

Guía para la Prevención de Riesgos Laborales



Sector Agropecuario

Prevención de
riesgos laborales
en el Sector
Agropecuario

EDITA: Comisión Ejecutiva Confederal de UGT
PRODUCCIÓN: Consuldis, S.A.
DEPÓSITO LEGAL N°: M-00000-2001



ÍNDICE

1. Introducción	5
2. Riesgos específicos ligados a las condiciones de trabajo en el sector agropecuario	7
3. Riesgos biológicos: Zoonosis	9
4. Productos químicos: plaguicidas y fertilizantes	11
5. Marco normativo básico de la Ley de Prevención de Riesgo de Riesgos Laborales (LPRL). Normativa aplicable al sector agropecuario	13
6. Riesgos profesionales y daños derivados del trabajo. control de la salud de los trabajadores	15
7. Organización de la prevención en la empresa	17
8. Medioambiente físico: factores organizativos. Carga de trabajo	19
9. Primeros auxilios	22



1. INTRODUCCIÓN

¿QUÉ PRETENDE LA GUÍA?

La Guía para la Adaptación a la Ley Prevención de Accidentes de Trabajo y para la reducción de la siniestralidad en el sector agropecuario pretende ser una herramienta que facilite la labor a aquellas personas directa o indirectamente relacionadas con la prevención de riesgos laborales, a la hora de planificar las labores que entrañe más riesgos en el terreno de la Prevención.

¿POR QUÉ ES NECESARIA ESTA GUÍA?

El Sector Agrícola español agrupa a más de 700.000 trabajadores, que desempeñan tareas muy diversas y que se ven afectados por un gran número de riesgos. Tanto es así que la agricultura y las actividades que de ella se derivan, constituyen uno de los sectores que más riesgo entraña.

Con respecto a la agricultura española, se adjunta la siguiente tabla, para ver cómo ha evolucionado la siniestralidad en el sector agrario:

AÑO / CLASIFICACIÓN ACCIDENTES	1995	1996	1997	1998	1999	2000
Leves	36.981	38.802	43.250	45.790	45.797	42.767
Graves	1.181	1.152	1.219	1.170	1.219	1.165
Mortales	114	103	106	113	136	123
Total	38.276	40.057	44.575	47.073	47.152	44.055

Como se puede observar, después de muchos esfuerzos de nuestra organización (antes, como Federación de Trabajadores de la Tierra; y, ahora, como Federación Agroalimentaria) la siniestralidad ha empezado a disminuir; sin embargo, en el sector agropecuario seguimos sufriendo uno de los más altos índices de siniestralidad, por lo que nuestros esfuerzos en esta materia deben seguir.

¿CÓMO SE HA REALIZADO ESTA GUÍA?

La presente Guía se ha desarrollado utilizando como base de información la experiencia y el saber de los propios trabajadores del campo, que son los que se encuentran verdaderamente expuestos al riesgo.



Junto a esta información se ha utilizado el trabajo realizado por nuestros técnicos, con la finalidad de describir los riesgos que más se dan en el sector agropecuario.

Esta información ha servido para definir el mapa de los principales riesgos del sector y para medir las prácticas habituales en materia de prevención.

¿QUÉ INFORMACIÓN SE PRESENTA?

A continuación se exponen las principales conclusiones extraídas de la información obtenida, tanto a nivel general como para determinadas actividades consideradas de especial interés en el Sector :

- Marco normativo básico de la LPRL. Normativa aplicable al sector agropecuario.
- Riesgos profesionales y daños derivados del trabajo.
- Organización de la prevención en la empresa.
- Productos químicos: plaguicidas y fertilizantes.
- Riesgos específicos ligados a la condiciones de trabajo en el sector agropecuario.
- Riesgos biológicos: zoonosis.
- Medio ambiente físico: Carga de trabajo
- Primeros auxilios

Octubre de 2001



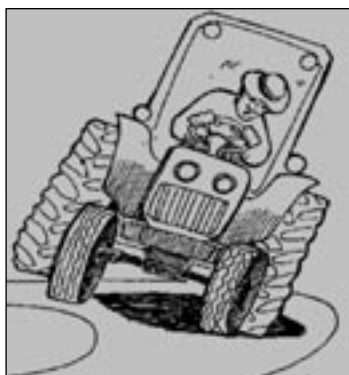
2. RIESGOS ESPECÍFICOS, LIGADOS A LAS CONDICIONES DE TRABAJO EN EL SECTOR AGROPECUARIO

El 40% de los accidentes producidos en el sector agrario se deben al manejo o manipulación de maquinaria agrícola en la mitad de estos accidentes.

