



8. MANTENIMIENTO DE ELEMENTOS VIARIOS

- A. Tareas varias en las que se utilizan herramientas manuales y máquinas portátiles



8.1. REQUERIMIENTOS FÍSICOS

- Aplicación de fuerzas de empuje-tracción (FET).



8.2. RIESGOS, FACTORES DE RIESGO Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN

RIESGO (POSIBILIDAD DE DAÑO)

8.2.1. Daños por contacto con material punzante y/o cortante aislado o presente en objetos y/o estructuras vegetales

FACTOR/ES DEL RIESGO

- Presencia de aristas vivas, rebabas o elementos cortantes y/o punzantes en los distintos elementos a trabajar.
- Material residual punzante o cortante en la zona de trabajo.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN

- Hacer uso de protección individual de las extremidades y ocular. Solicitar un nuevo equipo de protección cuando éste haya sufrido cortes o pinchazos que comporten la pérdida sustancial de sus propiedades protectoras.
- Revisar visualmente los objetos antes de realizar los trabajos de mantenimiento, localizando rebabas, aristas vivas o cualquier otro elemento cortante o punzante.
- Examinar la zona de trabajo antes de comenzar con las tareas de mantenimiento, si fuese necesario limpiar y eliminar todo objeto que pueda entorpecer o generar una lesión.



RIESGO (POSIBILIDAD DE DAÑO)

8.2.2. Daños por golpes o atropellos con el propio vehículo o con vehículos ajenos.

FACTOR/ES DEL RIESGO

- Hacer uso de equipos de reproducción de música.
- No prestar atención a la circulación de vehículos.
 - Atravesar vías de circulación por zonas no autorizadas.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN

- En la deambulación para realizar las diferentes operaciones se debe evitar invadir las vías de circulación de tráfico rodado. En el caso de que, eventualmente, se tenga necesariamente que hacer se extremarán las precauciones cuando se camine dichas vías, observando antes de hacerlo, la situación del tráfico.
- Siempre que sea posible se utilizarán los pasos habilitados para peatones para cruzar vías de tráfico rodado.
- No hacer uso de equipos de reproducción de música.



RIESGO (POSIBILIDAD DE DAÑO)

8.2.3. Trastornos músculo esqueléticos (TME) debido a la aplicación de esfuerzos físicos estáticos y/o dinámicos

FACTOR/ES DEL RIESGO

APLICACIÓN DE FUERZAS DE EMPUJE Y/O TRACCIÓN (FET)

- Fuerzas de empuje-tracción mal aplicadas, sin el acompañamiento del cuerpo en la fuerza aplicada, contenedores excesivamente cargados o suelo irregular o resbaladizo o con excesiva fricción o en pendiente, realización de un sobresfuerzo individual o descoordinación en el empuje o tracción en equipo o generalmente, una combinación de varios de estos factores.

REALIZACIÓN DE MOVIMIENTOS REPETIDOS OCASIONALES (MMRROO)

- Uso de herramientas manuales durante un tiempo prolongado o en estado defectuoso que impliquen la realización de fuerza adicional excesiva.

ADOPCIÓN DE POSTURAS FORZADAS DE TRABAJO (PPFF)

- Debido a la naturaleza de las tareas: en el suelo, agachado, de rodillas, etc.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN

APLICACIÓN DE FUERZAS DE EMPUJE Y/O TRACCIÓN (FET)

- En la aplicación de fuerzas de empuje-tracción el acompañamiento del cuerpo en la fuerza aplicada es primordial para evitar la producción de esguinces y contracturas. Si se observa la existencia de contenedores excesivamente cargados, si el suelo es irregular o resbaladizo o presenta excesiva fricción o se trata de una pendiente, el empuje o la tracción debe ser realizado en equipo, y de manera coordinada.



