



do Issga

ATENDE

Agro



PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS EN EXPLOTACIÓNS DE GANDO VACÚN

Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral



Galicia
inverte no RURAL





PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS EN EXPLOTACIÓN DE GANDO VACÚN



Edición: Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA)
Casa da Parra - Praza da Quintana, s/n
Santiago de Compostela
issga.xunta.es
Santiago de Compostela, marzo 2015

Deseño e maquetación: Conform Forestal, S.L.

Depósito legal: C 713-2015



© ISSGA. Xunta de Galicia.
Os Atende do Issga. Prevención de riscos
laborais en explotacións de gando vacún

Esta obra está dispoñible para a súa consulta e descarga na
seguinte ligazón:
<http://issga.portal/contido/documentacion/publicacions/>

Esta obra distribúese cunha licenza CC-Atribución-CompartirIgual
3.0 España de Creative Commons. Para ver unha copia da licenza,
visite:
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.es_ES

1. Lugares de traballo.....	5
Nova construción, melloras e ampliacións. Anticípate aos problemas! Mantemento de construcións e instalacións Silos e outros lugares de almacenaxe Fosas de xurro A sala de muxidura Orde e limpeza nas granxas	
2. Manexo de animais.....	19
Técnicas de manexo: que non te manquen! Administración de tratamentos Medidas de aseo persoal	
3. Maquinaria e equipos de traballo.....	25
Elementos de seguridade do tractor Circulación co tractor na vía pública Manexo do tractor nas tarefas agrarias Traballo con apeiros de labranza	
4. Axentes químicos: fertilizantes e fitosanitarios.....	39
Antes de empezar a traballar Equipo de protección individual (EPI) Manexo de fitosanitarios Manexo de fertilizantes	
5. Manipulación manual de cargas...	47
Medidas preventivas de carácter xeral Técnicas de elevación manual de cargas	
6. A muller no agro.....	51
Embarazo e lactación	
7. Primeiros auxilios.....	55
Recomendacións xerais Protocolo PAS. Como actuar en caso de accidente Primeiros auxilios	
8. Vixilancia da saúde.....	59
9. Normativa vixente.....	61



do Isga

ATENDE

Agro

COIDA A PREVENCIÓN NA TÚA GRANXA.
TRABALLA CON SEGURIDADE!



1 LUGARES DE TRABAJO



ATENDE A...

- NOVA CONSTRUCCIÓN, MELLORAS E AMPLIACIÓNS. ANTICÍPATE AOS PROBLEMAS!
- MANTEMENTO DE CONSTRUCCIÓNS E INSTALACIÓNS
- SILOS E OUTROS LUGARES DE ALMACENAXE
- FOSAS DE XURRO
- A SALA DE MUXIDURA
- ORDE E LIMPEZA NAS GRANXAS

COIDADO CON...



Caída de obxectos en manipulación



Caída de obxectos por derruba



Caída de persoas ao mesmo e distinto nivel



Golpes/cortes por obxectos ou ferramentas



Incendio



Contactos eléctricos



Ruído e/ou vibracións



Exposición a substancias nocivas ou tóxicas



Exposición a contaminantes biolóxicos



Exposición a contaminantes químicos



Explosións



Accidentes causados por seres vivos



Atrapamento por ou entre obxectos



Proxección de fragmentos ou partículas



Choques contra obxectos móbiles ou inmóbiles



Contacto con substancias cáusticas e/ou corrosivas



Sobreesforzos



Fatiga física por: posición, desprazamento, esforzo e/ou manexo de cargas

1

LUGARES DE TRABALLO



NOVA CONSTRUCCIÓN, MELLORAS E AMPLIACIÓNS.
ANTICÍPATE AOS PROBLEMAS!



- Cumpre coas condicións construtivas, sinalización, servizos hixiénicos, etc. acordes a normativa vixente
- Unhas instalacións adecuadas a cada tipo de animal, melloran as súas condicións de vida, o seu rendemento e o seu manexo
- Usa materiais resistentes á corrosión e á humidade
- Emprega materiais de fácil limpeza e mantemento
- Procura que os solos sexan regulares e rugosos para evitar caídas e esvaróns

A LONGO PRAZO MELLORAS E AFORRAS

1 LUGARES DE TRABAJO



MANTEMENTO DE CONSTRUCCIÓN E INSTALACIÓN

CONSTRUCCIÓN (CORTES, TELLADOS, ALMACÉNS,...)



- ▶ Fai mantementos e revisións periódicas das construcións
- ▶ Se tes que reparar tellados ou cubertas, é mellor que contrates persoal especializado
- ▶ Dota de varandas de 90 cm de altura, con listón intermedio e rodapés os desniveis a partir de 2 m de altura e os lados abertos das escaleiras e rampas de máis de 60 cm de altura, segundo establece o Real decreto 486/1997
- ▶ Como medida de seguridade complementaria ás proteccións colectivas, se é necesario, fai uso do arnés de seguridade ancorado a un punto seguro ou liña de vida cando traballes a 2 m ou máis de altura
- ▶ Non traballes sobre cubertas en días de forte vento, xeadas, choiva ou nevarada
- ▶ Segue as instrucións do fabricante dos equipos de traballo e ferramentas que utilices nas tarefas de reparación e mantemento en aspectos como:
 - Método de traballo correcto
 - Equipo de protección necesario
 - Elementos de seguridade,...



1 LUGARES DE TRABAJO



MANTEMENTO DE CONSTRUCCIÓN E INSTALACIÓN

INSTALACIÓN ELÉCTRICA



A instalación, reparacións e revisións da rede eléctrica debe facelas persoal especializado



Protexe do risco eléctrico segundo o indicado nas regulamentacións específicas de seguridade que sexan de aplicación



Protexe toda a instalación mediante un dispositivo pararraios



Asegúrate de que a instalación eléctrica dispón de: interruptores magnetotérmicos, diferenciais e toma de terra



Asegúrate de que os fíos condutores estean en bo estado. Que non haxa cables pelados!



Comproba se a instalación dispón de carcassas protectoras que impidan o contacto directo en interruptores, enchufes,...

**A AUGA É BOA CONDUCTORA DA ELECTRICIDADE.
NON MANIPULES EQUIPOS COAS MANS MOLLADAS.**





MANTEMENTO DE CONSTRUCCIÓN E INSTALACIÓNS

CERCADOS



► Cando repares cercados non tenses os cables tirando co tractor

► Traballa con luvas de protección e non cortes un cable en tensión sen suxeitar os dous lados, pódese producir un efecto látego

► No caso de cercados electrificados, ademais do mencionado anteriormente ten en conta:

- Utiliza o equipo de protección axeitado (p.e. luvas de protección contra riscos mecánicos ou illantes para traballos en tensión)
- Emprega elementos homologados (bobinas, condutores, illantes...)
- Instala unha boa toma de terra e protección contra raios
- Evita o cruce con liñas de alta tensión. Se non é posible, o cruce debe facerse o máis baixo posible
- Instala os reguladores lonxe do alcance dos nenos, evita lugares húmidos ou onde poda existir risco de incendio
- Evita o contacto coa vexetación, outras cercas,...
- Coloca carteis ben visibles advertindo do perigo
- Comproba se tes tensión no cercado antes de proceder ao seu mantemento

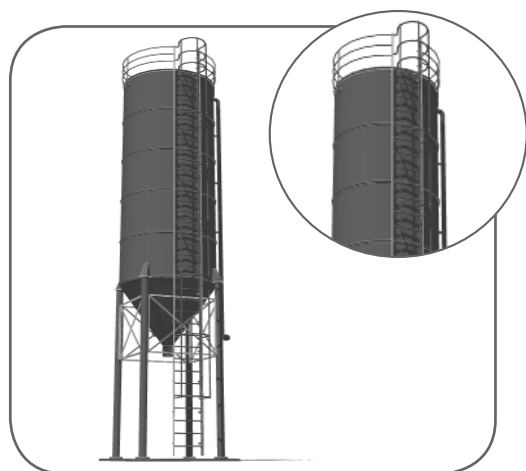


1 LUGARES DE TRABAJO



SILOS E OUTROS LUGARES DE ALMACENAXE

SILOS VERTICAIS (DE PENSO, GRAN,...)



- Os silos verticais deben dispor de escadas con chanzos antiesvarantes e contar con liña de vida e aros de protección circundante a partir dos 4 m
- Le o manual de instrucións e segue en todo momento as indicacións do fabricante, especialmente no referente a:
 - A carga máxima para a que foi deseñado o silo
 - O correcto funcionamento dos dispositivos de seguridade (resguardos, toma de terra, dispositivo de desconexión automática,...)
 - O calendario de inspeccións periódicas establecidas para os diferentes elementos do equipo
- Consideracións para o acceso ao interior do silo:
 - Require persoal formado
 - Emprega o equipo de protección individual (EPI) necesario e faino acompañado de outros operarios
 - Sempre que sexa necesario, dispón dunha liña de vida para amarrar o arnés de seguridade e, se fora preciso, dun sistema de elevación mecanizado
 - Utiliza iluminación portátil con tensión de seguridade (co uso dun transformador de 220V a 24V)
- Nos silos de penso antes de calquera reparación con soldadura comproba que non haxa restos de tratamentos insecticidas nin depósitos de po

1 LUGARES DE TRABAJO



SILOS E OUTROS LUGARES DE ALMACENAXE

SILOS DE FORRAXE



- ▶ Distribúe ben o silo para evitar derrubamento ou o envorco do tractor ao compactar
- ▶ Procura amorear forraxes (gramíneas) o máis secas posible para evitar unha posible autocombustión
- ▶ Realiza o desensilado preferiblemente con medios mecánicos e sempre de xeito graduado
- ▶ Se os muros teñen 2 m ou máis de altura, instala varandas de 90 cm de altura, con listón intermedio e rodapés para evitar caídas. Mentres a protección colectiva non estea disposta, fai uso do arnés de seguridade, ancorado a un punto seguro ou liña de vida
- ▶ Na colocación da cuberta impermeable, nos puntos en que a protección colectiva non estea disposta, fai uso do EPI anticaídas cando traballes a 2 m ou máis de altura
- ▶ Non camiñes por enriba do material almacenado para retirar a cuberta impermeable



1 LUGARES DE TRABAJO



SILOS E OUTROS LUGARES DE ALMACENAXE

OUTROS LUGARES DE ALMACENAXE



- ▶ Acouta o acceso ás zonas de empillamento
- ▶ Cando manipules cargas pesadas emprega, sempre que sexa posible equipos mecanizados
- ▶ Antes de comezar o empillamento ou desempillamento asegúrate de que non haxa ninguén no raio de acción da máquina
- ▶ Non subas moito en altura para garantir a estabilidade e extrae calquera material que teñas empillado de xeito graduado
- ▶ Ten en conta a forma, peso e volume das pacas ou rolos para transportalos no medio adecuado
- ▶ Almacena as pacas e rolos sobre unha superficie chaira e regular
- ▶ Preto destas zonas evita calquera acción que produza lume ou chispas (por exemplo fumar, o uso do esmeril,...)
- ▶ Procura ter limpo o chan para evitar esvaróns e caídas