MAQUINARÍA AGRÍCOLA

El tractor es la maquinaria agrícola más frecuentemente implicada en los accidentes producidos en el sector.

El vuelco de tractor constituye el riesgo más importante por la gravedad de sus lesiones, ya que es la principal causa de accidentes graves y mortales derivada del manejo de estos vehículos, entre las medidas de protección se encuentran los pórticos o cabinas de seguridad homologados, regulado legalmente y obligatorio en dependencia de las características del vehículo.



El motocultor es tras el tractor la maquinaria agrícola que más accidentes mortales produce, su manejo implica entre otros riesgos de atrapamiento por azadas y autotropello. Existen medidas protectoras que evitan o disminuyen estos riesgos, como las cubiertas de protección del tren de azadas o mecanismos de marcha atrás que impidan el autoatropello.

Los remolques se ven implicados frecuentemente en accidentes por golpes y atrapamientos, caídas, accidentes de tráfico y vuelco.

MOTOSIERRA

Los riesgos presentes en el manejo de la motosierra son los corte, proyección de partículas y golpes fundamentalmente.

Los dispositivos de seguridad que hay que recordar al usar la motosierra son:

- El fiador contra aceleración voluntaria.
- Protector lavamanos Y freno de mano izquierda



- Receptor o captor de cadena.
- Cadena de seguridad
- Placa protectora en manija trasera.
- Amortiguación.
- Escape con silenciador y apaga-chispas.
- Espada.



INCENDIOS

Las causas de incendio más frecuentes durante el desarrollo de labores agrícolas se derivan de la combinación de derrames de combustibles y chispas (de ahí la conveniencia de llevar un extintor), la acumulación de materiales altamente combustibles, tales como la paja y el uso de sustancias químicas (pesticidas, etc) que conllevan riesgo de explosión o incendios.

La quema de rastrojo en condiciones inadecuadas conlleva un alto riesgo de incendio, por ello se debe comunicar a la autoridad pertinente, y se debe realizar un día en que no haya viento, ni haga calor, teniendo siempre a mano un extintor y los medios necesarios para poder extinguir un incendio.

A la hora de utilizar un extintor hay que seguir los siguientes pasos:

Extintores de polvo:

- En primer lugar quitar el seguro
- Accionar la palanca hacia abajo.
- Apretar el mango de la pistola orientando el chorro de polvo hacia la base de las llamas.

Extintores de CO₂:

- Quitar el seguro.
- Sujetar con una mano el mango aislante, mientras con la otra se aprieta la palanca hacia arriba, orientando el chorro hacia la base de las llamas.



3. RIESGOS BIOLÓGICOS: ZOONOSIS

El contacto habitual con animales implica un riesgo para la salud de los trabajadores, ya que este contacto condiciona riesgo de mordeduras, coces, arañazos, picaduras de insectos que conviven con ellos (pulgas, garrapatas, etc.) y de enfermedades propias de estos animales que pueden ser transmitidas al hombre por diversas vías.

Estas enfermedades transmitidas desde los animales al hombre reciben el nombre genérico de zoonosis.

AGENTES BIOLÓGICOS

Se entiende por tales aquellos “seres vivos de origen animal o vegetal y las sustancias derivadas de los mismos presentes, en el puesto de trabajo y que pueden provocar efectos negativos sobre la salud” (bacterias, protozoos, virus, hongos y parásitos).

La exposición a agentes biológicos pueden dar lugar a los siguientes efectos negativos sobre la salud:

- Tóxicos y alérgicos.
- Infecciosos: zoonosis (brucelosis, carbunco, etc)

Los agentes biológicos se transmiten a través de las siguientes vías:

- Respiratoria.
- Digestiva.
- Piel y mucosas.
- Picaduras.
- Heridas.

