

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN GRANJAS AVÍCOLAS



ATENDE

Agro



Instituto Galego de Seguridade
e Saúde Laboral



Edición:

Instituto Gallego de Seguridad
y Salud Laboral (Issga)
Casa da Parra. Praza da Quintana, s/n
15704 Santiago de Compostela
www.issga.xunta.es

Santiago de Compostela, 2015

Coordinación:

Técnicos del Issga
Angel López Álvarez
Héctor González Nóvoa
Estrella Cancio Fernández
María Teresa Pérez Blanco
Sílvia Bacaicoa Ripa

Diseño y maquetación:

www.analit.es

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN GRANJAS AVÍCOLAS

CAPÍTULO	PÁGINA
1 Riesgos en los lugares de trabajo	03
2 Riesgos en atmósferas de trabajo	10
3 Utilización de equipos	12
4 Equipos que se desplazan	17
5 Riesgos por contactos eléctricos	19
6 Trastornos músculoesqueléticos y manipulación de cargas	20
7 Higiene en los lugares de trabajo	24
8 Riesgos derivados de los productos químicos	27
9 Exposición a contaminantes biológicos	29
10 Enfermedades transmitidas por los animales (Zoonosis)	31
11 Normas de higiene	32
12 Perspectiva de género	33
13 Medidas de emergencia	34
14 Primeros auxilios	35
15 Alergias. Alcohol y otras drogas	36
16 Señalización	37
17 Equipos de protección individual	38
18 Legislación básica	39



© Issga. Xunta de Galicia.
Os Atende do Issga AGRO_Prevención de riesgos laborales en granjas avícolas

Esta obra está disponible para su consulta y descarga en el siguiente enlace:
<http://issga/portal/contido/documentacion/publicacions/>

Esta obra se distribuye con una licencia CC-Atribución-CompartirIgual 4.0 España de Creative commons. Para ver una copia de la licencia, visite:
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.es_ES

Riesgos en los lugares de trabajo

Caídas a distinto nivel



Procura que la tapa de cierre del silo pueda abrirse desde el suelo y que se encuentre en buen estado, para evitar subirse en altura.



Para verificar el nivel de pienso de forma segura: te ayudarán los silos con bandas transparentes, el empleo de medios auxiliares para golpear el silo desde el suelo, etc.



Comprueba que las escalas de ascenso a los silos estén equipadas con anillos de protección a partir de los 2 metros de altura.



No te subas a un elemento de elevación que no sea apto para el uso de personas. La parte inferior del recorrido debe estar protegida para evitar que puedan situarse en ella accidentalmente trabajadores.



- Cuando en el último tramo para acceder a la apertura superior del silo, no existan protecciones, haz uso de un equipo de protección anticaídas con marcado CE
- Ten en cuenta que la lluvia, la helada o el barro en el calzado pueden hacer resbaladizos los peldaños. Sujétate firmemente a los largueros y, si fuese necesario, haz uso de arnés de seguridad anclado a un punto seguro o línea de vida.

Riesgos en los lugares de trabajo

Caídas a distinto nivel



Ten cuidado con los desniveles en el plano de trabajo, ya que suponen un riesgo directo de caída.

Asegúrate de que los huecos del suelo y las zonas con riesgo de caída desde altura estén bien protegidos con barandillas u otros sistemas de seguridad equivalentes.



Presta especial atención a las operaciones con escaleras y plataformas de trabajo.

Cuando utilices escaleras, comprueba que ofrezcan garantías de solidez, estabilidad y seguridad. Cuando se trate de escaleras de tijera deberán estar provistas de elementos que limiten la abertura de las mismas.



Asegúrate de que el camión dispone de una escala de acceso en buen estado y una protección en su parte superior que evite las caídas.

No te ubiques en las proximidades del borde de la caja o de la plataforma hidráulica durante la carga y descarga del camión.

Riesgos en los lugares de trabajo

Caídas al mismo nivel y/o sobre objetos



Mantén la instalación limpia y ordenada. No dejes materiales desordenados en las zonas de tránsito.



Mira por donde caminas y donde pisas. Evita los obstáculos, estate atento para no tropezar.



Ten en cuenta que la presencia de excrementos, plumas, etc., favorecen los resbalones.



Haz uso de botas de seguridad con suela antideslizante para evitar resbalones y caídas. Aumenta las precauciones cuando debas hacer uso de calzas desechables, pues son resbaladizas.



Procura no utilizar calzado abierto (tipo zueco) con suelas de cuero o similares, carece de sujeción y favorece los deslizamientos y torceduras.



Una buena iluminación reduce los riesgos de caída. Si tienes que trabajar con excusa iluminación, debes conocer bien los lugares por donde vas a pasar y evitar que haya huecos o desniveles sin proteger.

Riesgos en los lugares de trabajo

1.3

Golpes, cortes, pinchazos o picotazos



Ten en cuenta que en el lugar de trabajo existen objetos inmóviles, presta atención a ellos para evitar golpes o pinchazos. Evita las prisas y el abandonar materiales u otros objetos en lugares de paso y movimiento frecuente de trabajadores



Es importante que utilices guantes, botas y ropa que proteja brazos y piernas, para minimizar el riesgo de sufrir heridas por arañazos y/o picotazos de las aves, ya que éstas pueden convertirse en vías de entrada de agentes patógenos.



Las avestruces son animales muy nerviosos. Cuando debas acercarte a ellas hazlo con mucho cuidado, sus patadas son muy poderosas y pueden producirte lesiones importantes.

Caídas de objetos por manipulación



Antes de levantar una carga, examínala para detectar esquinas puntiagudas, suciedad, etc., y así evitar riesgos. Para levantar la carga, cógela por el lugar más adecuado según los asideros de los que disponga, forma, volumen y peso.



Utiliza calzado de seguridad, con puntera reforzada. Asimismo, utiliza guantes con el fin de mejorar el agarre.

Riesgos en los lugares de trabajo

Atrapamientos por o entre objetos



Para evitar atrapamientos, comprueba que siempre estén colocadas las tapas de los sinfines de transporte de pienso. Antes de realizar operaciones de mantenimiento, limpieza, ajuste o desatascado de los equipos de trabajo; asegúrate de desconectar el equipo, comprobar la inexistencia de energías residuales peligrosas y tomar las medidas necesarias para evitar su puesta en marcha o conexión accidental mientras se efectúan dichas operaciones.



Si ves partes móviles de máquinas o equipos que te puedan golpear o cortar y que no se encuentren debidamente protegidas, avisa para que se protejan y señaliza con un cartel que indique que se encuentran “fuera de uso”. En caso de atrapamiento puedes sufrir lesiones de distinta importancia: hematomas, aplastamientos de miembros, amputaciones e incluso la muerte.



