TRABAJOS DE LIMPIEZA

Existen una serie de elementos o factores a tener en cuenta para que las tareas de limpieza se lleven a cabo de forma segura, teniendo siempre presente que las operaciones de limpieza no pueden constituir un riego en sí mismas para el limpiador o para terceros:

1.- LOCALES Y EQUIPOS DE TRABAJO

a) Caídas en el mismo plano, por irregularidades o desperfectos del suelo, por suelos mojados o resbaladizos, por cables sueltos. Hay que tener precaución ante los obstáculos o desperfectos que el trabajador pueda encontrar en la zona de trabajo y que puedan complicarle su tarea.

Medidas de prevención:

- Utilizar calzado antideslizante.
- Prestar atención a los desniveles, las irregularidades o los desperfectos del suelo.
- Dejar libre de obstáculos las zonas de paso y de trabajo.
- Recoger los cables sueltos.
- Notificar cualquier anomalía o desperfecto que se observe, avisando inmediatamente en caso de que suponga peligro para los trabajadores.
- Colocar señalización "piso mojado" cuando frieguen el suelo para evitar resbalones.

b) Caídas de altura, por el uso de escaleras de mano, plataformas fijas o plataformas móviles. Los elementos de acceso a los lugares de trabajo deben ser estables y seguros. Los accesos a lugares de trabajo altos se deben usar de forma segura.

Medidas de prevención:

- Se deben utilizar elementos seguros como escaleras de mano y plataformas fijas o móviles, no se deben utilizar nunca elementos inestables como sillas giratorias, cajas, ladrillos, piedras o bloques, etc.
- Las escaleras de mano deben estar en buen estado y disponer de zapatas antideslizantes en las bases de los largueros y si es necesario sistemas de anclaje en la parte superior de los mismos.
- Las escaleras de mano se colocaran en un ángulo seguro y estable (aproximadamente 75º)
- Las escaleras dobles o de tijeras se deben abrir completamente colocándolas en posición estable (las escaleras de tijeras deben disponer de cordones o cadenas que impidan su apertura).
- Usarlas de manera correcta, evitando adoptar posturas de trabajo forzadas o que comprometan su estabilidad, para que no se produzcan caídas por perdidas de equilibrio, resbalones, etc. Se debe prestar especial atención a la carga máxima de las plataformas de trabajo. El ascenso y descenso se hará de frente a la escalera y no de espaldas a la misma. No se podrán subir a brazo pesos que comprometan la seguridad del trabajador; las herramientas se introducirán en una bolsa antes de iniciar el ascenso o descenso.

2.- RIESGOS ELECTRICOS

Contactos eléctricos con equipos o máquinas defectuosas, como aspiradoras, pulidoras, enceradoras, limpia moquetas, luces u otros equipos conectados. Los enchufes, interruptores y cables deben estar en perfectas condiciones de uso, conservando en buen estado los elementos aislantes. También se tomarán precauciones para evitar la entrada de líquidos en los equipos eléctricos.

Medidas de prevención:

- Se deben realizar inspecciones periódicas de los equipos eléctricos (por personal especializado).
- Comprobar los equipos antes de su uso observando el estado de los cables y enchufes, y evitando el uso de clavijas multiplicadoras para conectar los equipos de trabajo a la red eléctrica. Los equipos defectuosos se mandarán a reparar o se sustituirán por otros nuevos.
- Utilizar equipos de trabajo que tengan el marcado CE de conformidad.
- No sobrecargar la instalación eléctrica, comprobar que la potencia de la instalación es suficiente para el uso y correcto funcionamiento de los equipos.
- Evitar limpiar los equipos eléctricos conectados con sprays o con líquidos, a menos que estos sean los apropiados.
- Cubrir dichos equipos antes de las operaciones de limpieza.

3.- RIEGOS DE CORTES

Cortes con elementos cortantes como cuters, tijeras, vidrios rotos, etc.

Medidas de prevención:

- Nunca se efectuará el corte hacia el cuerpo.
- Cambiar las cuchillas en mal estado.
- Los útiles de trabajo cortantes como cuchillas y rascadores deben protegerse con los protectores adecuados cuando no se usen.
- Tener cuidado al coger las bolsas de basura, no pegarlas al cuerpo, ya que puede haber vidrios rotos.

4.-SUSTANCIAS QUIMICAS

Contacto con productos que contienen sustancias químicas peligrosas, como detergentes, lejía, sustancias cáusticas y corrosivas, disolventes, desinfectantes, ceras y abrillantadores, etc. En las operaciones que impliquen el uso de estos productos

químicos se debe extremar la precaución y manipularlos de forma segura y evitando la exposición a las sustancias que se forman durante los procesos de trabajo (polvos, aerosoles, vapores).

