

MANUAL DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS EN JARDINERÍA

PARCS I JARDINS DE BARCELONA, INSTITUT MUNICIPAL

MANUAL DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS EN JARDINERÍA

PARCS I JARDINS DE BARCELONA, INSTITUT MUNICIPAL

MANUAL DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS EN JARDINERÍA

PARCS I JARDINS DE BARCELONA, INSTITUT MUNICIPAL

MANUAL DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS EN JARDINERÍA

PARCS I JARDINS DE BARCELONA, INSTITUT MUNICIPAL



EMERGÈNCIES EMERGENCIAS

- 080 BOMBERS / BOMBEROS
112 EMERGÈNCIES / EMERGENCIAS
061 AMBULÀNCIES / AMBULANCIAS
MOSSOS D'ESQUADRA / MOZOS DE ESCUADRA
091 POLICÍA NACIONAL / POLICÍA NACIONAL
092 GUÀRDIA URBANA / GUARDIA URBANA

URGÈNCIES MÈDIQUES URGENCIAS MÉDICAS

- 93 2652211 MC MUTUAL (8 a 21:00h. de dill. a dv.)
c/ Ausiàs March, 41
- 93 4141751 CLÍNICA CYCLOPS 24h.
93 4141992 c/ Copèrnic, 58
- 93 2095311 LESIONS OCULARS / LESIONES OCULARES
Centro de Oftalmología Barraquer
Entrada: c/ Muntaner, 314 o c/ La Forja, 88-92
- 93 2746000 GRANS CREMATS / GRANDES QUEMADOS
93 4893000 Hospital del Vall d'Hebron
P. Vall d'Hebron, 119-129
- 93 3174400 INSTITUT NACIONAL DE TOXICOLOGIA /
93 3174061 INSTITUTO NACIONAL DE TOXICOLOGÍA
Hospital Clínic: c/ Mercè, 1, 3r, Barcelona
(de lunes a viernes de 9 a 14h.)
Urgencia ir directamente al Hospital Clínic
o al de Sant Pau Barcelona
- 91 5620420 Madrid (24h.)

ALTRES OTROS

- 93 4132517 PARCS I JARDINS
Seguretat i salut / Seguridad y salud
- 629 372937 PARCS I JARDINS Jefe de Guardia
- 93 4132400 PARCS I JARDINS Central
- 93 4184955 SERVEI DE VIGILÀNCIA DE LA SALUT /
SERVICIO DE VIGILANCIA DE LA SALUD
(PREVENRISK)

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ

1.1. Objectius	5
1.2. Consideracions d'interès per al treballador	5

2. CONCEPTES GENERALS DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS

2.1. Normativa	7
2.2. Definicions	8
2.3. Integració de l'activitat preventiva	9
2.4. Obligacions d'empresaris i treballadors	10
2.5. Drets dels empresaris i dels treballadors	11
2.6. Principis generals de l'acció preventiva	12
2.7. Tècniques bàsiques de prevenció	
- Seguretat	12
- Higiene industrial	12
- Ergonomia	13
- Psicosociologia del treball	13
- Medicina del treball	13
2.8. Mesures de protecció	
2.8.1 Col·lectives	14
2.8.2 Individuals	14

3. RISCOS LABORALS I MESURES PREVENTIVES GENERALS

3.1. Ordre i neteja a les casetes	17
3.2. Manipulació de productes químics	18
3.3. Risc elèctric	20
3.4. Manipulació manual de càrregues	21
3.5. Senyalització	26
3.6. Prevenció d'incendis	29
3.7. Soroll	30
3.8. Escales	33
3.9. Bastides	35
3.10. Talussos (Vegeu manual específic sobre treballs en talussos)	37
3.11. Maquinària	
- General	37
- Grup electrogen	38
- Emplenat de combustible	38
3.12. Eines	39

3.13. Seguretat viària	40
3.14. Vehicles	43
3.15. Feines en vies de circulació	44
3.15.1. Actuació a la part central de les Rondes i túnels de la ciutat	44
3.15.2. Intervencions que necessiten ocupar un carril de circulació	44
3.15.3. Intervencions que no necessiten ocupar un carril de circulació	45
3.16. Primers auxilis	
3.16.1. Consideracions generals	46
3.16.2. Posició de seguretat	47
3.16.3. Recomanacions bàsiques per al socorrista	47
3.16.4. Farmaciola	48
3.16.5. Lesions traumàtiques	49
3.16.6. Lesions produïdes per la calor	52
3.16.7. Lesions produïdes per éssers vius	54
3.16.8. Lesions oculars	55

4. RISCOS LABORALS I MESURES PREVENTIVES ESPECÍFIQUES

4.1. Consideracions generals	57
4.2. Preparació del terreny	
4.2.1. Mecànicament: motocultor	58
4.2.2. Manualment: cavada	59
4.3. Abonament del terreny (orgànic i químic)	60
4.4. Transport	
4.4.1. Mecànic: vehicles	61
4.4.2. Manual: carretó	62
4.5. Plantació	
4.5.1. Arbrat i arbustos	63
4.5.2. Grups de flor	64
4.6. Reg	
4.6.1. Mecànicament: aspersió o degoteig	65
4.6.2. Manualment: mànega o patinet	66
4.7. Neteja	
4.7.1. Mecànicament: bufadora	67
4.7.2. Manualment: cabàs i escombra	68
4.7.3. Manualment: escatada i entrecavada	69
4.8. Manteniment de la gespa	
4.8.1. Segar, escarificat, airejat: segadora, escarificadora i airejadora	70
4.8.2. Desbroç: desbrossadora	71
4.9. Retallada i poda d'arbustos i tanques	
4.9.1. Mecànicament: retalladora de tanques	72
4.9.2. Manualment: tisores i xerracs (amb perxa o sense)	73

4.10. Poda d'arbres (en alçada):	
4.10.1. Motoserra i plataformes elevadores:	74
4.11. Tractaments fitosanitaris:	
4.11.1. Motxilla i carretó Gaysa	76
4.11.2. Actuació en cas d'intoxicació	78

5. BIBLIOGRAFIA I AGRAÏMENTS

Bibliografia	81
Agraïments	82



1.0

Introducció

1.1 Objectius

Aquest manual s'ha elaborat amb l'objectiu de recollir els aspectes més importants de la prevenció de riscos laborals (PRL des d'ara), des d'una perspectiva general i des de la particular que presenta l'activitat en el sector de la jardineria.

L'objectiu bàsic és reduir la sinistralitat mitjançant una informació i una formació que determinin uns comportaments i unes actituds concordes amb el que ha de ser treball segur i saludable.

Esperem que la informació, al costat dels consells i de les explicacions dels tècnics siguin una ajuda per arribar a l'objectiu bàsic de reduir la sinistralitat.

1.2 Consideracions d'interès per al treballador

Tots els treballadors han de conèixer i acatar les normes de seguretat que s'estableixin per desenvolupar la feina. En cas de dubte o desconeixement cal adreçar-se al responsable superior.

Les causes més freqüents de riscos es produeixen per errors d'actuació o d'omissió, i per tant, és important la formació en prevenció i la utilització dels equips de protecció individual (EPI des d'ara) més adequats a cada tipus de treball.

El treballador ha de col·laborar en la PRL i informar de qualsevol situació que pugui produir-se en el desenvolupament del treball i que comporti risc per a la seguretat o la salut.

2 CONCEPTES GENERALS DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS

2.1

Normativa

La normativa en matèria de PRL es troba en el nostre ordenament jurídic, en primer lloc a la Constitució Espanyola de 1978 i a l'Estatut dels Treballadors.

CONSTITUCIÓ ESPANYOLA

Article 15.

Reconeix el dret a la vida i a la integritat física i moral.

Article 40.2.

Estableix dintre de la política social i econòmica, el deure dels poders públics de vetllar per la seguretat i la higiene en el treball.

ESTATUT DELS TREBALLADORS

L'Estatut estableix drets i obligacions per als treballadors.

Article 4.2

Estableix com a condició de la relació de treball el dret que tenen els treballadors a la seva integritat física i a una adequada política de seguretat i d'higiene.

Article 5

- a) Estableix que els treballadors tenen el deure de complir les obligacions concretes del seu lloc de treball.
- b) Els treballadors tenen el deure de complir les mesures de seguretat i d'higiene que s'adoptin.

Article 19.1

El treballador té dret a una protecció eficaç en matèria de seguretat i d'higiene.

Article 19.2

El treballador està obligat a complir a la feina les mesures legals i reglamentàries de seguretat i d'higiene.

La Llei 31/1995, de 8 de novembre sobre la prevenció de riscos laborals és el resultat de la transposició de diverses directrius europees molt significatives en matèria de prevenció de riscos, especialment la Directriu del consell 89/391/CEE de 12 de juny, relativa a l'aplicació de mesures per promoure la millora de la salut dels treballadors a la feina.

2.2

Definicions

PREVENCIÓ

Conjunt d'activitats o mesures adoptades o previstes en totes les fases d'activitat de l'empresa amb la finalitat d'evitar o disminuir els riscos derivats del treball.

RISC LABORAL

Possibilitat que un treballador pateixi un determinat dany derivat de la feina.

DANYS DERIVATS DE LA FEINA

Malalties, patologies o lesions sofertes amb motiu de la feina.

RISC LABORAL GREU I IMMINENT

Aquell que resulti probable racionalment, que es materialitzi en un futur immediat i que pugui suposar un dany greu per a la salut dels treballadors.

EQUIP DE TREBALL

Qualsevol màquina, aparell, instrument o instal·lació utilitzats a la feina.

ACCIDENT LABORAL

Tota lesió corporal que el treballador es faci durant o a conseqüència de la feina que faci per compte d'altri.

Tindran la consideració d'accident laboral, entre d'altres:

- 1 Els que tingui el treballador en anar a la feina o en tornar-ne ("in itinere")
- 2 Els que tingui el treballador durant o a conseqüència del compliment de les tasques que impliquen els càrrecs electes de caràcter sindical.
- 3 Els ocorreguts durant o a conseqüència de les tasques desenvolupades encara que siguin distintes a les de la seva categoria professional.
- 4 Els ocorreguts en actes de salvament o similars quan tinguin connexió amb la feina.
- 5 Se suposarà, llevat que es provi el contrari, que són constitutives d'accident laboral les lesions que rebí el treballador durant el temps i en el lloc de treball.

No tindran la consideració d'accident laboral, entre d'altres:

- 1 Els causats per una força major aliena a la feina.
- 2 Els causats per imprudència temerària del treballador accidentat: Quan l'accidentat desobeeix normes, instruccions o ordres que hagi donat l'empresari d'una manera reiterada i notòria en matèria de seguretat i d'higiene.
- 3 Els causats per dol del treballador accidentat: es considera que s'ha produït dol, quan el treballador conscientment, voluntàriament i maliciosament provoca un accident per a obtenir-ne algun benefici.

MALALTIA PROFESSIONAL

Des del punt de vista preventiu s'entén com aquella deterioració lenta i gradual de la salut del treballador produïda, com conseqüència de la feina duta a terme per compte d'altri, per una exposició constant a situacions adverses, que pugui produir l'ambient que hi ha a la feina o per la manera com està organitzada. Aquest concepte ha de constar al quadre de malalties professionals.

EPI: Equip de protecció individual

LPRL: Llei de prevenció de riscos laborals

RSP: Reglament dels serveis de prevenció

PMA: Procediment medi ambient

2.3

Integració de l'activitat preventiva

(art. 1 RSP)

La prevenció de riscos laborals, com a actuació que s'ha de desenvolupar en el si de l'empresa, ha d'integrar-se en el conjunt de les seves activitats i decisions, tant en els processos tècnics, en l'organització del treball i en les condicions en què aquest es presti, com en la línia jeràrquica de l'empresa, incloent tots els nivells que li són propis.

La **integració de la prevenció en tots els nivells jeràrquics de l'empresa** implica l'atribució i l'assumpció per a tots aquests nivells de l'obligació d'incloure la prevenció de riscos en qualsevol activitat que facin o ordenin i en totes les decisions que adoptin.

2.4

Obligacions d'empresaris i treballadors

OBLIGACIONS DE L'EMPRESARI

La Llei 31/95 obliga l'empresari a protegir els treballadors davant dels riscos laborals. D'aquí es deriven les obligacions següents, entre d'altres:

- 1 Organitzar la prevenció a l'empresa.
- 2 Avaluar els riscos de les instal·lacions, màquines, equips de treball, llocs de treball i tasques.
- 3 Establir les mesures de prevenció d'acord amb els riscos identificats.
- 4 Controlar l'eficàcia de les mesures mitjançant inspeccions periòdiques.
- 5 Proporcionar als treballadors els equips de protecció individual o col·lectiva necessaris per a desenvolupar la feina, quan els riscos no puguin eliminar-se.
- 6 Consultar-ho amb els treballadors o amb els representants i permetre que participin en les qüestions que afectin la seguretat i la salut laborals.
- 7 Garantir la vigilància mèdica periòdica de la salut dels treballadors.
- 8 Registrar documentalment totes les seves actuacions.
- 9 Informar al personal i adoptar mesures, quan els treballadors puguin estar exposats a un risc greu i imminent.

OBLIGACIONS DEL TREBALLADOR (art. 29 LPRL)

- 1 Complir les mesures de protecció i de prevenció que estableixi l'empresari.
- 2 Usar adequadament les màquines, els aparells, les eines, les substàncies perilloses, els equips de transport i en general qualsevol altre mitjà amb el qual desenvolupi la seva activitat.
- 3 Utilitzar correctament els mitjans i equips de protecció.
- 4 No modificar ni anul·lar i utilitzar correctament els dispositius de seguretat existents.
- 5 Informar immediatament de qualsevol situació que consideri que es un risc per a la seguretat i salut dels treballadors.
- 6 Cooperar amb l'empresari perquè pugui garantir unes condicions de treball segures.

2.5

Drets d'empresaris i treballadors

DRETS DE L'EMPRESARI

- 1 Exigir el compliment de les obligacions abans citades.
- 2 Exigir el compliment de la normativa i de les mesures de seguretat i d'higiene en el treball.
- 3 Formar part del Comitè de Seguretat i Salut, ja sigui directament o per mitjà dels seus representants.

DRETS DEL TREBALLADOR

- 1 Tenir una protecció eficaç en matèria de seguretat i salut en el treball.
- 2 Rebre informació sobre els riscos existents, les mesures de protecció, les mesures d'emergència i saber quan poden estar exposats a un risc greu i imminent.
- 3 Ser consultats i participar en totes les qüestions que afectin a la seguretat i la salut laboral.
- 4 Rebre formació en matèria preventiva.
- 5 Ser sotmès a un control periòdic de la salut.
- 6 Formar part del Comitè de Seguretat i Salut, mitjançant els representants.
- 7 Protegir el personal especialment sensible.
- 8 Utilitzar mitjans de treball adequats i degudament protegits.
- 9 Facilitar-los els equips de protecció adequats en funció de les tasques que s'hagin de fer.

2.6

Principis generals de l'acció preventiva (art.15LPRL)

L'empresari ha d'aplicar les mesures preventives, segons els principis generals següents:

- 1 Evitar els riscos.
- 2 Avaluar els riscos que no es puguin evitar.
- 3 Combatre els riscos quan s'inicien,
- 4 Adaptar la feina a la persona.
- 5 Tenir en compte l'evolució de la tècnica.
- 6 Substituir el que sigui perillós pel que comporti poc o gens de perill.
- 7 Planificar la prevenció, i cercar un conjunt coherent que hi integri la tècnica, l'organització del treball, les condicions laborals, les relacions socials i la influència dels factors ambientals a la feina.
- 8 Adoptar mesures que anteposin la protecció col·lectiva a la individual.
- 9 Donar les instruccions adequades als treballadors.

2.7

Tècniques bàsiques de prevenció

SEGURETAT

Conjunt de tècniques i procediments l'objectiu dels quals és eliminar o disminuir el risc que es produeixin accidents laborals.

- 1 Caiguda d'eines.
- 2 Cops i talls.
- 3 Caigudes al mateix nivell o a diferent nivell.
- 4 Atrapades.
- 5 Risc elèctric, etc.

HIGIENE INDUSTRIAL

Tècnica no mèdica d'intervenció en aquells riscos que puguin provocar alteracions a la salut a causa de l'exposició del treballador a agents físics, químics i biològics.

- 1 **Químics:** Vapors / Gasos / Polvoritzacions...
- 2 **Físics:** Soroll / Vibracions / Radiacions...
- 3 **Biològics:** Virus / Bacteris / Fongs...

ERGONOMIA

Conjunt de tècniques encaminades a adaptar les condicions laborals a les característiques del treballador. Persegueix el confort al treball.

- 1** Il·luminació i espai
- 2** Soroll ambiental
- 3** Calor / Fred
- 4** Disseny del lloc de treball

PSICOSOCIOLOGIA DEL TREBALL

L'objectiu és controlar els riscos derivats de les característiques organitzatives i de l'estructura de l'empresa.

- 1** Insatisfacció
- 2** Ansietat
- 3** Estrès

MEDICINA DEL TREBALL

Estudia la interacció de l'organisme humà en relació amb el treball i la seva influència en la salut. Les seves tècniques no són només sanitàries o d'intervenció en cas d'urgència, sinó preventives, com la vigilància de la salut, l'educació sanitària i la promoció de la salut.

2.8

Mesures de protecció

2.8.1 Mesures de protecció col·lectiva

DEFINICIÓ

Element de seguretat que protegeix un o diversos treballadors, sense que estiguin fent cap activitat que impliqui un risc.

L'article 15 LPRL recull com un dels principis de l'activitat preventiva el fet d'adoptar "mesures que anteposin la protecció col·lectiva a la individual."

ALGUNS EXEMPLES

RISC	MESURA COL·LECTIVA
Caiguda a diferent nivell	Tanques i baranes
Incendi	Instal·lacions fixes d'extinció (boques d'incendi, hidrants...)
Contaminants químics	Sistemes de ventilació i extracció
Elèctric	Presa de terra
Soroll	Aïllament acústic (sala anecoica)
Projecció de partícules per l'ús de màquines	Pantalla de protecció a la màquina

2.8.2 Mesures de protecció individual EPI

DEFINICIÓ

Qualsevol equip que hagi de dur o subjectar el treballador perquè el protegeixi d'un o de diversos riscos que puguin amenaçar la seva seguretat o salut i també qualsevol element o accessori destinat a aquest efecte.

S'utilitzen quan no és possible usar mitjans de protecció col·lectiva.

NO SÓN EPI

La roba de feina corrent i els uniformes que no estiguin específicament destinats a protegir la salut o la integritat física del treballador.