No retires los resguardos u otros elementos de seguridad de las máquinas. Consérvalos en perfecto estado.

Los órganos de accionamiento tienen que estar claramente visibles. Las máquinas sólo se podrán poner en marcha mediante una acción voluntaria sobre un órgano de accionamiento.

Utiliza ropa de trabajo ajustada y lleva el pelo recogido. No utilices prendas como mangas holgadas, anillos, pulseras, cadenas, etc., que incrementan el riesgo de atrapamiento.

Riesgos en los lugares de trabajo

1.5

Golpes y aplastamientos por caída de objetos y animales



No hagas almacenamientos inestables ni de altura excesiva.



Coloca las pacas de modo que se garantice su estabilidad y se facilite un despilamiento cómodo y seguro. Es preferible que apiles las pacas a modo de pirámide, con una amplia base en el fondo y estrechándola a medida que se sube.



Almacena las pacas sobre una superficie regular y llana. Limita el acceso a las zonas de apilamiento.



Antes de comenzar el apilamiento o despilamiento asegúrate de que no haya nadie en el radio de acción de la máquina.



Revisa periódicamente el estado de las sujeciones de los elementos suspendidos del techo de la nave.



Nunca pases o permanezcas debajo de una carga suspendida.



Ten en cuenta que la acumulación de nieve puede poner en riesgo la estabilidad de los tejados, incluso hasta llegar a desplomarse, especialmente en los poco inclinados.

Riesgos en los lugares de trabajo

Contacto, confort y estrés térmico



Para evitar quemarte ten cuidado en las inmediaciones de las lámparas de propano.



En la granja existen zonas de trabajo a muy distinta temperatura, utiliza ropa adecuada a las condiciones ambientales de la zona en la que te encuentres.

Incendio y explosión



Comprueba que las calderas, grupos electrógenos e incineradores se encuentran en buen estado y se revisan con una periodicidad adecuada. Con ello evitarás que puedan llegar a producir incendios o explosiones por perforaciones, fallos en sistemas de control o de seguridad, fallos de válvulas etc.



No realices operaciones de mantenimiento o limpieza de equipos para los que no estás cualificado o autorizado.



Asegúrate de disponer en la granja de elementos extintores de incendios revisados y en correcto estado de uso.



Las instalaciones eléctricas en mal estado o sobrecargadas suelen ser frecuentemente causa de incendio.

Riesgos en atmósferas de trabajo

2.1

Espacios confinados



- Evita entrar en espacios confinados, silos, pozos, depósitos, etc.
- Si es imprescindible que te metas en espacios confinados, debes seguir lo previsto en el plan específico de trabajo y estar autorizado por escrito para entrar al recinto confinado.
- Es importante que antes de entrar en un espacio confinado lo ventiles convenientemente. Para ello debes dejar abiertas un tiempo las entradas del silo, pozo, depósito, etc., y si es necesario utiliza ventilación forzada.
- Recuerda que antes de entrar al interior del silo, depósito etc. y de manera continua, debes comprobar si la atmósfera en el interior del espacio confinado presenta riesgo de asfixia o de atmósferas tóxicas, mediante equipos específicos de medición (detector de gases, explosímetro, etc).



Reduces el riesgo si mides, si tienes prevista la evacuación y si avisas a un compañero para que permanezca vigilante en el exterior. No trabajes sólo, es más seguro hacerlo acompañado.

Si no estás seguro de que la atmosfera sea respirable, utiliza equipos de respiración autónoma o semi autónoma. Estos equipos te aportan una atmósfera respirable, independientemente de la calidad del aire de la zona de trabajo.



- Si te quedas en el exterior, estate atento y encárgate de disponer de los equipos necesarios para actuar, en caso de tener que rescatar a tu compañero: sistemas mecánicos de elevación, equipos autónomos de evacuación, etc.
- Si estás en el interior y aprecias cualquier síntoma de asfixia debes hacer una señal, tirando de la cuerda para que seas socorrido por el compañero que vigila desde fuera.

Riesgos en atmósferas de trabajo

Atmósferas explosivas (ATEX)



- Ten en cuenta que el polvo de naturaleza orgánica (sustancias alimenticias y piensos, serrín, etc) puede producir una explosión, en presencia de superficies calientes (motores, etc) o elementos susceptibles de producir chispas (operaciones de corte o soldadura, material eléctrico, etc).
- Mantén limpia tu granja para evitar que se deposite y acumule el polvo.
- Si precisas realizar cualquier trabajo de reparación o mantenimiento en el silo, con herramientas eléctricas o soldadura, debes limpiarlo y ventilarlo correctamente para eliminar concentraciones peligrosas de polvo que puedan generar explosiones. La limpieza debes realizarla preferiblemente por aspiración y no por soplado, para evitar la formación de polvo.

- Comprueba que los equipos que utilizas en los espacios con riesgos derivados de atmósferas explosivas son aptos para estas zonas (Marcado Ex).
- Comprueba si en tu lugar de trabajo existen zonas con posibilidad de presencia de una atmósfera especialmente explosiva. Puedes encontrar esta información en los documentos de prevención de tu empresa (evaluación de riesgos, etc).
- Si debes trabajar en zonas clasificadas como ATEX, asegúrate de que conoces los procedimientos de trabajo especiales para trabajar en ellas.
- Los trabajos de reparación y mantenimiento en zonas ATEX deben ser realizados por personal cualificado para ello.



Verifica que los accesos a las áreas en las que puedan formarse atmósferas explosivas, se encuentran delimitadas y señalizadas.

Utilización de equipos

Herramientas manuales



Utiliza las herramientas solamente para las operaciones para las que fueron diseñadas.



Conoce y respeta, las condiciones de uso y las recomendaciones de seguridad establecidas en el manual de instrucciones. La propia herramienta puede contener indicaciones que nos ayuden hacer más seguro su uso.



- Antes de comenzar los trabajos, verifica el buen estado de las herramientas que vayas a usar: inspeccionado cuidadosamente mangos, filos y acoplamiento en busca de grietas, astillas, etc.
- Siempre que sea necesario, emplea los equipos de protección individual adecuados al riesgo existente en cada caso (guantes, gafas de protección, botas de seguridad, etc).



- Transporta de forma segura las herramientas cortantes o punzantes. No las lleves en los bolsillos. Siempre que sea posible, guarda los utensilios de corte dentro de su funda después de utilizarlos.
- Recuerda que es peligroso dejarlas abandonadas en cualquier sitio.

