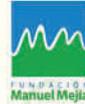




Organización
Internacional
del Trabajo



MI FINCA CAFETERA

UN ENTORNO SALUDABLE Y SEGURO

ROTAFOLIO



El empleo
es de todos

Mintrabajo



¡Bienvenido al rotafolio de Mi finca un entorno Saludable y Seguro!

Usted aquí encontrará algunas recomendaciones fundamentales para realizar su labor de manera Saludable y Segura, porque sí es posible trabajar sin accidentes y enfermedades laborales.

¡Adelante, apropiémonos de conductas saludables y seguras!





Trabajo en el campo



Utilice:

• Consuma frecuentemente agua hervida.



• Use los Elementos de Protección Individual según la herramienta a operar.



• Antes de realizar cualquier labor, recuerde los peligros alrededor y de les su justo valor; haga conciencia de los peligros propios de la actividad que va a realizar.



• Socialice el punto de encuentro por si ocurre alguna emergencia.



Sombrero de ala ancha

Camiseta fresca de manga larga

Pantalón grueso largo

Botas altas de caucho al perfil exterior de la suela con alta resistencia al deslizamiento



El cuidado de la mejor herramienta: el cuerpo

Consuma frutas, verduras y hortalizas



Por lo menos **5** veces al día

Hidrátese con abundante agua hervida



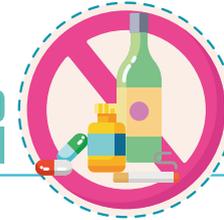
2 litros o más en días calurosos

Antes de iniciar la jornada mueva las articulaciones y haga estiramientos para calentar



Asista cada **6** meses al médico para revisión

No fume, no beba alcohol



0 sustancias psicoactivas

Lave las manos al menos **5** veces al día



0 cada vez que estén visiblemente sucias

Al toser y estornudar



Hágalo contra el pliegue del codo

Cambie la forma de saludar



Evite abrazos y besos





Prevenir el COVID-19

| | | |
|---|---|---|
| En los lotes | Momento de los descansos, bebida y almuerzos  | Sepárense 2 metros para beber o conversar; no compartan utensilios de fiambres, ni cubiertos. Lávense las manos con agua y jabón en el lote. |
| | Momentos de la cosecha  | Separe a los obreros por más surcos, que no se junten o rocen al efectuar los trabajos. |
| | Momento de pesaje de cosecha  | Al momento de llegar a pesar, los recolectores deben separarse unos de otros con 2 metros de distancia. El pesador debe utilizar tapabocas. |
| | Momento luego del pesaje  | Evite charlas de cerca, siempre deben estar separados por 2 metros de distancia. Si es pesaje de medio día, almuerce; si es el pesaje de la tarde, se debe asear, desinfectar e ir a descansar. |
| | Momentos libres  | En las charlas, juegos y tertulias, sepárese siempre de los demás por 2 metros de distancia; no comparta su celular (debe limpiarlo con alcohol). Lávese las manos antes de comer, antes de beber, antes de acostarse. En total, al día, usted debe lavarse las manos al menos 5 veces al día con agua y jabón. |
| En el transporte | De carga al ir al pueblo  | En el transporte deben ir separados; ojalá que desde el campo se programen para bajar un día unos, al otro día otros. |
| | De pasajeros para ir al pueblo  | Evite buses y transportes atestados de personas. Evite el roce con otras personas. |
| | De carga llevando mercado a casa  | Evite la cercanía; lave las bolsas de mercado antes de abrirlas, desinfecte rociando solución de hipoclorito de sodio. |
| | En moto o cabalgadura  | Evite llevar pasajeros o viajar de a dos. |
| Siempre distanciamiento social de 2 metros | | |
| Uso frecuente del tapabocas | | |
| Saludar siempre con una venia y unas palabras amables | | |



Lavar mínimo entre 40-60 segundos

Tomado de: Federación Nacional de Cafeteros (s.f.) Protocolo COVID-19 para Caficultores. Disponible en: <https://federaciondecafeteros.org/app/uploads/2020/04/protocoloCovid19paracaficultoresminsalud.pdf>



Labores de desinfección y limpieza, orden y aseo



Elementos de Protección Individual:



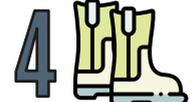
Overol o bata



Gorro impermeable o capucha



Guantes de Nitrilo



Botas impermeables



Gafas de seguridad



Protector respiratorio



Deseche los Elementos de Protección Individual de uso diario y lave los demás Elementos de Protección Individual exclusivos para cada usuario.