FOSAS DE XURRO

MEDIDAS PREVENTIVAS DE CARÁCTER XERAL NO MANEXO DE XURROS

- ▶ O acceso a todo tipo de fosa debe estar restrinxido e todos os ocos ou respiradoiros deben ter unha protección resistente
- ▶ Sinala a zona advertindo dos perigos
- ▶ Cando manipules o xurro ten en conta que:
 - Os gases tóxicos que emanan do xurro non se perciben, o que pode provocar de súpeto unha situación de inconsciencia, envelenamento, etc
 - Debes traballar acompañado
- ▶ Utiliza sempre os equipos de protección individual (EPI) axeitados para protexerte de:
 - Contactos co xurro
 - Asfixia por falta de osíxeno principalmente nas fosas soterradas onde a renovación de aire non existe ou é deficiente
 - Envelenamento pola presenza de ácido sulfhídrico (SH_2) risco importante en todo tipo de fosa, pero maior nas soterradas
- ▶ É preferible, sempre que sexa posible, realizar as tarefas con medios mecánicos
- ▶ Durante os traballos non comas, nin bebas, nin fumes
- ▶ Existe o risco de explosión pola presenza de gas metano, CH_4 , polo tanto evita calquera acción que produza chispa, lume,...
- ▶ Coida o aseo persoal cando traballes con xurro para evitar enfermidades



1 LUGARES DE TRABAJO



FOSAS DE XURRO

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL



- Con carácter xeral cando manipules o xurro utiliza sempre máscara de protección contra axentes químicos, lentes de protección integral, luvas, roupa e calzado para evitar o contacto



- Para acceder ao interior dunha fosa soterrada e pechada (considerando que se trata dun espazo confinado) é preciso ter en conta os seguintes aspectos:
 - Emprega un equipo de respiración autónoma (ERA)
 - Recoméndase o uso de aparellos de medición para comprobar previamente a presenza de O_2 e as concentracións de gases tóxicos (SH_2 e CO) ou inflamables (CH_4)
 - Utiliza un arnés amarrado a un punto de suxeición e estuda a posibilidade de instalar algún medio mecanizado de arrastre ou elevación

TEN EN CONTA!

É preferible que o acceso á fosa o realice persoal especializado





FOSAS DE XURRO

BALEIRADO E LIMPEZA

BALEIRADO:

► Segue unha rutina de traballo:

- Se a fosa está debaixo da corte, antes de comezar os traballos desaloxa aos animais
- Ventila a fosa polo menos 24 horas antes no caso de fosas soterradas e pechadas
- Aspira o xurro, preferiblemente en días de boa aireación
- Dilúe o remanente con auga a presión e aspira de novo



LIMPEZA:

- Sempre que sexa posible emprega equipos de traballo para non ter que acceder á fosa
- Se empregas equipos de lavado a presión e/ou bombas de succión, segue as instrucións indicadas polo fabricante

REALIZA ESTAS TAREFAS
SEMPRE ACOMPAÑADO E COS
EPI AXEITADOS POSTOS



TEN EN CONTA!

- A emisión de gases é maior cando se rompe a costra superficial do xurro
- O cheiro dos gases tóxicos emanados do xurro non se percibe o que pode producir de súpeto unha situación de inconsciencia, envelenamentos, etc
- Un gran número de accidentes en espazos confinados (como por exemplo son as fosas de xurro pechadas) se producen ao acceder aos mesmos para socorrer a persoas accidentadas



1

LUGARES DE TRABALLO



A SALA DE MUXIDURA



Mantén libre de obstáculos e limpa a sala de muxidura



As escadas de acceso á sala deben ter chanzos de material antiescorregadizo e varandas



Dispón de barreiras para evitar couces dos animais e sitúate de forma correcta



Dispón dunha boa iluminación



O risco eléctrico é alto, mantén a instalación eléctrica en bo estado e emprega calzado de seguridade de material illante



1

LUGARES
DE
TRABALLO

ORDE E LIMPEZA NAS GRANXAS

ORDE

- Mantén unha orde no almacenado de fitosanitarios, fertilizantes, equipos de traballo,...
- Non deixes ferramentas nin amorees materiais nos accesos ou en lugares de paso
- Habilita zonas para almacenar residuos antes da súa retirada
- Clasifica os residuos en función do seu tratamento posterior
- Non mestures os envases de fitosanitarios co resto de residuos. Deposítaos nun punto SIGFITO



1 LUGARES DE TRABAJO



ORDE E LIMPEZA NAS GRANXAS

LIMPEZA E DESINFECCIÓN DE LOCAIS



- Le detidamente a etiqueta do produto antes de utilizalo
- Respecta as normas de aplicación, doses e prazos de seguridade establecidos para cada produto
- Utiliza o equipo de protección individual (EPI) indicado polo fabricante



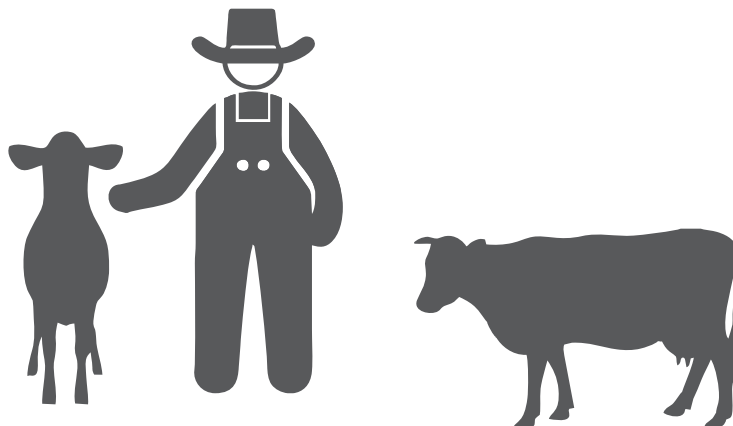
- Limpa e desinfecta habitualmente con boa ventilación

- Os locais, instalacións e equipos que estean en contacto cos animais
- As zonas onde vaias administrar os medicamentos aos animais
- Os espazos comúns dos traballadores (vestiarios, armarios, duchas,...)



- Limpa o antes posible correctamente e con seguridade calquera derrame que se produza
- Sempre que sexa posible dispón de medios mecánicos de limpeza: arrobadeiras, equipos de lavado a presión (hidrolimpadoras),...

2 MANEXO DE ANIMAIS



ATENDE A...

- TÉCNICAS DE MANEXO: QUE NON TE MANQUEN!
- ADMINISTRACIÓN DE TRATAMENTOS
- MEDIDAS DE ASEO PERSOAL

COIDADO CON...



Caída de persoas
ao mesmo e
distinto nivel



Accidentes causados
por seres vivos



Exposición a
contaminantes
biolóxicos



Exposición a
substancias nocivas
ou tóxicas



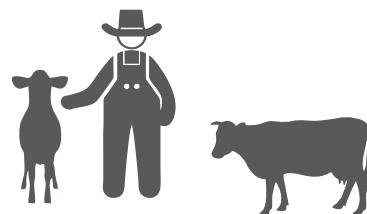
Sobreesforzos



Fatiga física
por: posición,
desprazamento,
esfuerzo e/ou
manexo de cargas

2 MANEXO DE ANIMAIS

1 | 2



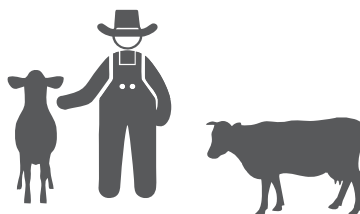
TÉCNICAS DE MANEXO: QUE NON TE MANQUEN!



- ▶ Manexa aos animais sempre con prudencia, o seu comportamento é impredecible
- ▶ Se tes un animal especialmente agresivo, substitúeo se é posible
- ▶ Non quedes pechado nunha zona reducida xunto a animais de gran tamaño
- ▶ Cando conduzas gando en grupo faino por un lateral axudado dunha vara ou similar
- ▶ Nas manobras de carga e descarga de gando evita achegarte a este pola parte traseira
- ▶ Emprega parapetos para as operacións delicadas
- ▶ Limpa as cortes sen os animais. Se non é posible evita pasar entre eles e as paredes ou os pesebres



2 MANEXO DE ANIMAIS



1 | 2

TÉCNICAS DE MANEXO: QUE NON TE MANQUEN!

- Achégate sempre por diante do animal para que te vexa e non o asustes



- Extrema as precaucións ao achegarte ao animal:



Nos momentos de celo e postparto



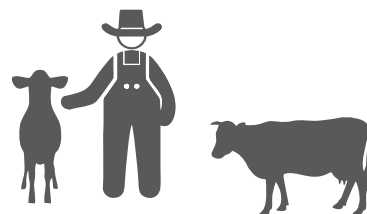
Suxeita ben aos animais enfermos ou en tratamento



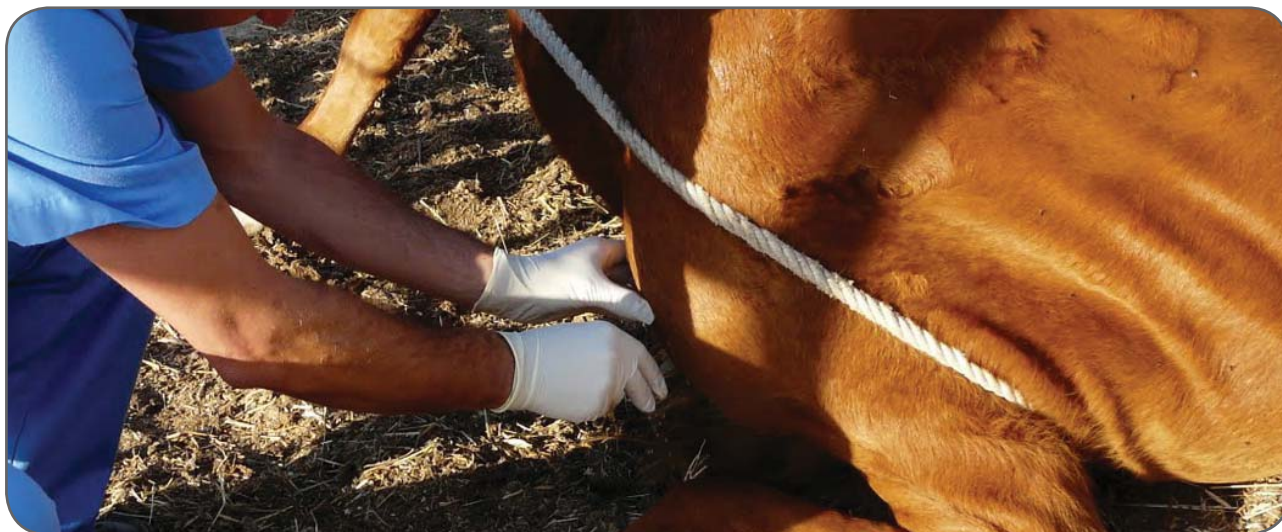
O gando en extensivo soe ser máis agresivo