APLICACIÓN DE FUERZAS DE EMPUJE Y/O TRACCIÓN (FET) (Continúa)

- Caso especial es de la bajada y subida de contenedores de 1200 l desde o hacia el bordillo o pasarlos a través de canales de recogida de pluviales. En el primer caso, siempre que sea posible, habrá que buscar una rampa para realizar la operación. En caso de que no se halle, el contenedor nunca debe bajarse de la acera a la vía de circulación con su lado largo paralelo al bordillo, dado que hay que hacer sobreesfuerzos para que no vuelque, que afecta a las articulaciones de muñeca, codo y hombro. En esta situación, con mucha probabilidad, el contenedor acabará volcándose con el consecuente riesgo de caída sobre la persona.
- La bajada debe ser siempre con el lado largo del contenedor perpendicular al bordillo. Una persona se sitúa de espaldas a la vía de circulación y delante del contenedor para acompañarlo y dejarlo caer suavemente, deslizando la base por el bordillo hasta que las ruedas apoyen en el suelo, mientras que la otra persona desde atrás va regulando la velocidad de bajada, sosteniéndolo.
- El ascenso sí debe hacerse con el lado largo perpendicular al bordillo. Ambas personas, de manera muy coordinada, levantarán el frente para salvar la altura del bordillo mientras empujan el contenedor para situarlo sobre la acera.



APLICACIÓN DE FUERZAS DE EMPUJE Y/O TRACCIÓN (FET) (Continúa)

- Para atravesar canaleras de aguas pluviales o accidentes del terreno similares, nunca debe ni tirarse ni empujarse el contenedor con su lado largo paralelo a dicha canalera, sino que debe hacerse de manera perpendicular. Salvo que el contenedor esté muy vacío y/o la persona muy entrenada, dicha operación será realizada por dos personas.



- En los contenedores de 240 litros desde la acera hasta la vía de circulación, la bajada es individual -salvo contenedores muy sobrecargados en que es necesario la participación de dos personas si no se está muy entrenado- y se realiza de espaldas a dicha vía. Se utiliza el bordillo para pivotar el contenedor y dejarlo deslizar suavemente hasta que las ruedas hagan contacto en la vía. Para subirlo a la acera, hay que hacerlo de cara, oscilando el contenedor hacia el cuerpo (para hacerlo puede ayudarse uno pisando una rueda o empujando con el pie el contenedor cerca de la base, mientras se sujeta por los asideros) y pivotando ayudándose del bordillo, hacer descansar la base sobre la acera. Una vez arriba, ya puede empujarse hasta el punto donde debe situarse.



APLICACIÓN DE FUERZAS DE EMPUJE Y/O TRACCIÓN (FET) (Continúa)

LEVANTAMIENTO DE CONTENEDOR DE 1200 L CAÍDO CON LA BOCA DEL MISMO MIRANDO HACIA ARRIBA

TÉCNICA 1. En caso de que un contenedor caiga al suelo, dos personas tomarán el contenedor por el bulón lateral y el bulón trasero o la parte trasera de la tapa, haciendo fuerza hacia arriba coordinadamente mientras el contenedor se apoya sobre las dos ruedas traseras.



LEVANTAMIENTO DE CONTENEDOR DE 1200 L CAÍDO CON LA BOCA DEL MISMO MIRANDO HACIA ABAJO

TÉCNICA 2. En este caso, una persona tomará el contenedor por el bulón lateral y otra por la parte inferior del contenedor, haciendo fuerza hacia arriba, coordinadamente, para que el contenedor quede apoyado en el bulón del otro lado. A partir de aquí puede voltearse de nuevo para que quede con la boca hacia arriba y aplicar la técnica 1 o bien, pueden tomar el contenedor por cada extremo del lateral del contenedor y levantarlo coordinadamente.



En todas estas operaciones deben extremarse las precauciones para que el movimiento de la tapa no produzca un atrapamiento de las manos.

REALIZACIÓN DE MOVIMIENTOS REPETIDOS OCASIONALES (MMRROO)

- Se alternará el uso de herramientas manuales con otras tareas. Se solicitará el remplazo de las herramientas que presenten un estado defectuoso.

ADOPCIÓN DE POSTURAS FORZADAS DE TRABAJO (PPFF)

- En general, las posturas de trabajo deben alternarse. Hay que tratar de evitar las posturas en que la espalda está doblada y el tronco girado respecto de las piernas.