REQUISITS

- 1 Tenir de la marca CE
- 2 Fullet informatiu en català o castellà

ALGUNS EXEMPLES

PART DEL COS QUE CAL PROTEGIR	EPI
Cap	Casc
Oïda	Taps, orelleres
Ulls i cara	Ulleres, pantalla
Vies respiratòries	Mascaretes, filtres
Braços i mans	Guants, manigots
Peus i cames	Calçat de seguretat, polaines, canyelleres
Cos	Arnès

OBLIGACIONS DEL TREBALLADOR

- 1 Utilitzar i tenir cura dels EPI.
- 2 Guardar-los al lloc indicat.
- 3 Informar de qualsevol desperfecte

OBLIGACIONS DE L'EMPRESARI

- 1 Determinar els llocs de treball i les tasques que necessiten utilitzar els EPI.
- 2 Triar els equips més adequats.
- 3 Informar de la part del cos que protegeix, del risc i informar de quan s'ha d'utilitzar.
- 4 Instruir sobre l'ús i el manteniment d'aquest material.
- 5 Subministrar-lo gratuïtament al treballador.
- 6 Vetllar perquè l'ús d'aquest material sigui efectiu.
- 7 Controlar-ne el correcte manteniment.

3 RISCOS LABORALS I MESURES PREVENTIVES GENERALS

3.1

Ordre i neteja a les casetes



GENERAL

- 1 Tots els treballadors tenen l'obligació de netejar i tenir ordenades i en bones condicions les dependències de la caseta de la qual estiguin fent ús.
- 2 La caseta (magatzem i vestuaris) ha de tenir **ventilació** suficient (natural o automàtica) per evitar humitats i males olors.
- 3 A cada caseta, hi haurà una **farmaciola** amb el contingut mínim per fer una primera cura i una llista amb els **telèfons** d'emergència.
- 4 Cada caseta ha de tenir penjat al seu taulell d'anuncis el Manual sobre actuació en cas d'emergència en casetes.
- 5 Es mantindran lliures d'obstacles les **vies de pas i les sortides**.
- 6 S'ha d'accedir fàcilment als **extintors** i han d'estar situats preferiblement als costats de les portes. Han d'estar senyalitzats i la part superior de l'extintor ha d'estar penjada a una alçada màxima d'1,7 m.

VESTUARIS

- 1 És necessari que cada divendres, com a mínim, es faci una neteja general de tot el sòl, sanitaris i dutxes. Els criteris mínims quant a periodicitat són:
 - Casetes fins a 6 treballadors: 1 vegada / setmana
 - De 6 a 10 treballadors: 2 vegades / setmana
 - Més de 10 treballadors: diàriament
- 2 En el vestuari només es guardaran els efectes personals dels treballadors i la roba i els EPI relacionats amb la feina.
- 3 Cada treballador tindrà un armariet per desar-hi la roba. Els treballadors que tinguin EPI especials tindran dos armariets o un de dos cossos, per desar-hi l'equip.
- 4 Els vestuaris d'homes i de dones estaran separats, llevat que s'habilitin sistemes que permetin usar de les mateixes dependències a la vegada que es respecta el dret a la intimitat del personal d'ambdós sexes.
- 5 Cada vestuari ha de tenir:
 - **Rentamans**, mirall i sabonera.
 - **Dutxes** amb aigua calenta i freda, sabonera, penjadors i porta o cortina que proporcioni intimitat i impedeixi la sortida de l'aigua. Es recomana usar sabatilles de goma.
 - **Sanitaris** amb descàrrega automàtica d'aigua, ventilació, porta-rotlles de paper higiènic i escombreta, penja-robes i pany interior.
En el de les dones hi haurà d'haver un contenidor especial tancat.
 - **Calefactors elèctrics**, d'aire o d'oli suficients i temporitzadors.
Estan prohibits els calefactors de resistència i els de gas.

MAGATZEM

- 1 Les eines es col·locaran sobre **cavallets o prestatgeries** adequats. Si hi ha prestatgeries han de collar-se entre si i a la paret o al sòl. Els materials més pesants s'han de situar a les parts inferiors de la prestatgeria. S'ha d'evitar deixar material directament al terra.
- 2 No s'han de col·locar materials o utensilis en llocs que puguin provocar ensopegades o caigudes damunt d'altres treballadors, de màquines o d'instal·lacions.
- 3 Cal tancar el magatzem amb clau sempre que no hi hagi ningú a l'interior.
- 4 No s'han de guardar all magatzem altres materials, maquinària o utensilis que no tinguin relació amb les tasques de jardineria o siguin aliens a l'empresa.

3.2

Manipulació de productes químics

- 1 Tots els treballadors han de tenir una còpia de les **fitxes de seguretat** dels productes químics que hagin de fer servir. Hi ha d'haver també una còpia prop del lloc d'emmagatzematge per si cal consultar-les.
- 2 Tots els **productes químics** (combustibles, fitosanitaris, clor, productes de neteja,...) han d'estar en el seu envàs original i estar correctament etiquetats.
- 3 Emmagatzematge de **combustible**. Armari ignífug:
 - Es guardarà en aquest armari el combustible.
 - Es situarà en un lloc amb ventilació i preferiblement allunyat de portes.
 - Els combustibles han d'estar degudament etiquetats per facilitar-ne la identificació.
 - No s'ha de col·locar res damunt de l'armari.
 - Ha d'estar :
 - Net (interior i exterior)
 - Tancat amb clau
 - Senyalitzat (senyal de material inflamable i prohibició de fumar)
 - Ha de tenir una safata de retenció per a abocaments.
 - Els productes s'agruparan dins l'armari segons el tipus de perillositat.

- 4 Els productes fitosanitaris no s'emmagatzemaran amb el combustible. Es guardaran en un armari de seguretat, que haurà de reunir els següents requisits:**
- S'ubicarà en un lloc amb ventilació (natural o forçada) i preferiblement allunyat de portes.
 - No s'ha de col·locar res sobre l'armari.
 - L'armari ha d'estar:
 - Net (interior i exterior)
 - Tancat amb clau
 - Senyalitzat (Productes Fitosanitaris i prohibit fumar)
 - Ha de tenir una safata de retenció per a abocaments.
 - Els productes s'agruparan dins l'armari segons el tipus de perillositat.
- 5 Els vessaments de líquids (àcids, olis, combustibles, productes fitosanitaris o d'altres) s'han de netejar immediatament, una vegada eliminada la causa de l'abocament.**
- 6 Tant al magatzem on guardeu els productes químics com als armaris que els continguin, ha d'haver una senyal de **prohibit fumar** clarament visible.**

E



Explosiu

F



Fàcilment inflamable

T



Tòxic

C



Corrosiu

Xi



Irritant

O



Comburent

F+



Extremadament inflamable

T+



Molt tòxic

Xn



Nociu

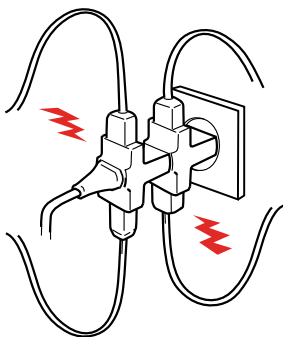
N



Perillós per al medi ambient

3.3

Risc elèctric



RISCOS GENERALS

Risc elèctric és tot aquell risc que origina l'energia elèctrica, hi queden específicament inclosos els riscos de:

- 1 Xoc elèctric per contacte directe o indirecte.
- 2 Cremades, caigudes o cops per xoc o arc elèctric.
- 3 Incendis o explosions que originin l'electricitat.

Tipus de contacte:

- 1 Contacte directe: La persona entra en contacte amb parts actives de la instal·lació o amb elements habituals en tensió.
- 2 Contacte indirecte: La persona entra en contacte amb masses posades accidentalment en tensió perquè no formen part del circuit.

MESURES PREVENTIVES

- 1 Abans de començar a treballar s'haurà de comprovar que no hi ha corrent.
- 2 No s'hauran de manipular mai elements elèctrics amb les mans mullades, en ambients humits o mullats accidentalment (tasques de neteja, instal·lacions a la intempèrie, etc.).
- 3 No s'alteraran ni retiraran les preses de terra ni els aïllaments de les parts actives dels diferents equips, instal·lacions i sistemes.
- 4 Cal evitar, tant com sigui possible, la utilització d'endolls múltiples per no sobrecarregar la instal·lació elèctrica. No s'improvisaran mai entroncaments ni connexions.
- 5 Per desconnectar l'electricitat cal estirar la clavilla directament, no s'ha d'estirar el cable.
- 6 En cap cas es portaran a terme treballs elèctrics sense estar capacitats ni autoritzats per fer-los.

ACTUACIÓ EN CAS D'ACCIDENT

- 1 Desconnectar el corrent i intentar d'usar algun element aïllant.
- 2 Allunyar l'accidentat de la zona de perill, sense tocar-lo directament.
- 3 Si escau, apagar el foc amb flassades. No s'utilitzarà aigua sense haver desconnectat abans el corrent.
- 4 Avisar els serveis sanitaris.

3.4

Manipulació manual de càrregues

DEFINICIÓ

S'entén per maneig manual de càrregues qualsevol operació de transport o subjecció d'una càrrega que facin un o diversos treballadors, i també aixecar-les, col·locar-les, donar-los una embranzida, moure-les mitjançant tracció o desplaçar-les sempre que, segons les seves característiques o condicions ergonòmiques inadequades, comportin riscos, en particular dorsolumbars, per als treballadors. No s'hi inclou l'aplicació de forces com el moviment d'una manivela o una palanca de comandaments.

Es considera que la manipulació manual de tota càrrega que pesi més de 3 kg pot comportar un potencial risc dorsolumbar si es manipula en condicions desfavorables (allunyada del cos, amb postures inadequades, etc.):

- 1 En general**, el pes màxim que es recomana no sobrepassar és de 25 kg.
- 2 En el cas de les dones, joves o més grans** és convenient no superar els 15 kg.
- 3 Sota cap circumstància** es manipularan càrregues que pesin més de 40 kg.

Si les dimensions o el pes de la càrrega així ho aconsellen s'haurà de, sempre que sigui possible, fraccionar o tornar a preparar la càrrega, amb ajudes mecàniques o amb l'ajuda d'altres treballadors quan sigui necessari.

RISCOS GENERALS

A causa de la gran varietat d'activitats laborals que inclouen operacions de maneig manual de càrregues, hi poden haver un nombre important de riscos per a la seguretat i salut dels treballadors:

- 1** Caigudes de personal al mateix nivell o a distint nivell.
- 2** Cops i atrapades a causa de la caiguda dels objectes manipulats o emmagatzemats.
- 3** Cops contra objectes mòbils i immòbils.
- 4** Contactes tèrmics a causa de l'alta temperatura de la càrrega.
- 5** Talls i esgarrapades produïts amb cantells esmolats o esberlats, amb claus, etc...
- 6** Fatiga física a causa de sobreexforços, postures forçades i moviments repetitius.

MESURES PREVENTIVES

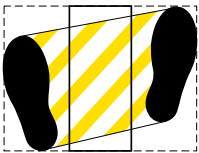
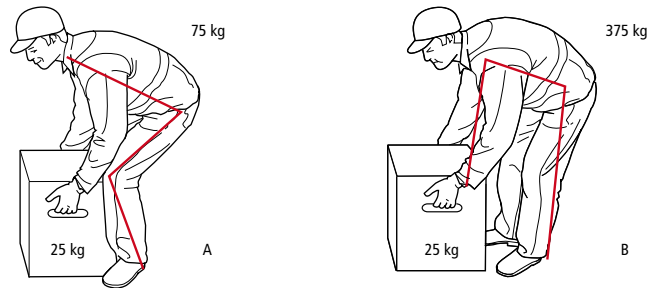
- 1** Examinar la càrrega abans de manipular-la i intentar de localitzar zones que puguin resultar perilloses en el moment d'agafar-les (arestes, vores esmolades, puntes de claus, etc.)
- 2** Situar la càrrega en el lloc més favorable per a la persona que ha de manipular-la de manera que hi estigui a prop, al davant i a l'alçada del maluc.
- 3** Transportar la càrrega a l'alçada del maluc i el més a prop possible del cos.
- 4** Manejar una càrrega entre dues persones si l'objecte és voluminós i/o difícil d'agafar.
- 5** Utilitzar les ajudes mecàniques sempre que sigui possible, amb cura de no sobrecarregar-les i col·locar la càrrega d'una manera equilibrada abans de transportar-la. Utilitzar sotaventres i altres elements auxiliars quan sigui necessari.

MÈTODE CORRECTE D'ELEVACIÓ I DE TRANSPORT

Si les càrregues que s'han de manipular es troben al sòl o prop d'un mateix, s'utilitzaran les tècniques de maneig de càrregues que permetin utilitzar els músculs de les cames més que els de l'esquena per intentar disminuir la tensió a la zona lumbar.

1 Aproximació de la càrrega

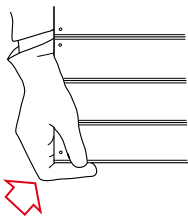
Per aixecar una càrrega cal **aproximar-s'hi (A)**. Si no es fa així, es faria un esforç **cinc vegades més gran (B)** que en el primer cas .



2 Posició dels peus

Per aixecar amb seguretat una càrrega és important la posició dels peus :

- 1 Emmarcant la càrrega.
- 2 Lleugerament separats.
- 3 Lleugerament **avançat** l'un amb relació a l'altre.



3 Assegurar la presa de mans

El correcte és **agafar-la amb el palmell de la mà i la base dels dits**. En ser més gran la superfície per on l'agafem, es redueix l'esforç.

Si es tracta d'objectes pesants, es pot, abans d'agafar-los, preparar-los sobre falques per facilitar la tasca de posar-hi les mans i poder situar-les correctament.

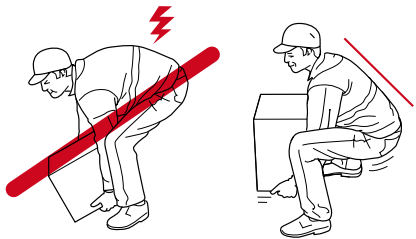
4 Els braços estirats

Tant com es pugui, els braços han de treballar seguint les recomanacions següents:

- 1 Estirats, **no flexionats**.
- 2 Els braços han de mantenir "**suspesa**" la càrrega, però no elevar-la.
- 3 Per transportar una càrrega, cal mantenir-la **enganxada al cos**.

Si no s'actua d'aquesta manera, s'obliga que els bíceps facin un **esforç 15 vegades més gran** que el pes que s'aixeca.





5 Fixar la columna vertebral

Les càrregues han d'aixecar-se mantenint la **columna vertebral recta i aliniada**. Per mantenir l'esquena recta cal:

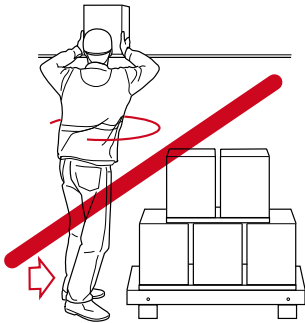
- 1 Ficar endins lleugerament els ronyons.
- 2 Baixar lleugerament el cap (mentó una mica entrat).

Si es fa amb l'**esquena arquejada**, pot passar que s'hi faci una hèrnia discal, la qual pot originar lumbàlgies i ciàtiques.

La **torsió del tronc**, sobretot si es fa mentre s'aixeca la càrrega, pot igualment produir lesions. En aquest cas, cal dividir el moviment en dos temps:

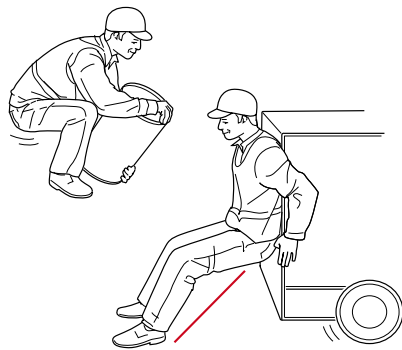
- 1 Primer aixecar la càrrega.
- 2 Després girar tot el cos movent els peus amb petits desplaçaments.

Encara és millor que, abans d'aixecar la càrrega, ens orientem correctament cap allà on s'ha d'anar per no haver, després, de girar el cos.



6 Usar la força de les cames

- 1 Utilitzarem els **músculs de les cames** per donar el primer impuls a la càrrega que hem d'aixecar, ja que els músculs de la cama són els més forts del cos humà.
- 2 Per fer-ho, **flexionarem les cames dolegant els genolls**, sense arribar a assegurar-nos als talons ja que llavors resulta difícil aixecar-se (la cuixa i el tou de la cama han de formar un angle de més de 90°).
- 3 A més, el fet de flexionar les cames ajuda a mantenir recta la columna vertebral.
- 4 Els músculs de les cames han d'utilitzar-se també per **empènyer un objecte, vehicle, etc.**



7 Aprofitar la tendència a la caiguda i el moviment ascendent

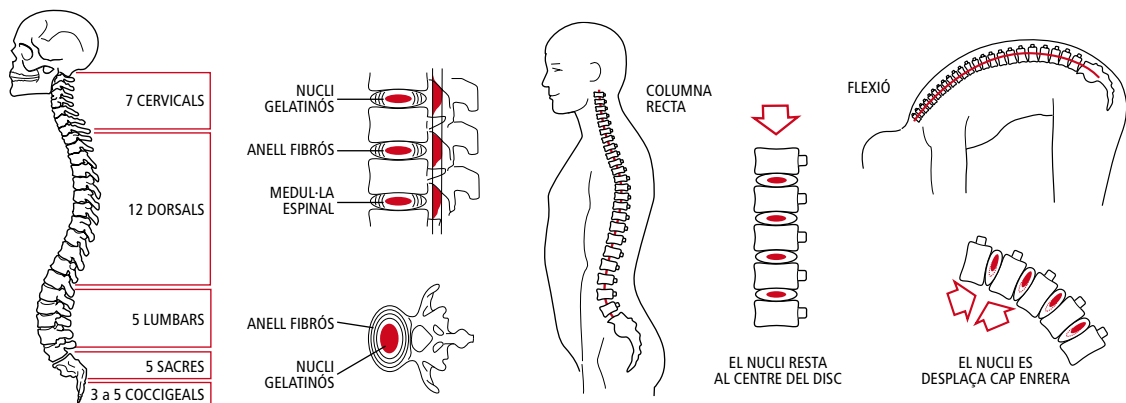
- 1 Per **dipositar en un plànol inferior** algun objecte que es trobi en un plànol superior, ens limitarem a frenar-ne la caiguda.
- 2 Per **aixecar una càrrega** que després serà dipositada en una prestatgeria, han d'encadenar-se les operacions, sense aturar-nos, ja que si ens aturem l'esforç serà doble, hauríem de vèncer dues vegades la força de gravetat.



PER QUÈ FA MAL L'ESQUENA? COMPORTAMENT DE LA COLUMNA VERTEBRAL

La **columna vertebral** està formada per una estructura de 32 a 35 ossos anomenats vèrtebres. La columna té **cinc regions** ben diferenciades.