2 MANEXO DE ANIMAIS



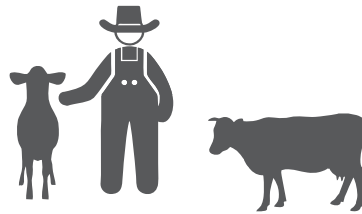
ADMINISTRACIÓN DE TRATAMENTOS



- Faino asesorado por un veterinario ou en presenza del se fora preciso
- Emprega os EPI necesarios: luvas, botas de seguridade con punteira reforzadas,...
- Mantén un control sanitario estrito dos animais: tratamentos, vacinas,...
- Respecta todas as indicacións do prospecto: dose, métodos de administración, protección,...
- Separa aos animais que vaías tratar e se a explotación dispón de lugares habilitados para realizar dita tarefa, emprégao
- Utiliza xiringas de un só uso e non as toques coas mans



2 MANEXO DE ANIMAIS



MEDIDAS DE ASEO PERSOAL



É preferible dispór nos aseos
e lavabos de billas de pé



Usa roupa específica para as tarefas
diarias que se desenvolvan



Lembra lavar a roupa de traballo
separada do resto da roupa

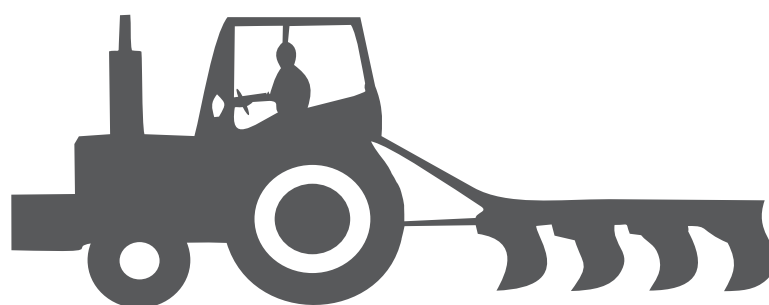
TEN EN CONTA!

“Cando remates unha tarefa de traballo extrema as medidas de aseo persoal”



3

MAQUINARIA E EQUIPOS DE TRABALLO



ATENDE A...

- ELEMENTOS DE SEGURIDADE DO TRACTOR
- CIRCULACIÓN CO TRACTOR NA VÍA PÚBLICA
- MANEXO DO TRACTOR NAS TAREFAS AGRARIAS
- TRABALLO CON APEIROS DE LABRANZA

COIDADO CON...



Atrapamento por ou entre obxectos.



Golpes/cortes por obxectos ou ferramentas



Atropelos ou golpes con vehículos.



Atrapamento por envorcado de máquinas ou vehículos



Proxección de fragmentos e/ou partículas



Caída de obxectos en manipulación



Incendio



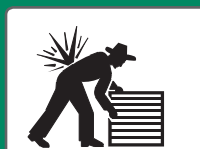
Caída de persoas ao mesmo e distinto nivel



Contactos eléctricos



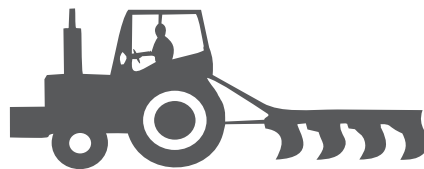
Ruído e/ou vibracións



Sobreesforzos



Fatiga física por: posición, desprazamento, esforzo e/ou manexo de cargas



ELEMENTOS DE SEGURIDADE DO TRACTOR

ESTRUTURAS DE PROTECCIÓN CONTRA ENVORCO



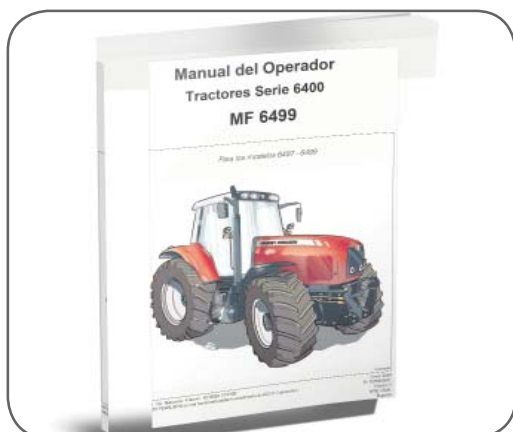
Cabina



Bastidor



Arco ou pórtico



O tractor debe dispoñer de manual de instrucións de uso e mantemento, como mínimo en castelán. Le o manual e teno a disposición dos traballadores



Esta estrutura de protección é obrigatoria debe estar certificada polo fabricante ou autorizada na tarxeta da Inspección Técnica de Vehículos (ITV)

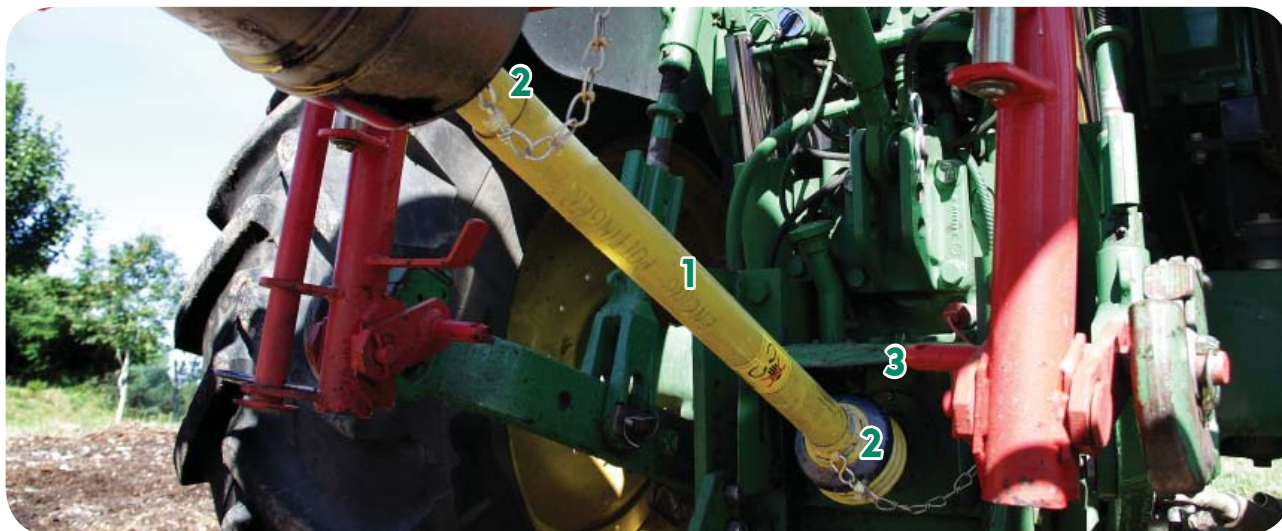
- Non modifiques as estruturas de protección
- Leva a estrutura en posición de seguridade: o traballo co arco abatido ou coa porta aberta non é seguro!
- Se o teu tractor non ten estrutura de protección asesórate para equipalo cunha protección equivalente



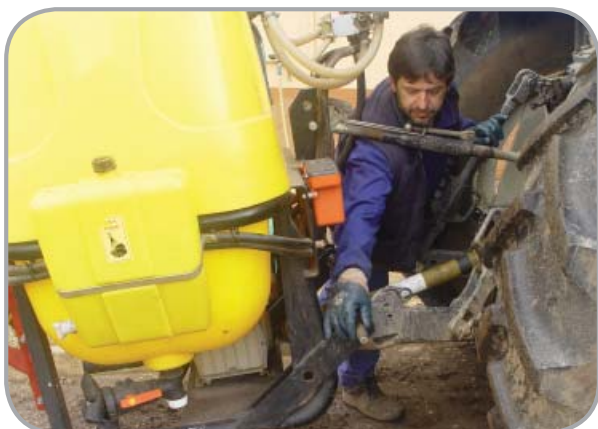


ELEMENTOS DE SEGURIDADE DO TRACTOR

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN DO EIXE CARDÁN E TOMA DE FORZA (TDF)



1 Protector do eixe cardán 2 Protector das xuntas cardán 3 Protector da TDF



► Dispón dos elementos de protección en bo estado e colocados axeitadamente:

- Protector da TDF
- Protector do eixe cardán
- Protector das xuntas cardán

► Non pases por enriba do eixe de transmisión cando está a funcionar

► Non baixes pola parte traseira do tractor

► Extrema as precaucións cando manipules a TDF e/ou eixe cardán:

- Leva luvas, roupa axustada e o pelo recollido
- Antes de manipular a TDF, segue estes pasos: desconéctaa, pon punto morto, acciona o freo de man, apaga o motor e saca a chave do contacto

► Unha vez conectada a TDF, non debe haber ninguén preto desa zona

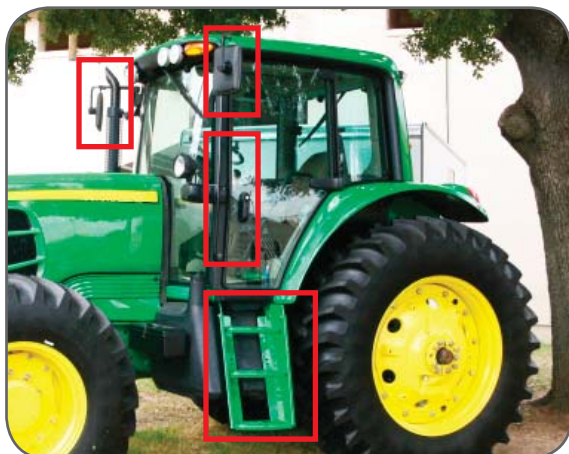
► Se tes que retirar as proteccións para revisar ou facer un mantemento, colócaaas de novo ao rematar e asegúrate de que estea en boas condicións



