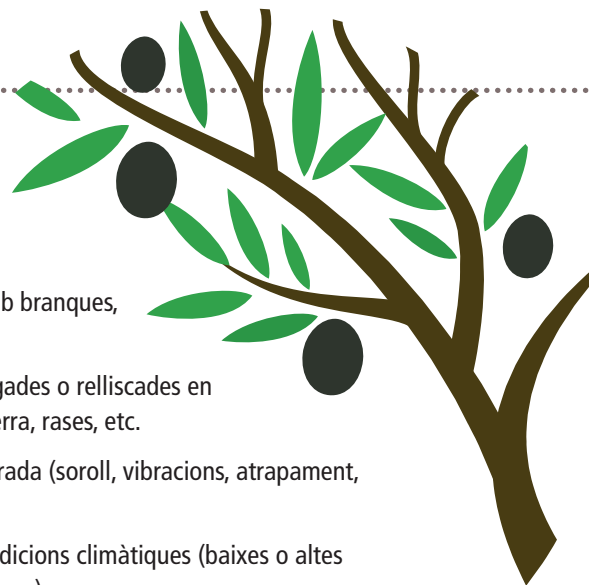


RISCOS

MÉS FREQUENTS

- Sobreesforços i lesions musculoesquelètiques per postures forçades o maneig de càrregues.
- Projecció, talls i cops a cara o ulls, amb branques, fruits, trossos de vares...
- Caigudes al mateix nivell per ensopegades o relliscades en terrenys irregulars, fang, fruits per terra, rases, etc.
- Riscos derivats de la maquinària emprada (soroll, vibracions, atrapament, atropellaments...).
- Fatiga i problemes associats a les condicions climàtiques (baixes o altes temperatures, humitat, pluja, gelades ...).



www.uniondemutuas.es

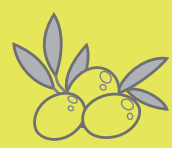
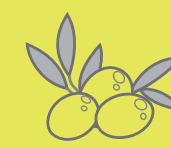


Línia assistencial 24 h
900 100 692
Accedix des del teu mòbil



RECOL·LECCIÓ DE L'OLIVA

Sector de l'oli



CONSELLS A

TREBALL DE MUNYIR O RECOLLIDA A MÀ

- No grimpes a l'olivera mai, i utilitza una escala en bones condicions recolzant correctament. Utilitza-tu sol.
- No sobrecarregues els cistells.
- Fes servir ulleres o pantalles facials.



TREBALL EN BATUDA MANUAL O PER MITJANS MECÀNICS DE VIBRACIÓ

- Utilitza vares de no més de 4 m i de materials sintètics perquè pesin menys. Alterna les tasques o realitza descansos per estirar els músculs dels braços i el coll.

- En la batuda amb motovibradors utilitza arnesos amb tirants perquè el pes es distribuísca uniformement.
- Aclarix la zona de pedres voluminoses o objectes innecessaris i mantingues els peus recolzats fermament a terra. Utilitza calçat antilliscant subjecte al turmell.
- Utilitza ulleres o pantalla facial i no et situes davant d'altres companys que facen la mateixa feina.



CONSELLS A

TREBALLS DE SOLI (RECOLLIDA D'OLIVA DEL SÒL)

- Utilitza genolleres i mantingues l'esquena el més recte possible, alterna un genoll a terra i l'altra en semiflexió.
- Evita estar a la gatzoneta per no sobrecarregar les cames.
- Alterna les tasques o realitza descansos per estirar els músculs de les cames i l'esquena.



ARROSSEGAMENT DE MANTONS I TRANSPORT DE CABASSOS

- Sol·licita ajuda per arrossegar la borrasa o manta entre dues persones, evitant moviments bruscos, o empra mitjans mecànics.
- No transportes cabassos tu només si pesen més de 25 kg (homes) i 15 kg (dones) i mai ho faces sobre el cap. Transporta la càrrega amb el cos dret i ben a prop del teu cos.



- En descarregar les olives en els remolcs, aprofita les irregularitats del terreny o utilitza plataformes evitant aixecar la càrrega per sobre de les espatlles.
- Utilitza un calçat antilliscant, subjecte al turmell i que protegísca del fred i la humitat.

CONSELLS A

ÚS DE MÀQUINES PORTÀTILS MANUALS (VARES VIBRADORES, BUFADORES, ESCOMBRADORES...)

- Mantingues l'equip en bon estat, i comenta amb l'encarregat qualsevol deteriorament.
- Recorre a arnesos ajustables amb tirants de goma elàstica i amb l'esquena encoixinada per a distribuir el pes uniformement i disminuir les vibracions.
- Utilitza els equips de protecció indicats per a cada màquina (protector auditiu, màscares, ulleres o pantalles, guants, gorres, calçat...). Evita portar roba ampla, complements pengen o pèl llarg sense recollir.

ÚS DE MÀQUINES AUTOPROPULSADES (TRACTORS, PLOMES ...)

- No romangues en el perímetre de seguretat de la zona d'acció de la màquina.
- Mantingues nets els esglaons d'accés i el lloc de conducció.
- La maniobra d'enganxament de les borrasas o mantes amb la ploma l'ha de fer solament una persona.
- No transportes companys en mitjans no habilitats ni adequats.
- Avisa acústicament de la maniobra que realitzaràs per alertar als teus companys.

EXPOSICIÓ A TEMPERATURES EXTREMES I A PICADES D'INSECTES

- Pren abundant líquid i menja aliments amb alt contingut energètic, especialment a l'hivern. No prengues alcohol i evita les begudes amb cafeïna.
- Protegix-te amb repel·lents contra insectes i tingues a prop sempre algun producte per a les picades.