Para preparar una solución desinfectante, mezcle 100 ml de hipoclorito de sodio comercial o de uso doméstico al 5% con 900 ml de agua para obtener 1 litro de solución.



Utilice máquinas que le permitan rociar las superficies, como lo es la fumigadora de 5 o 10 litros.



Desinfecte todas las superficies, paredes, pisos, comedores, habitaciones, baños, duchas y áreas de lavandería.



Todos los utensilios de cocina, vajillas, vasos y pocillos deben lavarse muy bien con agua y jabón después de cada comida.



Durante la realización de esta actividad mantenga puertas y ventanas abiertas para que las áreas se ventilen y sequen por sí solas.



Desinfección con bombas de aspersión a los vehículos que ingresan a la finca.



Los desechos de Elementos de Protección Individual de uso diario serán de eliminación específica en la finca; se destinarán independientemente de los demás desechos, asegurando que ninguna persona o animal tenga contacto con ellos.



Limpie y desinfecte varias veces al día el piso de la cocina, los mesones, lavaplatos, paredes y estufa. El comedor también debe ser limpiado y desinfectado antes y después de cada comida.



El vehículo de la finca debe ser desinfectado frecuentemente: pasamanos, sillas, puertas y las superficies con las que más se tenga contacto directo.



Manipulación manual de cargas de manera segura

Organice el lugar al que se llevará la carga.



Verifique la carga (bordes cortantes, clavos, astilla, humedad, entre otros).



Utilice, en lo posible, herramientas de apoyo para transportar la carga (carretilla).



Verifique que los caminos estén libres de obstáculos.



En caso de que requiera levantar mucho peso, mueva las cargas con alguien más y mantengan la espalda recta al cuerpo para levantarla con la extensión de las piernas.



Aproxímese a la carga lo máximo posible.



Asegure un buen apoyo de los pies, manteniéndolos ligeramente separados.



En caso de que el objeto esté sobre una base elevada, aproxímelo al tronco consiguiendo un agarre firme y estable.



Agáchese flexionando las rodillas y manteniendo la espalda recta.



Levante la carga utilizando los músculos de las piernas y no con la espalda.



Tome firmemente la carga con las dos manos.



Mantenga la carga próxima al cuerpo durante todo el trayecto, dando pasos cortos.



En elevaciones con giro, procure mover los pies en vez de la cintura.



Evite los movimientos bruscos de la espalda, en especial los giros, incluso cuando maneje cargas ligeras.



Tomado de: Fremap (s.f.) Manual de seguridad y salud en el sector agropecuario. Disponible en: [https://prevencion.fremap.es/Buenas%20prcticas/MAN.012%20\(castellano\)%20-%20M.S.S.%20Sector%20Agropecuaria.pdf](https://prevencion.fremap.es/Buenas%20prcticas/MAN.012%20(castellano)%20-%20M.S.S.%20Sector%20Agropecuaria.pdf)



Cuidado al trabajar en época de lluvias

- Recuerde resguardarse cuando haya tormenta en el lugar indicado (**vivienda**).



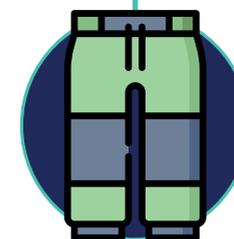
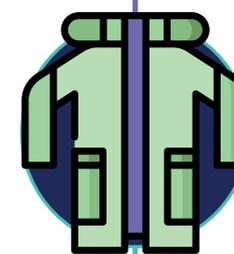
- Prohibido resguardarse en **árboles altos y solitarios**.