La exposición a riesgos biológicos viene regulada legalmente por el Real Decreto 664/1997, sobre la Protección de los trabajadores contra riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.

El Anexo I del Real Decreto 664/1997, recoge un listado de actividades de riesgo entre las que se encuentran: “Trabajos agrarios” y “Actividades en las que exista contacto con animales o con productos de origen animal”.



MEDIDAS PREVENTIVAS:

Las medidas preventivas frente a los riesgos biológicos incluyen:

Medidas de Prevención dirigidas al receptor:

- Reconocimientos médicos preventivos, incluyendo pruebas diagnósticas de detección de trabajadores susceptibles o contaminantes alergizantes.
- Campañas de vacunación: tétanos, brucelosis, etc.
- Ropa específica de trabajo e instalaciones para el lavado de la ropa de trabajo.
- Control de higiene personal: vestuarios, lavabos, etc.
- Información sobre los riesgos.
- Formación sobre los métodos de trabajo y medidas preventivas y de protección a adoptar.

Medidas dirigidas hacia el medio ambiente:

- Diseño adecuado de locales.
- Limpieza y desinfección.
- Ventilación: control de atmósferas pulvígena, extracción general o localizada.
- Señalización de zonas de riesgo y marcado del material de deshecho como biope-ligroso.
- Actuaciones sobre el reservorio animal (zoonosis): identificación de los animales enfermos por medio de controles veterinarios, vacunación animal y sacrificio de animales enfermos y tratamiento adecuado de os cadáveres.



4. PRODUCTOS QUÍMICOS: PLAGUICIDAS Y FERTILIZANTES

Los productos químicos pueden llegar al organismo a través de la respiración, contacto por la piel y por ingestión.

PLAGUICIDAS:

Los plaguicidas son sustancias que previenen o combaten los agentes nocivos para las plantas o sus productos, conservan las cosechas y las maderas, destruyen plantas indeseables. Reciben el nombre de fitosanitarios los plaguicidas que se utilizan para proteger los cultivos de plagas, enfermedades y malas hierbas. En general, todos los plaguicidas son sustancias tóxicas.

Los plaguicidas pueden producir efectos negativos sobre la salud de forma inmediata (quemaduras, intoxicación aguda, etc), pero también ocasionan efectos a largo plazo tras exposiciones repetidas y frecuentes como alteraciones de la reproducción, cáncer, malformaciones congénitas en el feto e intoxicación crónica.



FERTILIZANTES O ABONOS:

Son sustancias de origen natural o sintético utilizadas en agricultura para mejorar la calidad del suelo y el crecimiento de los vegetales.

Los fertilizantes se pueden clasificar de forma general en químicos y orgánicos.

Entre los efectos para la salud los más frecuentes son:

- Quemaduras en la piel y mucosas.



- Asfixia: por aspiración de sulfato potásico, dióxido de carbono.
- Explosión:
- Infecciones por presencia de agentes biológicos, fundamentalmente en los abonos de origen natural.
- Mareos y dolor de cabeza: por dióxido de carbono, gas metano o sulfuro de hidrógeno.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

Las medidas preventivas en el manejo de fitosanitarios incluyen el uso de equipos de protección para el cuerpo, las manos, los pies, la vía respiratoria y los ojos. Además es conveniente observar las siguientes medidas preventivas:

- Lectura de la etiqueta del producto.
- Trabajar acompañado.
- Evitar realizar tratamientos con temperaturas extremas, lluvia o viento
- No comer, beber o fumar en las zonas donde se realicen fumigaciones y lavarse previamente las manos y la cara.
- No reutilizar ropa usada sin lavar previamente.
- No limpiar o desatascar las boquillas u otras partes de los aparatos soplando.
- Señalizar las zonas tratadas y respetar el periodo determinado por el fabricante antes de entrar (como mínimo 24 horas).
- Existe un carnet de manipulador de fitosanitarios, cuya obtención es obligatoria para aquellos trabajadores que utilicen estas sustancias.