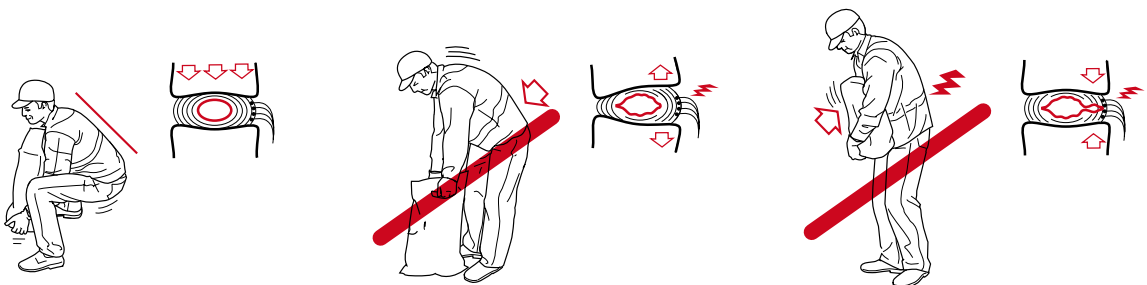
- 1 Cada **vèrtebra** està formada per una banda compacta que és l'os en si, el qual, al centre, hi té un orifici pel qual passa la **medul·la espinal**, que és un conjunt de fibres nervioses les ramificacions de les quals controlen distintes parts del cos.
- 2 Entre cada vèrtebra trobem els denominats **discos intervertebrals**, que són cartilags (= fibres elàstiques) amb un **nucli gelatinós** deformable (semblant a una petita bossa plena d'un líquid viscos).
- 3 Quan la **columna es manté recta**, el nucli gelatinós es troba al centre del disc i tot el sistema està, d'aquesta manera, equilibrat.
- 4 Quan la **columna es flexiona**, el nucli es desplaça per l'efecte falca que hi exerceixen les vèrtebres sobre ell.



EL DOLOR

La **repetició de moviments** que impliquen el desplaçament del nucli gelatinós, produeix un desgast del disc intervertebral i les fibres elàstiques que formen el cartilag poden arribar a trencar-se.

- 1 En redreçar el cos després d'una flexió, una part del nucli pot quedar atrapada entre aquestes fibres trencades i és quan es desencadena el dolor violent conegut actualment com **lumbàlgia**.
- 2 Altres dolors comuns d'esquena són: la **lumbàlgia aguda**, la **ciàtica** i la **hèrnia discal**.



CONSELLS GENERALS PER PROTEGIR L'ESQUENA

Seguir els consells indicats en aquest annex.

1 Mantenir-se dret, s'aconsegueix:

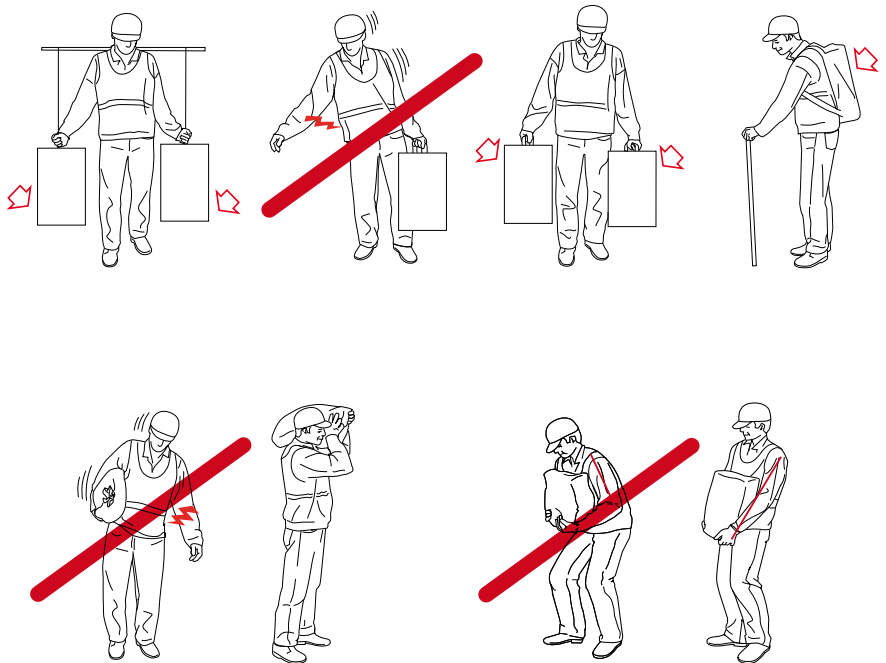
- Duent les **espatlles** cap endarrere suaument.
- Mantenint el **cap** aixecat amb el coll recte.
- Mantenint el **ventre** suaument entrat i els músculs de l'abdomen contrets.
- **Equilibrant** la càrrega

2 Doblegar els genolls: per evitar mals d'esquena, és bo adquirir el costum d'ajupir-se doblegant els genolls (posar-se a la gatzoneta mantenint l'esquena recta)

3 L'esport:

Esports que reporten un benefici a l'esquena:

- **Natació**, fonamentalment els estils crol i esquena (la braça no és aconsellable perquè enfonsa els ronyons i el coll).
- **Ciclisme**.
- **Marxa**.
- **Esqui de muntanya**.



3.5

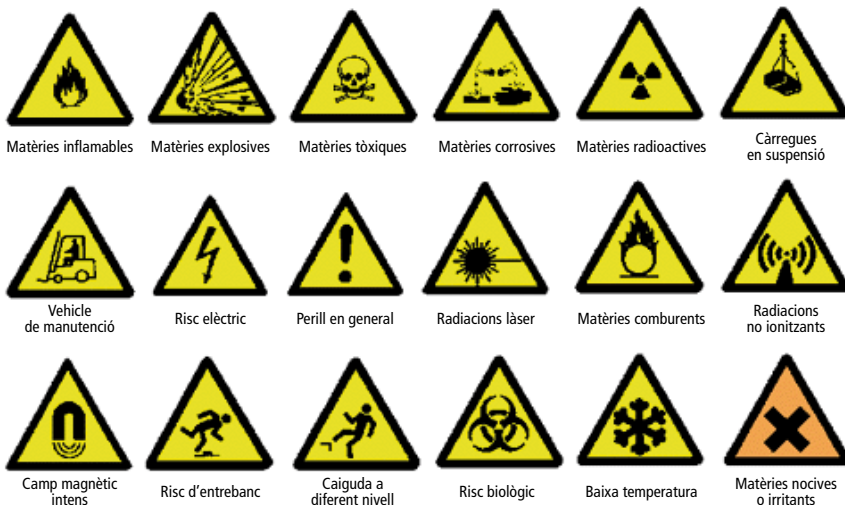
Senyalització

La senyalització dirigida a advertir els treballadors de la presència d'un risc, o a recordar-los una prohibició o obligació, es fa mitjançant:

SENYALS EN FORMA DE PANELL

1 Senyals d'advertiment

(forma triangular, pictograma negre sobre fons groc i vores negres).



2 Senyals de prohibició

(forma rodona, pictograma negre sobre fons blanc, vores i banda transversal descendent d'esquerra a dreta, vermells).



3 Senyals d'obligació

(forma rodona, pictograma blanc sobre fons blau).



Protecció obligatòria de la vista



Protecció obligatòria del cap



Protecció obligatòria de l'oïda



Protecció obligatòria per a les vies respiratòries



Protecció obligatòria dels peus



Protecció obligatòria de les mans



Protecció obligatòria del cos



Protecció obligatòria de la cara



Protecció individual obligatòria contra caigudes



Via obligatòria per a vianants



Protecció general (acompanyada, si cal, d'un senyal addicional)

4 Senyals relatius als equips de lluita contra incendis

(forma rectangular o quadrada, pictograma blanc sobre fons vermell).



Mànega per a incendis



Escala de mà



Extintor



Telèfon per a la lluita contra incendis



Direcció que cal seguir (senyal indicatiu addicional als anteriors)

5 Senyals de salvament o socors

(forma rectangular o quadrada, pictograma blanc sobre fons verd).



Via/sortida de socors

Telèfon de salvament



Direcció que cal seguir (senyal indicatiu addicional als següents)

Primers auxilis

Llitera

Dutxa de seguretat

Rentat d'ulls

SENYALS LLUMINOSOS I ACÚSTICS

Un senyal lluminós o acústic indicarà, en engegar-se, la necessitat de fer una determinada acció, i es mantindrà en funcionament mentre persisteixi aquesta necessitat.

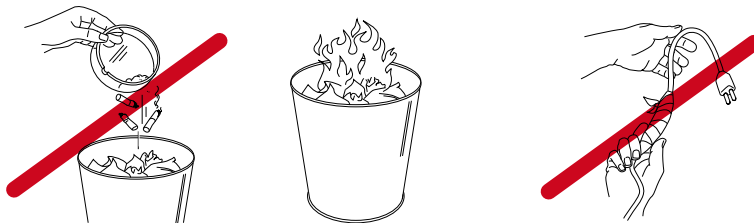
- 1 Els senyals lluminosos** s'han de percebre clarament, i la continuïtat de la intermitència del senyal indicarà un grau més important de perill o que la intervenció que s'ha de fer és molt urgent.
- 2 El senyal acústic** tindrà un nivell sonor superior al nivell de soroll ambiental, de manera que sigui clarament audible. Quan aquests senyals siguin intermitents indicaran un perill o una urgència més greus; no obstant això, el so d'un senyal d'evacuació serà sempre continu.

3.6

Prevenió d'incendis

NORMES DE PREVENCIÓ

- 1 La prevenió d'incendis es fonamenta en **impedir** la presència simultània de focus de calor (llums desprotegits, llumins, cigarrets,...) i materials combustibles (gasolina, fusta, paper, plàstic,...).
- 2 Cal respectar la **prohibició de fumar** en els llocs que indiqui l'empresa i especialment en magatzems de combustible. Els cigars i els llumins s'han de deixar als cendrers, ben apagats. No s'han de llençar en qualsevol lloc.
- 3 S'ha de conservar el lloc de treball **net i ordenat**. La brutícia, els vessaments de líquids combustibles i els materials com el paper i el cartró són fàcilment origen d'incendis.
- 4 Cal netejar immediatament els **abocaments de combustible** o de productes químics. No s'ha de fumar mentre es manipulen.
- 5 No s'han d'obstruir amb materials emmagatzemats els extintors, les mànegues, les sortides d'emergència, els quadres elèctrics i els armaris ignífugs. S'hi ha de poder accedir sempre.
- 6 Quan es facin **tasques de manteniment** que impliquin l'ús d'eines elèctriques, de soldadura, moles, etc. Se n'hauran d'allunyar els materials combustibles (fustes, paper, mànegues, etc.)
- 7 **No s'ha de deteriorar i cal mantenir en perfecte estat** la instal·lació elèctrica, tancament de portes i finestres, extintors, il·luminació d'emergència, si n'hi ha, etc.
- 8 Cal rebutjar **aparells elèctrics en mal estat**.
- 9 No s'han de sobrecarregar les línies elèctriques amb la utilització de connexions múltiples.
- 10 **Calefactors / Estufes:**
 - Estan prohibits els calefactors de resistència i els de gas.
 - No s'ha de deixar material (roba, caixes, etc.) a prop o damunt dels calefactors.
 - No s'han de deixar els calefactors encesos tota la nit, cal utilitzar un temporitzador o un programador.



TOT TREBALLADOR QUE DESCOBREIXI L'INICI D'UN INCENDI

- 1 Avisarà el Cos de **Bombers** (tel. 080).
- 2 Informarà els seus companys perquè evacuïn la caseta.
- 3 Si el foc és petit i pot controlar-se, **intentarà apagar-lo** amb l'extintor més proper.
 - No ha d'actuar mai tot sol.
 - Si no el pot controlar, no s'ha d'arriscar, ha de sortir del lloc i tancar les portes i les finestres mentre se'n va i dirigir-se cap al punt de reunió, a l'exterior.
 - Si observa que una porta està molt calenta o que en surt fum, no l'obri, avisi els Bombers i vagi-se'n.

3.7

Soroll

DEFINICIÓ

El soroll es defineix, en general, com un so no desitjat i molest.

L'existència de soroll en l'ambient de treball pot suposar risc de pèrdua d'audició. Els nivells excessius de soroll (contaminant físic mediambiental) lesionen certes terminacions nervioses de l'oïda i poden produir una hipoacúsia de tipus laboral (sordesa).

Les fibres nervioses encarregades de transmetre al cervell sorolls de freqüència 4.000 Hz, són les primeres a lesionar-se, i a continuació la resta. L'home és conscient d'aquesta pèrdua irrecuperable quan queden afectades les freqüències conversacionals, cosa que perjudica la seva relació amb els altres.

EFFECTES NOCIUS DEL SOROLL

El soroll és el so que representa un risc laboral per a la salut, i que provoca una sensació irritant i desagradable.

El nivell de risc depèn de diversos factors:

- 1 La qualitat del soroll que està determinada per la intensitat i la freqüència
- 2 La sensibilitat de l'individu, que depèn de factors hereditaris, estat de salut, hàbits, edat, sexe...
- 3 La durada de l'exposició
- 4 Distància de la font emissora. Més a prop, més nivell

El soroll pot tenir efectes nocius sobre el nostre organisme. No solament en l'aparell auditiu, sinó també en el respiratori, el nerviós, el digestiu, els efectes visuals, els endocrins, i els cardiovasculars.

EFFECTES AUDITIUS DEL SOROLL

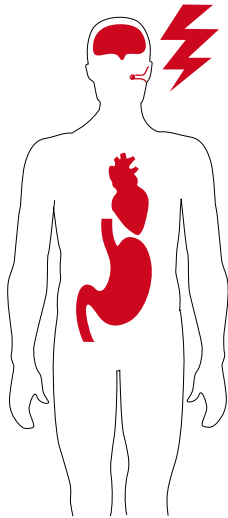
La llarga exposició (vuit hores al dia, cinc dies a la setmana i durant diversos anys) a nivells de sorolls elevats, pot provocar una disminució auditiva permanent o hipoacúsia.

La hipoacúsia per soroll és bilateral, irreversible i no evolutiva i està reconeguda com a malaltia laboral.

Per mesurar la capacitat auditiva s'utilitza un aparell anomenat audímetre, mitjançant el qual s'emeten sorolls de diferents seqüències (greus, mitjans i aguts) i de diferent nivell d'intensitat. En funció dels diferents sorolls que percep per la persona examinada es confecciona l'audiometria, que ens indicarà si l'audició és normal o no.

EFFECTES NO AUDITIUS DEL SOROLL

Hi ha altres efectes del soroll, que normalment s'hi relacionen amb ell, però que són igualment preocupants, ja que l'exposició a nivells alts de soroll té efectes sobre la majoria d'òrgans o sistemes del cos humà, i poden alterar la salut de les persones que hi estan exposades.



Els efectes no auditius del soroll són els següents:

1 Efectes respiratoris

Augment de la freqüència respiratòria que torna a la normalitat en cessar l'exposició al soroll.

2 Efectes cardiovasculars

Augment de la incidència de trastorns vasculars com pot ser la hipertensió arterial.

3 Efectes digestius

Pot provocar un augment de la incidència d'úlceres gastroduodenals, augment de l'acidesa, etc.

4 Efectes visuals

Pot provocar alteracions de l'agudesia visual, del camp visual i de la visió cromàtica.

5 Efectes endocrins

Pot provocar modificacions en el normal funcionament de diverses glàndules com hipòfisi, tiroides, suprarenals, etc, que poden produir variacions en la concentració a la sang de les hormones que segreguen.

6 Efectes sobre el sistema nerviós

L'exposició a nivells elevats de soroll pot provocar alteracions en l'electroencefalograma, trastorns del son, cansament, irritabilitat, inquietud i inapetència sexual.

7 Té especial importància

L'efecte que té el soroll de disminuir el grau d'atenció i l'augment del temps de reacció, amb la qual cosa s'afavoreix l'augment dels errors i l'augment dels accidents laborals.

El risc de pèrdua auditiva comença a ser significatiu a partir d'un nivell equivalent diari (LAeq,d) de 80 dBA i suposa diversos anys d'exposició.

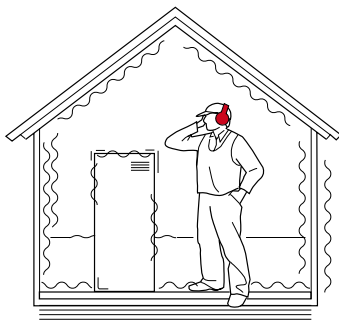
El LAeq,d és el terme mitjà diari del nivell de pressió sonora assignable a un lloc de treball.

CRITERIS PREVENTIUS BÀSICS

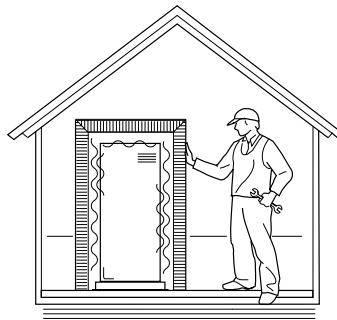
La prevenció de la pèrdua d'audició implica la disminució del LAeq,d per sota dels 80 dBA.

Això s'aconsegueix mitjançant mesures operatives (tancament de les fonts de soroll, col·locació de barreres acústiques, augment de l'absorció de parets i de sostres, etc.) o disminució del temps d'exposició.

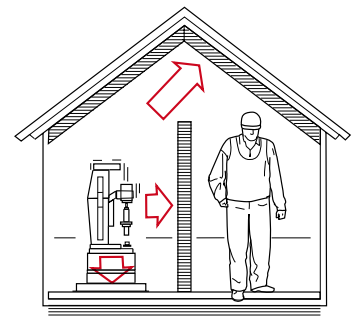
Quan res d'això és possible o és insuficient, cal recórrer als protectors personals (EPI, que poden ser de diversos tipus: orel·leres, taps, etc.) però tots han de posseir la corresponent certificació que garanteixi una disminució adequada del soroll i una qualitat de fabricació.



PROTECCIÓ PERSONAL



AÏLLAR LA FONT DE SOROLL



INSONORITZAR SOSTRES I INSTAL·LAR MAMPARES AÏLLANTS

NORMATIVA SOBRE SOROLL

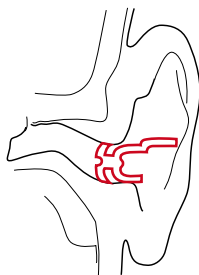
La normativa bàsica sobre soroll es basa en el Reial decret 286/2006 de 10 de Març, "Sobre la protecció de la salut i la seguretat dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició al soroll".

	EXPOSICIÓ L_{Aeq} d dB(A) (1) L_{pic} dB (C)	AVALUACIÓ D'EXPOSICIÓ AL SOROLL	CONTROL MÈDIC AUDITIU	PROTECCIÓ PERSONAL	VARIS
Valors Inferiors d'Exposició que donen lloc a una acció	L_{Aeq} = 80 dB (A) L_{pic} dB = 135 dB (C)	TRIENNAL	QUINQUENNAL	DONAR A TOTHOM	INFORMAR I FORMAR
Valors Superiors d'Exposició que donen lloc a una acció	L_{Aeq} d = 85dB (A) y L_{pic} = 137 dB (C)	ANUAL	TRIENNAL	DONAR A TOTHOM ÚS OBLIGATORI	INFORMAR I FORMAR
Valors Límits d'Exposició (2)	L_{Aeq} d = 87 dB (A) Y L_{pic} = 140 dB (C)	ANUAL	-----	DONAR A TOTHOM ÚS OBLIGATORI	INFORMAR I FORMAR Pla Millores

(1) Quan existeixin variacions considerables d'una jornada a l'altra, es podrà utilitzar el nivell d'Exposició Setmanal L_{Aeq} S.