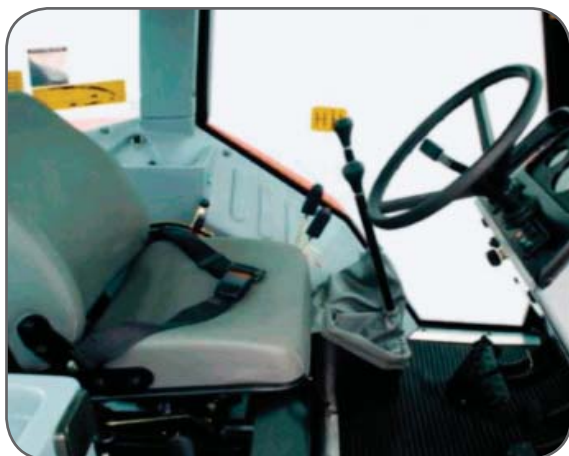


ELEMENTOS DE SEGURIDADE DO TRACTOR

ELEMENTOS ACCESORIOS DE SEGURIDADE



- ▶ Ten os espellos en bo estado e ben equilibrados
- ▶ Sube e baixa de cara á cabina usando a escaleira e as agarradoiras. Nunca baixes co tractor en movemento nin saltes dende el ao chan
- ▶ Comproba que todas as partes perigosas da máquina estean debidamente protexidas

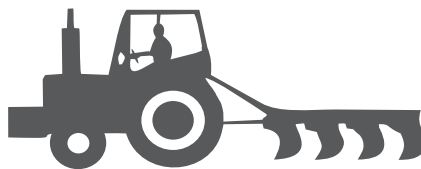


- ▶ Utiliza asentos en perfectas condicións: con respaldo, con amortecedores, con cinto de seguridade,...
- ▶ Usa o cinto de seguridade sempre que se dispoña de estrutura de protección homologada antienvorcadura

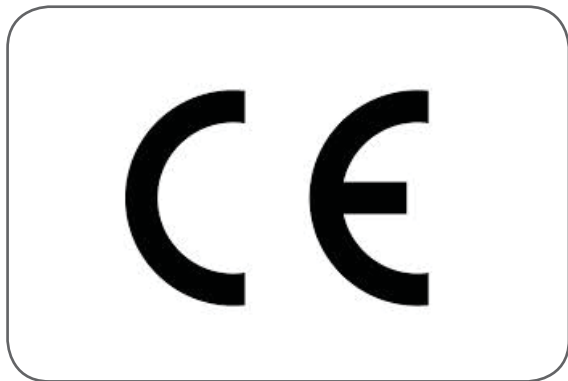


- ▶ É recomendable dispoñer na cabina dunha caixa portátil de primeiros auxilios e un extintor (obrigatorio durante a época de perigo alto de incendio)





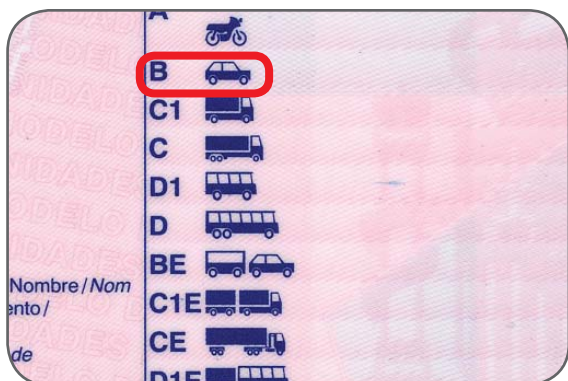
CIRCULACIÓN CO TRACTOR NA VÍA PÚBLICA



Homologación CE, segundo a directiva europea 2003/37/CE, de tractor e apeiros



Matrícula ben visible e seguro obrigatorio



Permiso de conducir:

- Xeral: permiso clase B
- Basta coa licenza de condución (idade mínima 16 anos) cando:
 - A masa ou as dimensións do vehículo agrícola non exceden as máximas autorizadas
 - A velocidade máxima do tractor non supere os 45 km/h



Inspección Técnica de Vehículos (ITV) vixente:

- Exento os 8 primeiros anos
- Bienal de 8 -16 anos
- Anual a partir dos 16 anos

Excepto motocultores, motoazadas, etc, que non é obrigatoria a ITV

TEN EN CONTA!

Ademais, a inscrición do tractor no Rexistro Oficial de Maquinaria Agrícola (ROMA) é obrigatoria con carácter xeral





CIRCULACIÓN CO TRACTOR NA VÍA PÚBLICA



Velocidades máximas permitidas:

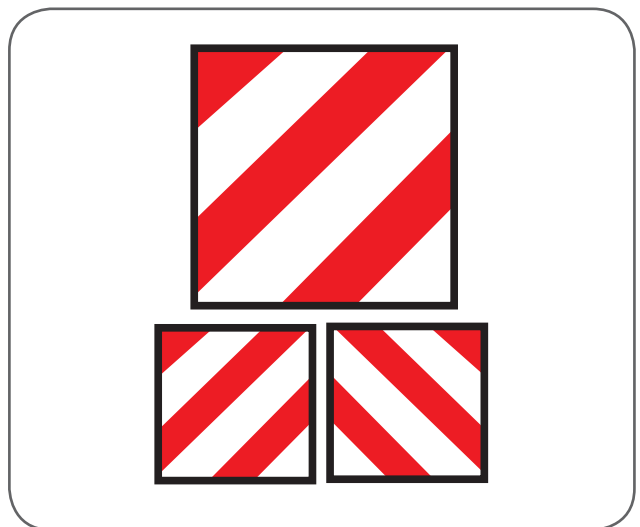
- 25 km/h se carecen de sinalización da freada, se levan remolque ou son motocultores
- 40 km/h para os restantes tractores
- 70 km/h cando podan desenvolver velocidades superiores aos 60 km/h



Sinal V-2 (xirafaro). Indica a túa posición cando estas parado ou que a túa velocidade é inferior a 40 km/h por unha vía



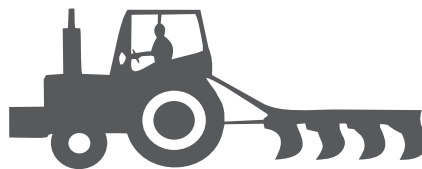
Sinal V-4 (limitación de velocidade). Indica que o tractor non pode superar a velocidade especificada no panel ou sinal



Panel V-20. Indica que a carga do vehículo sobresa e exteriormente

3 MAQUINARIA E EQUIPOS DE TRABAJO

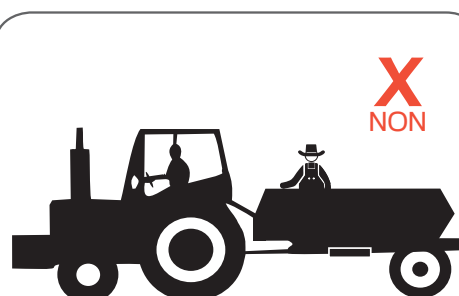
1 | 2 | 3



CIRCULACIÓN CO TRACTOR NA VÍA PÚBLICA



- ▶ Ten en conta a documentación en regra e respecta o código de circulación
- ▶ Comproba que dispós da sinalización adecuada para acceder á vía pública
- ▶ Respecta o número máximo de pasaxeiros especificado polo fabricante. Non leves nunca pasaxeiros fóra da cabina
- ▶ Conduce facilitando a circulación doutros vehículos. Cando te incorpores á vía asegúrate de ter tempo e espazo suficiente
- ▶ Na vía pública, de ser o caso, leva a máquina en posición de transporte





The icons consist of two black and white illustrations. The first is a hand holding a sharp object, enclosed in a red circle with a diagonal line through it, indicating a warning or prohibition. The second is a silhouette of a tractor on a sloped surface, indicating a warning about operating machinery on inclines.

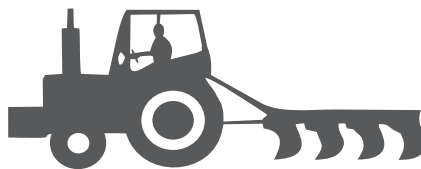
A black and white icon of a person wearing a cowboy hat driving a vehicle, with wavy lines indicating motion or heat. The icon is centered within a white rounded rectangle.

32



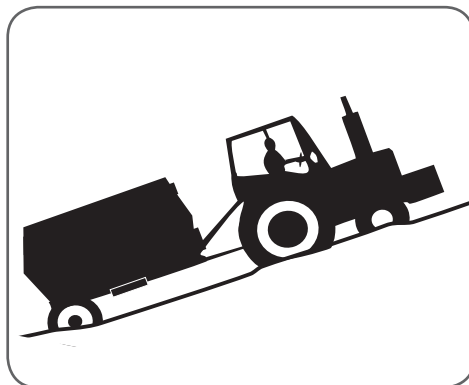
3 MAQUINARIA E EQUIPOS DE TRABAJO

1 | 2

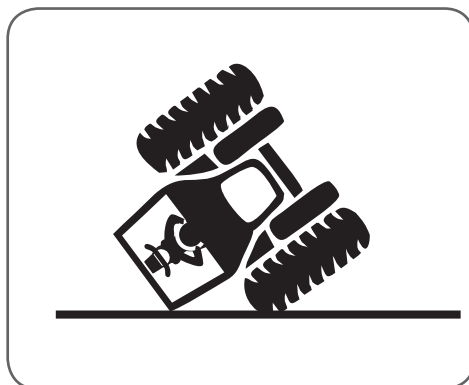


MANEXO DO TRACTOR NAS TAREFAS AGRARIAS

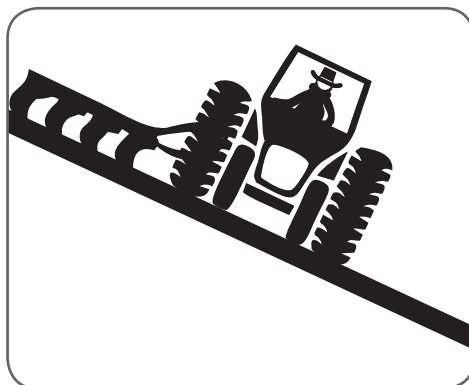
- ▶ Respecta as limitacións de pendente máxima de traballo establecidas polo fabricante



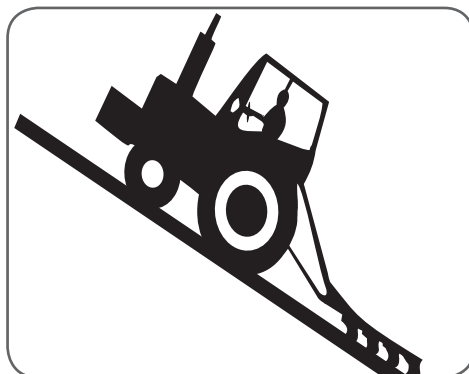
- ▶ Se envorcas, permanece dentro da cabina e agárrate forte ao volante. Non saltes nunca!
- ▶ Traballa sempre co cinto de seguridade posto cando o tractor dispoña de estrutura de protección homologada