Utilización de equipos



Sigue las instrucciones del fabricante de los equipos de trabajo y herramientas que utilices, en aspectos como: método de trabajo correcto, epis necesarios, elementos de seguridad, etc.



Comprueba que el disco de corte sea adecuado para el trabajo a realizar y que se encuentra en buenas condiciones de uso. Si está resquebrajado o gastado sustitúyelo.



Utiliza siempre la amoladora con la protección del disco puesta y correctamente fijada.



Coge la amoladora de tal forma que quedes siempre protegido por el protector del disco. Siempre que trabajes con amoladoras o radiales, usa los equipos de protección adecuados (gafas, guantes, protectores auditivos, botas de seguridad, etc).



Para prevenir la inhalación de gases y humos metálicos; cuando realices trabajos de soldadura procura hacerlos al aire libre o lugares bien ventilados y utilizando un procedimiento de trabajo adecuado: evita que tu cara quede justo en la vertical del punto de soldadura, utiliza protección individual de las vías respiratorias, etc.



Para evitar contactos eléctricos, no introduces jamás los electrodos en agua para enfriarlo, ni los sustituyas con las manos desnudas o los guantes mojados. Comprueba además que no existan deficiencias de aislamiento en los cables o en las conexiones de red.

Utilización de equipos



- No uses la hidrolimpiadora si el cable de alimentación eléctrico o alguna pieza importante del aparato (dispositivos de seguridad, mangueras de alta presión, pistola, etc) presentan daños.
- Empuña con fuerza la pistola de la hidrolimpiadora porque al accionar la máquina ésta tiende a retroceder y te puede golpear.
- No dirigas los chorros de alta presión hacia personas, animales... ni hacia aparatos eléctricos bajo tensión ni hacia la misma máquina.



Advierte al jefe de inmediato de cualquier anomalía detectada durante el uso de los equipos de trabajo (sobrecalentamiento, olores extraños, chispas, etc)



Siempre que estés realizando trabajos de limpieza debes llevar botas, guantes y ropa que impida el contacto con los desechos que estés manejando. Cuida de su almacenamiento y limpieza.



Comprueba el buen funcionamiento de todos los elementos de seguridad de la motodesbrozadora: sistemas de amortiguación de vibraciones, regulación del brazo ergonómico, gancho para contrapesar, etc.

Equípate con los equipos de protección necesarios:

- Gafas de protección
- Pantalla facial. Ésta por sí sola no evita el riesgo de proyecciones en los ojos
- Casco de seguridad
- Protectores auditivos
- Guantes de seguridad
- Botas de seguridad con puntera reforzada
- Uso recomendado de espinilleras o pantalones con protección anticorte.

Bajo ninguna circunstancia utilices la motodesbrozadora sin haberle colocado previamente el protector del cabezal de corte adecuado y cambiáselo siempre que sea necesario. Utiliza solamente protectores y elementos de corte autorizados por el fabricante.

Utilización de equipos



Utiliza los equipos de trabajo en las condiciones, forma y para los fines recomendados por los fabricantes, importadores y suministradores. Para evitar sufrir atrapamientos, comprueba que el sistema de engranaje y demás partes móviles de los equipos se encuentran protegidas.



Bajo ningún concepto, introduces el brazo en el interior del tambor y mucho menos si está en movimiento. Si precisas despegar material del interior del equipo, utiliza elementos auxiliares y siempre con la máquina parada desconectada de las fuentes de energía.



Si detectas elementos eléctricos que presenten deficiencias de aislamiento u otras situaciones anómalas, comunícalo a tu superior para que el personal especializado los repare.



Si adviertes riesgo de contacto con partes en movimiento de un equipo, avisa a tu superior para que le instale elementos de protección que impidan dicho contacto.



- **No utilices un equipo de trabajo si no sabes cómo funciona, o como se usa para esa operación.**
- Si tienes que utilizar un equipo que no hayas usado nunca, léete atentamente el manual de instrucciones antes de ello y familiarízate con todas sus partes.

Utilización de equipos



- Antes de proceder a voltear la cama de los pollos, inspecciona la zona a trabajar y elimina los objetos que puedan bloquear o dañar el equipo, así como ser despedidos hacia ti.
- Comprueba que la máquina escarificadora o removeedor avícola, dispone de protector de cuchillas en su parte posterior. Utiliza calzado de seguridad.



- Antes de utilizar los equipos para remover la cama (removeedor avícola, etc.) por primera vez, debes leer y comprender su manual de uso. Estos equipos te pueden causar lesiones serias si no los utilizas correctamente.
- No utilices el equipo si le faltan tapas y cubiertas de protección de sus partes móviles, ya que esta situación podría causarte daños severos.



Quando estás traballando, poderías quemarte. Evita tocar cualquier parte del motor, sobre todo las más cercanas al tubo de escape.

- Cuando vayas a alzar, transportar o realizar cualquiera otra operación en la zona de cuchillas para su limpieza, desatascos, mantenimiento, etc., debes hacerlo siempre con el motor parado, el capuchón de la bujía retirado y utilizando guantes resistentes de protección.
- No sitúes nunca las manos ni los pies debajo del removeedor, cuando el motor esté en funcionamiento.
- No sueltes las manos de las manillas antes de que el equipo se detenga completamente.

Equipos que se desplazan



- Nunca manejes la maquinaria ni los vehículos si no tienes la formación precisa. Infórmate y respeta las indicaciones del manual de uso.
- Al principio de cada jornada, comprueba los dispositivos y elementos de seguridad, estado de las señales acústicas y ópticas de maniobras, así como los de funcionamiento que pueden poner en duda la seguridad del equipo: neumáticos, niveles, frenos, etc. Si detectas deficiencias, comunícalas y no asumas intervenciones o conductas sin garantías de seguridad.



Haz la subida y bajada siempre de frente al tractor, utilizando las agarraderas y sin saltar. Comprueba periódicamente el estado de los escalones y utiliza un calzado adecuado.



Presta atención a las personas que puedan estar a tu alrededor y asegúrate de que puedes maniobrar el tractor con total seguridad.



- No dejes subir a nadie a ningún punto del tractor si no hay asiento destinado a acompañantes al lado del conductor.
- No permitas que nadie se suba a los remolques o aperos a no ser que dispongan de asientos previstos para esto.



Comprueba que tu tractor esté provisto de una estructura de protección (cabina, bastidor, arco o pórtico), para evitar que seas aplastado en caso de vuelco. Verifica que cuenta con cinturón de seguridad y haz uso de él.