(2) Per al càlcul, es tindrà en compte l'atenuació que procuren els Protectors auditius individuals (EPI) utilitzats pels treballadors.

Models de protectors auditius:



PROTECTOR INSERIT



ORELLERES

3.8

Escales

GENERAL

- 1 Les escales han de ser **revisades** periòdicament i abans d'utilitzar-les.
- 2 Està prohibit utilitzar escales de **fusta pintades** ja que poden amagar defectes importants.
- 3 Per evitar que l'escala rellisqui, aquesta haurà de disposar de sistemes de fixació a la seva part superior o inferior. En qualsevol cas sempre una altra persona aguantarà **l'escala des del sòl**.
- 4 Per a accedir a llocs elevats (murs, parets, etc.) l'escala haurà de **sobrepasar 1 metre** el punt superior de suport, per a garantir un accés segur. No s'ha de pujar mai a l'últim graó de l'escala.
- 5 **Cal pujar a l'escala i baixar-ne** sempre de cara a l'escala i agafat amb les dues mans.
- 6 Les escales només les pot utilitzar **una sola persona alhora**.
- 7 Quan es realitzin treballs a **més de 3,5 m d'alçada**, el treballador haurà d'anar assegurat amb un arnés anticaigudes.
- 8 No es poden transportar als braços sobre l'escala pesos superiors a **15 kg** i hauran de permetre al treballador agafar-se amb ambdues mans a l'escala. Està prohibit transportar càrregues que pel seu pes o dimensions comprometin la seguretat del treballador.

ESCALA DE MÀ (SIMPLE)

Quan es pot treballar amb escala de mà:

Quan l'alçada de la feina no permeti fer-la des del sòl o amb altres mitjans mecànics.

Consideracions que cal tenir en compte:

- 1 Es col·locarà, sempre que sigui possible, formant un **angle de 75°** amb la horitzontal.
- 2 **Es prohibeix** empalmar dues escales.
- 3 No s'utilitzaran escales de més de 5m de les que no es tinguin garanties sobre la seva resistència.

Equips de protecció individuals:

- 1 Equip de protecció anticaigudes (si s'escau)
- 2 Casc (amb barballera lligada)
- 3 Els equips de protecció que siguin necessaris, segons la tasca que s'hagi de fer.

ESCALA DE TISORA

Quan es pot treballar amb escala de tisora:

- 1 Quan l'alçada de la feina no permeti fer-ho des del terra o amb altres mitjans mecànics.
- 2 L'alçada màxima per treballar amb l'escala és de **1,5 metres** (situació dels peus de l'operari).
- 3 Generalment s'utilitza en la poda de tanques, parets, etc.

Consideracions que cal tenir en compte:

- 1 **Revisar** que l'escala es troba en perfectes condicions abans de pujar-hi i que disposa d'un **sistema antiobertura** (cadena intermèdia) que uneix les dues parts de l'escala.
- 2 Treballar sempre amb els **dos peus al mateix costat de l'escala**.
- 3 Està totalment **prohibit** unir dues escales de tisora amb un tauló de fusta per treballar-hi al damunt com si fos una bastida.

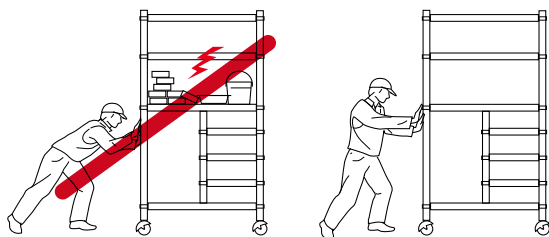
Equips de protecció individuals:

- 1 Equip de protecció anticaigudes (si s'escau)
- 2 Casc (amb barballera lligada)
- 3 Els equips de protecció que siguin necessaris, segons la tasca que s'hagi de fer.

3.9

NORMES DE SEGURETAT PER TREBALLAR DALT DE LES BASTIDES

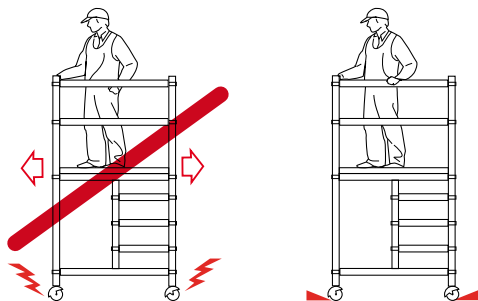
Bastides



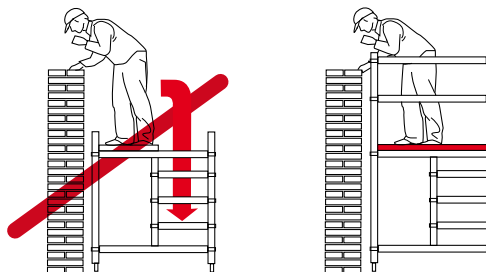
Les bastides s'han de traslladar **sense eines i material**.



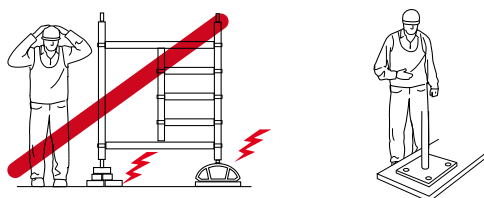
No es permet traslladar al personal damunt la bastida.
El desplaçament de la bastida s'efectuarà **entre dues persones**.



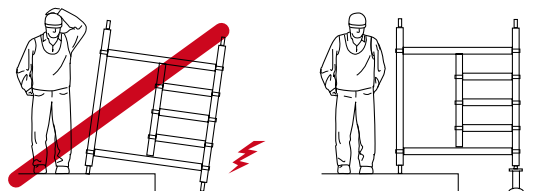
Les rodes estaran **frenades** mentre es treballi dalt de la bastida.



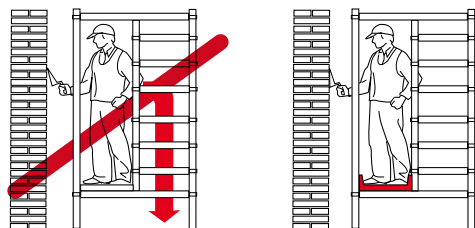
No es treballarà mai a dalt de la bastida **sense la barana** perimetral de seguretat.



Quan el sòl sigui lleugerament irregular, la bastida s'ha d'**assegurar damunt de taulons o de fustes**.



Si el sòl és irregular, s'utilitzaran les **potes regulables** (sense rodes).



La bastida estarà dotada de: **entornpeus, barana superior, barana intermèdia**. La barana es col·locarà el més a prop possible de la paret.

GENERAL

- 1** Verificar que la bastida té el **marcat CE**.
- 2** Llegir el **manual d'instruccions** del fabricant, sobre muntatge, utilització i desmuntatge i tenir-lo a disposició per consultes.
- 3** Els elements de recolzament de la bastida han d'estar protegits contra el risc de que puguin relliscar.
- 4** Les dimensions, forma i disposició de les plataformes en una bastida hauran de ser apropiades al tipus de treball a realitzar, adequades a les càrregues a suportar i permetre que es treballi i circuli en elles amb seguretat.
- 5** Quan algunes parts de la bastida no estiguin preparades per la seva utilització, en particular durant el muntatge, desmuntatge o transformació, aquestes parts hauran de **senyalitzar-se** (senyal de perill general) i **delimitar-se**, impedit l'accés a la zona de perill.
- 6** Les bastides només podran ser **muntades o desmuntades**:
 - Per treballadors formats específicament en aquesta tasca concreta.
 - Sota la direcció d'una persona:
 - a) Amb una formació universitària o professional que l'habiliti per aquesta tasca concreta
 - b) Que disposi d'una experiència certificada per l'empresari en aquesta matèria de més de dos anys i disposi del curs bàsic de prevenció de riscos laborals.
- 7** Les bastides hauran de ser **inspeccionades**:
 - Abans de la seva posta en servei i, a continuació, periòdicament.
 - Després de qualsevol modificació, període de no utilització, exposició a intempèrie o qualsevol altra circumstància que hagués pogut afectar la seva resistència i estabilitat
 - Aquestes inspeccions només les podran realitzar les persones indicades als apartats a) i b) del punt anterior.

UTILITZACIÓ I DESPLAÇAMENT

- 1** L'entrada a la plataforma de treball es farà a través de l'escala interior.
- 2** Està totalment prohibit utilitzar **taulons de fusta** com a base de treball.
- 3** Està totalment **prohibit sortir fora de la bastida** mentre s'estigui treballant en alçada.
- 4** Està **prohibit el desplaçament i/o l'elevació de bastides** amb ajuda de vehicles.
- 5** Està **prohibit** recolzar-se a les proteccions laterals mentre duri la feina.
- 6** Està **prohibit** augmentar l'alçada de la bastida mitjançant escales, caixes o altres dispositius.
- 7** Mentre es treballi damunt de la bastida les **rodes** han d'estar frenades.
- 8** La bastida no pot ser utilitzada com a torre d'escalada per accedir a altres construccions.
- 9** En cas de feines properes a **línies elèctriques**, cal verificar que se n'ha tallat el corrent.
- 10** En cas de mal temps, **fort vent, pluja o neu** no s'ha de treballar dalt de les bastides.

3.10

Talussos

Vegeu el manual específic sobre treball en talussos. El personal que treballi en talussos haurà d'haver rebut formació específica en aquesta matèria.

3.11

Maquinària

GENERAL

- 1 La nova maquinària ha de disposar del **marcat CE** i la seva corresponent declaració de conformitat.
- 2 Abans d'utilitzar-la cal llegir el **Manual d'instruccions** (en castellà i/o català) i tenir-lo a mà per si s'ha de consultar.
- 3 Les **instruccions** en forma d'adhesiu que porti la màquina han d'estar en català i/o castellà i s'han de conservar durant tota la vida de la màquina.
- 4 No s'han d'utilitzar les màquines si no es tenen els coneixements necessaris per a fer-ne un ús adequat i responsable.
- 5 **Cal verificar** abans d'usar la màquina que està en bon estat i que té tots els elements de protecció.
- 6 No fer-hi **reparacions** per a les quals no es tingui la formació adequada. Les operacions de manteniment o les reparacions es faran amb la màquina parada.
- 7 Cal extremar les precaucions mentre s'emplena la màquina de combustible.
No es pot fumar durant aquesta operació.
- 8 Cal usar els EPI corresponents i no utilitzar **roba o accessoris** que puguin enredar-se en les obertures d'aspiració, fulles, etc.

- 9 Cal engegar les màquines en llocs plans i la postura de l'operari ha de ser estable.
- 10 No es pot fumar ni beure **alcohol** durant l'ús de qualsevol tipus de màquina.
- 11 S'ha de mantenir un **radi de seguretat** prudencial amb persones o coses que puguin veure's afectades per la projecció de partícules. Si és possible, cal **senyalitzar** la zona.
- 12 Cal usar **roba d'alta visibilitat** en tot moment perquè tant els vehicles com el públic en general pugui distingir ràpidament els operaris.
- 13 Cal **netejar** la màquina després d'usarla i revisar-la periòdicament.
- 14 Quan es tracti de màquines especialment **sorolloses** (p.e. bufadora), pesants o incòmodes (p.e. motxilla fumigadora) es recomana la rotació de personal a l'hora d'usar-les.
- 15 Cal **revisar la zona** de treball per detectar-hi o eliminar-ne els elements que puguin sortir-ne projectats.
- 16 Les màquines que tinguin **peces regulables** extensibles o arnesos s'han d'ajustar al treballador per assegurar-ne un ús còmode i segur.
- 17 Cal subjectar la màquina amb les dues mans (excepte si el manual d'instruccions indica el contrari).
- 18 No es pot abandonar mai la màquina amb el motor en marxa i/o les claus posades.
- 19 Per **transportar** les màquines d'un lloc a un altre cal que el motor estigui apagat.

GRUP ELECTROGEN

- 1 Cal llegir el **manual d'instruccions** de la màquina abans d'utilitzar-la.
- 2 És imprescindible **saber com parar** ràpidament el grup electrogen abans d'encendre'l.
- 3 S'ha de mantenir un **radi de seguretat** mínim d'un metre de distància.
- 4 **No s'ha d'utilitzar** aquest material en zones tancades amb insuficient ventilació. D'aquesta manera s'eviten accidents per inhalació de gasos. No s'ha d'utilitzar a l'aire lliure en dies de pluja.
- 5 El material s'ha de col·locar sobre una superfície horitzontal.
- 6 Cal extremar les precaucions quan s'emplena l'aparell de **combustible**. Consulteu el manual.
- 7 No s'ha de manipular el generador mentre estigui en marxa. S'ha d'esperar, un cop apagat, que es refredi.
- 8 **No se'l pot manipular** amb les mans mullades.

EMPLENAT DE COMBUSTIBLE

- 1 El transport de combustible al vehicle es farà en recipients especials adequats.
- 2 **No es pot fumar** mentre s'usen les màquines que funcionen amb combustible.
- 3 No s'hi ha de posar gasolina amb el motor en marxa o mentre estigui calent.
- 4 Només s'hi pot posar gasolina en **llocs ventilats**. Preferiblement a l'aire lliure.
- 5 Els **vessaments** de combustible s'han de netejar immediatament.
- 6 Abans d'encendre la màquina cal estar segurs que no hi ha pèrdues de combustible.
- 7 En **finalitzar la feina**, cal tancar la clau de pas de la gasolina i netejar la màquina.
- 8 Les màquines que no s'hagin d'utilitzar durant un temps s'han de guardar amb el dipòsit de combustible buit.

3.12

Eines

RISCOS GENERALS

- 1 Cops, talls i punxades provocats amb les eines.
- 2 Lesions oculars a causa de partícules procedents d'objectes o eines.
- 3 Cops a causa de la caiguda d'eines o materials manipulats.
- 4 Malalties a causa de sobreesforços i gestos violents.
- 5 Incendi o explosió (espurnes en ambients explosius o inflamables).

Les causes genèriques associades als riscos descrits són les següents:

- 1 Ús d'eines en mal estat, de deficient qualitat o inadequades per a la tasca.
- 2 Utilització incorrecta, descurada o inexperta, contrària a les condicions de disseny.
- 3 Eines mal conservades o incorrectament transportades i emmagatzemades.

MESURES PREVENTIVES

Ús i conservació

Abans de començar la feina, cada treballador verificarà el bon estat de l'eina, inspeccionarà amb cura els mànecs, els fils, els acoblaments i les fixacions per veure si hi ha esquerdes, estelles, si n'hi ha alguna de trencada, etc.

- 1 Les eines es conservaran netes i sense greix.
- 2 Les mordasses, les boques i els altres elements de les eines ajustables no han d'estar gastats, deformats ni solts (claus, alicates, etc.).
- 3 Els mànecs no hauran d'estar estellats o esberlats. Hauran de trobar-se perfectament acoblats i sòlidament fixats a l'eina.
- 4 Les eines de tall estaran correctament esmolades, sense rebaves ni vores rovellades. Cal prestar atenció a l'estat del dentat de les llimes i de les serres metàl·liques.
- 5 Sempre que sigui necessari hauran d'emprar-se equips de protecció individual adequats al risc existent en cada cas.
- 6 Quan existeixi risc de contacte elèctric s'han d'usar eines amb mànec de protecció aïllant i elements antiespurna en ambients inflamables. No es faran mai reparacions quan hi hagi tensió. Tota instal·lació haurà de considerar-se sota tensió mentre no es demostrï el contrari amb els equips oportuns.

EMMAGATZEMATGE I TRANSPORT

- 1 En finalitzar la feina, les eines hauran de ser oportunament recollides i emmagatzemades.
- 2 En l'emmagatzematge de les eines s'evitarà dipositar-les en llocs humits o exposats als agents atmosfèrics.
- 3 Les eines punxants o tallants es mantindran amb la punta o el fil protegits per bosses de plàstic o de cuir mentre estiguin emmagatzemades o quan s'hagin de transportar.
- 4 En general, el transport haurà de portar-se a terme en caixes o maletes portàtils especialment dissenyades, no s'han d'utilitzar les butxaques ni improvisar un mitjà de transport.

- 5 En les feines en zones elevades s'utilitzaran cinturons especials, bosses o bandoleres per transportar les eines de manera que sigui possible l'ascens i el descens amb les mans lliures. Mentre s'usin les eines es col·locaran de manera que no puguin caure i causar danys.
- 6 Les eines s'hauran de donar a la mà, no s'han de llançar mai.

3.13

Seguretat viària

En tot tipus de desplaçaments s'han de complir les **dues regles bàsiques** de la conducció: **prevenció i prudència**.

Per això, és necessari recordar una sèrie de recomanacions bàsiques que tots els conductors han de complir.

NORMES DE SEGURETAT PER A CONDUCTORS

Vies de circulació:

- 1 Respecteu en tot moment els **senyals de circulació**, encara que conegueu la carretera
- 2 Extremeu les precaucions, amb una atenció especial quan trobeu:
 - Creuaments de carreteres
 - Canvis de rasant
 - Revolts amb escassa visibilitat
 - Passos a nivell
- 3 Si us trobeu un **banc de boira**, circuleu lentament, utilitzeu els llums antiboira del darrere i els del davant i no useu llums llargs per evitar que enlluernin la visió, tant la vostra com la dels altres conductors.
- 4 Quan el **vent** bufi amb força modereu la velocitat, agafeu el volant amb les dues mans, amb força, i eviteu moviments bruscs.
- 5 Quan **plou**, reduïu la velocitat i utilitzeu els frens moderadament. Si la pluja és intensa i l'eixugaparabrises no garanteix una bona visibilitat, atureu el vehicle en un lloc segur i espereu fins que amaini.
- 6 Quan, excepcionalment, us veieu obligats a circular per una carretera **gelada**, useu l'embragament i el fre suaument, mantingueu la direcció segura i si és necessari utilitzeu les cadenes.

Vehicles:

- 1 Heu de tenir cura en tot moment l'estat del vehicle. Heu de mantenir-ne la correcta posada a punt, comprovar-ne periòdicament el nivell dels líquids i mantenir-ne nets els vidres per a més seguretat.
- 2 Heu de dur sempre la **documentació** del vehicle i heu de recordar de passar la **ITV**
- 3 Heu de dur sempre els **recanvis** imprescindibles:
 - Roda de recanvi amb la pressió necessària i eines per poder col·locar-la
 - Joc de llums en perfecte estat
 - Dispositius portàtils de presenyalització de perill (triangles d'avaria)
 - Roba d'alta visibilitat
- 4 En qualsevol cas, estiguen atents als:
 - Sistemes de **seguretat activa**:
 - Estat dels pneumàtics (pressió, dibuix i ranures).
 - Correcte funcionament de la direcció.
 - Possibles anomalies de la suspensió.
 - Efectivitat dels frens.
 - Correcte funcionament, reglatge i neteja del sistema d'enllumenat.
 - Estat de les escombretes i eficàcia dels eixugaparabrises.
 - Sistemes de **seguretat passiva**:
 - Estat i correcte funcionament dels cinturons de seguretat, coixí de seguretat, xassís i carrosseria.