- Guarde los celulares, objetos metálicos o que tengan **baterías** en el lugar seguro destinado, para no llevarlos al cafetal.



Use traje impermeable con botas de caucho al perfil exterior de la suela con alta resistencia al deslizamiento



Uso seguro de herramientas manuales de trabajo

Elementos de Protección Individual.



Gafas de seguridad.



Guantes: elaborados de poliéster recubiertos con látex.



Botas de caucho al perfil exterior de la suela con alta resistencia al deslizamiento.



✓ Seleccione la herramienta adecuada para el trabajo que realizará, en óptimo estado y úsela solo para lo que ha sido diseñada.

🧼 Limpie la herramienta usada antes de almacenarla.

📦 En el almacenamiento, deje las herramientas en el lugar que le corresponde.

🔧 Remita cada herramienta en mal estado a mantenimiento o a eliminación.

🚶 Mantenga despejadas y libres de materiales, las zonas de paso, las salidas y vías de evacuación.

Uso seguro de la guadaña / motosierra

Elementos de Protección Individual:



1 Gafas de seguridad



2 Protección auditiva



3 Protección cabeza y cara



4 Arnés



5 Guantes de Seguridad (de vaqueta)



6 Peto o mandril



7 Botas de seguridad



8 Canilleras



- Estas herramientas deben ser operadas solo por quien tenga la experiencia.

- Retire reloj, anillos, pulseras y demás accesorios antes de operar la máquina.

- Inspeccione la zona antes de usar la máquina.

- Elimine los objetos que la máquina puede lanzar por el aire. Identifique las obstrucciones para evitarlas

- Inspeccione la máquina antes de usarla.

● Asegúrese de que:

- El motor no pierde combustible.
- Los elementos de fijación están apretados y no falta ninguno.
- El silenciador se encuentra en buen estado.
- La máquina dispone de los protectores, manillares, arneses, etc. apropiados para el accesorio de corte que se utiliza.
- Si se utiliza en la unidad, que el accesorio de corte esté bien apretado.

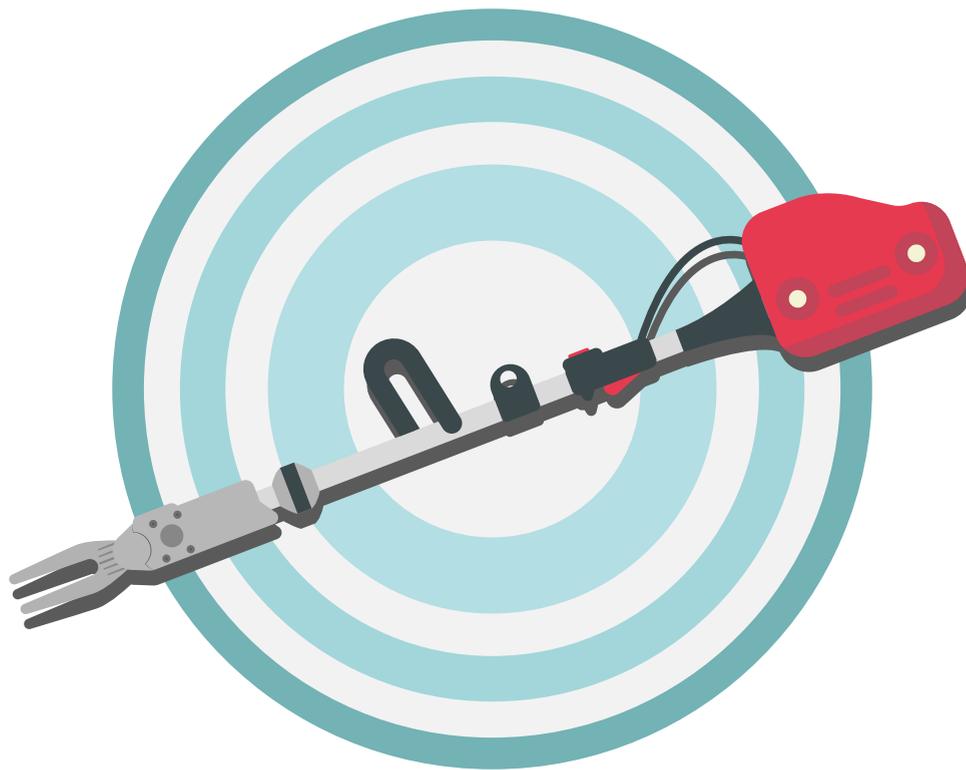
- Nunca retire el guarda protector del equipo de corte