Equipos que se desplazan



Ten en cuenta que si trabajas sin hacer uso del cinturón de seguridad, utilizando un tractor sin estructura de protección o con el arco o pórtico abatido; supone estar expuesto a un riesgo de aplastamiento si se produce un vuelco.



Si ves alguna parte peligrosa de la máquina que no esté debidamente protegida: toma de fuerza, ejes de transmisión, etc., colócale el protector o avisa a quien pueda encargarse de que se haga.



Diariamente antes de empezar a trabajar comprueba el estado general de la carretilla, entre otros la señalización lumínica y acústica.



No conduzcas carretillas si no dispones de formación específica y autorización expresa de la empresa. Verifica que cuentan con estructura antivuelco y cinturón de seguridad, y haz uso de él.



Respetas las vías de circulación señaladas para estos vehículos. No invadas las zonas de circulación de personas y respeta los pasos de peatones.



Evita los usos imprudentes de la carretilla: realizar giros bruscos, maniobrar la carretilla sin estar subido, circular a velocidades altas o con las horquillas elevadas, transportar o elevar personas, etc.



Recuerda que con las transpaletas puedes manejar cargas y volúmenes similares a las de una carretilla elevadora, por lo que existen riesgos de utilización similares. Para evitar estos riesgos ten en cuenta lo recogido en el manual de instrucciones del equipo.

Riesgos por contacto eléctrico



Al realizar tareas en el exterior, presta atención a la existencia de tendidos eléctricos aéreos. Debes respetar las distancias de seguridad a la hora de realizar operaciones en su cercanía. Ten en cuenta que no hace falta tocar el cable para que se produzca un accidente por arco eléctrico.



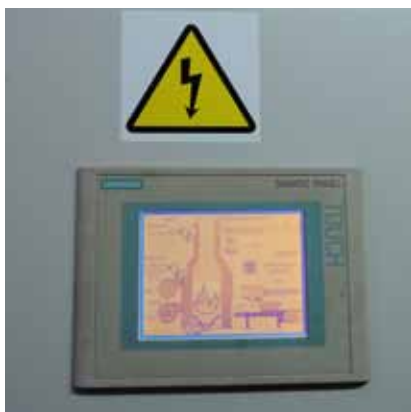
Comprueba que la instalación está protegida con un interruptor diferencial y éste funciona correctamente, especialmente si vas a acceder a zonas húmedas de la nave. Ten en cuenta que en estas zonas, el interruptor diferencial tiene que ser más sensible.



Cuando utilices herramientas eléctricas, comprueba que disponen de clavijas de enchufe. Nunca las conectes directamente con los cables pelados ni las utilices con las manos o pies húmedos. Comprueba también que disponen de doble aislamiento o toma de tierra.



Los trabajos de mantenimiento y reparación de equipos de trabajo o instalaciones eléctricas, solo pueden ser realizados cortando la tensión y por personal debidamente cualificado.



Comprueba que está sinalizado o risco eléctrico nos cadros e nos equipos segundo a normativa.



Comprueba que el sistema eléctrico de la granja (cuadros, conexiones, etc.) está en buen estado. Si observas cualquier situación anómala (cables pelados, rotos, fuera de sitio,...) debes comunicarlo a tu superior.

Verifica si se ha realizado la revisión periódica de las instalaciones por un organismo de control autorizado (OCA), cuando sea necesaria de acuerdo con el Reglamento Electrotécnico para Baja Tensión (REBT).

Trastorno musculoesquelético y manipulación de cargas



Asegúrate de que las zonas que tengas que recorrer con carga estén libres de obstáculos, y la zona de descarga despejada.

Haz uso de los medios auxiliares de los que dispongas, para manipular cargas (transpaletas, etc).



Cuando debes manipular materiales manualmente y éstos sean pesados, voluminosos o la frecuencia vaya a ser elevada, pide ayuda a tus compañeros.



Procura no inclinar el tronco hacia adelante, cuando levantes cargas situadas por debajo de las rodillas. Trata de mantener una postura corporal correcta, con la espalda recta y buscando posiciones estables que permitan trasladar el esfuerzo a las piernas.



No realices movimientos bruscos de la espalda, en especial giros, incluso manejando cargas ligeras. Para girar mueve los pies en vez la cintura.



Evita levantar cargas manualmente por encima de los hombros.

Trastorno musculoesquelético y manipulación de cargas

Durante la realización de tus tareas, puedes estar expuesto a diferentes situaciones de riesgo ergonómico:

- Posturas inadecuadas/forzadas de diferentes partes de tu cuerpo (espalda, brazos, cuello, etc).
- Sobreesfuerzos físicos (manipulación de cargas, empujar, etc).
- Trabajos prolongados de pie.
- Movimientos repetitivos.
- Etc.



En todas las tareas que realices, intenta mantener la espalda lo más recta posible. Si debes trabajar agachado, adopta siempre una postura de rodilla alterna en el suelo con la otra semiflexionada, a fin de mantener la espalda recta y evita siempre trabajar en “cuclillas” o permanecer arrodillado de forma prolongada, debido a que te puede causar serios daños en los músculos de las piernas, tales como lesiones meniscales, bursitis crónica de las bolsas sinoviales, etc.



Si te ves obligado a trabajar en una postura incómoda, haz frecuentes descansos para estirar y relajar los músculos que han estado en tensión. Así evitarás acumular cansancio muscular y sufrir posibles molestias y lesiones.

Las pausas no tienen porque ser largas: Unos pocos segundos son suficientes para estirar la musculatura y poder continuar realizando la misma tarea.

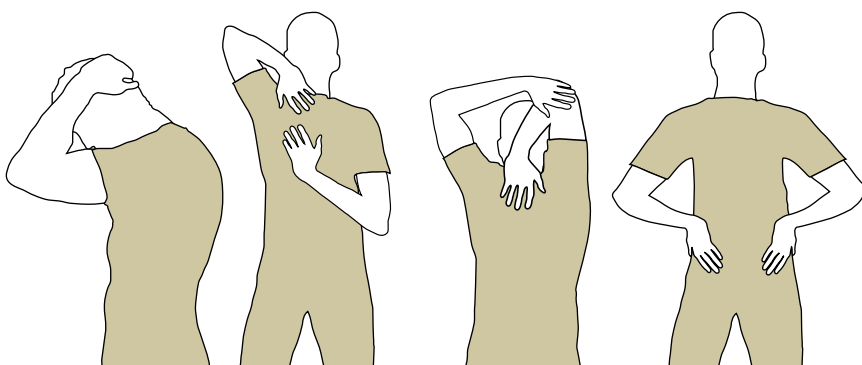
Trastorno musculoesquelético y manipulación de cargas



Acoplar mangos adicionales a las herramientas manuales (palas, rastrillos, etc) puede ayudarte a realizar las tareas con una mejor postura de la espalda.