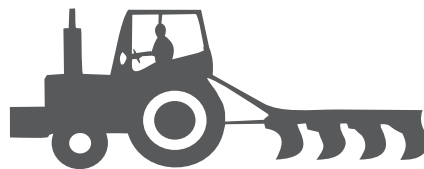


- ▶ Para evitar o envorco lateral:
 - Adapta o traballo ás tarefas que realices
 - Garda unha distancia de seguridade aos noiros
 - Realiza viraxes a velocidades curtas e non realices cambios bruscos de dirección
 - Evita calquera irregularidade do terreo
 - Cando traballes en curva de nivel o apeiro debe ir sempre pola parte superior da pendente e o mais baixo posible



- ▶ Para evitar o envorco cara atrás:
 - Elixe os apeiros adecuados acordes á potencia do tractor (dimensión e peso)
 - Sube as pendentes pronunciadas marcha atrás
 - Procura enganchar o apeiro o máis baixo posible





TRABALLO CON APEIROS DE LABRANZA

SISTEMAS DE ENGANCHE

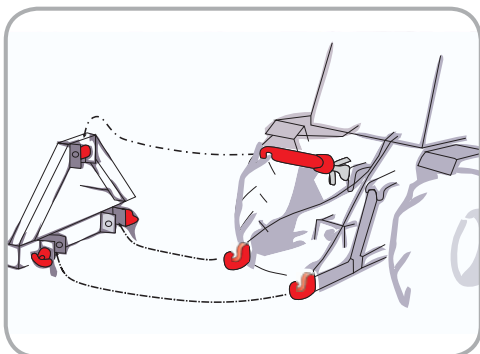
En función da posición relativa do apeiro respecto ao tractor hai dous tipos de enganche:

- ▶ Á BARRA DE TIRO. 1 punto de ancoraxe para apeiros arrastrados

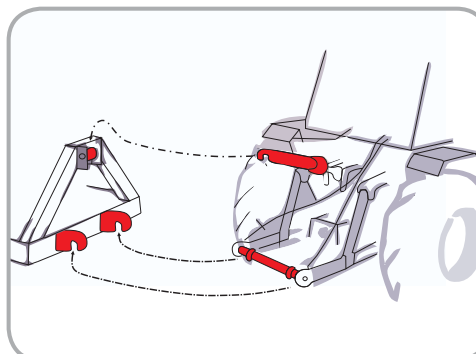


- ▶ TRIPUNTAL. 3 puntos de ancoraxe para apeiros suspendidos e semisuspendidos

- Semiautomáticos, de acoplamento en 2 fases:

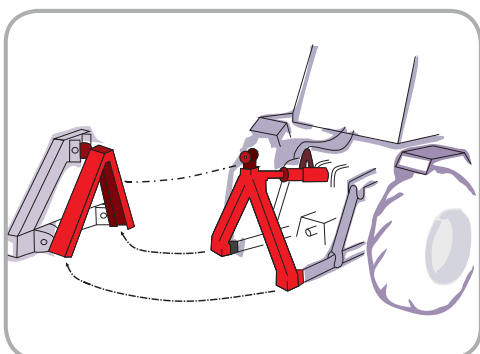


De pinzas o rótulas

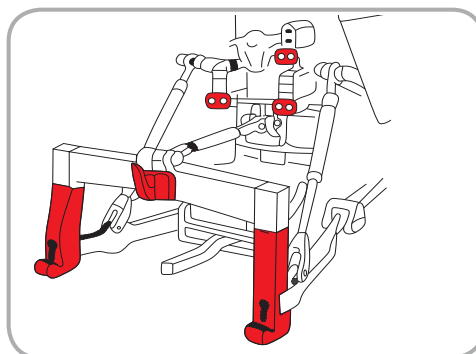


De barras

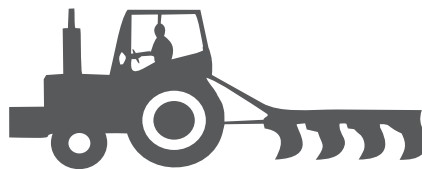
- Automáticos, de acoplamento en 1 fase sen baixarse do tractor:



Europeo tipo triangular



Americano tipo rectangular



TRABALLO CON APEIROS DE LABRANZA

RUTINA DE ENGANCHE

COMPROBACIÓN PREVIA

- ▶ Asegúrate que o cabezal da TDF é adecuado ao réxime de xiro do apeiro
- ▶ Comproba que as pezas de ensamblaxe estean en bo estado, limpas, engraxadas e coas proteccións necesarias



APROXIMACIÓN

- ▶ Asegúrate de que non hai ninguén entre o tractor e o apeiro
- ▶ Toma como referencia o terceiro punto de enganche do sistema hidráulico
- ▶ Axusta a altura e fai o enganche nos puntos de fixación previstos



ENSAMBLAXE

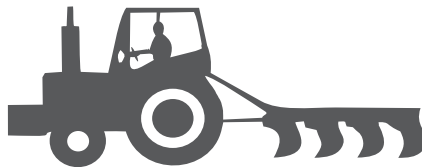
- ▶ Se precisas de axudante non o perdas de vista, apaga a radio e atende ás súas indicacións
- ▶ Se non entendes as instrucións, baixa do tractor, comproba a manobra e coordínate co axudante
- ▶ Para corrixir distancias curtas acciona o hidráulico. En todo caso usa o embrague e o acelerador con extrema suavidade



COMPROBACIÓN POSTERIOR

- ▶ Se tiveches que retirar o escudo protector da TDF volve a colocalo correctamente
- ▶ Antes de arrancar comproba que o selector da TDF está nas revolucións correspondentes ao apeiro enganchado
- ▶ Move arriba e abaixo o apeiro para ver se a fixación foi adecuada





TRABALLO CON APEIROS DE LABRANZA

ÁREAS DE RISCO COMÚNS



ENGRENAXES

Son aqueles puntos nos que dúas ou máis pezas entran en contacto, estando polo menos unha delas en movemento



PUNTOS DE ARRASTRE

Son aquelas partes da maquinaria agrícola que pola función que desenvolven están deseñadas para trasladar o produto cara outras partes internas da máquina



ENROLAMENTO

É aquel no que un elemento mecánico xira en torno a un eixo



ELEMENTOS CON INERCIA

Son aqueles elementos que trala súa desconexión continúa en movemento durante un determinado período de tempo



ARESTAS DE CORTE E ÁREAS DE CIZALLADURA

Son aquelas áreas de intersección, de contacto e/ou de proximidade entre elementos móbiles, que se moven na mesma dirección e sentido oposto ou entre un elemento en movemento e outras partes inmóbiles



ELEMENTOS QUE PODEN PRODUCIR PROXECCIÓNS

Son aqueles elementos, das partes móbiles das máquinas, que poden lanzar partículas sólidas



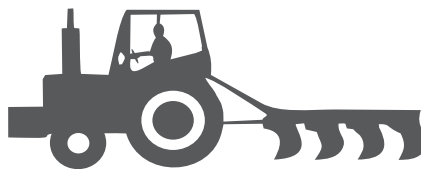
ÁREAS DE APLASTAMENTO

Son aquelas áreas de contacto entre dous elementos en movemento ou entre un elemento en movemento e outro parado



PUNTOS CON ENERXÍA ACUMULADA

Son aqueles puntos como muelles, sistemas hidráulicos, aire comprimido



TRABALLO CON APEIROS DE LABRANZA

MEDIDAS PREVENTIVAS DE CARÁCTER XERAL

RISCOS COMÚNS	MEDIDAS PREVENTIVAS
 Atrapamento por ou entre obxectos	- Leva roupa axustada e o pelo recollido - Ten os elementos de protección en bo estado - Segue as rutinas adecuadas de enganche e desenganche dos apeiros - Vixía que ninguén se achegue á máquina mentres traballas - Fai os mantementos co apeiro e tractor parados e apagados, quita as chaves do contacto e asegúrate de que ambos estean ben asentados
 Atrapamento por envorcadura de máquinas ou vehículos	- Elixe apeiros adecuados acorde á potencia do tractor - Ten en bo estado os apeiros, o tractor e os elementos de enganche - Cando o apeiro sexa arrastrado engancharase no punto mais baixo do tractor - Cando o apeiro é moi pesado é recomendable facer o mantemento en talleres profesionais
 Golpes/cortes por obxectos ou ferramentas	- Emprega luvas de protección nas labores de mantemento - Mantén en bo estado as ferramentas e os equipos de traballo - Se o mantemento do apeiro require o uso de equipos de traballo, le previamente as instrucións destes - Dispón da ferramenta adecuada e úsaa para o que está deseñada
 Sobreesforzos/Fatiga Física	- Acciona o hidráulico para corrixir a altura do enganche - Mecaniza na medida do posible as tarefas que requiran máis esforzo - Mantén unha boa hixiene postural - Emprega as técnicas de manipulación de cargas

NON ESQUEZAS

- ▶ Non retires as proteccións ou resgardos de seguridade, e mantenas sempre en bo estado
- ▶ Usa os EPI necesarios segundo as tarefas que desenvolves



4

AXENTES QUÍMICOS

fertilizantes e fitosanitarios



ATENDE A...

- ANTES DE EMPEZAR A TRABALLAR
- EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)
- MANEXO DE FITOSANITARIOS
- MANEXO DE FERTILIZANTES

COIDADO CON...



Sobreesforzos



Incendio



Contactos con
substancias cáusticas
e/ou corrosivas



Proxección de
fragmentos ou
partículas



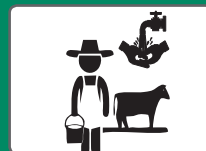
Caída de persoas ao
mesmo e distinto nivel



Exposición a
substancias nocivas
ou tóxicas



Atrapamento por
ou entre obxectos



Exposición a
contaminantes
biolóxicos



Exposición a
contaminantes
químicos



Ruído e/ou vibracións



Fatiga física
por: posición,
desprazamento,
esforzo e/ou
manexo de cargas

4 AXENTES QUÍMICOS



ANTES DE EMPEZAR A TRABALLAR



PLANIFICA

- Existen alternativas para acadar o noso obxectivo que non impliquen a exposición a axentes químicos?
- Que produto convén aplicar?
- Dispós do equipo de traballo que se debe utilizar?