FACTOR HUMÀ: MANERA DE CONDUIR

- 1 Conduïu amb prudència. Quan hagueu de **maniobrar**, senyalitzeu amb suficient antelació la vostra intenció i comproveu a través dels miralls retrovisors que els altres s'han adonat del vostre advertiment.
- 2 Transporteu com a màxim, el nombre de **persones** per al qual estigui autoritzat el vehicle, totes elles han d'estar col·locades al lloc que els correspongui.
- 3 No efectueu un **avançament** sense haver comprovat que no hi ha senyals que ho prohibeixin, que hi ha prou visibilitat i que la vostra velocitat és notòriament superior a la del vehicle que heu d'avançar.
- 4 Si us han d'avançar no incrementeu la velocitat i faciliteu la maniobra a la resta de conductors
- 5 Useu apropiadament els **frens**, recordeu que com més gran és la velocitat, a l'hora de frenar és més difícil controlar completament el vehicle, i més llarg el recorregut de la frenada.
- 6 Obeïu les prescripcions dels **senyals de circulació**, respecteu els semàfors i els límits de velocitat establerts. Adeqüeu en tot moment la velocitat a l'estat de la carretera, de la càrrega i de les condicions meteorològiques. Recordeu que la velocitat inadequada és la causa de bona part dels accidents.
- 7 Si fa **sol**, utilitzeu ulleres apropiades, però heu de vigilar els canvis de contrast i la lluminositat que suposa entrar als túnels o sortir-ne o travessar zones d'ombra, ja que un vehicle, un vianant o qualsevol obstacle són menys visibles.
- 8 Quan conduïu de **nit**, no utilitzeu els fars indègudament i feu correctament els canvis de llums, heu de procurar no enlluernar els altres.

- 9 No oblideu que tots els passatgers han d'utilitzar obligatòriament el **cinturó de seguretat** en qualsevol tipus de recorregut urbà o interurbà, encara que sigui curt. Acostumeu-vos a utilitzar-lo en qualsevol trajecte.
- 10 El **reposacaps** és un dispositiu més de seguretat que prevé les lesions al coll i al clatell.
- 11 No utilitzeu el **telèfon mòbil** o qualsevol altre sistema de comunicació mentre conduïu.
- 12 No dugueu càrregues dins del vehicle que puguin entorpir la circulació. Avalueu la càrrega que heu de transportar i col·loqueu-la equilibradament, repartiu els pesos i eviteu les sobrecàrregues.
- 13 Si circuleu amb **ciclomotors o amb motocicletes** utilitzeu sempre guants i el casc reglamentari col·locat correctament (no inclinat cap endavant ni cap endarrere i amb la corretja de seguretat cordada). Addicionalment, pot ser necessari utilitzar ulleres per protegir la vista del fred, del vent, de la pols, dels mosquits, etc.
- 14 Factors com el cansament o la **fatiga**, la ingestió de **begudes alcohòliques** o certs medicaments, poden ser perillosos a l'hora de conduir, ja que poden fer augmentar el risc de desencadenar un accident.
- 15 Recordeu que l'**alcohol**, fins i tot ingerit en petites quantitats, influeix negativament en la conducció.
- 16 Nombrosos **medicaments** poden ser perillosos a l'hora de conduir. No us automediqueu, consulteu-ho amb el metge o amb el farmacèutic i llegiu-ne sempre els prospectes.
- 17 No llanceu mai cap objecte per la **finestreta**, podríeu provocar un accident o un incendi si es tracta d'una burilla.

NORMES DE SEGURETAT PER A VIANANTS

- 1 Les normes de circulació també afecten els vianants. Respecteu els senyals de trànsit, els semàfors i les indicacions dels agents.
- 2 Travesseu perpendicularment a la vorera i, sempre que sigui possible, utilitzeu els passos de vianants. En tots els casos assegureu-vos que teniu suficient visibilitat.
- 3 Presteu una atenció especial a les entrades i a les sortides dels garatges.
- 4 No supereu els límits del voral. Camineu sempre per l'esquerra (en filera si sou diverses persones), de manera que pugueu veure els vehicles que s'aproximen de cara.
- 5 Utilitzeu roba d'alta visibilitat.

3.14

Vehicles

ABANS D'UTILITZAR-LOS, CAL VERIFICAR:

- 1 Nivells d'oli, aigua i combustible.
- 2 Bon estat de les rodes i de la pressió.
- 3 Funcionament del rotatiu.
- 4 Triangle i recanvis necessaris.
- 5 Que teniu l'extintor, la farmaciola amb el contingut mínim i la llista de telèfons d'emergència.

PROHIBICIONS

- 1 No aparcar a les voreres.
- 2 No abandonar mai el vehicle amb les claus posades.
- 3 No circular mai amb el bolquet aixecat.
- 4 La càrrega no ha de sobrepassar les dimensions de la caixa del vehicle. Si les sobrepassa en longitud, s'haurà de senyalitzar adequadament.
- 5 Està prohibit transportar persones a la caixa del vehicle.

NORMES D'ÚS

- 1 Circular sempre amb el llum rotatiu encès quan:
 - Circuleu per l'interior de parcs
 - Circuleu a velocitat anormalment reduïda per vies de circulació de vehicles
- 2 Quan feu tasques prop de vies de circulació de vehicles, utilitzeu els avisadors (quatre intermitents) ja que l'ús continuat del llum rotatiu pot descarregar la bateria.
- 3 Cal dur sempre posada la roba d'alta visibilitat.
- 4 Abans de buidar la càrrega del vehicle heu d'obrir abans la porta de la caixa.
- 5 Durant el transport, la càrrega anirà sempre assegurada i coberta.
- 6 Cal extremar les precaucions en pujar al vehicle i en baixar-ne. S'han d'utilitzar les escales i els agafadors. No s'ha de saltar del vehicle.
- 7 La cabina del vehicle ha d'estar neta. No s'hi han de transportar eines soltes, s'han de guardar a caixes destinades per a aquesta funció.
- 8 Si s'hi transporta combustible, s'haurà de fer en recipients especials destinats a aquest transport.
- 9 Qualsevol anomalia que es detecti s'ha de comunicar al superior per poder-la reparar.
- 10 Durant la descàrrega als molls s'han d'extremar les precaucions per evitar que el vehicle caigui dins del contenidor de residus.
- 11 Cal respectar el límit màxim de velocitat de 20 km/h quan se circuli dins dels parcs.
- 12 S'han de complir sempre amb les normes de la DGT.

Recordeu:
ESTÀ PROHIBIT FUMAR DINS DELS VEHICLES.

3.15

Feines en vies de circulació

3.15.1 Actuació a la part central de la Ronda de Dalt, Ronda Litoral, Ronda del Mig (entre pça. Cerdà i c/ Prat de la riba) i túnels de la ciutat

HORARI

Norma general: Els treballs es realitzaran en horari nocturn.

Urgència: Podran realitzar-se treballs durant el dia, prèvia comunicació a la Guàrdia Urbana.

AVISOS

Sempre que s'hagin de desenvolupar treballs en la part central de la Ronda de Dalt, Ronda Litoral, Ronda del Mig i túnels de la ciutat s'avisarà **per fax amb 48 hores d'antelació** al Departament d'Obres de la Guàrdia Urbana.

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL

Roba d'alta visibilitat i equips de protecció individuals que corresponguin, segons les tasques a desenvolupar.

SENYALITZACIÓ

Els treballs s'iniciaran quan arribi la patrulla de la Guàrdia. La patrulla es col·locarà al darrere del vehicle de Parcs i Jardins que anirà posant les següents senyals:

- 1r senyal: obres
- a 100 metres 2n i 3r senyal: velocitat màxima 60 i estrenyiment de la calçada
- a 100 metres 4t senyal: direcció obligatòria i pannell de balisament, cons al llarg de tota la zona a actuar (cada con a una distància de 10 metres).

De nit: S'hi col·locarà una cascada de llums.

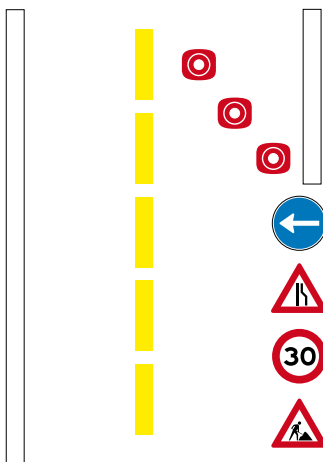
3.15.2 Intervencions que necessiten ocupar un carril de circulació

HORARI

S'intentaran **evitar** les intervencions entre les **7.30 i les 9.30 hores**, ja que és la franja horària més conflictiva.

AVISOS

S'avisarà **per fax amb 48 hores d'antelació** el Departament d'Obres de la Guàrdia Urbana.



SENYALITZACIÓ

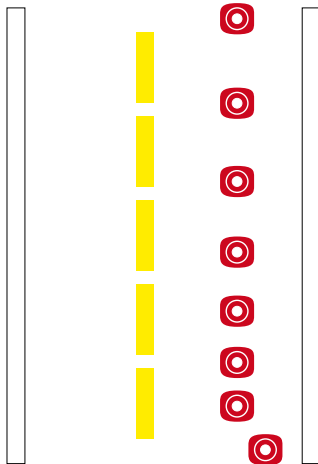
S'utilitzaran els senyals següents:

- a 10 metres 1r senyal: obres.
- a 10 metres 2n i 3r senyal: velocitat màxima 30 i estrenyiment de la calçada.
- 4t senyal: direcció obligatòria i cons als llarg de la zona on s'ha d'intervenir (cada con a una distància de 10 metres, si la circulació és ràpida, i 5 metres, si és lenta).

De nit: S'hi col·locarà una cascada de llums.

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL

Roba d'alta visibilitat i els equips de protecció individuals que corresponguin, segons les tasques que s'han de dur a terme a la zona.



3.15.3 Intervencions que no necessiten ocupar un carril de circulació (feines puntuals de poca durada)

HORARI

S'intentaran evitar les intervencions entre les **7.30 i les 9.30 hores**, ja que és la franja horària més conflictiva.

AVISOS

No serà necessari avisar la Guàrdia Urbana, perquè seran casos en que no s'ocuparà tot un carril de circulació. Només s'ocuparà la part necessària per fer-hi la feina sense perill.

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL

Roba d'alta visibilitat i els equips de protecció individuals que corresponguin, segons les tasques que s'hagin de fer a la zona.

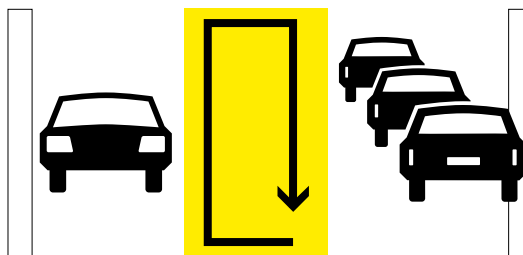
SENYALITZACIÓ

Tota la zona on s'ha de treballar se senyalarà amb cons i s'ocuparà la part de la via necessària (que serà menys d'un carril de circulació). Els primers cons es col·locaran a 5 m de distància entre ells i els següents a 5 metres de distància si la circulació és lenta, i a 10 metres, si és ràpida.

De nit: S'hi col·locarà una cascada de llums.

NOTA GENERAL

Els treballs que es facin a la part més exposada de les voreres, es faran sempre de manera que es vegin venir els vehicles de cara; no es faran mai d'esquena.



Parterre de gespa entre dues vies de circulació
(indica el recorregut que ha de fer el treballador amb la màquina)

3.16

Primers auxilis

3.16.1 Consideracions generals

DEFINICIÓ

Els primers auxilis es defineixen com el conjunt de tècniques que faculden el socorrista per assumir la primera atenció d'un accidentat i la gestió de la urgència en els seus primers moments, fins que arriba al lloc de l'accident l'assistència mèdica professional.

La ràpida actuació davant d'un accident pot salvar la vida d'una persona o evitar l'empitjorament de les possibles lesions que pateixi

Davant de qualsevol accident recordeu:

La paraula **PAS** que està formada per les inicials de les tres intervencions que es fan per començar a atendre l'accidentat.

- PROTEGIR
- AVISAR
- SOCÓRRER

La P de Protegir

Abans d'actuar, assegureu-vos que tant l'accidentat com la resta de persones estan fora de tot perill.

La A d'Avisar

Aviseu els serveis sanitaris (metge, ambulància, etc.) i assegureu-vos que el vostre missatge ha estat entès correctament. Immediatament després comenceu a socórrer l'accidentat mentre espereu que us arribi l'ajuda.

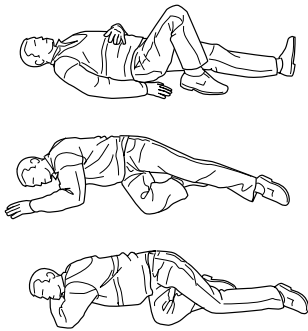
Recordeu, és important tenir en un lloc de fàcil accés i localització els números de telèfon d'emergència.

La S de Socórrer:

Una vegada hagueu protegit l'accidentat i demanat ajuda, mirareu com estan els signes vitals de la persona accidentada **sempre** per aquest ordre:

- 1 Consciència
- 2 Respiració
- 3 Pols

3.16.2 Posició de seguretat



DEFINICIÓ

Col·loqueu en posició de seguretat la persona **inconscient que respira**:

- 1 Si sospiteu que hi pot haver una lesió a la columna o al cap, no l'heu de moure i només heu d'estar pendents dels seus signes vitals fins que arribi l'assistència mèdica.
- 2 Si esteu segurs que no hi ha hagut traumatisme, col·loqueu la persona en l'anomenada **posició de seguretat**, amb la qual cosa evitarem que en cas de vòmit l'accidentat pugui empassar-se secrecions o restes de vòmit.

3.16.3 Recomenacions bàsiques per al socorrista

- 1 **Conserveu la calma:** No perdeu els nervis.
- 2 Penseu abans d'actuar: cal que us assegureu dels possibles perills que encara hi ha a la zona: gasos tòxics, foc, corrent elèctric, perill de ser atropellat, possibles esfondraments, etc., per intentar eliminar-los i poder actuar amb més tranquil·litat.
- 3 **No mogueu l'accidentat:** no heu de moure ningú que hagi sofert un accident, fins que estigueu segur que podeu moure la persona accidentada sense cap risc que pugui fer empitjorar les lesions que tingui.
- 4 **Si creieu que no hi ha lesions a l'esquena** i el ferit està inconscient però respira, col·loqueu-lo en la posició de seguretat.
- 5 **Examineu el ferit:** heu de fer-ne una primera avaluació per determinar si el ferit està en perill de mort. Posteriorment, en fareu l'avaluació secundària o, el que és el mateix, controlareu aquelles lesions que poden esperar que arribin els serveis professionals. És important saber que l'hemorràgia i el cessament de la respiració s'han de tractar abans de fer qualsevol altra cosa.

- 6 Tranquil·litzeu el ferit:** els accidentats solen estar espantats, desconeixen les lesions que tenen, és funció del socorrista oferir-li confiança i millorar l'estat anímic del lesionat. No se li han de deixar veure les ferides.
- 7 Procureu que la víctima no es refredi,** per això la tapareu amb flassades i mantindreu l'ambient a una temperatura agradable.
- 8 Aviseu el personal sanitari:** demaneu ajuda amb rapidesa i faciliteu al personal sanitari la màxima informació sobre l'accident i l'estat del ferit.
- 9 Heu de traslladar adequadament el ferit:** segons les lesions que tingui l'accidentat, la posició d'espera i de trasllat variarà. No traslladeu l'accidentat amb cotxe particular, ja que si la lesió és vital, no el podeu traslladar i us heu d'esperar al lloc de l'accident i, si la lesió no és vital, podeu esperar que hi arribi una ambulància equipada com cal.
- 10 No feu més del que sigui necessari.** No mediqueu el ferit. Solament ho pot fer el metge.

3.16.4 Farmaciola

- 1** La farmaciola és un recurs bàsic per prestar els primers auxilis ja que, a dins, hi ha els elements indispensables per atendre els accidentats.
- 2** Poden ser estoigs portàtils per a grups mòbils o vehicles o farmacioles fixes.
- 3** Aquestes farmacioles han de tenir una llista amb els telèfons d'emergència. Periòdicament s'han de revisar a fi d'incorporar el que hi falti i substituir els productes que estiguin caducats.
- 4** A la farmaciola, hi ha d'haver com a mínim el següent:
 - Un antisèptic (alcohol, aigua oxigenada, tintura de iode, etc.
 - Gases estèrils, benes, cotó
 - Tiretes i esparadrap
 - Pinces, tisores i guants de làtex
 - Pomada per a picades d'insectes
 - Crema per a cremades
 - Crema o esprai antiinflamatori
 - Crema de protecció solar
 - Un analgèsic, antitèrmic, antiinflamatori

3.16.5 Lesions traumàtiques

CONTUSIÓ

Definició

Els traumatismes tancats són els causants de les contusions. No perjudiquen la pell (sense ferida), però sí, els teixits immediats. Hi ha un escàs risc d'infecció. Es produeixen, generalment, en colpejar-se amb objectes roms.

Què cal fer-hi?

- 1 Aplicar bosses de gel, compreses fredes o raig d'aigua freda a la zona masegada
- 2 Mantenir la zona lesionada en repòs i alçada
- 3 Les contusions greus, les ha de tractar personal especialitzat

DISTENSIÓ DE LLIGAMENTS I ESQUINÇ

Definició

És la lesió que es produeix quan els lligaments són sotmesos a una força de distensió superior al seu grau normal d'elasticitat (pas en fals, rotació violenta, etc.), en aquest cas es produeix una distensió i si hi ha també un trencament de lligaments és quan parlem d'esquinç, que és més dolorós que la simple distensió de lligaments.

Síntomes

- 1 Dolor
- 2 Tumefacció articular (inflamació)
- 3 Mobilitat dolorosa

Què cal fer-hi?

- 1 Aplicar-hi compreses fredes o bosses de gel
- 2 Fer repòs absolut
- 3 Aplicar-hi liniments, esprais o pomades antiinflamatòries
- 4 Embenar compressivament la zona afectada però s'ha de vigilar que no l'estrenyi gaire

LUXACIÓ

Definició

La luxació es produeix quan per una força exagerada, un cap articular es desplaça de la seva localització natural (cavitat articular), amb la consegüent pèrdua de les relacions normals. Les luxacions més freqüents són les de colze, múscul, maluc, etc.

Síntomes

- 1 Deformatat de l'articulació
- 2 Dolor

- 3 Mobilitat articular disminuïda (activa i passiva).
- 4 Canvis de longitud de l'extremitat.

