



HACEMOS SEGURIDAD

*Riesgos laborales
y medidas preventivas
para trabajadores
estacionales
y ocasionales*



Documento certificado conforme al Art. 3 del Decreto Interministeriale del 27.03.2013

Este folleto está dirigido a los trabajadores estacionales y ocasionales que realizan hasta cincuenta días de trabajo al año en la misma empresa, en actividades de vendimia y recolección de frutas. Estas actividades presentan riesgos para la salud y la seguridad de los trabajadores.

Los riesgos laborales pueden reducirse significativamente mediante el conocimiento de los peligros, el uso correcto de equipos adecuados proporcionados por el empleador y la adopción de ropa y comportamientos adecuados.

Cada trabajador debe cuidar su propia seguridad y salud, así como la de otras personas presentes en el lugar de trabajo.

Antes de empezar a trabajar



Recuerda que para los trabajadores agrícolas es obligatoria la vacunación antitetánica.



Recuerda que durante el trabajo está contraindicado consumir bebidas alcohólicas.



EVITA exponer la piel directamente al sol.

LLEVA siempre ropa que cubra (camisa de manga larga, pantalones largos y sombrero).

EVITA el riesgo de lesiones:

USA siempre calzado cerrado con protección para el tobillo y suelas antideslizantes.

USA guantes para proteger las manos de cortes, abrasiones y contaminaciones biológicas/químicas.



Agentes atmosféricos



La exposición prolongada al sol y al calor puede provocar efectos que van desde un simple malestar hasta condiciones graves, como golpe de calor o insolación.

Los signos de advertencia incluyen: debilidad, dolor de cabeza, náuseas, calambres musculares, mareos. Si se ignoran, pueden llevar a pérdida de consciencia y a daños más graves.

USA ropa que cubra el cuerpo.

BEBE pequeños sorbos de agua no helada a intervalos frecuentes para evitar la deshidratación.

Refresca tu cuerpo frecuentemente mojándote con agua fría.

Riesgo biológico



El trabajo al aire libre, sin ropa adecuada, puede llevar al contacto con insectos u otros animales que pueden causar enfermedades, infecciones y, en personas alérgicas, reacciones muy graves.

Cortes



Presta siempre atención a la posición de la otra mano al cortar.

EVITA trabajar frente a frente con compañeros en la misma hilera de viñas o espaldera.

MANTÉN una distancia adecuada.



Manipulación manual de cargas



La manipulación manual de cargas puede causar lesiones en la columna vertebral y las extremidades. Estas lesiones pueden ocurrir al manipular cargas excesivamente pesadas o al realizar estas operaciones de manera incorrecta. Para la manipulación manual de cargas:

EVITA girar solo el tronco; gira todo el cuerpo, utilizando las piernas.
EVITA levantar solo cargas muy pesadas.

FLEXIONA las piernas manteniendo la espalda recta.
MANTÉN el objeto cerca del cuerpo. Para cargas pesadas, considera levantarla con ayuda de otra persona.



Movimientos repetitivos

El trabajo de recolección implica movimientos repetitivos de brazos y manos y, a menudo, mantener las mismas posiciones durante períodos prolongados. Para evitar daños en articulaciones, músculos, tendones y nervios: evita mantener los brazos por encima de la altura de los hombros o las muñecas dobladas lateralmente durante mucho tiempo.

Escaleras



Las escaleras deben cumplir con características adecuadas para evitar la caída del trabajador, tales como: estructura resistente, dimensiones apropiadas, sistemas antideslizantes y de anclaje, y buen estado de mantenimiento.



Para evitar caídas desde alturas:

USA la escalera con máxima atención a su posición.

Si es necesario **APOYARLA**, colócala **FRENTE AL TRONCO** principal, **NUNCA DE LADO**.

EVITA subir los últimos peldaños.

SI TIENES DUDAS SOBRE SU ESTABILIDAD, PIDE A OTRO TRABAJADOR QUE LA SUJETE POR LA PARTE INFERIOR.

EL TRANSPORTE MANUAL DE CARGAS, DURANTE EL ASCENSO Y DESCENSO, DEBE PERMITIR SIEMPRE UN AGARRE SEGURO EN LOS ELEMENTOS DE LA ESCALERA.

Primeros auxilios



Incluso heridas pequeñas, contaminadas con tierra, pueden entrar en contacto con la espora del tétanos.

¡EL TÉTANOS PUEDE SER MORTAL!

LAS HERIDAS DEBEN LIMPIARSE, DESINFECTARSE Y TRATARSE de inmediato con la ayuda del personal de primeros auxilios de la empresa.

En el lugar de trabajo **SIEMPRE** hay un botiquín para primeros auxilios.

EN CASO DE ACCIDENTE O MALESTAR, LLAMA A LOS
NÚMEROS DE EMERGENCIA **112** O **118**

EMPRESA.....

Teléfono.....

En caso de emergencia, contacta al personal de primeros

auxilios.....

Teléfono.....



ATS Pavia

*S.C. Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro
Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria*

Via Indipendenza, 3
27100 Pavia PV

Telefono: 0382 4311

*Se extiende un agradecimiento a las empresas y a todas las personas que contribuyeron
a la realización de este folleto.*