INFÓRMATE

- Sobre os riscos que supón a manipulación e uso do produto escollido
- Sobre as medidas de protección e equipo necesario
- Sobre as boas prácticas de manipulación e aplicación
- En todo caso debes ler con atención a etiqueta do envase e a ficha de datos de seguridade (FDS)

VERIFICA

- Que os teus equipos de traballo están limpos, en bo estado e pasaron as inspeccións pertinentes
- Que tes a man todos os elementos auxiliares necesarios para levar a cabo o traballo
- Que dispós dos equipos de protección individual (EPI) adecuados e están en bo estado

Para a súa comercialización os fitosanitarios e algúns fertilizantes (as enmendas orgánicas e os abonos orgánicos e orgánico-minerais) deben estar inscritos no seu correspondente Rexistro Oficial. Para máis información consultar:

Fitosanitarios:

<http://www.magrama.gob.es/es/agricultura/temas/sanidad-vegetal/productos-fitosanitarios/registro/menu.asp>

Fertilizantes:

www.magrama.gob.es/app/consultaFertilizante/consultaFertilizante.aspx



4 AXENTES QUÍMICOS



EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)

Usa EPI das vías respiratorias



Semi-máscara con filtros de protección contra gases tóxicos

Selecciona correctamente o adaptador facial e o filtro que debes utilizar en cada caso:

- **Adaptador facial:** Lembra que a protección da máscara (cubre toda a cara) é maior que a da semi-máscara (só cubre boca e nariz)

- **Filtro:** Será diferente en función de que a protección que precisas sexa contra:

- Po e/ou aerosóis de líquidos
- Gases e/ou vapores. Neste caso inflúe tamén a natureza química do produto no tipo de filtro a usar



Usa luvas de protección química adecuadas que actúen de barreira co produto que vaías aplicar



Usa botas de cana alta impermeables para traballos en húmido

Usa calzado con punteira reforzada cando poidas sufrir esmagamento por materiais ou obxectos



A roupa de traballo actuará de barreira entre a túa pel e o produto. Usa unha funda de protección química se así o indica a FDS ou a etiqueta



Para protexer os ollos dos axentes químicos usa gafas de montura integral axústadas á cara



Usa os protectores auditivos xa que son recomendables se o ambiente de traballo é ruidoso

► Debes usar sempre o EPI especificado na FDS

► Todo EPI homologado debe ter o marcado CE e venderse acompañado do FOLLETO INFORMATIVO

► Le o FOLLETO INFORMATIVO: usa, substitúe e mantén o EPI conforme ás indicacións que nel se recollen

MOITO OLLO!

En determinadas situacións (como traballos en fosas de xurro, esterqueiras mal ventiladas,...) os equipos anteriores poden non ser axeitados e ser necesario usar equipos de respiración autónoma (ERA)



4 AXENTES QUÍMICOS



MANEXO DE FITOSANITARIOS

REQUISITOS DE FORMACIÓN

Segundo o Real decreto 1311/2012, polo que se establece o marco de actuación para conseguir un uso sostible dos produtos fitosanitarios

NIVEL	REQUISITOS
BÁSICO	- Para persoal auxiliar de tratamentos terrestres e aéreos, incluídos os non agrícolas - Para os agricultores que realizan tratamentos na propia explotación sen empregar persoal auxiliar e usando produtos que non sexan nin xeren gases tóxicos, moi tóxicos ou mortais - Para persoal auxiliar da distribución que manipule produtos fitosanitarios
CUALIFICADO	- Para usuarios profesionais responsables de tratamentos terrestres, incluídos os non agrícolas - Para agricultores que realicen tratamentos empregando persoal auxiliar - Para persoal que interveña directamente na venda de produtos fitosanitarios de uso profesional
FUMIGADOR	- Para aplicadores que realicen tratamentos con produtos que sexan ou xeren gases clasificados como tóxicos, moi tóxicos, ou mortais - Para obter o carné de fumigador é condición necesaria ter adquirido previamente a capacitación correspondente aos niveis básico ou cualificado
PILOTO APLICADOR	- Para persoal que realice tratamentos dende aeronave

ACREDITACIÓN DA CAPACITACIÓN: CARNÉ

Onde solicitalo?	Xunta de Galicia, consellería competente (a Consellería do Medio Rural e do Mar no momento da publicación)
Cando caduca?	Aos 10 anos, excepto se lle fora retirado antes de rematar o prazo por incumprimento de requisitos ou infracción
Como facer para acadalo?	Inscríbete no Rexistro Oficial de Produtores e Operadores (ROPO). Dende o 26 de novembro de 2013 toda persoa que inicie o procedemento para obter o carné de usuario profesional ten que estar inscrito no ROPO - Fai un curso de formación. De 25 horas para o nivel básico e 60 horas para o nivel cualificado. OLLO! Contéplanse validacións en función dos estudos cursados (ver anexo IV do Real decreto 1311/2012) - Examínate e aproba! Debes superar unhas probas de avaliación específicas para cada nivel de capacitación - Cubre a solicitude de expedición do carné. Debe incluír datos persoais, nivel de capacitación que se solicita e os certificados ou títulos requiridos en cada caso
Como renovar o carné?	Para a renovación do carné será preciso superar unha proba de avaliación: - Para nivel BÁSICO, os interesados dispoñen na web da Consellería de Medio Rural e do Mar, dunha guía básica coa que poderán realizar unha autoformación - Para nivel CUALIFICADO, se precisará dunha formación teórico - práctica cunha duración de 10 horas

Máis información en:

http://www.medioruralemar.xunta.es/es/areas/investigacion_e_formacion/formacion_continua/carnes_fitosanitarios/



4 AXENTES QUÍMICOS



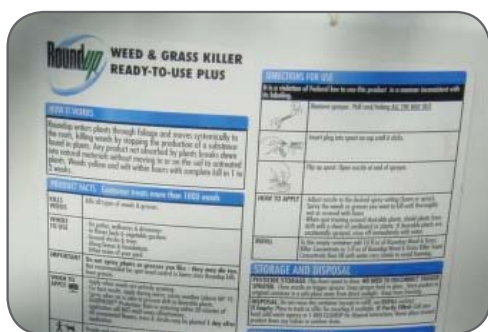
1 | 2 | 3 | 4

MANEXO DE FITOSANITARIOS

RECOMENDACIÓNS XERAIS

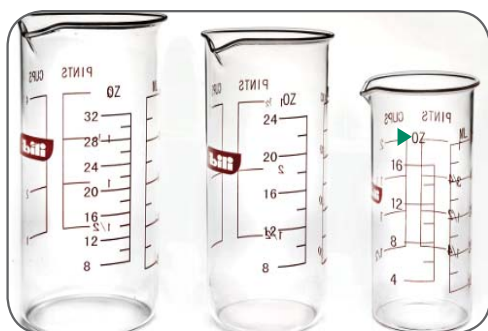
- ▶ Se o produto se derrama sobre a roupa, quítaa axiña e evita o contacto directo
- ▶ Evita o contacto con feridas abertas
- ▶ Para evitar a inxesta do produto, non comas, bebas ou fumes durante a preparación e/ou aplicación do produto
- ▶ No caso de intoxicación, chama ao 112 ou 061. Antes de chamar asegúrate de ter a etiqueta do produto contigo
- ▶ Se manexas habitualmente produtos fitosanitarios, lembra que debes vixiar periodicamente a túa saúde (o Ministerio de Sanidade publicou neste sentido, no ano 1999, un Protocolo de praguicidas que ten por obxecto a vixilancia da saúde dos traballadores expostos a estes produtos)

RECOMENDACIÓNS DURANTE A PREPARACIÓN DO CALDO



- ▶ Pon EPI para protexerte fronte ao risco de contacto ou inhalación por axentes químicos
- ▶ Manipula o produto tal como recomenda o fabricante na etiqueta e na FDS

- ▶ Utiliza material específico para a preparación do caldo



- ▶ A partir da dose establecida na etiqueta e a superficie que se vai tratar prepara a cantidade de caldo necesario para evitar sobrantes

- ▶ Prepara o caldo coas concentracións indicadas polo fabricante (nunca maiores)

- ▶ Non mestures produtos diferentes salvo que o fabricante o permita

- ▶ Procura non derramar líquido nin levantar po se o produto é sólido

- ▶ Dispón de materiais absorbentes específicos para casos de derrames



4 AXENTES QUÍMICOS



MANEXO DE FITOSANITARIOS

RECOMENDACIÓNS DURANTE A APLICACIÓN DO PRODUTO



► Sinaliza a zona de traballo advertindo do perigo

► Usa o EPI para protexerte fronte ao risco de contacto ou inhalación por axentes químicos

► Evita as aplicacións manuais. É preferible a aplicación mecánica dende cabina ou usar equipos automatizados



► Evita traballar en días calorosos

► Traballa en días sen ou con pouco vento e avanza en sentido contrario á nube de pulverización

► Para diminuír o tempo de exposición intercambia as tarefas con outros traballadores e non permanezas na zona tratada ao rematar a aplicación



► Lembra que os equipos de aplicación de fitosanitarios están obrigados a pasar unha inspección, quedando exentos os pulverizadores de mochila ou os de arrastre manual (carretilla) con depósito de ata 100 litros entre outros



4 AXENTES QUÍMICOS



1 | 2 | 3 | 4

MANEXO DE FITOSANITARIOS

RECOMENDACIÓNS DESPOIS DA APLICACIÓN



Limpa o material utilizado axeitadamente. Nunca limpes as boquillas ou outras partes do equipo soprando coa boca, dispón das ferramentas necesarias para facelo



Limpa e garda os EPI non desbotables segundo indica o fabricante. Revisa e retira os que estean en mal estado



Lava e garda a roupa de traballo por separado



Dúchate ou polo menos lava ben as mans, brazos e cara ao rematar a aplicación



Non entres no campo tratado durante o período de seguridade



Entrega os envases baleiros de fitosanitario a un xestor autorizado, non os destines a outros usos



4 AXENTES QUÍMICOS



MANEXO DE FERTILIZANTES

MEDIDAS PREVENTIVAS DE CARACTER XERAL



► Dispón da formación e información necesaria sobre os fertilizantes

- Consulta a ficha de datos de seguridade (FDS)
- Atende ao establecido polo fabricante no manual de instrucións do equipo de traballo que vaías empregar



► Executa unhas boas prácticas de manipulación e aplicación do fertilizante:

- Elixe o equipo de traballo que máis se adecúe ás recomendacións indicadas polo fabricante do fertilizante



► Utiliza equipos de protección individual (EPI) adecuados:

- Deben dispor de marcado CE
- Atende ás especificacións da FDS



► Almacena os fertilizantes correctamente:

- Atende ás incompatibilidades dos produtos: afasta o fertilizante de pallas, grans, materia orgánica, sementes, fitosanitarios,...
- Mantén sempre o produto no seu envase homologado
- Non fumes nin realices calquera outra tarefa que poida producir unha faísca
- Coloca fontes de luz fría



► Leva a cabo a vixilancia da saúde

- Se traballas con fertilizantes orgánicos podes precisar vacinarte para previr o risco de infección



5

MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS



ATENDE A...

- MEDIDAS PREVENTIVAS DE CARÁCTER XERAL
- TÉCNICAS DE MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

COIDADO CON...