Què cal fer-hi?

- 1 Immobilitzar el membre lesionat.
- 2 Fer repòs.
- 3 No intentar-ne la reducció.
- 4 Traslladar la persona afectada a un centre mèdic.

FRACTURA

Definició

La fractura és el trencament de l'os a causa d'un trauma. Les fractures poden dividir-se en fractures tancades i fractures obertes.

- 1 Fractures tancades: La pell es manté intacta i no en surt l'os.
- 2 Fractures obertes: En aquest tipus de fractures els extrems de l'os travessen la pell i produeixen ferida. Cal que un metge hi intervingui ràpidament i, a més, aquestes persones tenen prioritat a l'hora de ser traslladades al centre mèdic.

Síntomes

- 1 Dolor intens.
- 2 Crepitació: Sensació que freguen els dos fragments de l'os fracturat.
- 3 Deformatat del membre o articulació lesionada.
- 4 Impotència funcional.
- 5 Inflamació i hematoma a la zona lesionada.
- 6 En fractures obertes hemorràgies i possible infecció.

Què cal fer-hi?

Quan sospiteu que hi pot haver fractura, heu d'actuar com si tinguéssiu la seguretat que aquesta fractura existeix realment. Cal tenir en compte que els ossos trencats presenten vores tallants i punxegudes que amb el mínim moviment poden seccionar (produir trencaments) nervis, venes, artèries o teixit muscular. Per aquest motiu davant de qualsevol accident i si creieu que hi pot haver una fractura heu d'avisar immediatament una ambulància perquè traslladi l'accidentat al centre mèdic més pròxim.

FERIDES

Forma correcta de guarir una ferida:

- 1 Rentar-se les mans i desinfectar-les amb alcohol.
- 2 Netejar els utensilis que utilitzareu (pinces, tisores,...) amb alcohol.
- 3 Netejar la ferida amb aigua i sabó començant al centre i després cap als extrems. S'ha de netejar amb una gasa comprimida, no s'ha de fer mai amb un cotó.

- 4 Llevar les restes de cossos estranys de la ferida: restes de terra, etc., amb unes pinces
- 5 Finalment, posareu a la ferida iode o un producte similar. Després col·locareu una gasa i una tira damunt de la ferida. Sempre que sigui possible, si la ferida no sagna, és millor deixar-la a l'aire lliure.

Com a norma general es recomana estar correctament vacunat de l'hepatitis B i del tètan.

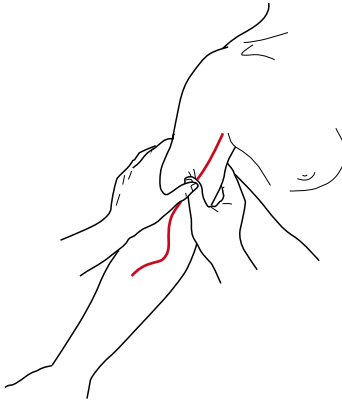
HEMORRÀGIES

Definició

L'hemorràgia és tota emanació de sang fora del seu conducte normal. Les hemorràgies poden ser **externes** (visibles) o **internes**. Segons el tipus de sang poden ser d'origen **arterial** o **venós**.

Què cal fer-hi?

- 1 Tombar el ferit, deixar al descobert la zona que sagna. Si es tracta d'una extremitat, cal mantenir-la alçada.
- 2 Aplicar una gasa esterilitzada o un drap molt net sobre la ferida.
- 3 Fer-hi compressió entre 5 i 10 minuts. Si s'aconsegueix que la ferida deixi de sagnar, s'hi ha d'aplicar un embenat fort.
- 4 Si continua sagnant, cal col·locar una altra gasa damunt de la ferida i fer-hi compressió amb més força, si és possible.



Compressió manual / digital

Amb els dits polzes de cada mà farem la compressió i amb la resta de les mans envoltarem el membre afectat.

1 Compressió manual del coll (arteria caròtida).

La compressió es farà amb una sola mà en forma de pinça, el dit polze s'ha de col·locar al solc comprès entre la "nou del coll" (tràquea) i la musculatura lateral del coll; al mateix temps, els quatre dits restants exerciran pressió a la part posterior del coll.

2 Compressió manual al membre superior (braç)

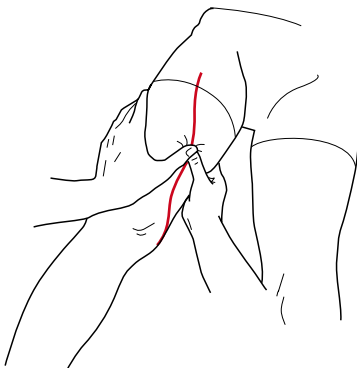
Segons la localització de la ferida.

- Buit de l'aixela
- Zona interna del braç
- Plec del colze

3 Compressió manual al membre inferior (cama)

Segons la localització de la ferida.

- Engonal
- Meitat de la cuixa
- Buit del genoll



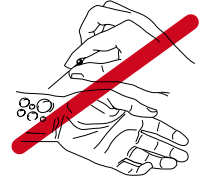
En tots els casos la compressió manual es mantindrà fins que l'accidentat sigui atès pels serveis mèdics.

3.16.6 Lesions produïdes per la calor

CREMADES EN GENERAL

Com cal actuar:

- 1 Apagar les flames sobre l'accidentat amb una flassada, amb terra, girar la persona arrossegant-la pel sòl, etc.
- 2 Rentar la zona cremada amb abundant aigua, almenys durant 5 minuts.
- 3 No retirar les restes de roba que estiguin adherits a la pell.
- 4 No rebentar les butllofes ni aplicar-hi remeis casolans.
- 5 Traslladar el pacient urgentment a la mútua o a l'hospital més proper.



CREMADES SOLARS

Les causa l'exposició excessiva de la pell als raigs ultraviolats. És necessari evitar noves exposicions al sol fins que la pell s'hagi recuperat per complet (cobrir les cremades). En les cremades d'escassa intensitat l'aplicació de compreses d'aigua freda n'alleugereix els símptomes. Per prevenir les cremades cal protegir la pell amb la crema de protecció solar que proporciona l'Institut.

INSOLACIÓ

La insolació és un mal sobtat causat per la perllongada exposició directa als raigs de sol o a temperatures elevades.

Símptomes

Es presenta d'una manera sobtada i, si és greu, es pot perdre el coneixement. És perillosa en els nens i en persones d'edat avançada.

- 1 Forts mals de cap. Nàusees i vòmits
- 2 El rostre es torna purpuri i congestonat
- 3 Enrampades doloroses
- 4 Pell seca i sense suor
- 5 El pols és fort i ràpid
- 6 Les pupil·les s'engrandeixen, es dilaten
- 7 En casos extrems febre, convulsions i inclús estat de coma

Què cal fer-hi?

- 1 Col·locar l'accidentat en un lloc fresc, a l'ombra
- 2 Ficar-lo al llit amb el cap alçat
- 3 Afluixar-li la roba i el cinturó que l'oprimeixen
- 4 Aplicar compreses d'aigua freda al cap, o refrescar-lo amb una esponja
- 5 Fer-li massatges a les extremitats (cames i braços). Les fregues s'han de fer en direcció al cor per facilitar-li la circulació de la sang

- 6 Si no ha perdut el coneixement, se li ha de fer beure aigua barrejada amb una petita solució de sal (1 cullerada/litre) per reemplaçar l'aigua i les sals que la suor ha fet disminuir
- 7 Controlar-li la temperatura
- 8 Traslladar-lo a un centre mèdic, el més aviat possible.

ESGOTAMENT PROVOCAT PER LA CALOR

Aquest trastorn es presenta quan s'ha fet exercici en excés o quan s'està poc acostumat a fer-ne, i fa molta calor. En aquests casos, sí que funciona el mecanisme de la sudoració, però s'ha suat tant que l'organisme ha perdut gran quantitat d'aigua i de sals.

Síntomes

- 1 L'esgotament es manifesta amb sensació de cansament molt intens, la pell està tèbia i humida i la temperatura no és gaire alta.
- 2 Hi pot haver algun trastorn de la consciència i una certa confusió però poc important.

Què cal fer-hi?

- 1 Interrompre l'activitat. Col·locar l'accidentat en un lloc fresc i ombrívol
- 2 Donar-li aigua amb una petita solució de sal (1 cullerada/litre) per reemplaçar l'aigua i les sals perdudes a causa de la suor
- 3 Traslladar-lo a un centre mèdic, al més aviat possible

LIPOTÍMIA

Es produeix freqüentment en les grans aglomeracions, sobretot quan fa molta calor, no solament en locals tancats, sinó també a l'aire lliure. Aquest estat és conseqüència d'una deficiència transitoria del reg sanguini cerebral.

Síntomes

- 1 Marejos
- 2 Molta suor
- 3 Pesadesa a les cames
- 4 Poden arribar a perdre el coneixement

Què cal fer-hi?

- 1 Col·locar l'accidentat al terra, de panxa enlaire amb el cap com més baix millor, i en un lloc fresc
- 2 Afluixar-li la roba i el cinturó que l'oprimeixen. Ventar-lo
- 3 Si no es recupera, traslladar-lo a un centre mèdic.

3.16.7 Lesions produïdes per éssers vius

No resulta estrany que un treballador sofreixi les conseqüències de les picades d'insectes (vespes, paparres, etc.) o de les mossegades d'algun animal (gats, gossos, etc.) mentre treballa. Les conseqüències que se'n poden derivar són de dos tipus: les lesions directes, és a dir les ferides, i els efectes que poden provocar-nos les substàncies introduïdes al nostre cos arran de la mossegada o de la picada de l'animal.

PICADES D'INSECTES (ABELLES, VESPES, ETC.)

S'originen quan l'insecte clava el seu agulló proveït, en general, d'un verí feble i que, segons la persona, podrà tenir una resposta més greu o menys greu.

Síntomes

- 1 Picor
- 2 Inflamació o faves
- 3 Fort dolor local

Què cal fer-hi?

- 1 Intentar treure'n l'agulló amb unes pinces.
- 2 Aplicar antihistamínics.
- 3 Si persisteix la inflamació cal consultar-ho amb el metge (esvaïments, picades a la zona bucal i laríngia, etc.).

PICADA DE PAPPARRES

En el cas que la paparra se'ns quedi enganxada, NO s'ha d'arrencar l'insecte amb la mà.

Què cal fer-hi?

És convenient actuar de la manera següent:

- 1 Cobrir l'animal amb vaselina o oli espès, com que no podrà respirar, se'n despendrà tot sol
- 2 No s'ha d'intentar mai estirar-la, en aquest cas les potes de l'insecte es quedarien incrustades dintre de la persona i podrien infectar-la
- 3 Després d'haver-la'n tret, cal rentar i fregar la zona amb aigua i sabó durant una bona estona
- 4 Anar a un centre mèdic.

MOSSEGADES D'ANIMALS (GOSSOS, GATS, RATES, ETC.)

Les ferides produïdes per mossegades d'animals poden ser greus si l'animal és portador del virus de la ràbia, per la qual cosa és convenient capturar-lo, si és possible, per deixar-lo en observació i en mans del veterinari

Què cal fer-hi?

- 1 Rentar la ferida amb aigua i sabó.
- 2 Cobrir la ferida amb una gasa estèril.
- 3 Traslladar el ferit a un centre mèdic.

Com que en aquest tipus de ferides hi ha el perill d'infecció tetànica, a més de la transmissió de la ràbia, serà el metge qui determinarà quin és el tractament més adequat.

URTICÀRIA O ERUPCIIONS A LA PELL

Hi ha plantes i substàncies que en entrar-hi en contacte amb elles poden produir urticària o erupcions a la pell, depèn de la persona.

Síntomes

- 1 Picor
- 2 Aparició de faves o butllofes

Què cal fer-hi?

- 1 Evitar el contacte amb la planta o substància que causa la urticària
- 2 Vigilar possibles conseqüències (febre, tos, dificultat respiratòria, etc.)
- 3 No aplicar-hi remeis casolans. No gratar-se
- 4 Anar a un centre mèdic

3.16.4 Lesions oculars

Cas que entri alguna cosa a l'ull o algun esquitx de productes químics.

Què cal fer-hi?

- 1 Rentar l'ull amb molta aigua
- 2 Anar a un centre oftalmològic perquè ens visiti

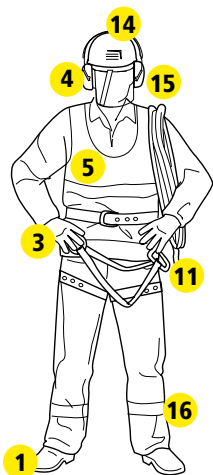
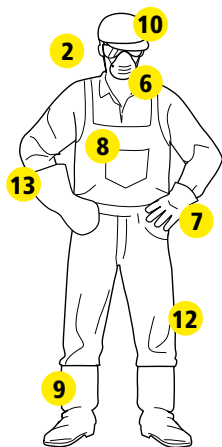
Què no s'hi ha de fer?

- 1 Fregar-lo

4 RISCOS LABORALS I MESURES PREVENTIVES ESPECÍFIQUES

4.1

Consideracions generals



- 1 Manipular càrregues preferentment d'una **manera mecànica**.
- 2 Planificar les tasques d'acord amb el personal disponible i les seves característiques personals.
- 3 **Fer rotar** les tasques repetitives (palejar, retallar amb tisores, escatar, escombrar, etc.) i les que suposin un esforç físic especial o un risc per al treballador.
- 4 A prevenció, **descans** vol dir alternança de feines, rotació.
- 5 **Temperatures altes** i exposició solar
 - Utilitzar gorra o barret
 - Aplicar crema solar protectora
 - Beure aigua freqüentment
 - Planificar les tasques més dures per a primera hora del matí
- 6 **Temperatures baixes**:
 - Evitar esforços musculars bruscos a primera hora en dies especialment freds i, cas de ser necessari, fer-los entre dues persones.
 - Fer treballs de baix esforç físic com a escalfament (neteja, obertura d'aspersors, escombrar, etc.)
 - Utilitzar roba de feina adequada.
- 7 Treballar amb el cabell recollit, sense roba ajustada ni anells, collarets, etc.
- 8 Està **prohibit** el consum de **begudes alcohòliques** durant la jornada laboral.
- 9 El **soroll** té més efectes nocius que la pèrdua d'oïda per la qual cosa s'han d'evitar els sorolls si no es porta la protecció adequada.
- 10 Els dubtes sobre seguretat han de ser resolts abans de fer la feina.
- 11 Les presses no són bones companyes de feina, fins i tot en els desplaçaments **in itinere**.
- 12 Evitar les imprudències i les temeritats tant les nostres com les dels nostres companys.
- 13 Comunicar als comandaments superiors i/o a l'Àrea de Seguretat i Salut els riscos no identificats que es detectin al lloc de treball.
- 14 Per la seguretat de tots cal complir totes les normes de seguretat establertes per a cada cas.
- 15 Cal posar especial atenció en la seguretat en fer desplaçaments o treballs a la via pública.

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL (EPI):

- 1 Tots els EPI han de disposar del marcat CE.
- 2 És obligatori l'ús dels EPI que s'especifiquen a cada apartat.
- 3 És responsabilitat dels treballadors conservar els EPI en bon estat i revisar-los abans del seu ús. Quan no es trobin en bones condicions han de ser substituïts el més aviat possible.
- 4 En dies de vent i treballs pròxims a vegetals o elements que puguin lesionar els ulls, cal fer servir ulleres de protecció.
- 5 En totes les tasques cal vestir roba d'alta visibilitat i calçat de seguretat.

- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| 1 Calçat de seguretat | 9 Botes de goma |
| 2 Ulleres de protecció | 10 Gorra o barret de palla |
| 3 Guants de cuir | 11 Equip anticaiguda |
| 4 Protectors auditius | 12 Pantalons o peto antitall |
| 5 Roba d'alta visibilitat | 13 Manigots antitall |
| 6 Mascareta antipartícules | 14 Casc de seguretat |
| 7 Guants de goma | 15 Pantalla protectora facial |
| 8 Granota | 16 Canyelleres i devantal |

4.2

Preparació del terreny

Aquelles tasques que impliquen l'adequació del terreny per, posteriorment, enjardinar-lo.



4.2.1 Mecànicament: motocultor

RISCOS

- 1 Cops, contusions i talls.
- 2 Caigudes al mateix nivell o a diferent nivell.
- 3 Atrapada, seccionament o aixafament de membres.
- 4 Exposició a vibracions.
- 5 Exposició al soroll.
- 6 Projecció de fragments.
- 7 Xocs contra objectes immòbils.
- 8 Sobreesforços.
- 9 Exposició al contacte elèctric.

MESURES CORRECTORES

- 1 Revisar prèviament el terreny per detectar-hi irregularitats i objectes (pedres, soques, ...).
- 2 Revisar periòdicament l'estat de la maquinària.
- 3 Esbrinar prèviament els serveis de subministrament soterrat de la zona (cables elèctrics, canonades, aspersors, etc.).
- 4 Mantenir distàncies de seguretat en rases, voreres o alteracions del terreny.
- 5 Posar una atenció especial quan la màquina circuli marxa enrere i en pendents.
- 6 Llegir el manual d'ús de la màquina.
- 7 Si és possible, treballar amb el terreny humit per facilitar la feina del motocultor i evitar la creació de núvols de pols. En cas contrari, fer servir mascareta antipartícules.
- 8 Evitar treballar en terrenys excessivament compactes.
- 9 No manipular ni el motor ni les ganivetes del motocultor mentre estigui en marxa.
- 10 La càrrega i la descàrrega del motocultor es farà mecànicament sempre que sigui possible o bé amb l'ajuda d'altres companys.
- 11 Ajustar l'alçada del manillar a la del treballador.
- 12 Planificar descansos periòdics i procurar la rotació del personal en jornades laborals llargues.

EPI

- 1 Calçat de seguretat
- 2 Ulleres de protecció
- 3 Guants de cuir
- 4 Protectors auditius
- 5 Roba d'alta visibilitat
- 6 Mascareta antipartícules en cas necessari

4.2.2 Manualment: cavada

RISCOS

- 1 Sobreesforços i fatiga postural.
- 2 Caigudes al mateix nivell o a diferent nivell.
- 3 Cops, contusions i talls causats per l'ús d'eines.
- 4 Exposició al contacte elèctric.
- 5 Projecció de partícules.

MESURES CORRECTORES

- 1 Utilitzar mitjans mecànics sempre que sigui possible.
- 2 Usar eines en perfectes condicions i adequades a la feina que s'ha de fer.
- 3 Treballar amb les cames separades i lleugerament flexionades per evitar carregar les lumbar.
- 4 Esbrinar prèviament els serveis de subministrament soterrats de la zona (cables elèctrics, canonades, etc.).
- 5 Revisar prèviament el terreny per detectar-hi irregularitats, objectes, rases, etc.
- 6 Evitar treballar en terrenys excessivament compactes.
- 7 Fer rotar el personal en jornades laborals llargues.