EN CASO DE INTOXICACIÓN:

- Evitar la absorción del tóxico: quitar la ropa y lavar con abundante agua fría sin frotar.
- Neutralizar el tóxico solo si el trabajador está consciente:
 - **SI** administrar: agua y carbón activado o albúmica si el producto es cáustico.
 - **NO** administrar: leche, aceites, alcohol.
- No provocar el vómito cuando:
 - El tóxico sea un cáustico.
 - El trabajador esté inconsciente o no se encuentre en posición de seguridad
- Vigilar el pulso y la respiración, no administrar ningún medicamento y trasladar a un centro sanitario.



5. MARCO NORMATIVO BÁSICO DE LA LEY DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (LPRL). NORMATIVA APLICABLE AL SECTOR AGROPECUARIO

La ley de Prevención de Riesgos Laborales tiene por objeto promover la seguridad y la salud de los trabajadores mediante la aplicación de medidas y el desarrollo de las actividades necesarias para la prevención de riesgos derivados del trabajo. Establece los principios generales relativos a la prevención de los riesgos profesionales para la protección de la seguridad y de la salud y la eliminación o disminución de los riesgos derivados del trabajo.

PRINCIPIOS DE LA ACCIÓN PREVENTIVA:

- Evitar los riesgos.
- Evaluar los riesgos evitables.
- Combatir los riesgos en origen.
- Adaptar el trabajo a la persona
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Planificar la prevención: Evaluación inicial de riesgos y Plan de prevención.
- Anteponer la protección colectiva a la individual.

DERECHOS DE LOS TRABAJADORES

- Representación y consulta.
- Vigilancia de la salud.
- Información y formación.
- Información, adopción de medidas preventivas, abandonar el centro de trabajo en situaciones de riesgo grave e inminente.
- Coordinación de las actividades empresariales.
- Protección en dependencia de características o circunstancias especiales del trabajador: trabajadores sensibles a determinados riesgos, embarazo o parto reciente o trabajadores menores de edad.





- Los trabajadores con contratos temporales o contratados a través de empresas de trabajo temporal deberán tener el mismo grado de protección que los trabajadores de plantilla.
- Recurrir directamente a través de sus representantes a la Inspección de Trabajo si no se garantiza la seguridad y salud en el trabajo en sus empresas.

DELEGADOS DE PREVENCIÓN

Los delegados de prevención, son los representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos laborales, en las empresas o centros de trabajo con más de 6 trabajadores.

Son designados por y entre los representantes de los trabajadores y su número está en función del número de trabajadores de la empresa.

En tanto que no se determine en la negociación colectiva otra vía, son designados entre los delegados de personal.

Las competencias, facultades y derechos de los delegados de prevención se recogen en los artículos 36 y 37 de la Ley 31/95, de Prevención de Riesgos Laborales.

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD

El Comité de seguridad y Salud, sustituye al Comité de Seguridad e Higiene, se constituirá en las empresas o centros de trabajo de 50 o más trabajadores.

Es un órgano paritario, formado por los Delegados de Prevención de una parte, y por el empresario y/o sus representantes en igual número, por la otra.

A las reuniones del Comité podrán asistir con voz pero sin voto cuando así lo solicite el empresario o los representantes de los trabajadores: delegados sindicales, responsables técnicos de la prevención no incluidos, trabajadores de la empresa con especial cualificación o información y técnicos de prevención ajenos a la empresa.

El Comité se reunirá con una periodicidad mínima de 3 meses o a demanda de cualquiera de las partes.



6. RIESGOS PROFESIONALES Y DAÑOS DERIVADOS DEL TRABAJO. CONTROL DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES

De acuerdo a la legislación española, el accidente de trabajo se define como cualquier lesión que el trabajador sufra durante el tiempo y el lugar de trabajo, salvo que se pruebe lo contrario.

Las causas o factores de riesgo para la producción de accidentes se pueden resumir en las siguientes:

- Por desconocimiento de los riesgos y su prevención.
- Por confianza de que los riesgos no van a generar precisamente hoy el accidente.
- Por desconocimiento de la verdadera magnitud de las consecuencias.
- Por limitada conciencia social y empresarial de las pérdidas humanas y económicas que suponen.
- Por una carga cultural negativa hacia el trabajo que acepta como normal la existencia de accidentes.

