
 - Tienes que estar en un sitio ventilado.
 - Lejos de fuego y calor.
 - Lee la etiqueta del producto.
 - Limpia las salpicaduras que se produzcan.
 - Cierra bien todos los envases.
- Si se derrama combustible:
 - No arranques la máquina cerca de ese sitio.
 - Limpia las salpicaduras.
- No arranques la máquina en el almacén de combustible.



CONSEJOS AL UTILIZAR LA DESBROZADORA

- Utiliza la ropa de trabajo adecuada. Botas, gafas, guantes, arnés y cascos para el ruido.
- Mejor pantalón largo para no cortarte.
- Trabaja alejado de tus compañeros para no chocaros.
- Como llevas cascos, mira muchas veces a tu alrededor.
- Señaliza las zonas de trabajo.



- Comprueba que no hay objetos en el suelo para que no salten
- Al arrancar, comprueba que el acelerador está bloqueado.
- No la utilices por encima de tus hombros.

CONSEJOS AL UTILIZAR LA MOTOSIERRA

- Utiliza la ropa de trabajo adecuada.
- Como llevas cascos, mira muchas veces a tu alrededor.
- Señaliza las zonas de trabajo.
- No la utilices por encima de tus hombros.
- Si el objeto que vas a cortar se puede mover, colócalo a la altura de la cintura.
- Comprueba que los gases no salen hacia ti.
- Para arrancarla:
 - Comprueba que el acelerador está bloqueado.
 - Pon el pie derecho sobre el asa de atrás y aprieta la sierra contra el suelo.
 - Tira con la mano derecha del cordón.

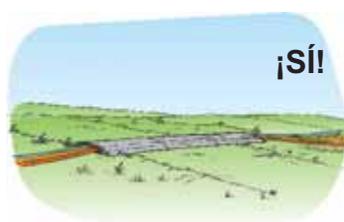


CONSEJOS AL UTILIZAR EL CORTASETOS

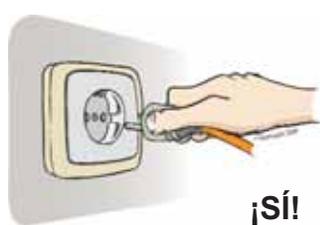


- Utiliza la ropa de trabajo adecuada y llamativa. Botas, gafas, guantes, arnés y cascos para el ruido.
 - Si han fumigado, utiliza también mascarilla.
 - Comprueba que no hay nadie cerca de ti.
 - Como llevas cascos, mira muchas veces a tu alrededor.
-
- Señaliza las zonas de trabajo.
 - Si quedan atrapadas ramas en la cuchilla, apaga la máquina para quitarlas.
 - No utilices la máquina más de una hora seguida.
 - Si tiene cable comprueba que está en buen estado.

LOS RIESGOS ELÉCTRICOS



- No trabajes con máquinas eléctricas en sitios mojados, ni con las manos mojadas.
- Aléjate de las líneas eléctricas. No te acerques a torres eléctricas con máquinas.
- No cuelgues cables sobre sitios metálicos como andamios.
- Por donde pasa gente, protege los cables con plataformas.

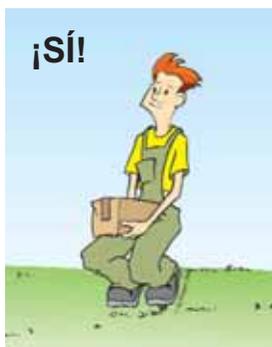


- No tires del cable para desconectar la máquina.
- Desconecta la máquina tirando desde la clavija.

COGER Y TRASLADAR OBJETOS PESADOS

- Para coger un peso del suelo:

- Los pies separados, el derecho más adelante.
- Rodillas flexionadas.
- Espalda recta.
- Dobla las rodillas para coger la carga.



- Para transportar peso:

- Hazlo poco a poco.
- Espalda recta.
- Mantén la carga cerca del cuerpo, es más fácil moverla.
- Nunca gires el cuerpo cuando llevas peso.



- Utiliza guantes para no dañarte las manos.
- Coge el peso con la palma de la mano. Así te cansas menos.



- Transportar demasiada carga es peligroso.
- Si pesa mucho, pide ayuda o utiliza la carretilla.



TEMPERATURAS EXTREMAS

- Con sol y calor:

- Usa gorra o sombrero.
- Utiliza ropa de color claro, y gafas de sol.
- Bebe mucha agua, zumos o refrescos.
- Utiliza crema para el sol.



- Con frío, lluvia, viento, nieve:

- Ponte abrigo.
- Utiliza gorro de lana y guantes.
- Ponte calcetines gordos y botas de agua.
- Nunca utilices bufanda, mejor braga.
- Toma bebidas calientes.
- Si te mojas, ponte ropa seca.



SEGURIDAD VIAL



- En el coche, utiliza el cinturón de seguridad.
- Asegura los materiales y máquinas con pulpos y redes.

- Señaliza la zona para que te vean.
- Utiliza ropa que refleje la luz.



- Camina siempre por las aceras.
- Cruza por los pasos de cebra.
- Espera a la luz verde de peatones cuando hay semáforo.
- Antes de cruzar mira a los dos lados.
- No cruces entre coches aparcados.
- Cuidado con las obras.
- No debes andar o correr con las manos en los bolsillos.





- En carretera, utiliza ropa que refleje la luz.
- Camina por la izquierda para ver bien a los coches.
- Cruza cuando veas bien a los dos lados. Nunca en una curva.

- Evita las prisas.
- Sal con tiempo de casa.
- No corras para coger el autobús.
- Espera que el autobús esté parado para subir o bajar.



* Recurso formativo elaborado como herramienta de apoyo en la formación preventiva.

CERTIFICADO DE ENTREGA

HE RECIBIDO EL MANUAL SOBRE
RIESGOS LABORALES PARA EL PUESTO
DE TRABAJO DE:

CONOZCO LA FORMA DE TRABAJO
SEGURA DE MI PUESTO DE TRABAJO.

SEGUIRÉ LOS CONSEJOS DEL MANUAL.

EN _____ A _____ DE _____

NOMBRE _____

DNI _____

EL TRABAJADOR

LA EMPRESA

SELLO





FEAPS
MADRID

www.feapsmadrid.org

Avda. Ciudad de Barcelona, 108. Esc. 2

28007, Madrid

Tel: 91 501 83 35

feapsmadrid@feapsmadrid.org