

# **MANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD**

## **LIMPIEZA VIARIA Y RECOGIDA DE RESIDUOS SOLIDOS URBANOS**

**INDICE:**

**1 Riesgos y medidas preventivas**

**1.1 Falta de orden y limpieza en los lugares de trabajo**

**1.2 Manipulación manual de cargas y posturas forzadas**

**2. Retirada de basuras y residuos**

**3. Trabajos en la vía pública**

## 1. RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

### 1.1 Falta de orden y limpieza en los lugares de trabajo

#### RIESGOS

- Caídas por resbalones debido a la existencia de suelos resbaladizos, irregulares o por la existencia de desniveles en los mismos.
- Golpes y atrapamientos con el mobiliario urbano, vehículos, mangueras de las máquinas o los equipos de limpieza.

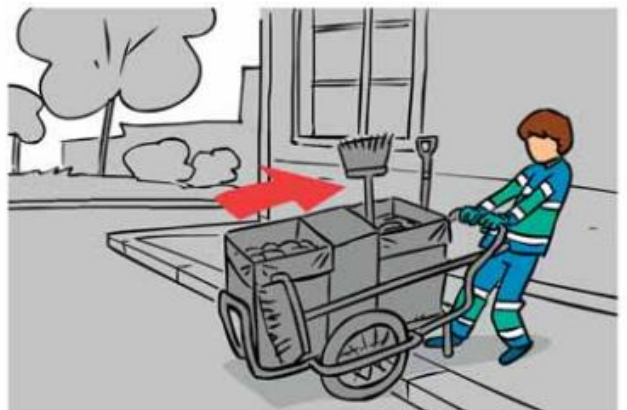
#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- En el desarrollo de tu trabajo no corras al desplazarte por zonas de tránsito, escaleras o vías de circulación.
- Evita pisar zonas mojadas o resbaladizas. En caso necesario, hazlo con mucha precaución.
- Barre siempre en el sentido de avance para detectar obstáculos y dificultades. En el caso de las escaleras, baja siempre los peldaños en el sentido del descenso.
- Sube los bordillos tirando del carrito, no empujándolo.
- Utiliza los equipos de protección individual: guantes de protección mecánica, calzado de seguridad y chaleco de alta visibilidad...

### 1.2 Manipulación manual de cargas y posturas forzadas

#### RIESGOS

- Trastornos musculoesqueléticos, especialmente dorsolumbares, debido al manejo de cargas de peso excesivo, voluminosas o de difícil sujeción, así como a la adopción de posturas incorrectas del cuello o del cuerpo de manera continuada.
- Cortes en las manos y piernas con filos cortantes o punzantes durante la retirada de residuos.
- Golpes contra objetos durante su manipulación.



#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Cuando transportes objetos o bolsas de residuos, fundamentalmente si son pesados, voluminosos o de difícil sujeción, asegúrate previamente del peso y dimensiones de los mismos y utiliza, siempre que sea posible, ayuda mecánica o solicita el apoyo de otras personas.

- En caso de tener que realizar un desplazamiento de una carga, observa que dispones de espacio suficiente para el manejo de la misma y que el recorrido está libre de obstáculos.
- Adopta las siguientes pautas durante la manipulación de cargas:
  - ✓ Aproxímate a la carga lo máximo posible, pero evitando cortarte.
  - ✓ Asegura un buen apoyo de los pies y sitúalos ligeramente separados.
  - ✓ Agáchate flexionando las rodillas y mantén la espalda recta.
  - ✓ Toma firmemente la carga con las dos manos y levántala utilizando los músculos de las piernas y no con la espalda.
  - ✓ Mantén la carga equilibrada y próxima al cuerpo siempre que sea posible, en función de sus características durante todo el trayecto, dando pasos cortos al andar.
  - ✓ Evita los movimientos bruscos de la espalda, en especial los giros, incluso cuando manejes pesos ligeros. Procura mover los pies en vez de la cintura.
- Trabaja manteniendo una postura erguida. Al barrer, mantén la escoba lo más cerca posible de los pies y efectúa movimientos tan sólo con los brazos, evitando seguirlos con la cintura.
- Lleva los utensilios de trabajo recogidos o acoplados, en su caso, en el carro destinado a tal fin.
- Antes de manejar una carga, observa el estado de su superficie, en especial la existencia de bordes o elementos cortantes y si presenta suciedad o está deteriorada.
- Traslada las bolsas de residuos cerradas para un mejor agarre. Evita comprimirlas y acercarlas al cuerpo o las piernas.
- Utiliza calzado de seguridad y guantes de protección mecánica.