Si puedes, para reducir el riesgo de sufrir lesiones en tus músculos, utiliza medios mecánicos para aquellas tareas que te exijan esfuerzos en las manos, brazos, etc.



Una rutina adecuada de calentamiento y estiramiento de los músculos y de las articulaciones antes de comenzar a trabajar, te ayudará a reducir el riesgo de sufrir lesiones de tipo musculoesquelético.



Dedica algún tiempo a la semana, a fortalecer tu cuerpo (realizando ejercicios de acondicionamiento físico: lumbar-abdominal, tren inferior,...) y mejorar tu condición física (caminar, correr, nadar, etc).

Trastorno musculoesquelético y manipulación de cargas

Equipos para manipular cargas: carros



Reduce en la medida de lo posible el esfuerzo necesario para empujar los carros:

- Comprueba que la zona por donde se van a desplazar los carros sea de superficie lisa, antideslizante y esté libre de obstáculos.
- Realiza un mantenimiento preventivo de las ruedas de los carros, para impedir la acumulación de residuos y mantén las ruedas limpias y engrasadas.



Ten en cuenta que es preferible empujar una carga de frente que arrastrarla de espaldas, ya que el esfuerzo en la columna es menor y evita que el carro pueda golpearte o atraparte.



Al empujar y arrastrar cargas evita torcer o doblar la espalda, estirando los brazos situándolos por debajo del nivel de los hombros. Realiza la fuerza con todo el cuerpo, no solamente con los brazos.



Para mejorar la adherencia respecto al suelo, y ganar estabilidad al empujar o tirar de la carga, utiliza calzado adecuado con suela antideslizante.

Higiene en los lugares de trabajo

Exposición a radiación, ruido y vibraciones



- Utiliza máscara o pantalla facial protectora con cristales de tonalidad adecuada al tipo de soldadura, para protegerte la vista de las radiaciones nocivas que producen los procesos de soldadura (rayos UV, etc). Jamás mires directamente al arco eléctrico.
- Para prevenir quemaduras e incluso el poder desarrollar un cancer, evita exponer zonas de piel desnuda a la radiación procedente de los procesos de soldadura, mediante el uso de guantes y ropa apropiada.



Si observas alguna deficiencia en algún equipo que provoca un aumento excesivo de ruido o vibraciones, avisa para su reparación.



Cuando el nivel de ruido sea elevado usa protectores auditivos (auriculares, tapones antiruido, etc). Conoce el nivel de ruido diario, a través de mediciones, en tu puesto de trabajo.

Obligaciones respecto a los EPI, según los niveles de ruido:

< 80 dBA

Los puedes pedir

≥ 80/85 dBA

Te los deben facilitar

≥ 85 dBA

Los debes usar siempre

> 87 dBA

Nunca se debe superar ese nivel, habida cuenta de la atenuación

Comprueba que el protector auditivo utilizado dispone de marcado CE, es adecuado al tipo de ruido existente y que te lo has colocado bien siguiendo las instrucciones del fabricante y se ajuste a ti.

Recuerda que la exposición continuada a vibraciones a nivel de los dedos, manos y brazos puede provocar alteraciones de tipo vascular (síndrome de Raynaud o enfermedad del dedo blanco), de tipo músculoesquelético (enfermedad de Kienböck) o de tipo neurológico (Síndrome del Túnel Carpiano).

Higiene en los lugares de trabajo

Inhalación, contacto o ingestión de sustancias nocivas



En trabajos con presencia de contaminantes: amoníaco, dióxido de carbono, etc., asegúrate de que se efectúan mediciones ambientales, con el fin de determinar el riesgo higiénico al que puedes estar expuesto en todas las zonas y fases del trabajo.



El contacto prolongado con el polvillo orgánico que dejan las plumas, heces desecadas o alimento de las aves, te puede producir enfermedades de tipo respiratorio (neumonitis, etc.) que te pueden provocar fiebre, tos, dificultad para respirar, cierta presión pretorácica, etc. Para evitarlo haz uso de protección respiratoria contra partículas.



- Durante la realización y mantenimiento o volteo de la cama, haz uso de los equipos de protección adecuados (mascarilla, de protección frente a partículas y gases, etc.) para evitar sufrir problemas respiratorios tipo asma, rinitis, etc.
- Ten en cuenta que durante estas tareas, además de generarse partículas de polvo, es cuando la emisión de amoníaco es mayor.



Adopta medidas para reducir las emisiones y concentración de amoníaco (NH₃) en las instalaciones de la granja:

- Renueva la cama siempre que se ingrese una nueva camada.
- Voltea la cama por partes y con la zona bien ventiladas.
- Utiliza el sistema de extracción.
- Etc.

El amoníaco es un gas que te puede producir irritación en los ojos y daños severos del tracto respiratorio, neumonía y edema pulmonar (apretón en el pecho y dificultad para respirar).



Higiene en los lugares de trabajo

Inhalación, contacto o ingestión de sustancias nocivas

	Valor límite para una exposición de 8 horas / jornada	Valor límite no superable en exposiciones de 15 minutos
Amoníaco	20 ppm	50 ppm
Concentración NH ₃	Efectos sobre la salud	
5 -17 ppm	Irritación de nariz y garganta	
130-200 ppm	Irritación lagrimal	
1500-2000 ppm	Edema pulmonar, depresión respiratoria	



Ten en cuenta que en los espacios cerrados utilizados como almacén de pellets de madera, se pueden llegar a generar concentraciones mortales de CO.



Durante el suministro de biomasa a la caldera, evita estar expuesto a la nube de polvo de madera o serrín, por su posible efecto irritante, alérgico, cancerígeno, ...



Las operaciones de limpieza u otras en la incineradora debes relizarlas con los equipos de protección adecuados (mascarilla, etc) para evitar la exposición de productos derivados de la combustión.



- Si utilizas un equipo dotado de motor de combustión en interiores, asegúrate de mantener una buena ventilación durante su uso, para evitar concentraciones nocivas de los gases de escape. Evita o limita en lo posible, el uso de este tipo de equipos en interiores y sigue las instrucciones que a este respecto, el fabricante marque en su manual.
- Ten en cuenta que el monóxido de carbono que desprende el tubo de escape es altamente venenoso y te puede provocar serios problemas de salud (intoxicaciones, etc).
- Evitaras este tipo de riesgo si haces uso de equipos con motor eléctrico.

