

Prevención de Riesgos





El Cloro

El cloro es un poderoso desinfectante y se usa para el tratamiento del agua, para la cloración del agua de beber, piletas de natación, y también, como desinfectante de detritus

¿Dónde se utiliza?

Este producto se está utilizando cada vez más en forma de cloro gaseoso para reemplazar al polvo decolorante en los procesos de blanqueo o decoloración. La industria de pulpa y del papel, así como la textil, todavía son grandes consumidores de cloro. También, se lo utiliza para blanquear celulosa en la fabricación de fibras artificiales.

Actualmente, la industria química consume grandes cantidades de cloro para la producción de compuestos clorados orgánicos e inorgánicos, como cloruros metálicos, solventes, refrigerantes y polímeros.

¿Qué riesgos tiene el uso inadecuado del cloro?

El cloro es irritante de las mucosas oculares, de la nariz y de la garganta, que va en aumento hasta producir dolor agudo y quemante. Esta irritación aparece también en el aparato respiratorio y en el pecho, desencadenándose una tos refleja que puede ser intensa y, a menudo, va asociada con dolor retroesternal que, incluso, puede provocar vómito con sangre, según las lesiones de las mucosas. Otros síntomas frecuentes son dolores de cabeza, malestar general, ansiedad y sensación de sofocación.

Este producto reacciona con los líquidos orgánicos formando ácidos y, a altas concentraciones, actúa como asfixiante al provocar espasmos en los músculos de la laringe y tumefacción de las mucosas.

La mayoría de los casos de muerte por intoxicación aguda se han producido por derrames masivos o explosiones de envases del gas.

¿Cómo se previenen los daños?

- Todos los trabajadores expuestos al cloro pasarán, por lo menos, un reconocimiento médico anual y, si es posible, más de uno; especialmente, después del ingreso.
- Las personas que sean susceptibles o padezcan enfermedades cardiopulmonares no podrán trabajar en industrias donde exista riesgo de contacto con cloro.
- Es fundamental mantener la concentración de cloro en el aire por debajo de los límites de exposición.
- Debe prestarse una rápida atención a las fugas en las conducciones, equipos y contenedores de cloro.
- Los trabajadores deben familiarizarse con el empleo de equipos de protección respiratoria.



Las consecuencias de una intoxicación por cloro:

- Si se ingiere, puede causar náuseas, vómitos, dolor abdominal, malestar o irritación en la garganta.
- Si esta sustancia se inhala causa irritación en boca, garganta, tracto respiratorio. También se da dificultad para respirar, tos e inflamación en los párpados.
- Si hay contacto con la piel se produce irritación, si es con los ojos puede provocar quemaduras, irritación, dolor, enrojecimiento, lagrimeo e intolerancia a la luz.

¿Qué hacer si alguien cercano sufre una intoxicación?

Lo principal es no salir corriendo al médico, pues muchas intoxicaciones se pueden manejar en casa.

Si el cloro es ingerido, no se debe provocar el vómito, debe lavarse la boca con abundante agua y pasta dental e ir poco a poco suministrando pequeñas cantidades de agua y leche.

Si es en los ojos, se debe retirar cualquier tipo de lente, Lavar los ojos con agua durante 20 minutos y observar cómo evoluciona la persona.

Si se inhala lo más recomendable es salir al aire libre, e inhalar a través de un paño o toalla.

Finalmente, si es en la piel se debe remover la ropa que tenga cloro y lavar la zona del cuerpo con agua y jabón.



Manejo de Cargas

El Manejo de carga comprende aquellas actividades en las que es preciso levantar y transportar peso, así como realizar determinados esfuerzos de empuje y tracción. Es importante señalar que el manejo incorrecto de cargas puede producir daños.

Operación de transporte o sujeción de una carga

Por parte de uno o varios trabajadores, como el levantamiento, la colocación, el empuje, la tracción o el desplazamiento, que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos, en particular dorso lumbares, para los trabajadores.

Peso máximo de cargas en condiciones ideales:

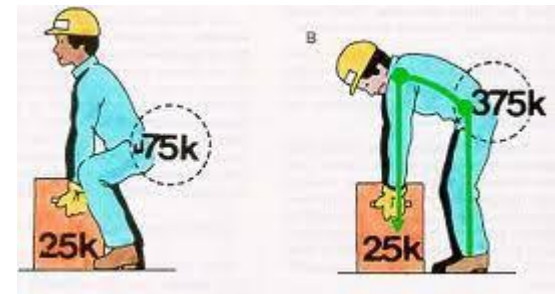
- ♣ 25 kg. en general ♣ 15 kg. para mujeres, trabajadores jóvenes o mayores, o si se quiere proteger a la mayoría de la población

Peso máximo en condiciones especiales:

- ♣ 40 kg. trabajadores sanos y entrenados, manipulación esporádica y en condiciones seguras (evitar si se puede: grúas, elevadores, etc.)

Para fuerzas de empuje o tracción, a modo de indicación general no se deberán superar los siguientes valores:

- ♣ Para poner en movimiento una carga: 25 kg.
- ♣ Para mantener una carga en movimiento: 10 kg





Manipulación de cargas en postura sentado.