- Señalice la zona; que no haya flujo de personas a 15 metros, mientras se opera la máquina.

- Guarde la máquina en el sitio seguro definido, con el resguardo en la parte filosa.

- Verifique que los Elementos de Protección Individual estén en óptimas condiciones.

Uso seguro de la derribadora



-  Solo la opera quien tenga la experiencia.
-  Realice la verificación y el alistamiento de la máquina antes de operación.
-  Alterne el trabajo con el brazo izquierdo y derecho.
-  Cada dos horas alterne con su compañero de labor.
-  Realice los respectivos mantenimientos.
-  Almacene en un lugar seguro, con las demás herramientas de trabajo.

Elementos de Protección Individual:



Gafas de seguridad



Protección auditiva



Guantes de Seguridad
(de vaqueta)

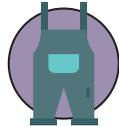


Botas de seguridad



Uso de productos químicos

Elementos de Protección Individual:

- | | |
|--|--|
| <p>1 Mameluco </p> | <p>2 Delantal impermeable </p> |
| <p>3 Gorro impermeable o capucha </p> | <p>4 Guantes de nitrilo </p> |
| <p>5 Botas impermeables </p> | <p>6 Antiparras o capucha de protección </p> |
| <p>7 Máscaras respiratorias </p> | |

Estos productos se transportan alejados de los alimentos.



El almacenamiento de los químicos se hará en un lugar específico alejado de la cocina, habitaciones o sitios de permanencia de animales y de exposición directa del sol.



El almacenamiento se realiza con candado y señalizado con aviso de **PELIGRO**



Revise la hoja de seguridad del producto químico antes de usarlo y siga cada una de sus recomendaciones.



Use un atomizador hidráulico en aerosol y úselo solo cuando esté en buen estado.



Ajuste los Elementos de Protección Individual según la hoja de seguridad del químico.



Los Elementos de Protección Individual y equipos de aplicación se almacenarán en el mismo lugar que los químicos, apartados y resguardados.



Al terminar la labor, quítese la ropa y lávela separadamente; báñese inmediatamente con abundante agua, durante 15 minutos. No refriegue, no use jabón y lave muy bien el área genital.



En caso de emergencia bañar y trasladar al paciente al hospital local de inmediato.



Los envases vacíos deben eliminarse según la hoja de seguridad lo indica.





Cómo actuar ante emergencias



Vaya al punto de encuentro cuando se presenta una emergencia.



Consulte en el botiquín el libro de primeros auxilios.



En caso de herida sangrante, utilice el apósito o una toalla higiénica para hacer presión y sostenerlo con el vendaje elástico para detener el sangrado, mientras llega al hospital más cercano.



En caso de quemadura riegue con agua fresca el área quemada, cúbrala con un vendaje estéril y diríjase al hospital más cercano.



Inmovilice con tablas y cartones el miembro donde se sospeche fractura o luxación.



En caso de mordedura de serpiente traslade al herido al hospital más cercano, en el menor tiempo posible.



En caso de mordedura de perro, antes de ir al hospital, lave la herida con abundante agua.



MI FINCA CAFETERA

UN ENTORNO SALUDABLE Y SEGURO

ROTAFOLIO