Riesgos derivados de los productos químicos



Almacena los productos químicos en un lugar exclusivo para ellos (armario, etc) y mantenlo cerrado con llave.



No utilices ningún producto químico sin conocer sus características y sus riesgos. Consulta siempre la etiqueta del producto y la ficha de datos de seguridad, fijándote en las frases de riesgo (frases H) y en los consejos de prudencia (frases P)



Si puedes, elige los productos químicos que presenten menor riesgo. Evita los productos en cuya etiqueta figuren frases H3XX, ya que indican peligros para la salud humana.



Si utilizas productos químicos en tareas de desinfección u en otras tareas diarias, haz uso de todos los EPIs que aconseje su fabricante en la Ficha de Datos de Seguridad (máscara con filtro, guantes, ropa apropiada, etc) y procura además disponer de una ventilación adecuada durante los trabajos.



El polvo de cal puede provocar irritación en la piel o en las vías respiratorias y lesiones oculares graves. Tenlo en cuenta durante su manejo.

Haz uso de los equipos de protección adecuados (mascarilla, guantes, etc) para protegerte de los riesgos que conlleva el manejo de cal viva.



Riesgos derivados de los productos químicos



- Asegúrate de que el procedimiento de apertura de puertas en las naves, evita corrientes de aire que puedan provocar la aparición de nubes de cal.
- Comprueba que cuando un saco de cal se rompe, se pasa su contenido a otro, se identifica éste y se limpia la zona.
- Mantén los sacos en el almacén protegidos de la humedad (lona de plástico protectora, etc).



- Si fumigas, sigue las normas de seguridad del fabricante del desinfectante a la hora de aplicarlo: en cuanto a su dosis, tiempos de espera, equipos de protección que debe utilizar los trabajadores que los aplican (mascarilla, guantes, etc).

- Sigue siempre las recomendaciones de las fichas de datos de seguridad.

- Mantén desocupada la granja mientras se realiza la fumigación y respeta los tiempos de espera antes de volver entrar en la misma.



Exposición a contaminantes biológicos



Emplea ropa y calzado de uso exclusivo para la granja y pide a las visitas que hagan uso de monos higiénicos con gorro y calzas desechables. Así ayudarás a garantizar un buen estado sanitario de la explotación avícola.



Comprueba que se depositan en bolsas, de forma inmediata, los utensilios, residuos y equipos de protección desechables contaminados y que se almacenan en contenedores apropiados con tapa de seguridad.



El manejo de heces de aves, te puede generar un riesgo de contraer enfermedades producidas entre otros por agentes parasitarios o bacterias, tales como la salmonella o campylobacter. Usa guantes de protección.



Utiliza equipos de protección individual contra los riesgos biológicos (ropa de trabajo, guantes de nitrilo, etc) cuando manipules animales, sobre todo si están enfermos o muertos.



Asegúrate de que existen en las entradas a la nave desinfectantes para el calzado.

Exposición a contaminantes biológicos



Comprueba que las instalaciones tienen contenedores o cámaras frigoríficas para el almacenamiento temporal de los cadáveres.



Comprueba que se eliminan los cadáveres de los animales de acuerdo a la normativa establecida. Las tapas de los contenedores deben estar cerradas.



Mantén una correcta higiene personal, antes, durante y después de realizar tareas en la granja.



Comprueba que se utilizan medios de control de ratas y ratones (rodenticidas, etc), ya que tienen gran capacidad infecciosa y diseminadora de enfermedades.



Adopta medidas de control (agentes químicos insecticidas, prácticas de manejo, etc) para eliminar plagas de escarabajo de la cama - *Alphitobius diaperinus*- ya que aparte de deteriorar las instalaciones y ser transmisores de enfermedades, pueden originar daños en tu salud: reacciones alérgicas de piel, cefáleas,...



Ten en cuenta que tu puesto de trabajo puede implicar la exposición a varias categorías de agentes biológicos capaces de provocar diversas infecciones, alergias o enfermedades (zoonosis) transmisibles desde los animales a las personas.

Enfermedades transmitidas por los animales (Zoonosis)



Las granjas avícolas implican un riesgo de transmisión a los trabajadores, entre otras, de las siguientes enfermedades:
Influenza Aviar
Campylobacter jejuni y C. Coli
Salmolesis



- Mediante la realización de controles médicos periódicos se pueden detectar enfermedades de origen animal que todavía no han manifestado sus síntomas.
- Ten en cuenta que las pruebas médicas, que te hacen durante los reconocimientos médicos de la vigilancia de la salud, deben ser acordes a los riesgos a los que estas expuesto durante la realización de tu trabajo (manipulación manual de cargas, posturas forzadas, productos químicos, agentes biológicos, ruido, vibraciones, carga de trabajo, etc.) y adecuarse a protocolos específicos.

Normas de higiene



No bebas, comas o fumes salvo en los lugares adecuados y extremando las precauciones higiénicas.



Utiliza siempre guantes en ambas manos, botas de seguridad y ropa de trabajo, en operaciones de manejo de animales.



Lava tus manos frecuentemente con jabon antibacterial, especialmente despues de manejar un animal y prioritariamente antes de comer e ir al baño.



Debes ducharte y cambiarte totalmente de ropa, cada vez que entres y salgas de la granja. Te protegerás a ti mismo y a los animales.



Utiliza las taquillas para guardar la ropa de trabajo y los equipos de protección por un lado y la ropa de calle por otro.



La ropa y calzado que utilices para el trabajo, serán de uso exclusivo para la explotación, y debes lavarla con la frecuencia necesaria para garantizar que no sea un foco de transmisión de enfermedades, y de forma independiente a la ropa de calle.



Si te produces una herida límpiala, desinféctala y valora la necesidad de acudir al médico para vacunarte.

Perspectiva de género

12

¡Atención a estos riesgos durante el embarazo y la lactancia!

