

PREVENCIÓN

Las medidas preventivas a adoptar para evitar estos riesgos referidos anteriormente son:

- Mantener el orden y limpieza en los lugares de trabajo, evitando suciedad en los suelos, recogiendo los derrames de líquidos, señalizando las superficies mojadas al ser limpiadas, etc.



- Dejar los pasillos libres de objetos, limpiando siempre en el sentido de avance para detectar obstáculos y evitar golpes.
- Las escaleras fijas pueden tener cintas o rugosidad antideslizante. Las escaleras portátiles deben estar en buen estado y bien afianzada.
- No introducir las manos en papeleras para vaciar las mismas, volcarlas en la bolsa, carro o contenedor. En el manejo de cristales rotos u objetos punzantes utilizar guantes apropiados, envolviendo dichos objetos en cartón y tirarlos al contenedor.
- Alternar tareas que requieren un mayor esfuerzo con otras de carácter más leve, para evitar la fatiga.
- Procurar variar los movimientos y las posturas de trabajo. Al escurrir la fregona no realizar un esfuerzo excesivo.
- Disponer de carros para trasladar los utensilios y, en aquellos casos que se necesite levantar y llevar manualmente los pesos, se hará flexionando las rodillas y sin doblar la espalda.
- El cableado debe estar en buen estado e ir cubierto con guías para evitar tropiezos. No se debe tirar del cable para desconectar el aparato eléctrico.
- Fijar los armarios y estanterías a la pared.
- No manipular cables, interruptores y enchufes con las manos mojadas.

Los envases se deben almacenar en una posición estable y bien cerrada, para evitar derrames.

En la limpieza se utilizan productos químicos que deben llevar una **etiqueta** para informar y alertar sobre los peligros relacionados con su utilización. Cuando los productos son cambiados a otros envases, la etiqueta debe ser reproducida. No mezclar los productos de limpieza.

En las etiquetas aparece uno o varios símbolos de peligro, así como unas indicaciones sobre los riesgos y las medidas de prevención a adoptar.



Dependiendo de las tareas a realizar:

- Se deben utilizar guantes de protección cuando se manejan productos de limpieza.
- Protección ocular en limpieza de zonas elevadas o cuando se hacen trasvases.
- Calzado antideslizante cuando hay suelos húmedos.
- Arnés y otros equipos de seguridad para trabajos en altura.

EMERGENCIA

Conozca el Plan de Autoprotección de su Centro de trabajo. En caso de una Emergencia, si no sabe qué hacer, telefóne al **112** indicando de forma breve el tipo de emergencia y la dirección del área afectada.

A continuación dirigirse al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, cuyo teléfono es **958 243069**.



Prevención de Riesgos Laborales

“ACTIVIDADES DE LIMPIEZA”



“Deseamos mejorar tu bienestar cuando trabajas”



INTRODUCCIÓN

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Universidad de Granada tiene, entre sus objetivos, la prevención de los riesgos y la promoción de la salud del personal de la Universidad y, entre otras actuaciones, ha elaborado este tríptico específico en prevención de riesgos para las actividades desarrolladas en la limpieza de los centros de trabajo.

El trabajo de limpieza implica el uso de equipos de trabajo que varían en función de la tarea a realizar, siendo los más frecuentes:

- Mopas de fregado.
- Carros de transporte de materiales.
- Bayetas, estropajos y pulverizadores.
- Cubos, fregonas, cepillos y recogedores.
- Escaleras de mano.
- Productos de índole doméstico utilizados para la limpieza, entre otros: Detergentes, Friegasuelos, Limpiacristales, Lejía, Amoniaco, Aguafuerte, Desengrasantes, Ambientadores, etc.



En este tríptico, se pretende dar las nociones generales que deben conocer las personas que realizan actividades de limpieza sobre los riesgos a los que están expuestos y los mecanismos para eliminar o, al menos, reducir dichos riesgos. Todo esto evitará daños a la salud, conseguirá aumentar el confort, el bienestar y la eficacia en el trabajo.

Las condiciones de trabajo son diferentes en cada centro por lo que pueden existir riesgos que van a estar relacionados con el diseño y sus condiciones ambientales.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Universidad de Granada tiene una estructura organizativa que podéis consultar en su [página](http://vcabd.ugr.es/pages/servicio_prevencion_riesgos_laborales/index) Web: http://vcabd.ugr.es/pages/servicio_prevencion_riesgos_laborales/index

DERECHOS Y DEBERES

Resumiendo lo establecido en la normativa vigente, las trabajadoras y trabajadores tienen derecho a:

- ✚ Una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo:
 - Información, consulta y participación.
 - Formación en materia preventiva.
 - Paralización de la actividad en caso de riesgo grave e inminente.
 - Vigilancia de su estado de salud.

Pero también deben:

- ✚ Velar por su seguridad y salud en el trabajo, y la de sus compañeros y compañeras.
- ✚ Usar adecuadamente los equipos de trabajo, herramientas, sustancias peligrosas, etc.
- ✚ Utilizar correctamente los medios y equipos de protección.
- ✚ Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas.
- ✚ Respetar y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad.
- ✚ Informar de inmediato a su superior/a, a los Delegados/as de Prevención, o al Servicio de Prevención acerca de situaciones de riesgo.
- ✚ Cooperar con la empresa en temas de seguridad y salud.

RIESGOS

Cuando las condiciones de trabajo son deficientes pueden generarse daños a la salud o accidentes. Pueden ocurrir:

- Caídas por la existencia de suelos resbaladizos, por escaleras en mal estado, tropiezos por cables en el suelo, iluminación deficiente....
- Golpes por obstáculos en los pasillos, por dimensiones insuficientes de los espacios de trabajo o materiales incorrectamente almacenados.
- Cortes, pinchazos o heridas.
- Proyecciones, salpicaduras de líquidos de limpieza. Hay productos que utilizados incorrectamente pueden generar vapores que al ser inhalados son peligrosos.
- Atrapamientos de personas al caerse las estanterías, cuando no están fijadas a la pared, especialmente al encontrarnos en una región geográfica considerada como sísmica.
- Sobreesfuerzos por la manipulación manual de cargas, movimientos repetitivos o posturas inadecuadas que pueden ocasionar lesiones músculo-esqueléticas.
- Riesgo eléctrico, cuando hay cables sueltos, clavijas en malas condiciones, que puede producir desde electrocución, quemaduras o incluso la muerte de la persona.
- Riesgos psicosociales derivados de la organización del trabajo: conflictos, estrés, etc.
- Otros riesgos, como exposición al ruido, olores, contacto con materiales o sustancias peligrosas, etc.
- Cuando se realizan tareas a la intemperie, se puede estar expuesto a condiciones ambientales inadecuadas frío, calor, etc.