Medidas de prevención:

- Se deben sustituir los productos peligrosos por otros menos peligrosos. Se deben utilizar los productos más inocuos posibles y procurando que el ambiente esté bien ventilado.
- Se deben solicitar al fabricante o al distribuidor las fichas técnicas con los datos de seguridad y prevención de los productos que se utilicen.
- Cumplir correctamente con las instrucciones y procedimientos de uso. Se deben llevar a cabo procedimientos de trabajo seguros.
- Cuando se utilicen productos concentrados que haya que diluir, se hará en las concentraciones recomendadas por el fabricante y se utilizarán medios auxiliares para el trasvase de líquidos (bajo ningún concepto se utilizaran botellas de agua o de refrescos, etc. sino que se utilizaran envases originales u otros acondicionados especialmente para tal efecto).
- No mezclar productos, ya que pueden formarse gases peligrosos o reacciones energéticas. No mezcle, en ningún caso lejía con vinagres, amoniaco o productos limpiadores de retretes, ya que produce bióxido de cloro que es altamente tóxico.
- Se deben tomar precauciones para evitar la exposición a las sustancias (vapores, aerosoles, polvo) que se forman durante el trabajo.
- Debe realizarse la limpieza siempre que sea posible en ambientes suficientemente ventilados y utilizar cuando sea necesario equipos de protección individual. Se debe llevar a cabo el mantenimiento de dicho equipo y desechar los defectuosos o caducados.
- Las personas expuestas a los riesgos de las sustancias deben conocer y estar informadas de dichos riesgos, también en cuanto a la aplicación de métodos de

trabajos seguros (incluyendo el correcto uso, mantenimiento y almacenamiento de los equipos de protección individual).

- Almacenar los productos en lugares apropiados. Las sustancias químicas peligrosas deben estar etiquetadas, identificadas y correctamente señalizadas (detergentes, lejía, sustancias cáusticas y corrosivas, disolventes, desinfectantes, etc.) y disponer de las fichas de datos de seguridad proporcionadas por el fabricante o el distribuidor.
- Los envases de productos de limpieza deben mantenerse perfectamente cerrados.
- No guardar productos de limpieza en botellas o frascos que normalmente estén destinados asiduamente a productos alimenticios o bebidas.
- No exponer el producto a temperaturas iguales o superiores a 50ºC. Igualmente no proyectar bajo ningún concepto a ninguna clase de llama.
- Los trabajadores deben disponer y usar equipos de protección individual como ropa de trabajo, guantes de goma, calzado ergonómico y antideslizante, etc. en la manipulación de sustancias químicas peligrosas como detergentes, lejía, sustancias cáusticas y corrosivas, disolventes, desinfectantes, etc. Los equipos de protección individual deben ser adecuados al riesgo a proteger y disponer cada trabajador de sus propios equipos en número suficiente.
- Se debe llevar a cabo una correcta higiene personal después de trabajar con sustancias químicas peligrosas, lavando las manos a conciencia.

5.- DISEÑO DE PUESTOS DE TRABAJO

(a) Atendiendo a las *condiciones climáticas*, sobre todo en trabajos en el exterior, haciendo frente a condiciones adversas (situaciones de frío, calor, viento, exposición al sol).

Medidas de prevención:

- Se deben utilizar ropas de trabajo adecuadas a la climatología.

- La jornada de trabajo se debe adaptar en función de la climatología.
- Se deben establecer pausas durante la realización del trabajo que permitan la recuperación de los esfuerzos por parte del trabajador.

(b) *Esfuerzos, malas posturas, manejo de cargas*, evitando la sobrecarga física de los trabajadores que pueda resultar perjudicial para su salud.

Medidas de prevención:

- Se deben respetar las cargas máximas según sexo y edad, atendiendo también a su constitución o a una situación de embarazo; también se debe prestar atención al tamaño evitando que el volumen de la carga sea excesivo, cuando esto suceda se deberá transportar con ayuda de otros trabajadores o utilizando medios de transporte auxiliares o mecánicos.
- Los trabajadores deben llevar a cabo una correcta manipulación de las cargas. El levantamiento de cargas debe hacerse manteniendo la espalda recta al ponerse de cuclillas, expirar en el momento de hacer el esfuerzo, el cuello y la cabeza deben alienarse con el plano de la espalda manteniendo derecha y firme la columna vertebral, agarrando firmemente la carga a levantar y mantenerla lo más próxima al cuerpo.
- Se debe seleccionar útiles de trabajo con diseño adecuado y ergonómico adecuados a los trabajos a realizar para evitar las posturas forzadas como mangos largos para fregonas, cepillos y recogedores y alargaderas para mopas, etc.
- Los útiles de trabajo cortantes como cuchillas y rascadores deben protegerse con los protectores adecuados cuando no se usen.
- Deben hacerse pausas cortas durante la realización del trabajo cuando sea necesario para permitir la recuperación de la fatiga.