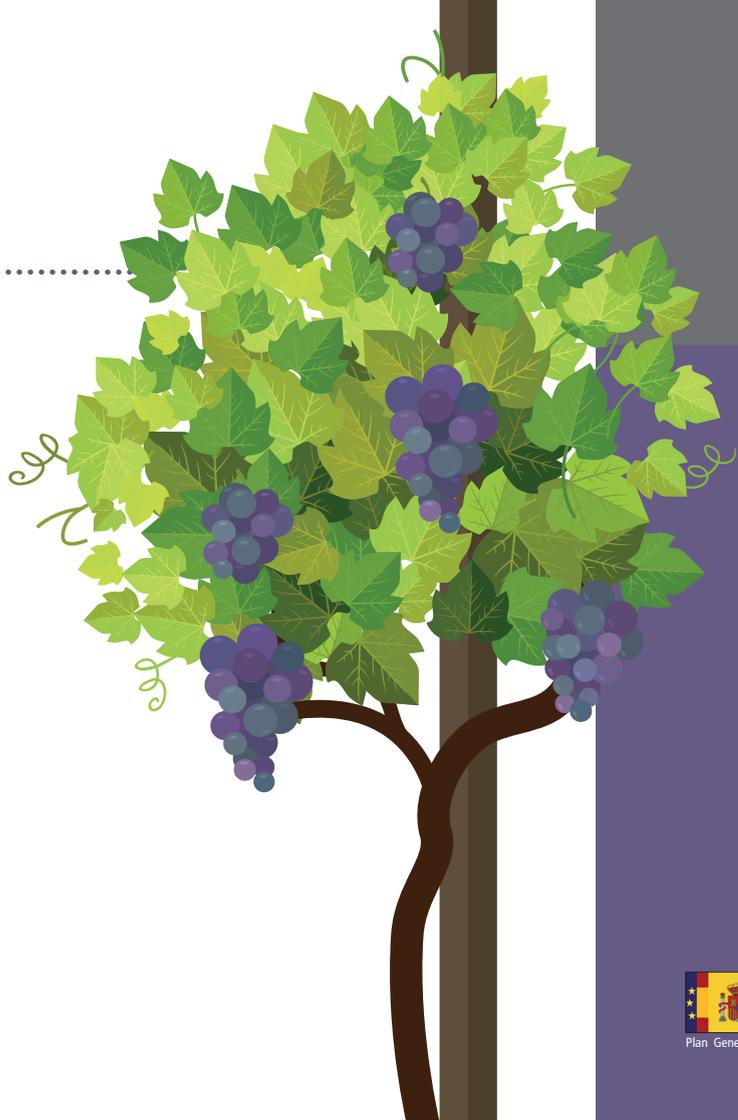


CAUSAS DE LOS ACCIDENTES

- **Caidas al mismo nivel** por terrenos irregulares, pisadas sobre objetos, resbalones o tropiezos.
- **Caidas a distinto nivel** desde el tractor o remolque, o desde escaleras utilizadas para la vendimia de parras o volcado de cestas / cajas en el remolque.
- **Cortes** en el uso de tijeras, navajas o útiles de corte.
- **Accidentes oculares** por pinchazos con sarmientos, proyección de ramas en el corte o por polvo de la tierra en el ambiente.
- Contacto con **productos fitosanitarios** usados en campo.
- **Picaduras o mordeduras** por insectos o animales.
- Adopción de **posturas forzadas** durante la vendimia y sobreesfuerzos en la manipulación de cestos o cajones.



www.uniondemutuas.es



Línea asistencial 24 h
900 100 692
Accede desde tu móvil



VENDIMIA

Sector vitivinícola

CONSEJOS PARA CUIDARTE

- Es conveniente llevar **calzado con suela antideslizante** y bien sujeto al tobillo.



- Emplea **guantes de protección anticorte**.

- Usa **crema de protección solar**, viste con ropa ligera, transpirable, de colores que no sean vivos (para no atraer a avispa y abejas) y que cubra las extremidades. Si fuera necesario, ponte **gorra** o sombrero.



- Para evitar cortes o rasguños en los ojos, usa las **gafas de protección**. Si te entra algo en el ojo no lo frotes, intenta eliminarlo lavándolo con agua limpia.



CONSEJOS PARA CUIDARTE

- Mantén las **herramientas de corte en buen estado** y bien afiladas. Evita que el mango esté impregnado de sustancias que lo hagan resbaladizo. No las lleves en los bolsillos.

- Presta mucha atención por donde circules, sobre todo en **zonas embarradas o con racimos de uva en el suelo**. Deja los cajones o capazos de fruta, tijeras... fuera de zonas de paso.



- Si necesitas acceder a puntos altos en el vendimiado en parra, es preferible usar plataformas estables a las **escaleras de tijera**. En caso de utilizar escaleras de tijera, deben tener dispositivo de seguridad antiapertura y zapatas antideslizantes; OJO, si el terreno tiene barro pueden hundirse y perder la estabilidad.



CONSEJOS PARA CUIDARTE

- **Lávate las manos** antes de comer.
- En caso de **picadura** o **mordedura** acude a tu centro asistencial, sobre todo si detectas síntomas de alergia (hinchazón en cara o cuello, dificultad para respirar, mareo).

- **Alterna las tareas** el máximo posible y respeta los periodos de descanso.

- **No sobrecargues las cajas** (el peso máximo que se recomienda para que sea levantado por una persona sola es de 25 kg).

- Para mantener la **espalda recta** durante la vendimia de cepas bajas, apoya una rodilla en el suelo y mantén la otra flexionada.

- **Manipula las cajas o cestas por los elementos de agarre**. Para levantarlas del suelo separa los pies, cógelas doblando las rodillas, manteniendo la espalda recta, a la altura de la cadera y lo más cerca del tronco posible. No gires la espalda mientras se descargan.

- **No subas nunca** a un tractor o remolque a no ser que seas el conductor.

- **No se debe caminar por bordes de bancales, muros o taludes.**

