

# **PREVENCIÓN DE RIESGOS EN LA HUERTA**

Taller de autoformación JUNIO 2012:

HuertAula Comunitaria de Agroecología Cantarranas

Mario Chacón

## **Introducción a la prevención de riesgos laborales**

Tras la ratificación de convenio 155 de la Organización Internacional del Trabajo y de las directivas europeas como miembro de la UE, la prevención de riesgos laborales se introduce de manera efectiva en el Estado español en el año 1995 a través de la ley 31/1995 de Prevención en Riesgos Laborales. Se trata de una ley general de mínimos que posteriormente se ha venido desarrollando con diferente normativa específica para riesgos, sectores o ámbitos concretos de la relación laboral. Entre ellos destacamos:

Real Decreto 485/1997 sobre señalización de seguridad y salud en el trabajo.

Real Decreto 486/1997 sobre seguridad y salud en los lugares de trabajo.

Real Decreto 487/1997 sobre seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas.

Real Decreto 773/1997 y 1215/1997 sobre equipos de protección individual.

Lo interesante del cambio de normativa reside en que hasta la fecha sólo se contemplaba la actuación una vez producido el daño, mientras que ahora se introduce como actuación primordial la prevención de esos daños producidos por accidentes y enfermedades profesionales.

Podemos definir la prevención como el conjunto de medidas, adoptadas o previstas, con el fin de evitar, o al menos disminuir, los riesgos derivados del trabajo y los efectos negativos del trabajo sobre la salud.

Para clasificar la prevención existen 4 disciplinas distintas:

Seguridad (accidentes de trabajo).

Higiene industrial (enfermedades profesionales).

Ergonomía y psicología (adaptación del trabajo al trabajador/a).

Medicina del trabajo (vigilancia de la salud).

Finalizaremos esta introducción resaltando que la responsabilidad en materia de prevención compromete tanto al empresario/a como al propio trabajador/a que deben de cumplir todas las obligaciones reguladas.

## **Ergonomía: Salud en el uso de herramientas para evitar enfermedades.**

Las posturas forzadas, los movimientos repetidos y la manipulación manual de cargas muy pesadas ocasionan numerosos trastornos musculares y óseos, como dolor de espalda crónico y dolores lumbares. También inflamación o irritación de las membranas que recubren los tendones de los hombros, codos o muñecas.

Para evitar en la medida de lo posible estos problemas deberemos elegir la herramienta apropiada para cada labor. En caso de que el trabajado realizado suponga un sobreesfuerzo, descansaremos convenientemente y si es posible realizaremos otra labor diferente que eviten las posturas forzadas durante mucho tiempo.

## **Buenas prácticas: Seguridad en el uso de herramientas para evitar accidentes.**

Los riesgos más comunes causados por el uso de herramientas son las proyecciones de partículas en los ojos y los golpes y cortes en las manos y otras partes del cuerpo.

Las causas más habituales son el mal estado de conservación, utilizar herramientas de baja calidad o para fines distintos a los que fue diseñada, un transporte incorrecto y la falta de experiencia de la persona que las maneja.

Para evitar o reducir posibles accidentes seguiremos una serie de normas que se detallan a continuación:

Utilizar la herramienta apropiada para cada trabajo y para el uso que ha sido diseñada.

Realizar el mantenimiento periódico de la herramienta y su limpieza diaria.

Comprobar el estado de las herramientas cada vez que se usen, con especial atención a posibles astillas en los mangos o que estos estén desgastados.

No transportar nunca las herramientas pequeñas en los bolsillos, mucho menos si éstas son punzantes o cortantes.

## **UTILIZAR SIEMPRE GANTES DE SEGURIDAD**

### **Limpieza y seguridad en el local de trabajo (huerta, invernadero y caseta de aperos).**

La normativa que regula este aspecto se encuentra sobre todo en el Real Decreto 486/1997. Se trata de evitar accidentes laborales provocados tanto por las características como por la limpieza en el lugar de trabajo, así como de prevenir enfermedades debido a las condiciones ambientales del mismo. Para ello vamos a analizar los riesgos y las medidas preventivas para evitar daños:

### Caseta de aperos:

<b><u>RIESGO</u></b>	<b><u>MEDIDA PREVENTIVA</u></b>
Caídas al mismo nivel provocadas por tropiezos con herramientas, enseres o muebles.	Orden de las herramientas y suficiente espacio de paso en los pasillos.
Cortes por herramientas o elementos punzantes	Adecuar la organización de las herramientas punzantes separándolas del resto y ordenándolas. Eliminar cualquier elemento punzante de la estructura.
Caída de objetos a distinto nivel	Fijar correctamente los muebles y demás elementos de la estructura así como las herramientas.
Incendio	Señalizar los combustibles y otros productos inflamables y no fumar dentro la caseta.
Inhalación de vapores tóxicos	Colocación de los combustibles y otros productos tóxicos sobre un producto secante como sepiolita y cerca de una rejilla que evacúe aire al exterior.

### Invernadero:

<b><u>RIESGO</u></b>	<b><u>MEDIDA PREVENTIVA</u></b>
Caídas al mismo nivel	Mantener el orden y limpieza en todo el invernadero y evitar suelos muy húmedos.
Golpes en la estructura	Señalizar y acolchar aquellos lugares donde exista riesgo de golpes.
Golpes por caída de la estructura	Fijar bien la estructura y los puntos de apoyo de las puestas del invernadero.
Electrocución	Evitar manipular los elementos eléctricos y su contacto con el agua.
Incendio	Nunca fumar ni encender fuego dentro del invernadero.

### Huerto:

<b><u>RIESGO</u></b>	<b><u>MEDIDA PREVENTIVA</u></b>
Caídas al mismo nivel	Mantener el orden y limpieza, controlar las herramientas y evitar pisar los suelos muy mojados o helados.
Insolación solar y quemaduras en la piel	Protegerse del calor y radiaciones solares usando gorros, cremas solares y evitando trabajos en las horas de mayor temperatura
Frío e hipotermia	Abrigarse ante las bajas temperaturas y protegerse de la lluvia cesando el trabajo en caso de que esta sea abundante.

### **Otros riesgos a tener en cuenta:**

Finalizaremos este documento añadiendo otros riesgo importantes que hay que tener en cuenta a la hora de realizar labores en el huerto:

**Manipulación manual de cargas:** flexionar siempre las rodillas para cargar cualquier peso y que éste nunca supere lo que nuestras condiciones nos permitan. Evitar sobreesfuerzos.

**Picaduras de insectos y animales:** no molestar a los bichos y en caso de picadura con reacción alérgica tratar con medicamentos, acudiendo al centro de salud en casos graves

**Estiércol:** usar guantes, y en caso de estiércol fresco usar mascarilla si es necesario.