La OIT recomienda los siguientes índices para el estudio de la siniestralidad:

- Incidencia
- Frecuencia
- Gravedad
- Duración media

Los accidentes generados en el sector agrario representan un 5% sobre el total porcentaje que asciende al 10% cuando se trata de accidentes graves o mortales.

La investigación de accidentes es una técnica preventiva dirigida a conocer ¿cómo? Y ¿por qué? Se ha producido un accidente.

Lo deseable es investigar todos los accidentes que se producen en la empresa. Como mínimo deberán ser investigados:

- Accidentes mortales.



- Accidentes graves.
- Accidentes leves o blancos caracterizados por repetitividad, riesgo potencial de causar lesiones graves, circunstancias mal definidas.

España presenta una de las tasas más bajas en enfermedad profesional de los países de su entorno, hecho que contrasta de forma llamativa con la elevada tasa de accidentabilidad.

Existen razones fundadas que inducen a pensar que en España existe una infradeclaración de la enfermedad profesional.

Estudios recientes cuantifican la subdeclaración de la enfermedad profesional en España entre 12.500 y 63.000 casos por año, de acuerdo con las tasas de incidencia media de los países de la OCDE, se estima que más de 3000 cánceres en España puedan estar ocasionados por exposición laboral y que en torno a 40.000 trabajadores pueden estar expuestos a factores de riesgo de cáncer como consecuencia de su actividad laboral.

La vigilancia de la salud de los trabajadores viene regulada en el artículo 22 y 25 de la ley de Prevención de riesgos Laborales, que establece la vigilancia de la salud como una obligación empresarial que, en función de los riesgos existentes, se debe garantizar a los trabajadores.

En relación con la vigilancia de la salud el trabajador tiene los siguientes derechos y garantías:

- La vigilancia de la salud es en general voluntaria.
- Las pruebas a realizar deben ser lo menos molestas posible.
- Se debe respetar la intimidad y dignidad de trabajador y la confidencialidad de los resultados.
- Derecho a conocer las pruebas a realizar y los resultados de las mismas.
- La realización de reconocimientos mediante protocolos específicos, dependencia de los factores de riesgo a los que este expuesto el trabajador.
- La vigilancia se realizará por personal sanitario con capacidad acreditada.
- Cuando los riesgos lo hagan necesario el empresario está obligado a realizar reconocimientos médicos postocupacionales.
- Los trabajadores no deberán ser empleados en puestos de trabajo, en los cuales, y debido a sus características personales, puedan ponerse en situación de peligro.
- En ningún caso se podrá discriminar a un trabajador por motivos de salud.



7. ORGANIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN EN LA EMPRESA

Las modalidades de organización de la prevención en la empresa, se regulan en el Capítulo IV (art. 30 a 32) de la Ley de Prevención y desarrollados en el reglamento de los Servicios de Prevención.

La modalidad preventiva a adoptar por la empresa, estará en función de dos variables:

- Número de trabajadores.
- Actividad de la empresa y riesgos existentes: es decir, si la empresa desarrolla una actividad incluida en el anexo I del Reglamento de los Servicios de Prevención.

TIPOS DE MODALIDAD PREVENTIVA:

- Asunción personal por el empresario (empresas con menos de 6 trabajadores, no incluidas en Anexo I y siempre que el empresario cuente con capacidad suficiente y desarrolle su actividad de forma habitual en el centro de trabajo.
- Designación de trabajadores.
- Constitución de un Servicio de Prevención Propio
- Concertando un Servicio de prevención Ajeno (obligatorio en empresas con 500 o más trabajadores o en empresas de 250 o más trabajadores incluidas en Anexo I)

Todas las empresas independientemente de su actividad, número de trabajadores, etc, están obligadas a organizar la prevención en la empresa, y elaborar entre otros documentos la evaluación inicial de riesgos, plan de prevención y el Plan de emergencia y Evacuación.

El artículo 30.6 de la Ley de Prevención de riesgos Laborales y el capítulo V del reglamento de los Servicios de Prevención, determinan la obligatoriedad de la realización de auditorías del sistema preventivo de la empresa con una periodicidad de 5 años. A excepción de las empresas con 6 o menos trabajadores, que no tienen obligación legal de realizar la auditoría siempre que envíen una notificación a la autoridad laboral donde se recojan las condiciones que no hacen necesaria la misma, y la autoridad laboral así lo reconozca.