EPI

- 1 Calçat de seguretat
- 2 Guants de cuir



4.3

Abonament del terreny: orgànic i químic

Aportació de substàncies químiques i/o minerals per substituir les que han desaparegut a causa del desgast produït per múltiples causes (reg, etc.)



RISCOS

- 1 Sobreesforços per manipular sacs de 25 kg o més o per postures inadequades.
- 2 Malalties causades per agents químics i biològics, en el cas de manipulació de fems.
- 3 Distensions del canell per treball repetitiu.
- 4 Ingestió accidental de productes tòxics.
- 5 Lesions oculars a causa de la projecció de fragments o partícules.
- 6 Lesions cutànies a causa d'esquitxos de residus o productes químics.

MESURES CORRECTORES

- 1 Sempre que sigui possible utilitzar maquinària específica per a aquesta tasca.
- 2 Llegir la fitxa tècnica o la informació de l'envàs del producte abans d'utilitzar-lo.
- 3 Utilitzar els EPI adequats per a cada producte que especifica la corresponent fitxa tècnica.
- 4 No menjar, fumar o beure mentre s'estigui adobant. En cas de fer-ho, cal rentar-se prèviament les mans.
- 5 Rentar-se les mans després de fer la feina i cada vegada que vagi al wc.
- 6 Mantenir una postura còmoda i procurar la rotació del personal en jornades laborals llargues.
- 7 Carregar només el pes que sigui fàcilment transportable.
- 8 Obeir les consignes bàsiques de la manipulació manual de càrregues.
- 9 Es recomana rentar la roba de feina quan es facin aquestes tasques.

EPI

- 1 Ulleres de protecció
- 2 Guants de làtex o nitril per a productes químics; guants de cuir per a productes orgànics
- 3 Mascareta antipartícules
- 4 Calçat de seguretat

4.4

Transport

Càrrega, descàrrega i trasllat de materials, màquines, terres, plantes i restes vegetals d'un lloc a un altre.



4.4.1 Mecànicament: vehicles

RISCOS

- 1 Sobreesforços per manipular càrregues pesants o per postures inadequades.
- 2 Caigudes a diferent nivell durant la càrrega i la descàrrega del vehicle.
- 3 Cops i/o talls fets amb objectes i eines.
- 4 Inhalació o ingestió de substàncies nocives en el cas de fems, farda vegetal fermentada, etc.
- 5 Lesions oculars a causa de la projecció de partícules.
- 6 Atrapades per usar inadequadament la maquinària.
- 7 Caigudes d'objectes a l'hora de manipular-los.

MESURES CORRECTORES

- 1 Només es permetrà conduir màquines elevadores (toro o grua) al personal especialitzat.
- 2 Quan es facin servir grues per carregar i descarregar, cal respectar els radis de seguretat mentre aquesta maquinària estigui en moviment.
- 3 Assegurar que els mitjans de suspensió de càrregues es troben en bones condicions (eslingues).
- 4 Utilitzar els estreps i les escales instal·lats a la part posterior dels vehicles.
- 5 Utilitzar guants de cuir per evitar cops i talls a l'hora de manipular les càrregues.
- 6 Manipular càrregues superiors als 25 kg comporta la col·laboració d'un altre company.
- 7 Seguir les recomanacions del manual de manipulació de càrregues.
- 8 Assegurar-se que la càrrega es troba ben distribuïda i subjectada convenientment.
- 9 Cobrir la càrrega amb la borrasa quan sigui necessari.
- 10 Està prohibit que les persones es desplacin dins les caixes de càrrega dels vehicles.
- 11 Procurar una rotació amb el personal disponible quan es manipulin càrregues pesants o quan es facin tasques repetitives.

EPI

- 1 Ulleres protectores
- 2 Calçat de seguretat
- 3 Guants de cuir
- 4 Quan hi intervinguin grues, casc de seguretat

4.4.2 Manualment: carretó

RISCOS

- 1 Sobreesforços a l'hora de manipular càrregues pesants o bé per postures inadequades.
- 2 Caigudes al mateix nivell.
- 3 Projecció de partícules.
- 4 Cops i/o talls amb objectes i eines.

MESURES CORRECTORES

- 1 Utilitzar mitjans mecànics sempre que sigui possible i, en el seu defecte, carretó.
- 2 Seguir les recomanacions del manual de maneig de càrregues. Especialment:
 - Mantenir la columna vertebral recta i inclinar lleugerament el cap amb el mentó cap a dins.
 - Ajupir-se doblegant els genolls amb l'esquena recta. Utilitzar la força de les cames.
- 3 Revisar la zona per on es transportarà la càrrega per detectar-hi possibles obstacles.
- 4 La càrrega no pot impedir la visibilitat.
- 5 No s'ha de caminar endarrere amb càrregues.
- 6 Treballar amb els braços estesos cap avall.
- 7 No aixecar pesos excessius: si s'ha de fer, ens hi ha d'ajudar un company.
- 8 Fer servir ulleres de protecció en cas de traslladar material lleuger (farda vegetal, per exemple) que amb el vent pugui sortir projectat cap el treballador.



EPI

- 1 Guants de cuir
- 2 Calçat de seguretat
- 3 Ulleres de protecció en cas necessari

4.5

Plantació

Ubicació de les plantes al seu lloc definitiu o en un lloc transitori per a una llarga durada.



4.5.1 Arbrat i arbustos

RISCOS

- 1 Sobreesforços a l'hora de manipular càrregues pesants o a causa de postures inadequades.
- 2 Caigudes a diferent nivell en escocells i rases.
- 3 Cops i/o talls amb eines o per caiguda de materials a sobre.
- 4 Cops contra objectes immòbils o mòbils.
- 5 Ferides en trepitjar objectes (eines, materials, etc.).
- 6 Lesions per projecció de partícules.
- 7 Atrapades per o entre objectes (manipulació del pa de terra, etc.).
- 8 Atropellament.

MESURES CORRECTORES

- 1 Prestar atenció a la tasca que s'està fent.
- 2 Verificar el bon estat de les eines manuals i dels EPI. Per plantar arbres serà obligatori l'ús del casc de seguretat.
- 3 Utilitzar les eines només per allò pel que han estat dissenyades.
- 4 Mantenir la zona lliure de materials i d'eines.
- 5 Les eines i/o els materials es transportaran amb mitjans mecànics sempre que sigui possible.
- 6 No es manipularan pesos superiors a 25 kg sense l'ajuda d'un company.
- 7 En zones de trànsit de vehicles cal recordar les normes descrites a l'apartat sobre treballs a vies de circulació.
- 8 Està prohibit treballar amb la retroexcavadora a la rasa al mateix temps que ho fan els treballadors.
- 9 Lligar el ramatge dels arbustos abans de plantar-los.
- 10 No moure amb les mans els pans de terra de gran pes o volum, s'ha de fer amb l'ajuda de perxes o altres eines similars.
- 11 Durant el procés de posar tutors a les plantes cal prestar atenció a no colpejar-se les mans amb el mall.
- 12 Abans d'abandonar la zona, cal verificar que el terreny hagi quedat compacte.

EPI

- 1 Guants de cuir
- 2 Ulleres protectores
- 3 Calçat de seguretat
- 4 Roba d'alta visibilitat
- 5 Casc de seguretat en cas necessari

4.5.2 Grups de flor

RISCOS

- 1 Sobreesforços per postures inadequades.
- 2 Caigudes al mateix nivell.
- 3 Cops i/o talls amb les eines.
- 4 Ferides per haver trepitjat objectes.
- 5 Punxades o talls amb objectes.

MESURES CORRECTORES

- 1 Alternar postures de treball.
- 2 Mantenir la zona neta d'eines i de materials.
- 3 Observar les recomanacions de moviment de càrregues i les posturals.
- 4 Supervisar la zona per retirar-ne objectes punxants o tallants.
- 5 Comprovar que les eines estan en bon estat i que siguin les adequades.
- 6 És recomanable estar correctament vacunat del tètanus i de l'hepatitis.

EPI

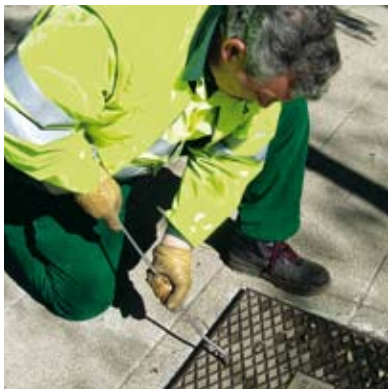
- 1 Guants de cuir
- 2 Calçat de seguretat



4.6

Reg

Aportació d'aigua a les plantes mecànicament (aspersió, degoteig, etc.) o manualment (mànega o patinet) en quantitat i periodicitat variable segons les necessitats de cada espècie i l'època de l'any.



4.6.1 Mecànicament: aspersió o degoteig

RISCOS

- 1 Sobreesforços a l'hora de manipular les tapes de reg o per postures inadequades.
- 2 Caigudes al mateix nivell (relliscades, entrebancades,...).
- 3 Caigudes a diferent nivell (arquetes obertes,...).
- 4 Exposició al contacte elèctric.
- 5 Caigudes de tapes de reg mentre es manipulen (cops, talls, atrapades, aixafaments, etc.).
- 6 Cops i/o talls amb objectes i eines en obrir les claus de pas, etc.
- 7 Atropellament o cops causats per vehicles.

MESURES CORRECTORES

- 1 Obrir les tapes de reg pesants amb l'ajuda d'un altre company.
- 2 No utilitzar tisores, tornavisos, navalles,... per obrir les arquetes i claus de pas. Utilitzar les eines que proporciona l'empresa.
- 3 Verificar que les tapes i els marcs estiguin en bon estat i nets de sorra, etc.
- 4 Detectar i identificar les connexions de xarxa desconegudes. Si són elèctriques, informar-ne el responsable perquè es prenguin les mesures adequades.
- 5 Extremar les precaucions quan el terreny està mullat.
- 6 Utilitzar calçat de l'any (profunditat de la sola i puntera reforçada).
- 7 Utilitzar guants de cuir per obrir arquetes i manipular les claus de pas.
- 8 Cal seguir les consignes que es donen al manual de manipulació de càrregues.

EPI

- 1 Guants de cuir
- 2 Calçat de seguretat
- 3 Roba d'alta visibilitat

4.6.2 Manualment: mànega o patinet

RISCOS

- 1 Sobreesforços a l'hora de manipular càrregues pesants o a causa de postures mantingudes.
- 2 Caigudes al mateix nivell.
- 3 Atropellament o cops causats per vehicles.

MESURES CORRECTORES

- 1 Utilitzar guants de goma i dispositius de difusió d'aigua.
- 2 Evitar arrossegar trams llargs de mànegues rígides.
- 3 En cas de trams llargs (màxim 25 m), cal utilitzar mànegues no rígides o que ens hi ajudi un altre company.
- 4 Utilitzar calçat de l'any (profunditat de la sola i puntera reforçada).
- 5 Posar especial atenció en caminar cap enrere amb la mànega.
- 6 Buidar la mànega abans de plegar-la.
- 7 Evitar que les mànegues travessin vies de circulació.

EPI

- 1 Guants de goma, si és necessari
- 2 Roba d'alta visibilitat
- 3 Calçat de seguretat



4.7

Neteja

Recollida i eliminació de brutícia i restes vegetals o orgàniques de zones verdes, casetes i llacs.



4.7.1 Mecànicament: bufadora

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de la manipulació de càrregues pesants o per postures inadequades.
- 2 Projecció de fragments o partícules.
- 3 Inhalació de partícules.
- 4 Exposició al soroll.

MESURES CORRECTORES

- 1 Regular l'arnès segons les característiques de cada treballador abans de fer-lo servir.
- 2 Utilitzar ulleres, mascareta i protectors auditius.
- 3 Mantenir una zona de seguretat de 15 m amb terceres persones.
- 4 No projectar la bufadora cap a cap persona.
- 5 Rotació del personal si la durada d'ús es perllonga.

EPI

- 1 Calçat de seguretat
- 2 Guants de cuir
- 3 Mascareta
- 4 Ulleres protectores
- 5 Roba d'alta visibilitat
- 6 Protector auditiu

4.7.2 Manualment: cabàs i escombra

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de moviments repetitius o càrrega del cabàs.
- 2 Projecció de fragments o partícules.
- 3 Trepitjar objectes.
- 4 Caigudes al mateix nivell.
- 5 Contaminació biològica a causa de residus orgànics.
- 6 Punxades, talls, cops amb residus.



MESURES CORRECTORES

- 1 Observar les recomanacions de moviment de càrregues i posturals.
- 2 Utilitzar mànecs de longitud adequada a cada treballador que li permetin una postura còmoda.
- 3 No deixar les eines escampades pel terra per evitar caigudes.
- 4 Utilitzar les ulleres protectores en dies de vent o prop d'arbustos.
- 5 Utilitzar guants de cuir per netejar els jardins i de goma per netejar la caseta.
- 6 No posar mai les mans dins les papereres: utilitzar els sistemes basculants o eines que en faciliten l'extracció.
- 7 No posar la mà sota la bossa d'escombraries o posar-se-la a l'esquena.
- 8 Les xeringues s'han de recollir amb pinces i dipositar-les en pots especials.
- 9 Posar especial atenció i protegir-se adequadament en treballar amb o prop de plantes punxants.
- 10 Es recomana la vacunació del tètanus i de l'hepatitis B.
- 11 Netejar el cabàs i les eines després d'utilitzar-los.
- 12 Rentar-se les mans un cop finalitzades les tasques de neteja i abans de fumar, beure o menjar.
- 13 Rotació del personal si la durada de la tasca és perllongada.



EPI

- 1 Calçat de seguretat
- 2 Guants de cuir o goma
- 3 Ulleres protectores



4.7.3 Manualment: escatada i entrecavada

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de moviments repetitius o fatiga postural.
- 2 Projecció de fragments o partícules.
- 3 Xoc contra objectes immòbils (arbustos, ...).
- 4 Cops, contusions i talls amb les eines.

MESURES CORRECTORES

- 1 Usar eines en perfectes condicions i adequades a la feina que s'ha de fer.
- 2 Treballar amb les cames separades i lleugerament flexionades per evitar carregar les lumbar.
- 3 Usar ulleres protectores quan faci vent o si es treballa prop d'arbustos.
- 4 Prestar atenció a la feina que s'està fent i als possibles obstacles que s'hi poden trobar.
- 5 Rotació del personal en llargues jornades de treball.

EPI

- 1 Calçat de seguretat
- 2 Guants de cuir
- 3 Ulleres protectores (quan sigui necessari)



4.8

Manteniment de la gespa

Tasques que es fan periòdicament sobre la gespa per assegurar-ne un bon creixement i un aspecte acurat. Aquesta feina inclou l'eliminació mecànica de males herbes i matolls.



4.8.1 Segar, esscarificat i airejat: segadora, esscarificadora i airejadora

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de manipular càrregues pesants o per postures inadequades.
- 2 Caigudes al mateix nivell.
- 3 Cops amb objectes o eines.
- 4 Atrapades, seccionaments o talls amb objectes.
- 5 Projecció de fragments o partícules.
- 6 Incendis causats per substàncies combustibles.
- 7 Exposició al soroll.
- 8 Trepitjada d'objectes.
- 9 Xocs contra objectes immòbils.
- 10 Atrapades a causa de la bolcada de màquines o tractors.
- 11 Contactes tèrmics.
- 12 Atropellaments o cops amb vehicles.
- 13 Inhalació de partícules.

MESURES CORRECTORES

- 1 Les màquines han de tenir resguards o dispositius que protegeixin les parts mòbils.
- 2 Utilitzar guants de cuir, ulleres de protecció i protecció auditiva.
- 3 Utilitzar calçat de seguretat de l'any.
- 4 Dur roba d'alta visibilitat mentre es facin aquestes tasques.
- 5 No fumar durant l'ús de la maquinària ni quan es reposi combustible.
- 6 Mantenir distància de seguretat amb terceres persones.
- 7 No acostar les mans o els peus a les ganivetes fins que el motor no estigui completament aturat.
- 8 Carregar i descarregar les màquines entre dues persones o utilitzant un moll de càrrega.
- 9 Supervisar la zona abans de començar a treballar per detectar-hi i/o eliminar-ne forats, pedres, vidres...
- 10 No es deixarà mai sola una màquina en marxa. Si el motor és elèctric no es deixaran les claus al contacte sense supervisió.
- 11 En cas de vessament accidental de combustible, allunyar-se 3 m de la zona abans d'engegar novament la màquina.
- 12 Deixar refredar la màquina abans de tocar el motor i els seus components.
- 13 Netejar la màquina després d'utilitzar-la.
- 14 Rotació del personal si la durada d'aquestes tasques és perllongada.

EPI

- | | |
|-----------------------|--|
| 1 Guants de cuir | 4 Roba d'alta visibilitat |
| 2 Ulleres protectores | 5 Mascareta (en cas de núvols de pols, etc.) |
| 3 Calçat de seguretat | 6 Protectors auditius |

4.8.2 Desbroç: desbrossadora

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de moviments repetitius o per fatiga postural.
- 2 Caigudes a diferent nivell.
- 3 Caigudes al mateix nivell.
- 4 Trepitjada d'objectes.
- 5 Xoc contra objectes immòbils.
- 6 Atropellaments o cops amb vehicles.
- 7 Projecció de fragments i partícules.
- 8 Contactes tèrmics.
- 9 Exposició al soroll.
- 10 Incendis.

MESURES CORRECTORES

- 1 Abans de començar a treballar, revisar la zona per detectar-hi possibles obstacles.
- 2 Utilitzar calçat de seguretat de l'any.
- 3 Utilitzar pantalla protectora per protegir la cara.
- 4 Utilitzar protectors auditius.
- 5 Senyalitzar la zona de treball quan es treballi en vies de circulació i utilitzar roba d'alta visibilitat.
- 6 Ajustar l'arnès a les característiques físiques del treballador.
- 7 Mantenir una zona de seguretat de 15 m amb terceres persones.
- 8 No fumar quan es reposi combustible ni quan es treballi amb la màquina.
- 9 En cas de vessament accidental de combustible, allunyar-se 3 m de la zona abans d'engegar novament la màquina.
- 10 No manipular el capçal de fil fins que la màquina estigui completament aturada.
- 11 No modificar la posició de la pantalla protectora del fil desbrossador.
- 12 No manipular el motor mentre està calent o en marxa.
- 13 Rotació del personal si la durada de la tasca és perllongada i establir períodes de descans.



EPI

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 1 Guants de cuir | 6 Roba d'alta visibilitat |
| 2 Pantalla protectora facial completa | 7 Canyelleres i davantal |
| 3 Calçat de seguretat | 8 Pantaló per desbrossar per a treballs forestals |
| 4 Protectors auditius | 9 Casc (per a treballs forestals) |
| 5 Mascareta en cas necessari | |

4.9

Retallada i poda d'arbustos i tanques

Eliminació de parts del vegetal per motius sanitaris, estètics o de formació.