Caída de obxectos
en manipulación



Choques contra
obxectos móbiles
ou inmóbiles



Caída de persoas
ao mesmo e
distinto nivel



Sobreesforzos



Fatiga física
por: posición,
desprazamento,
esforzo e/ou
manexo de cargas

5 MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS



1 | 2

MEDIDAS PREVENTIVAS DE CARÁCTER XERAL



- ▶ Aproveita ao máximo os equipos de transporte de cargas: carretas manuais,...
- ▶ Se fora necesario manipula as cargas coa axuda doutra ou máis persoas
- ▶ Ten presente que os pesos ríxidos se levan con máis facilidade e seguridade
- ▶ Manipula cargas adaptadas á túa capacidade
- ▶ Organiza o traballo de xeito que a distancia de transporte sexa menor
- ▶ Asegúrate de que a zona que teñas que percorrer con carga está libre de obstáculos e a zona de descarga despexada
- ▶ Usa calzado de seguridade con punteira resistente a impactos e sola antiescorregamento
- ▶ Usa luvas resistentes ao corte e ao racho

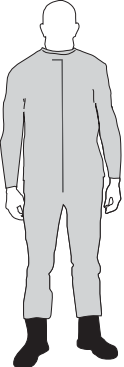
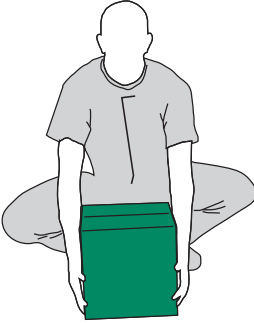
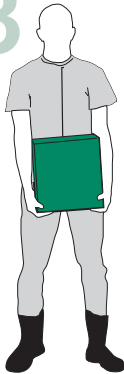


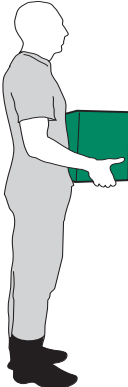
5 MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

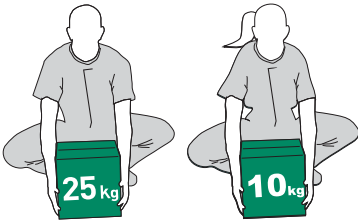
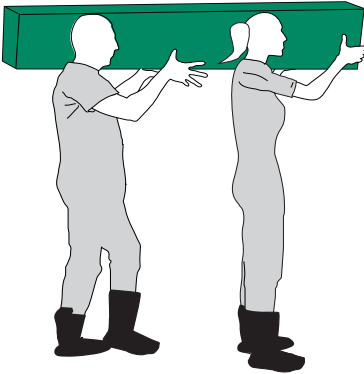


1 | 2

TÉCNICAS DE MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

- 
 - Separa os pés durante o levantamento ata conseguir unha posición estable
- 
 - Colle a carga coas dúas mans
 - Se a carga se atopa a baixa altura dobra os xeonllos mantendo as costas rectas e aproxima o máis posible a carga ao corpo
- 
 - Mantén a carga o máis preto posible do corpo
 - Procura recoller e depositar as cargas a unha altura próxima á cadeira

- 
 - Durante o levantamento e o transporte non xires o tronco, se é preciso pivota sobre os pés
- 
 - Levanta o obxecto gradualmente, sen movementos bruscos e coa columna vertebral recta e vertical
 - Mantén os brazos pegados ao corpo e o máis estirados posible
 - Non levantes unha carga pesada por enriba da cintura nun só movemento

- 
 - Pesos máximos de carga frecuente:
Home: 25 kg | Mozos*: 15 kg
Muller: 15 kg | Mozas*: 9 kg
* Entre 16 e 18 anos
- 
 - Aproveita o peso do corpo de modo efectivo para empurrar os obxectos ou tirar deles
- 
 - Pide axuda para manipular cargas voluminosas, pesadas ou que presenten dificultade para asilas

6 A MULLER NO AGRO



ATENDE A...

- EMBARAZO E LACTACIÓN

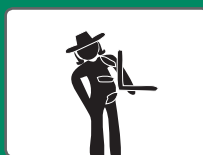
COIDADO CON...



Exposición a
substancias nocivas
ou tóxicas



Caída de obxectos
en manipulación



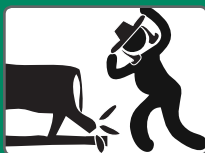
Choques contra
obxectos móbiles
ou inmóbiles



Contactos con
substancias cáusticas
e/ou corrosivas



Sobreesforzos



Accidentes causados
por seres vivos



Caída de persoas
ao mesmo e
distinto nivel



Ruído e/ou vibracións



Exposición a
contaminantes
biolóxicos



Exposición a
contaminantes
químicos



Fatiga Física
por: posición,
desprazamento,
esforzo e/ou
manexo de cargas



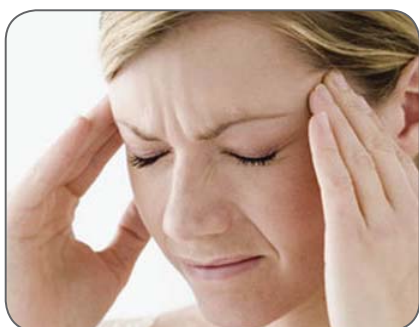
Fatiga mental



EMBARAZO E LACTACIÓN



- ▶ Evita o traballo en condicións de calor/frío extremos. Hidrátate, bebe líquidos con frecuencia
- ▶ Reduce o traballo con maquinaria dentro do posible para non estar exposta a vibracións e ruídos
- ▶ Fuxe dos ruídos molestos e intensos. Os protectores auditivos protéxente a ti pero non ao feto (ten especial coidado a partir do sexto mes de embarazo)



- ▶ Non manipules cargas e evita sobreesforzos e posturas forzadas
- ▶ Evita caída e golpes. Non fagas traballos que requiran equilibrio sobre superficies elevadas ou inestables
- ▶ Evita achegarte a animais que che poidan dar golpes ou couces
- ▶ Utiliza roupa e calzado comfortable, estable e seguro
- ▶ Evita o traballo con esterco, xurro e animais enfermos ou mortos



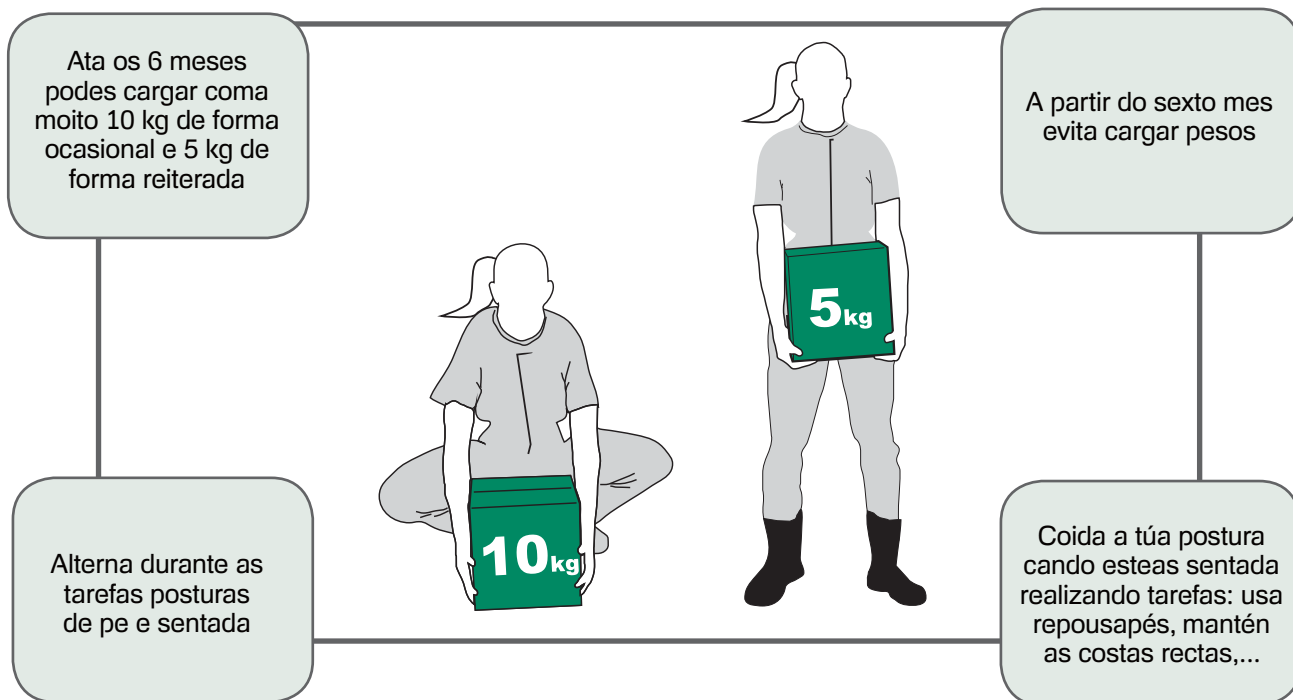
- ▶ Comproba a ficha de datos de seguridade (FDS), hai produtos químicos aos que unha muller non debe estar exposta se está embarazada ou amamentando
- ▶ Informa ao médico das túas tarefas e dos axentes químicos que manexas na granxa



6

A MULLER
NO AGRO

EMBARAZO E LACTACIÓN



Evita o estrés

Organiza o traballo en función
das necesidades que teñas

Busca axuda de
compañeiros no traballo



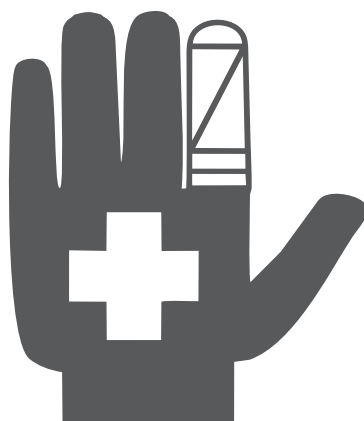
Reduce a carga de traballo
dentro do posible. Durme
as horas necesarias



Deixa tempo para facer
descansos frecuentes, comer,
beber, extraer leite materno
ou dar de mamar ao neno

7

PRIMEIROS AUXILIOS



ATENDE A...