- Substancias químicas
- Agentes biológicos
- Caídas, golpes o choques
- Frío y calor extremos
- Vibraciones
- Ruido
- Manipulación manual de cargas
- Desplazamientos
- Posturas forzadas y estáticas
- Fatiga mental y física



Informa al servicio médico si estás embarazada, tuviste un parto recientemente o estás en periodo de lactancia. Si es así, Respeta las siguientes indicaciones:

- Evita los trabajos nocturnos, trabajos a turnos, o con ritmos impuestos, etc.
- Ten cuidado de no recibir golpes en el abdomen.
- Evita los puestos de producción en granjas de crías de cerdos, por el riesgo que existe de contacto con la bacteria *Brucella suis* (Brucelosis Porcina), principalmente durante los partos de animales.
- Huye de los ruidos molestos e intensos.
- Disminuye las ocasiones en que manipules cargas (durante los seis primeros no manipules pesos de más de 10Kg de forma ocasional o más de 5 Kg si es de forma reiterada, y a partir del séptimo mes evita el manejo de cualquier carga) y te agaches o cojas cosas del suelo.
- Evita posturas forzadas o extremas.
- Evita trabajos que requieran estar de pie durante largos periodos de tiempo.
- Limita el tiempo de permanencia en ambientes calurosos.
- Evita situaciones ambientales en las que la temperatura sea mayor de 28°C o menor de 10°C y sobretodo cambios bruscos de temperatura.
- Asegúrate que los productos químicos (desinfectantes, etc.) que manipules no sean tóxicos ni te puedan afectar a tu salud ni a la de tu feto. Extrema las medidas preventivas si manejas productos químicos en cuya etiqueta aparecen las frases: H340, H341, H350, H351, H360, H361 o H362.

Medidas de emergencia



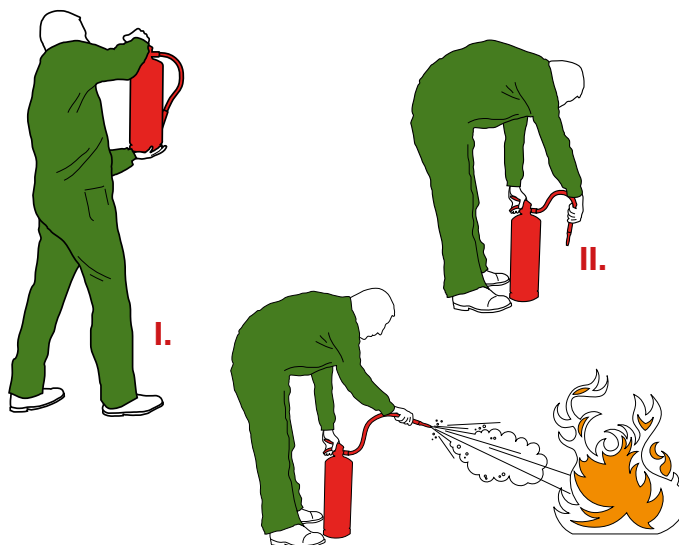
Es preciso que te leas el plan de emergencia establecido en el centro donde trabajas, para saber cómo debes actuar ante una situación de evacuación por incendio.



No coloques objetos en ubicaciones que dificulten o impidan el acceso a los equipos de extinción de incendios.

Recuerda que los extintores sólo deben utilizarse para apagar fuegos pequeños. Si el fuego es de gran magnitud, abandona el lugar y da aviso.

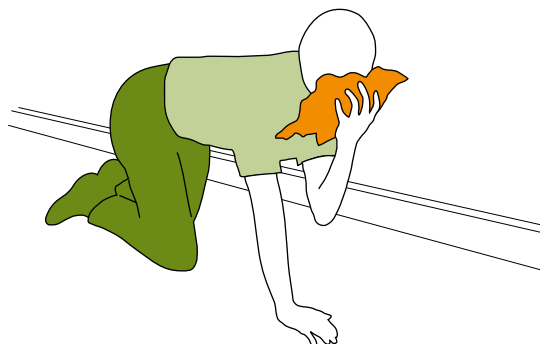
CLASES DE FUEGO			
AGENTE EXTINTOR	SÓLIDOS A	LÍQUIDOS B	GASES C
AGUA A CHORRO	ADECUADO		
AGUA PULVERIZADA	EXCELENTE	ACEPTABLE	
ESPUMA	ADECUADO	ADECUADO	
POLVO ABC	ADECUADO	ADECUADO	ADECUADO
CO ₂	ACEPTABLE	ACEPTABLE	



Para apagar el fuego en el interior de la granja colócate entre las llamas y la vía de escape. Una vez retirado el pasador de seguridad del extintor debes sostenerlo firmemente y presionar la palanca dirigiendo la boquilla a la base del fuego y moviendo el chorro en forma de vaivén



Si tu ropa se enciende por las llamas, no corras, arrójate al suelo y rueda sobre ti mismo a fin de sofocarlas.



Si tienes que pasar por una zona invadida de humo, hazlo arrastrándote por el suelo o caminando a gatas, y a poder ser, cubriéndote la cara con un paño húmedo

Primeros auxilios

14

COLABORA PARA QUE EL BOTIQUÍN SE MANTENGA REVISADO Y EQUIPADO

• Contactos químicos

• Con la piel

Lavar la zona afectada durante 15 minutos, cubrirla y acudir al médico con la ficha de datos de seguridad.

• Con los ojos

Utilizar el lavavojos durante 15 minutos y luego acudir al médico.

• Intoxicaciones

• Por inhalación

Ventilar rápidamente, y bien protegidos, retirar al afectado de la zona contaminada.

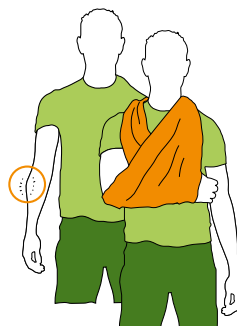
• Digestivas

- Recoger la ficha de datos de seguridad y acudir al médico
- Si fue un ácido puede ser bueno beber agua con bicarbonato.
- Si fue una base bebe líquidos ácidos como zumos de frutas.
- Si fueron otros agentes químicos ingerir carbón activo.

• Fracturas

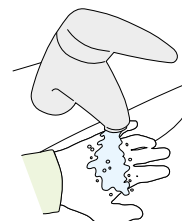
Reconocerás una fractura por las siguientes señales:

- Imposibilidad de mover el miembro afectado.
 - Dolor a nivel de la zona fracturada.
 - A veces deformación o simple hinchazón.
- No intentes enderezar el miembro o manipular la fractura.
- Inmoviliza la fractura cogiendo siempre la articulación superior e inferior.
- En el caso de fractura abierta aplica un apósito estéril sobre la herida.
- En las fracturas de columna evita la flexión de esta.



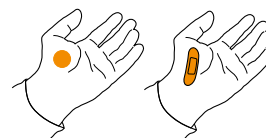
• Quemaduras

- Lavar con agua corriente.
- No romper las ampollas.
- Cubrir con apósito.
- En quemaduras grandes, no tirar la ropa excepto en el caso de quemadura química.



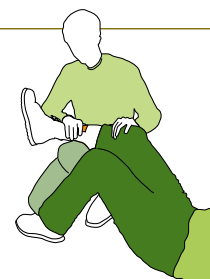
• Heridas

- Lavar con agua corriente y secar.
- Aplicar algún antiséptico.
- Cubrir con apósito.