CONDICIONES PARA LA REALIZACIÓN DE UNA EVALUACIÓN INICIAL DE RIESGOS:

- Hay que tener en cuenta las condiciones generales de acuerdo a la naturaleza y actividad del trabajo.
- Riesgos específicos relacionados con los equipos de trabajo, sustancias o acondicionamiento de los lugares de trabajo, teniendo en cuenta la normativa relativa a riesgos específicos o actividades de especial peligrosidad (riesgos biológicos).
- En función de los resultados obtenidos se realizarán controles periódicos de las condiciones de trabajo para detectar situaciones potencialmente peligrosas.
- Se revisará periódicamente cuando cambien las condiciones de trabajo.

La planificación de la acción preventiva debe realizarse sobre los resultados de la evaluación inicial de riesgos, dando lugar a un documento escrito denominado “Plan de Prevención”.

La legislación vigente recoge también la obligatoriedad de analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas preventivas y protectoras necesarias en función del tamaño, la actividad de la empresa y la presencia de personas ajenas a la misma, y plasmarla en un documento escrito denominado “Plan de Emergencia y Evacuación”.

Los representantes de los trabajadores en materia preventiva y el comité de seguridad y salud, deberán ser informados y conocer los aspectos fundamentales entre otros de los documentos citados, tales como la metodología, así como los resultados de la misma. Estos documentos deberán conservarse y mantenerse a disposición de la autoridad Laboral, ya que la ausencia de la Evaluación Inicial de Riesgos es considerada como una infracción grave.



8. MEDIOAMBIENTE FÍSICO: FACTORES ORGANIZATIVOS. CARGA DE TRABAJO

AMBIENTE TÉRMICO

Las condiciones mínimas de seguridad y salud en los centros de trabajo viene reguladas por el Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, que determina las condiciones de seguridad estructural, orden, limpieza y mantenimiento, condiciones de temperatura, humedad, iluminación, servicios higiénicos, locales de descanso y primeros auxilios.

Sin embargo, este Real Decreto está mas orientado hacia os centros de trabajo cuya actividad se realiza en instalaciones "cerradas" que hacia las actividades laborales desarrolladas al aire libre, que es el caso de la mayoría de las desarrolladas en e sector agropecuario, a las que exclusivamente se hace referencia en el punto 4 del anexo V.

Las condiciones ambientales derivan de la combinación de una serie de variables:

- Condiciones ambientales:
 - Temperatura del aire.
 - Temperatura radiante media.
 - Humedad relativa.
 - Corriente de aire.
- Condiciones individuales:
 - Consumo metabólico: metabolismo basal y del trabajo.
 - Ropa de trabajo.

RIESGOS DERIVADOS DE LAS CONDICIONES CLIMÁTICAS:

Los efectos para la salud del estrés térmico y exposición a la luz solar, pueden ir desde el agotamiento por calor, calambre, etc. Pasando por la producción de quemaduras. La exposición continuada a la luz solar sin la adecuada protección puede dar lugar a cánceres de piel.



MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Evitar en la medida de lo posible realizar las faenas en las horas de más calor.
- Realizar pausas frecuentes en lugares sombreados y aireados.
- Cubrir la cabeza si se está al sol.
- Beber con frecuencia agua u otro líquido.
- Utilizar ropa adecuada en función de la climatología.
- Utilizar cremas protectoras frente al sol en las zonas de piel descubiertas.
- Rotación de puestos y tareas.

MANIPULACIÓN DE CARGAS:

A pesar, de la creciente mecanización de las labores agrícolas la manipulación y transporte manual de cargas en una actividad todavía frecuente en el sector agrario.

La manipulación manual de cargas viene regulada por el real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgo, en particular dorsolumbares para los trabajadores.

Los daños se producen por distintos motivos, entre otros: Ciclos de trabajo muy repetitivos, mantenimiento de posturas forzadas, tiempos de descanso insuficientes, trabajos con herramientas que vibran, coger cargas demasiado grandes, etc.