No se deberían manipular cargas de más de 5 kg. en postura sentada y siempre que sea una zona próxima al tronco, evitando manipular cargas a nivel del suelo o por encima del nivel de los hombros y giros e inclinaciones.

Manipulación en equipo

Cuando se maneja una carga entre dos o más personas, las capacidades individuales disminuyen, debido a la dificultad de sincronizar los movimientos o por dificultarse la visión los unos a los otros (equipos de dos -> 2/3 ind., equipo de tres -> 1/2 ind)

- **Agarre bueno**

La carga tiene asas u otros tipos de agarres que permitan un agarre cómodo con toda la mano, permaneciendo la muñeca en posición neutra, sin desviaciones ni posturas desfavorables.

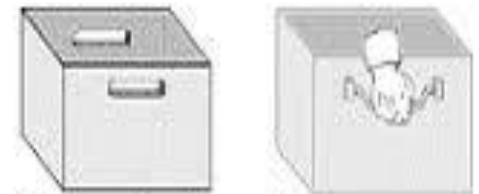


Figura 6 - Agarre bueno

- **Agarre regular**

La carga tiene asas o hendiduras no tan óptimas, de forma que no permiten un agarre tan cómodo, incluyendo aquellas cargas sin asas que puedan sujetarse flexionando la mano 90° alrededor de la carga.

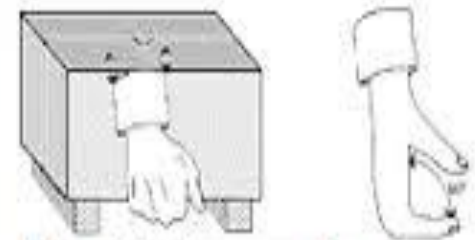


Figura 7 - Agarre regular

- **Agarre malo**

La carga no cumple ningún requisito de los anteriores.

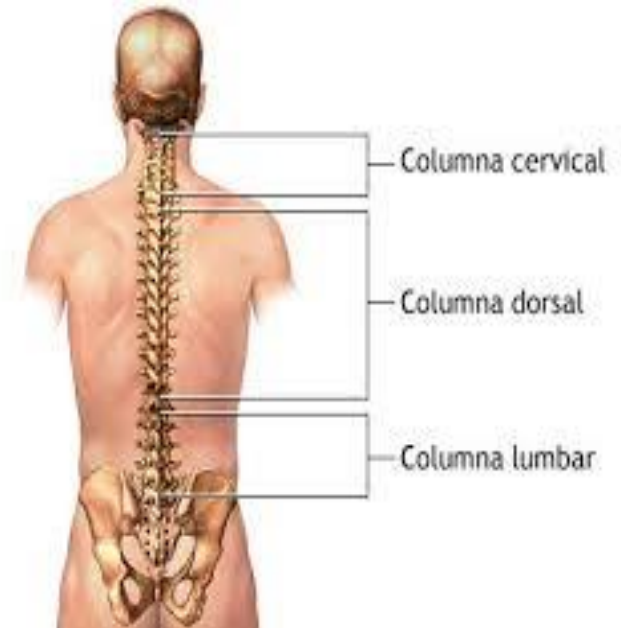


Figura 8 - Agarre malo

Estructura de la columna vertebral

Está formada por 32 a 34 huesos, los cuales son llamados vértebras y tiene cinco regiones:

- Cervical: compuesta por 7 vértebras
- Dorsal: compuesta por 12 vértebras sobre las que se articulan las costillas
- Lumbar: con 5 vértebras
- Sacra: con 5 vértebras soldadas en el hueso sacro
- Coxígea: compuesta por 3, 4 ó 5 vértebras atrofiadas.



La protección de la espalda durante el trabajo de manipulación de cargas
Aproximarse a la carga.



El centro de gravedad del trabajador tiene que estar lo más próximo posible al de la carga.

Si no es así las vértebras lumbares se sobrecargará.

Lo ideal es que no se transporte la carga a una distancia superior a un (1) metro y evitar transportes superiores a diez (10) metros.

Riesgos de sobreesfuerzos

Cuando tenga que mover material que exceda su capacidad física, solicite ayuda; de lo contrario, se estará exponiendo al riesgo de sobreesfuerzos. Lo mismo sucede si mantiene posturas incorrectas al pasar la aspiradora o trapear el piso, por ejemplo. No sobreestime su capacidad física; si necesita ayuda, solicítela.

Causas de sobreesfuerzos:

- Incapacidad física.
- Manejo inadecuado de materiales.
- Posturas incorrectas de trabajo.
- Movimientos repetitivos.
- Falta de elementos auxiliares de transporte menor (por ejemplo, un carro).



Medidas de prevención ante el riesgos de sobreesfuerzos

- Utilizar equipos auxiliares para el movimiento de carga.
- Respetar las cargas máximas según sexo y edad.
- Adoptar posiciones adecuadas en el uso de electrodomésticos (aspiradoras, enceradoras, etc.).
- Generar procedimiento de manejo de materiales.
- Posibilitar cambios de postura.
- Solicitar ayuda cada vez que lo requiera.