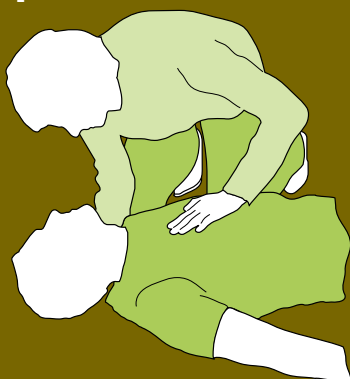


• Hemorragias

- Acostar al accidentado.
- Elevar la parte de la herida subiendo por encima del resto del cuerpo.
- Hacer presión continua en el lugar de la hemorragia.



Evaluación primaria



• Examina las constantes vitales:

- 1 CONSCIENCIA
- 2 RESPIRACIÓN
- 3 PULSO

• Si es necesario, aplica la reanimación cardíaca:

1. Determina la consciencia del accidentado moviéndolo y hablándole.
2. Abre el canal respiratorio con la cabeza hacia atrás y hacia arriba y comprueba que respira.
3. Si el resultado es negativo, avisa a emergencias e inicia la reanimación cardíaca.
4. Comience con las compresiones cardíacas. Ten en cuenta que la reanimación respiratoria sólo la hará el personal entrenado y capacitado que realizará 30 compresiones cardíacas por 2 insuflaciones de aire.

• COMPRUEBA PERIÓDICAMENTE EL ESTADO DEL PACIENTE

Alergias Alcohol y otras drogas

Alergias

Alergias: picaduras de insectos ...

Si ya conoces que desarrollas reacción alérgica a las picaduras de avispas protege la piel con prendas largas.

Mantén en todo momento una identificación bien visible que alerte a tus compañeros de este hecho y lleva contigo el tratamiento necesario.



Realiza
los reconocimientos
médicos específicos
para este riesgo.

Alergias: caucho, látex ...

Dale importancia a los síntomas tales como: piel rojiza, hinchazón durante la exposición, ampollas, eccemas, picores, etc.



Fíjate si estos síntomas se reducen tras la exposición, especialmente los fines de semana y si comienzan al reiniciar el trabajo, y pon este hecho en conocimiento del servicio médico.

Evita el contacto con el caucho natural o el látex.

Si tienes que usar guantes impermeables, solicita que sean de un material al que no tengas alergia o interpon otros de algodón.

Alcohol y otras drogas

No reduzcas tu capacidad de concentración por medios artificiales.

TU SEGURIDAD Y LA DE LOS DEMÁS ESTÁ EN TUS MANOS.



- Evita el alcohol, el tabaco y las drogas.
- No trabajes bajo los efectos de alcohol o drogas.

Señalización



- La señalización es una medida complementaria que te informa sobre riesgos y forma de reducirlos.
- Nunca elimines las señalizaciones de advertencia o seguridad.

SEÑALES EN FORMA DE PANELES

SIGNIFICADO	CARACTERÍSTICAS	EJEMPLOS
OBLIGACIÓN	:: Forma redonda :: Fondo azul :: Pictograma blanco	  
PROHIBICIÓN	:: Color rojo con banda diagonal (como las de tráfico) :: Fondo blanco :: Pictograma negro	  
ADVERTENCIA	:: Fondo amarillo :: Contorno negro :: Pictograma negro	  
INCENDIO	:: Forma de paralelogramo :: Color rojo :: Información en blanco	  
SALVAMENTO Y PRIMEROS AUXILIOS	:: Forma de paralelogramo :: Color verde :: Información en blanco	  

Equipos de protección individual

Deberá permitirse que el trabajador elija el modelo de los equipos de protección individual, según su necesidad, comodidad, etc., siempre que sea adecuado al riesgo a evitar, ya que está demostrado que esto funciona como un estímulo para su uso regular.



Calzado de seguridad

El uso de botas de seguridad con suela antideslizante evita resbalones y caídas.

Usa botas de caña alta impermeables para trabajos en húmedo.



Protección ocular

Para proteger los ojos de los agentes químicos usa gafas de montura integral ajustada a la cara.

El uso de lentes de protección evitan impactos de partículas en los ojos. (trabajos con la amoladora, etc).



Equipos de respiración autónoma o semiautónoma.

Asegúrate de disponer de un equipo de respiración si tienes que hacer trabajos dentro de un silo, y no estás seguro que la atmósfera sea respirable.



Guantes de seguridad

Protegen las manos contra las agresiones mecánicas (cortes, rozaduras o golpes), evitan el contacto con productos químicos y reducen el riesgo de contaminación biológica a través de la piel.



Protección vías respiratorias

Usa protección respiratoria ya sea para evitar la inhalación de polvo (pienso, pelos de animales, etc.), gases contaminantes (amoníaco, etc) o para evitar vapores producidos durante la limpieza y desinfección de las instalaciones con productos químicos.



Protección auditiva

Usa los protectores auditivos, ya que son recomendables si el ambiente de trabajo es ruidoso.



Arnés

Haz uso de arnés siempre que sea necesario acceder a la apertura superior del silo y no existan protecciones.



Chaleco de alta visibilidad

Si realizas trabajos en zonas de circulación de vehículos, haz uso de prendas de alta visibilidad, para estar mejor localizado y visualizado por los conductores.

Legislación básica

Relación no exhaustiva de normativa de Prevención de Riesgos Laborales

Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.

Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.

Real Decreto 899/2015, de 9 de octubre, por el que se modifica el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.

Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

Real Decreto 1215/1997, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.

Real Decreto 1644/2008, de 10 de octubre, por el que se establecen las normas para la comercialización y puesta en servicio de las máquinas.

Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

Real Decreto 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso lumbares, para los trabajadores.

Real Decreto 374/2001, de 6 de abril, sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo.

Real Decreto 665/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos durante el trabajo.

Real Decreto 286/2006, de 10 de marzo, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido.

Real Decreto 1311/2005, de 4 de noviembre, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la exposición a vibraciones mecánicas.

Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.

Real Decreto 614/2001, de 8 de junio, sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico.

Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro.

Real Decreto 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.

Reglamento (CE) n° 1272/2008 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 16 de diciembre de 2008, sobre clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas, y por el que se modifican y derogan las Directivas 67/548/CEE y 1999/45/CE y se modifica el Reglamento (CE) n° 1907/2006.

Ley 23/2015, de 21 de julio, Ordenadora del Sistema de Inspección de Trabajo y Seguridad Social.



Instituto Galego
de Seguridade
e Saúde Laboral

galicia



PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN GRANJAS AVÍCOLAS