4.9.1 Mecànicament: retalladora de tanques

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de la manipulació de càrregues pesants o per postures mantingudes o inadequades.
- 2 Caiguda a diferent nivell i al mateix nivell.
- 3 Trepitjada d'objectes.
- 4 Cops i talls amb objectes o eines.
- 5 Projecció de fragments o partícules.
- 6 Contacte elèctric.
- 7 Atropellament o cops amb vehicles.
- 8 Exposició al soroll.
- 9 Inhalació de partícules (pols, pol·len, etc.).

MESURES CORRECTORES

- 1 Per a alçades de poda superiors a 2 m cal utilitzar bastides i escales. (vegeu apartat específic d'escales i bastides).
- 2 Per a alçades inferiors, cal utilitzar sistemes que assegurin una bona estabilitat i solidesa o mànecs extensibles.
- 3 Mantenir els voltants nets d'acumulacions de farda vegetal o d'eines per evitar les caigudes.
- 4 Vigilar en tot moment la posició del cable elèctric (caigudes, contacte elèctric,...) del grup electrogen.
- 5 Extremar les precaucions quan es tracta de plantes punxants.
- 6 Mantenir un radi de seguretat amb les persones properes per evitar lesionar-les.
- 7 Senyalitzar la zona on es treballa que estigui a prop de vies de circulació de vehicles i utilitzar roba d'alta visibilitat.
- 8 Sostenir la màquina amb les dues mans.
- 9 Utilitzar ulleres de protecció i protectors auditius.
- 10 Utilitzar guants de cuir per protegir les mans de cops, talls o contacte amb plantes tòxiques.
- 11 Treballar sempre que sigui possible per sota de l'alçada de les espatlles.
- 12 Moure sempre la màquina de manera que apunti en direcció contrària al cos.
- 13 Rotació del personal si la durada de la tasca és perllongada.
- 14 Regar prèviament els arbustos que s'hagin de podar quan hi pugui haver gran acumulació de pols, pol·len etc. o, si no es pot, fer servir mascareta antipartícules.

EPI

- | | |
|-----------------------|------------------------------|
| 1 Calçat de seguretat | 4 Protectors auditius |
| 2 Guants de cuir | 5 Roba d'alta visibilitat |
| 3 Ulleres protectores | 6 Mascareta en cas necessari |

4.9.2 Manualment: tisores i xerracs (amb perxa o sense)

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de moviments repetitius o per postures mantingudes o inadequades.
- 2 Caigudes al mateix nivell i a diferent nivell.
- 3 Trepitjada d'objectes.
- 4 Cops o talls amb objectes o eines.
- 5 Projecció de fragments o partícules.
- 6 Atropellament o cops amb vehicles.
- 7 Punxades (plantes punxants).

MESURES CORRECTORES

- 1 Per a alçades de poda superiors a 2 m cal bastides i escales.
(vegeu apartat específic d'escales i bastides) o mànecs extensibles.
- 2 Per a alçades inferiors, cal utilitzar sistemes que assegurin una bona estabilitat i solidesa o mànecs extensibles.
- 3 Mantenir els voltants nets d'acumulacions de farda vegetal o d'eines per evitar caigudes.
- 4 Utilitzar ulleres de protecció per evitar que entri brossa als ulls.
- 5 Utilitzar guants de cuir per protegir les mans de cops, talls o contacte amb plantes tòxiques.
- 6 Utilitzar casc de seguretat quan es tallin branques per sobre del nivell del cap.
- 7 Senyalitzar la zona on es treballa si és a prop de vies de circulació de vehicles i utilitzar roba d'alta visibilitat.
- 8 Extremar les precaucions quan es tracti de plantes punxants.
- 9 Mantenir les eines ben esmolades i en perfecte estat.
- 10 Fer servir l'eina adequada a cada diàmetre de tall.
- 11 Sempre que no s'estigui utilitzant l'eina per tallar, cal portar la fulla de tall protegida o bé la tisora tancada.
- 12 No deixar les eines penjades als arbustos, escales, etc. ni clavades al terra quan no es facin servir.
- 13 Moure sempre la màquina de manera que apunti en direcció contrària al cos.
- 14 Treballar sempre que sigui possible per sota de l'alçada de les espatlles.
- 15 Rotació del personal si la durada de la tasca és perllongada per evitar problemes articulars i cervicals.



EPI

- 1 Calçat de seguretat
- 2 Guants
- 3 Ulleres protectores
- 4 Casc (si és necessari)
- 5 Manigots de cuir si són plantes punxants

4.10

Poda d'arbres (en alçada)

Eliminació total o parcial d'arbres amb una finalitat concreta. Pels treballs de trepa i poda de palmeres adreçar-se als protocols específics.

4.10.1 Motoserra i plataformes elevadores

RISCOS

- 1 Sobreesforços per la manipulació de càrregues pesants o postures mantingudes o inadequades.
- 2 Caiguda de persones a diferent nivell i al mateix nivell.
- 3 Caiguda d'objectes per ensorrament o esllavissada.
- 4 Caiguda d'objectes mentre es manipulen.
- 5 Caiguda d'objectes despresos.
- 6 Trepitjada d'objectes.
- 7 Xocs contra objectes immòbils.
- 8 Xocs contra objectes mòbils.
- 9 Cops o talls amb objectes o eines.
- 10 Projecció de fragments o partícules.
- 11 Atrapades a causa de la bolcada de màquines, tractors o vehicles.
- 12 Contactes tèrmics.
- 13 Contactes elèctrics.
- 14 Exposició al soroll.
- 15 Incendis.
- 16 Accidents causats per éssers vius.
- 17 Atropellament o cops amb vehicles.

MESURES CORRECTORES: GENERAL

- 1 La motoserra i/o plataforma elevadora només la faran servir els treballadors especialment formats en el seu ús.
- 2 Les motoserres han d'estar en perfectes condicions i amb les cadenes ben esmolades.
- 3 Per pujar de la caixa del vehicle i baixar-ne cal utilitzar els estreps i les escales. No s'ha de saltar-ne mai.
- 4 És obligatori i fonamental fer servir tots els EPI. Es recomana fer servir mascareta en èpoques de polinització o despreniment de llavors.
- 5 Respectar les normes de seguretat del vehicle i assegurar-se periòdicament que ha passat totes les revisions pertinents.
- 6 Fer servir sempre ulleres de protecció. Poden reforçar-se amb l'ús de pantalles de seguretat.
- 7 Observar les recomanacions de moviment de càrregues i posturals.
- 8 No manipular els mecanismes de seguretat de les màquines.
- 9 Rotació del personal si la durada de la tasca és perllongada per evitar problemes articulars i cervicals.

MESURES CORRECTORES: ABANS DE FER LA FEINA

- 10 Fer tasques lleugeres o bé alguns exercicis d'escalfament abans d'iniciar tasques feixugues per escalfar els músculs.
- 11 Comprovar els dispositius de seguretat i el bon funcionament de la plataforma i la motoserra abans d'usar-les.

- 12 Si s'ha de treballar prop de línies elèctriques, cal assegurar-se, abans de començar a treballar, que no tenen tensió elèctrica.
- 13 Senyalitzar la zona de treball amb balises i vestir roba d'alta visibilitat.
- 14 No començar a treballar sense haver-se col·locat abans tots els EPI.

MESURES CORRECTORES: DURANT LA FEINA

- 15 Evitar aixecar la motoserra per sobre del nivell de les espatlles.
- 16 Quan es treballi a la plataforma elevadora és obligatori subjectar-s'hi mitjançant l'arnès i l'eslinga.
- 17 No sortir del recinte de la plataforma per podar.
- 18 Per fer qualsevol tipus de feina a la plataforma els dos peus han d'estar en contacte amb la base de la plataforma.
- 19 Tallar les branques en trossos fàcilment manipulables.
- 20 Està prohibit estar o fer treballs en un radi de seguretat sota la plataforma per evitar cops a causa de les caigudes d'objectes.
- 21 Prestar especial atenció quan la plataforma o la ploma estan en moviment. Mantenir un radi de seguretat en relació amb el personal situat a terra.
- 22 Mantenir un radi de seguretat amb terceres persones quan la motoserra està en funcionament.
- 23 No manipular la motoserra fins que el motor estigui completament aturat.
- 24 No fer provisió de combustible mentre el motor estigui calent.
- 25 No deixar les eines escampades per la zona de treball.
- 26 No utilitzar la punta de la motoserra per tallar.
- 27 No abandonar la motoserra mentre estigui en marxa.
- 28 El desplaçament amb la motoserra es farà sempre amb el motor aturat.
- 29 No arrencar la motoserra en posició alçada.
- 30 Evitar tallar branques en posició forçada. Buscar un millor angle amb la plataforma.



MESURES CORRECTORES: DESPRÉS DE LA FEINA

- 31 Amuntegar la farda vegetal ordenadament.
- 32 Un cop finalitzada la feina amb la motoserra es netejarà l'aparell i es guardarà en un lloc segur i amb l'espasa protegida.

EPI

- | | |
|---|---|
| 1 Botes antitall | 6 Casc de seguretat |
| 2 Guants antitall i de cuir | 7 Protectors auditius |
| 3 Manigots antitall | 8 Mascareta (si és necessari) |
| 4 Pantalons o peto antitall | 9 Roba d'alta visibilitat |
| 5 Ulleres protectores i/o pantalla protectora | 10 Equip anticaiguda (arnès, eslinga, mosquetons,...) |

4.11

Tractaments fitosanitaris

Aplicació de productes, generalment químics, per eliminar plagues o malures que ataquen els vegetals.

4.11.1 Motxilla i carretó gaysa

NOTES IMPORTANTS

- 1 Només faran aplicacions aquells treballadors que tinguin carnet d'aplicador i hagin estat declarats aptes en la darrera revisió mèdica específica.
- 2 No poden fer aplicacions les dones embarassades o en període de lactància.
- 3 Els homes han d'anar correctament afeitats per garantir un correcte ajustament de la màscara.
- 4 El cabell llarg haurà d'estar recollit.

RISCOS

- 1 Sobreesforços a causa de la manipulació de càrregues pesants o per postures mantingudes o inadequades al aplicar.
- 2 Caiguda a diferent nivell en pujar al vehicle o baixar-ne.
- 3 Caiguda al mateix nivell.
- 4 Cops amb objectes o eines.
- 5 Projecció de fragments o partícules.
- 6 Contacte amb substàncies nocives, càustiques o corrosives.
- 7 Atropellament o cops amb vehicles.
- 8 Explosions i incendis.
- 9 Malaltia professional que causin agents químics.

MESURES PREVENTIVES: ABANS DE L'APLICACIÓ

EMMAGATZEMATGE:

- 1 Guardar els productes en armaris tancats amb clau, senyalitzats convenientment, ben ventilats i separats dels combustibles.
- 2 Dins de l'armari, agrupar les substàncies per categories de perillositat (tòxics, irritants, inflamables,...).
- 3 Disposar d'un joc de fitxes de seguretat dels productes guardats.
- 4 Conservar-los sempre en l'embalatge original i correctament etiquetats.
- 5 Disposar de material absorbent i material per recollir possibles vessaments.

BARREJA:

- 1 Consultar la fitxa dels productes.
- 2 Utilitzar els EPI adequats durant tot el procés de l'aplicació.
- 3 Respectar les dosis recomanades.
- 4 Fer-ne la barreja a l'aire lliure.
- 5 Fer-ne la barreja amb estris exclusivament destinats a aquesta finalitat i netejar-los després d'usar-los.
- 6 No fumar, beure o menjar durant tot el procés.



MESURES PREVENTIVES: DURANT L'APLICACIÓ

- 1 No beure, menjar o fumar mentre es manipulin els productes.
- 2 Assegurar-se que l'equip d'aplicació funciona correctament.
- 3 Fer l'aplicació dels productes a favor del vent.
- 4 No netejar el broquet bufant o amb la boca.
- 5 Evitar fer els tractaments en les hores de màxima calor i en dies de molt de vent.
- 6 Rotació del personal quan les aplicacions siguin freqüents.
- 7 Senyalitzar amb balises la zona que s'ha de tractar.
- 8 Mantenir una distància de seguretat amb terceres persones i el període de seguretat necessari abans de deixar lliure l'accés.
- 9 Rentar-se les mans i la cara abans de menjar, beure o fumar i en acabar l'aplicació.
- 10 En pujar als vehicles i en baixar-ne es faran servir els estreps i les escales.
- 11 Abans d'usar els arnesos verificar-ne la subjecció i també els altres elements de la motxilla, dipòsits de gran volum i mànegues.
- 12 El vehicle ha de tenir un rentauall per si es produeixen esquitxades i un dipòsit d'aigua per rentar-se.
- 13 Prestar atenció a la situació de la mànega per evitar entrebançar-s'hi.
- 14 El producte es transportarà a la caixa del vehicle i hi quedarà tancat amb clau, de manera que no es puguin produir vessaments.
- 15 Extremar les precaucions en obrir les claus de pas de l'aigua per evitar els cops.

MESURES PREVENTIVES: DESPRÉS DE L'APLICACIÓ

- 1 Netejar els estris i els EPI després d'usar-los.
- 2 Canviar-se de roba i dutxar-se al lloc de treball.
- 3 Rentar la roba en llocs especialitzats, no a casa.
- 4 No guardar mai restes sobrants de les barreges aplicades.

EPI

Verificar el correcte estat dels EPI abans de cada aplicació i després d'utilitzar-los

- 1 Mascareta facial integral
- 2 Granota
- 3 Guants de protecció contra risc químic
- 4 Botes de goma
- 5 Gorra o, preferentment, barret de palla d'ala ampla

4.11.2 Actuació en cas d'intoxicació

Si sospitem que una persona s'ha intoxicat amb algun producte químic, cal :

- 1 **Allunyar** l'accidentat del lloc.
- 2 Avisar una ambulància o traslladar l'accidentat a l'**hospital** més proper.
- 3 Proporcionar al personal sanitari la **fitxa de seguretat** del producte utilitzat, **etiqueta** i restes de **vòmit** (en cas que hi hagués).
- 4 Administrar les mesures de primers auxilis descrites a continuació, depenent de cada cas.

VESSAMENT DE PRODUCTE SOBRE LA ROBA O LA PELL

- 1 **Treure's la roba** contaminada i el **calçat** i desar-los en una bossa.
- 2 **Rentar** ràpidament la pell amb **abundant aigua i sabó**, fregant suaument per a no fer ferides.
- 3 **Assecar i embolicar** el pacient amb un llençol o **roba neta**. Mantenir-lo en repòs i abrigat fins l'arribada del metge o el seu trasllat a l'hospital.

ESQUITXADES ALS ULLS

- 1 Mantenir les parpelles ben obertes i irrigar profundament l'ull amb aigua neta durant 15 minuts. Si disposa de **rentaulls**, abocar directament l'aigua a l'ull .
- 2 Anar immediatament a l'**oftalmòleg**.

INHALACIÓ DE PRODUCTE

- 1 Si l'accidentat encara es troba exposat al producte, en un lloc tancat, se l'haurà de **traslladar a l'exterior** (aire lliure) o a una habitació on totes les portes i finestres estiguin ben obertes (lloc ventilat).
- 2 Afluixar la roba perquè pugui respirar sense dificultat. Tombar l'accidentat, tenint cura de que la boca i el nas estiguin lliures d'obstacles (dentadures postisses, caramels, xiclets, etc.).
- 3 Si té dificultats per respirar se li ha de proporcionar **respiració artificial** fins que arribi l'assistència sanitària.

INGESTIÓ DE PRODUCTE

- 1 **No s'ha de subministrar productes grassos** (llet, etc.).
- 2 No s'ha de provocar el **vòmit** quan:
 - Està expressament contraindicat en l'etiqueta.
 - Si ha empassat un producte corrosiu.
 - Si el pacient està inconscient.

En cas de poder-se realitzar, cal introduir els dits fins el fons de la gola assegurant-nos de no ser mossegats per l'accidentat.

- 3 Després, cal col·locar el pacient amb la cara cap avall (**posició de seguretat**) i el cap baix, per prevenir que el vòmit expulsat entri als pulmons. (Veure pàg. 47)



5 BIBLIOGRAFIA
I AGRAÏMENTS

5.0

Bibliografia i agraïments

BIBLIOGRAFIA

Avaluació de riscos del col·lectiu de jardineria de Parcs i Jardins de Barcelona,
Institut Municipal, elaborada per Prevenirisk. Barcelona, 2004

Manual de prevención de riesgos laborales en tareas de jardinería
Comunidad de Madrid, 2004

Normativa bàsica de seguretat i salut laboral.
Universitat Nacional d'Educació a Distància (UNED). Madrid, 2002

RD 1316/1989 de 27 de octubre sobre protección de los trabajadores frente a los riesgos derivados de la exposición al ruido durante el trabajo.

RD 56/1995 de 20 de enero por el que se modifica el RD 1435/1992 de 27 de noviembre por el que se dictan las disposiciones de aplicación de la directiva del consejo 89/392/CEE relativa a la aproximación de las legislaciones de los estados miembros sobre máquinas.

Ley 31/95 de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales.

RD 39/97 de 17 enero sobre reglamento de los servicios de prevención.

RD 485/97 de 14 de abril sobre disposiciones mínimas en materia de señalización en seguridad y salud en el trabajo.

RD 486/97 de 14 de abril por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

RD 487/97 de 14 de abril sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañen riesgos , en particular dorsolumbares, para los trabajadores.

RD 379/2001 de 6 de abril por el que se aprueba el reglamento de almacenamiento de productos químicos y sus instrucciones técnicas complementarias.

RD 2177/2004 de 12 de noviembre por el que se modifica el RD 1215/97 de 18 de julio que establece las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo, en materia de trabajos temporales en altura.

AGRAÏMENTS

Aquest manual s'ha realitzat gràcies a l'esforç conjunt del **Departament de Seguretat i Salut de Parcs i Jardins, Delegats de Prevenció i de totes aquelles persones de l'Institut** que, d'alguna manera, han fet alguna aportació per a llur millora.

Especialment destacar la col·laboració en la confecció dels textos d'en/na:

Departament de Seguretat i Salut

Cristina Martín Marino

Emma Agea Merino

Vicente García Castillo

Jaime Ocaña Romero

En representació dels Delegats de Prevenció

Carlos Bernal Lorente

Els treballadors que han posat per les fotografies han estat en/na

Francisco Castaño Fábrega

Salvador Castillo Suárez

Martín Cirac Olivé

José Cordero Díez

José Ramón Doval Gómez

Juan Duque Romero

Evangelina García Jiménez

Ángel Huguet Resano

Mercedes Izquierdo Collado

Manuel Jiménez Escudero

Miguel Ángel Lázaro López

José Alejandro Manrique Encinas

Juan Bernardo Martín Corral

Gabriel Mateos Huebra

Bárbara Lorca Montoro

Justo José Moreno Jiménez

Faustino Pellejero Flores

Antonio Perales Franco

Jesús Joaquín Piedra Fernández

Ricardo Pulido Guerrero

Adolfo Ripollés Querol

Pedro Uría González

Manuel Vázquez Abeledo