Entre otros daños los más frecuentes son:

- Fatiga muscular: disminución de la capacidad física de individuo, después de haber realizado un trabajo durante un tiempo determinado.
- Tendinitis: inflamación de los tendones, la consecuencia de la misma es un fuerte dolor y continuado de la zona afectada.
- Síndrome de túnel carpiano: Es originariamente una tendinitis producida por años de repetir el mismo movimiento.
- Alteraciones de la columna vertebral, fundamentalmente en la zona lumbar dando lugar a lumbalgias (dolor en la zona lumbar de la espalda) pinzamientos, hernias discales, etc.



MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Mantener un ritmo de trabajo adecuado y realizar pausas.
- Mantener posturas adecuadas.
- Evitar manejar cargas pesadas, si no se puede evitar, se realizará entre dos personas.
- Mecanización y automatización de procesos.
- Antes de levantar la carga se debe haber decidido donde se va a dejar.
- La carga se acercará lo máximo posible al cuerpo.



9. PRIMEROS AUXILIOS

Frecuentemente los trabajadores del sector agropecuario realizan su actividad laboral al aire libre, y en ocasiones lejos de los centros de asistencia sanitaria, esta situación confiere gran importancia a los conocimientos sobre primeros auxilios.

El objetivo de cualquier técnica de primeros auxilios es:

- Preservar la vida.
- Limitar el empeoramiento del trastorno.
- Promover la recuperación.

Las acciones a realizar en caso de emergencia se pueden resumir en las siguientes:

- Valorar la situación:
 - Observar con calma pero con rapidez lo que ocurre.
 - Identificar peligrosos para sí mismo y para el accidentado.
 - No correr nunca ningún riesgo.
- Asegurar la zona:
 - Proteger al herido si sigue existiendo peligro, apagar interruptores eléctricos, maquinaria, etc.
 - En caso de varios heridos, valorar la situación y establecer prioridades.
 - En primer lugar realizar la llamada a los servicios de emergencia previstos.
 - Atender en primer lugar los cuadros de mayor gravedad (paradas cardiorespiratorias, graves hemorragias, etc.)
 - Los heridos menos graves deberán ser alejados para permitir el acceso a los casos mas graves.
- La valoración del accidentado incluye:
 - Comprobar el estado de conciencia del accidentado.
 - Ante un accidentado inconsciente siempre debe pensarse que puede existir lesión medular, por lo tanto no se deberá mover la cabeza de este y se mantendrá alineado el eje cabeza-tronco
 - Comprobar que la vía respiratoria está abierta.
 - Comprobar la existencia de latido cardiaco.
 - Comprobar que existe respiración espontánea.



- Comprobar si existe hemorragia sobre todo si es arterial.
- Se debe pensar en la posibilidad de que existan daños internos como hemorragias internas.

Si existen lesiones vitales, éstas deberán ser atendidas lo más rápidamente posible, si no existe riesgo inminente no debe manipularse al paciente, se avisará a un teléfono de emergencias previsto y se permanecerá al lado del accidentado evitando que sufra frío o calor en dependencia de las circunstancias y tranquilizándolo hasta que lleguen los medios de socorro.

La reanimación cardiopulmonar se inicia insuflando aire dos o tres veces seguidas en los pulmones, seguidamente se realizan 15 comprensiones seguidas, si el trabajador se recupera debe colocarse en posición de seguridad.

En el caso de herida con hemorragia esta no debe manipularse, presionando sobre la herida con el fin de que no pierda sangre.

El torniquete siempre debe ser utilizado como última medida en hemorragias muy graves. Si se coloca un torniquete no hay que olvidar poner la hora, en que se ha colocado, de forma visible.

En caso de amputación, no hay que olvidar que no debe lavarse la herida, ni colocar gasas o algodón en contacto con la zona lesionada. Nunca debe colocarse un torniquete la mejor opción es envolver la parte amputada en una bolsa de plástico y colocar hielo de forma que no contacte directamente con el tejido.

- La vigilancia se realizará por personal sanitario con capacidad acreditada.
- Cuando los riesgos lo hagan necesario el empresario está obligado a realizar reconocimientos médicos postocupacionales.
- Los trabajadores no deberán ser empleados en puestos de trabajo, en los cuales, y debido a sus características personales, puedan ponerse en situación de peligro.
- En ningún caso se podrá discriminar a un trabajador por motivos de salud.