## **2. RETIRADA DE BASURAS Y RESIDUOS**

### **MEDIDAS PREVENTIVAS**

- En la retirada de basuras y residuos, sigue las técnicas y métodos de trabajo establecidos a fin de evitar el contacto directo con el material contaminado.
- Toma las precauciones necesarias para reducir al mínimo las lesiones por pinchazos y cortes:
  - ✓ No introduzcas las manos en las papeleras o recipientes. Para vaciar los mismos, vuécalos en la bolsa, en el carro o el contenedor siempre que sean de este tipo.
  - ✓ En el caso de encontrarte con un objeto punzante (jeringuillas) sigue el procedimiento de actuación establecido.
  - ✓ Ante cualquier accidente o incidente (corte, pinchazo...) efectúa un lavado inmediato con agua de la zona afectada y comunícalo de inmediato.
  - ✓ En el caso de recoger cristales rotos o similares, envuélvelos en cartón o papel y tíralos a un contenedor.
  - ✓ Utiliza guantes de protección frente a cortes y pinchazos. No comas ni bebas en el área de trabajo. Si tienes heridas o lesiones en las manos o en los antebrazos,

protégelas antes de comenzar el trabajo. Lávate las manos, antes y después de las tareas. Recuerda que el uso de guantes no exime de ello.

### 3. TRABAJOS EN LA VÍA PÚBLICA

#### RIESGOS

- Atropellos por vehículos durante el tránsito por vías de circulación, al invadir la calzada o al cruzarla de forma indebida.
- Golpes o choques con vehículos aparcados o mal estacionados.
- Caídas por tropiezos en el desplazamiento a pie por la vía pública.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Presta atención al tráfico y a las señales de quienes trabajan contigo durante la realización de las tareas. En limpiezas que supongan la ocupación de la calzada, extrema la precaución y señaliza tu presencia.
- Cruza las calles por el paso de peatones siempre que sea posible, procurando circular por la zona más alejada de la dirección de los vehículos, ya que es donde menos accidentes se producen. Además, antes de hacerlo, detente en la acera sin invadir la calzada.
- En los semáforos no te lances sin más a la calzada cuando éstos se pongan en verde para los peatones. Mira a ambos lados y espera unos segundos antes de cruzar.
- Cruza la calle por el camino más corto, siempre en línea recta y nunca en diagonal. Cuantos menos metros se recorran menor riesgo habrá. Antes de cruzar, comprueba visualmente el carril y no procedas a pasar hasta que no estén parados todos los vehículos. Evita correr o pararte en medio de la calzada.
- Nunca atraveses las vías en las curvas y los cambios de rasante por la poca visibilidad que permiten. Son los lugares más peligrosos.
- No cruces un paso a nivel cuando se divise el tren, aunque éste se encuentre lejos, o cuando ya se encuentran bajadas las barreras.
- En las plazas o rotondas no cruces por el medio, hazlo por los pasos de peatones, rodeando la plaza o rotonda hasta llegar al lugar deseado.
- Extrema la precaución con los vehículos largos (autobuses, camiones...) al girar, ya que las ruedas traseras se cierran respecto a las delanteras y resulta fácil ser atropellado.
- Además, si tienes que atravesar la calzada cerca de un autobús o vehículo de grandes dimensiones, hazlo siempre por detrás del mismo, nunca por delante. Con ello consigues ver y ser visto por los demás vehículos que están en circulación.
- Considera que en los días lluviosos es frecuente el empañamiento de los cristales de los coches, lo cual dificulta la visión.
- Recuerda la prohibición de usar auriculares o teléfonos mientras trabajas en la vía pública.
- Evita transitar por el carril bici. En caso de ser necesario, permite el paso a las bicis ya que, en dicho carril, el ciclista tiene preferencia.