- RECOMENDACIÓNS XERAIS
- PROTOCOLO PAS. COMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTE
- PRIMEIROS AUXILIOS

7 PRIMEIROS AUXILIOS



RECOMENDACIÓNS XERAIS



Cando traballes en solitario, deixa recado: onde vas traballar e o tipo de tarefa



Leva sempre contigo o telefono móbil. Lembra que as chamadas de emerxencia teñen sempre cobertura



TELÉFONOS DE EMERXENCIAS

Os principais teléfonos de emerxencia son:

- Central de emerxencias: 112
- Emerxencias sanitarias: 061



Dispón dunha caixa de primeiros auxilios portátil etiquetada. Como mínimo debe conter: gasas estériles, algodón, vendas, esparadrapo, apósitos autoadhesivos, tesoiras, pinzas, luvas desbotables, soro fisiolóxico, antiséptico

7 PRIMEIROS AUXILIOS



PROTOCOLO PAS. COMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTE

PROTEXER

Adopta as medidas necesarias para previr o agravamento do accidente. Despraza o ferido só se hai risco de sobreaccidente



AVISAR

Chama a un dos números de emerxencias (112 ou 061) e indica:

- Lugar exacto e tipo de accidente
- Circunstancias agravantes: atrapamento, derrubamento de postes eléctricos,...
- Número de vítimas
- Descrición do estado aparente das vítimas
- Identifícate: nome e número de teléfono

Lembra: sé breve, claro e non colgues ata que cho digan



SOCORRER

Aplica os primeiros auxilios e vixía especialmente: o nivel de consciencia, as dificultades ou ausencia respiratoria, e a existencia de hemorraxias

Pode ser necesario facer a reanimación cardio pulmonar (RCP)

Lembra: se non sabes que facer, é mellor que agardes a chegada do persoal sanitario

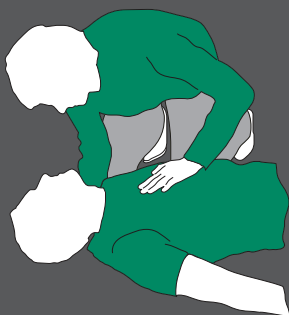




PRIMEIROS AUXILIOS

RCP

A maior complicación que se pode presentar é unha parada cardiorrespiratoria. Precisas recoñecela e saber facer a reanimación cardio pulmonar (RCP)



- 1º Determina a consciencia do accidentado movéndoo e falándolle
- 2º Abre o canal respiratorio tirando da cabeza cara atrás e cara arriba e comproba que respire e ten pulso
- 3º Se o resultado é negativo, avisa a emerxencias e inicia a RCP:
 - Abrir canal respiratorio
 - Insuflacións de aire
 - Masaxe cardíaco: 30 pulsacións - 2 respiracións
- 4º Comeza coas compresións cardíacas, intercalando insuflacións de aire nos pulmóns do accidentado

SECUENCIA

2 insuflacións de aire por cada 30 compresións cardíacas

RITMO

100 compresións cardíacas por minuto

Comproba periódicamente o estado do paciente

**COLABORA PARA
QUE A CAIXA DE
PRIMEIROS AUXILIOS
SE MANTENHA
REVISADA E EQUIPADA**

• Contactos químicos

· Coa pel

Lava a zona afectada durante 15 minutos cúbrea con gasas esteriles ou pano limpo e acude ao médico coa etiqueta do produto e se non se dispón como mínimo co nome do produto

· Cos ollos

Lava os ollos durante 15 minutos e logo acude ó médico

• Intoxicacións

· Por inhalación

1. Protéxete antes de entrar no local contaminado
2. Retíralo da zona contaminada
3. Ventila inmediatamente

· Dixestivas

Recolle como mínimo o nome do produto, e si se dispón da etiqueta ou ficha de datos seguridade (FDS) e acude ó médico.

Segue as indicacións do 112 ou 061 ou chama o Instituto Nacional de Toxicología 91 562 04 20

• Fracturas

Recoñecerás unha fractura polas seguintes sinais:

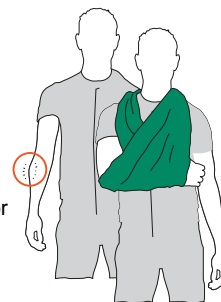
- Imposibilidade de mover o membro afectado
- Dor a nivel da zona fracturada
- Ás veces deformación ou simple inchazón

Non intentes endereitar o membro ou manipular a fractura

Inmoviliza a fractura collendo sempre a articulación superior e inferior

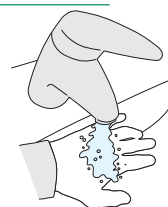
No caso de fractura aberta aplica un apósito estéril sobre a ferida

No caso de fracturas na columna, non mover en absoluto



• Queimaduras

- Lava con auga corrente
- Non rompas as ampolas
- Cubre con apósito
- Nas grandes queimaduras, non tires da roupa agás no caso de queimadura química



• Picaduras de avespas ou abellas

1. Se sabes que es alérxico medígate rapidamente
2. Se non sabes que es alérxico e observas síntomas como inchazo en zonas alonxadas da picadura, en cara e pescozo, dificultade para respirar e/ou mareos, acude inmediatamente ó médico



• Feridas

- Lava con auga corrente e tapa con gasas esteriles ou pano limpo
- Aplica algún antiséptico (ter en conta posibles alerxias)



• Hemorragias

- Deita o accidentado
- Eleva a parte da ferida por riba do corpo
- Coloca unha gasa ou apósito estéril no lugar da hemorraxia
- Fai presión continua no lugar da hemorraxia
- Se dispós de luvas, utilízalas



8

VIGILANCIA DA SAÚDE



ATENDE A...

- VIGILANCIA DA SAÚDE

8 VIXILANCIA DA SAÚDE



VIXILANCIA DA SAÚDE



► A vixilancia da saúde é por lei (31/1995):

- Un dereito de todos os traballadores, sendo obriga do empresario garantir esa vixilancia
- Específica en función dos riscos inherentes ao traballo, periódica, e voluntaria para o traballador (salvo excepcións)
- Confidencial

► É recomendable realizar recoñecementos médicos periódicos

► O traballo no medio agrario aconsella vacinarse para previr o contaxio de certas enfermidades como por exemplo o tetanos

► O Issga presta este servizo de xeito gratuíto para traballadores autónomos do sector agrario. Se estas interesado cumprimenta a solicitude e remítea a un centro do ISSGA

► Infórmate nos centros ou na web issga.xunta.es

► Un novo protocolo para a vixilancia da saúde dos traballadores en explotacións gandeiras publicado no 2013 polo Ministerio de Sanidade, Servizos Sociais e Igualdade establece:

- Exame médico inicial
- Exame periódico
- Control de vacinas



9

NORMATIVA VIXENTE



ATENDE A...

- NORMATIVA VIXENTE



NORMATIVA EN PREVENCIÓN DE RISCOS LABORAIS

Lei 31/1995, do 8 de novembro, de prevención de Riscos Laborais. (BOE núm. 269, do 10 de novembro)

Real decreto 773/1997, do 30 de maio, sobre disposicións mínimas de seguridade e saúde relativas á utilización polos traballadores de equipos de protección individual. (BOE núm. 140, do 12 de xuño)

Real decreto 39/1997, do 17 de xaneiro, polo que se aproba o regulamento dos servizos de prevención. (BOE núm. 27, do 31 de xaneiro)

Real decreto 665/1997, do 12 de maio, sobre a protección dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición á axentes cancerixenos durante o traballo. (BOE núm. 124, do 24 de maio)

Real decreto 374/2001, do 6 de abril, sobre a protección da saúde e a seguridade dos traballadores contra os riscos relacionados cos axentes químicos durante o traballo. (BOE núm. 104, do 1 de maio)

Real decreto 1215/1997, do 18 de xullo, polo que se establecen as disposicións mínimas de seguridade e saúde para utilización polos traballadores dos equipos de traballo. (BOE núm. 188, do 7 de agosto)

Real decreto 485/1997, do 14 de abril, sobre disposicións mínimas en materia de sinalización de seguridade e saúde no traballo. (BOE núm. 97, do 23 de abril)

Real decreto 286/2006, do 10 de marzo, sobre a protección da saúde e a seguridade dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición ao ruído. (BOE núm. 60, do 11 de marzo)

Real decreto 1644/2008, do 10 de outubro, polo que se establecen as normas para a comercialización e posta en servizo das máquinas. (BOE núm. 246, do 11 de outubro)

Real decreto 171/2004, do 30 de xaneiro, polo que se desenvolve o artigo 24 da lei 31/1995, do 8 de novembro, de prevención de Riscos Laborais, en materia de coordinación de actividades empresariais. (BOE núm. 27, do 31 de xaneiro)

Regulamento (CE) 1272/2008 do Parlamento Europeo e do Consello, do 16 de decembro de 2008, sobre clasificación, etiquetado e envasado de substancias e mesturas, e polo que se modifican e derogan as Directivas 67/548/CEE e 1999/45/CE e se modifica o Regulamento (CE) 1907/2006. (DOUE núm. 353, do 31 de decembro)

Real decreto 486/1997, do 14 de abril, polo que se establecen as disposicións mínimas de seguridade e saúde nos lugares de traballo. (BOE núm. 97, do 23 de abril)

Real decreto 1311/2005, do 4 de novembro, sobre a protección da saúde e a seguridade dos traballadores fronte aos riscos derivados ou que poidan derivarse da exposición ás vibracións mecánicas. (BOE núm. 265, do 5 de novembro)

Real decreto 1299/2006, do 10 de novembro, polo que se aproba o cadro de enfermidades profesionais no sistema de Seguridade Social e se establecen os criterios para a súa notificación e rexistro. (BOE núm. 302, do 19 de decembro)

Real decreto 664/1997, do 12 de maio, sobre a protección dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición a axentes biolóxicos durante o traballo. (BOE núm. 124, do 24 de maio)

Real decreto 664/1997, do 12 de maio, sobre a protección dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición a axentes biolóxicos durante o traballo. (BOE núm. 124, do 24 de maio)

Real decreto 298/2009, do 6 de marzo, polo que se modifica o Real decreto 39/1997, do 17 de xaneiro, polo que se aproba o Regulamento dos Servizos de Prevención, en relación coa aplicación de medidas para promover a mellora da seguridade e da saúde no traballo da traballadora embarazada, que dera a luz ou en período de lactancia. (BOE núm. 57, do 7 de marzo)

INSTITUTO GALEGO DE SEGURIDADE E SAÚDE LABORAL (ISSGA)

ISSGA SERVIZOS CENTRAIS
Casa da Parra. Praza da Quintana, s/n.
15704 Santiago de Compostela
Teléfono: 981 957 018
Email: issga@xunta.es

ISSGA A CORUÑA
Rúa Doutor Camilo Veiras,
nº 8. 15006 A Coruña
Teléfono: 981 182 329
Email: issga.coruna@xunta.es

ISSGA LUGO
Ronda de Fingoi, nº 170. 27071 Lugo
Teléfono: 982 294 300
Email: issga.lugo@xunta.es

ISSGA OURENSE
Rúa de Villamil e Castro, s/n. 32872 Ourense
Teléfono: 988 386 395
Email: issga.ourense@xunta.es

ISSGA PONTEVEDRA
Camiño Coto do Coello, nº 2
Rande (Redondela). 36812 Pontevedra
Teléfono: 886 218 100
Email: issga.pontevedra@xunta.es



Instituto Gallego
de Seguridade
e Saúde Laboral



galicia

OS **A** TENDE Agro
do Issga



**PREVENCIÓN DE
RISCOS LABORAIS EN
EXPLOTACIÓNS
DE GANDO VACÚN**



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN
Y MEDIO AMBIENTE



XUNTA
DE GALICIA