



LA SEGURIDAD AGRÍCOLA

UN BOLETÍN TRIMESTRAL

PRIMAVERA 1998

El trabajo manual durante la cosecha

En California los cultivos que dependen del trabajo manual son muchos más de lo que se piensa. Durante la primavera y los principios del verano, se cosechan productos como la lechuga, brocoli, repollo, coliflor, alcachofa y hongos. En la cosecha de las verduras y legumbres se usa una variedad de cuchillos, grandes y chicos. En el pasado era más frecuente el uso de machetes, pero ahora los cuchillos son más pequeños y

livianos y, en algunos casos, están especialmente diseñados para ciertos cultivos. No importa que tan diestros sean los trabajadores para la cosecha, el entrenamiento frecuente y regular ayuda muchísimo a reducir el número de lesiones a consecuencia del uso de cuchillos y las largas horas que pasan trabajando agachados. Algunas compañías que regularmente realizan capacitación de seguridad dicen que emplean a los mismos trabajadores año tras año y que la incidencia de lesiones es baja.

La cosecha es un trabajo duro. Para reducir la posibilidad de lesiones por cuchillos o por problemas musculoesqueléticos, preste atención a los siguientes factores; el más importante es cuidar bien su propio cuerpo.

- ◆ Prepárese para el día de trabajo. Duerma bien y tenga el descanso suficiente. La cosecha a mano, cualquiera que sea el cultivo, es un trabajo duro y el cuerpo se cansa.
- ◆ Coma un desayuno bien nutritivo antes de empezar el día de trabajo.
- ◆ Use la ropa apropiada: camisas de manga larga, pantalones largos. Siempre es mejor vestirse con



Il. Zharov/DAIP/Prolog
© 1998, Redada, University of California

varias prendas que se puedan ir sacando a medida que hace más calor y que se pueden volver a poner cuando baja la temperatura.

- ◆ Use un sombrero para protegerse la cabeza contra el sol o la lluvia y guantes para protegerse las manos. Use loción contra el sol para disminuir el riesgo del cáncer de piel, y use repelente de insectos

Se incluye . . .

- El trabajo manual durante la cosecha*
- Protección de los ojos durante la poda y la cosecha*
- Normas para niños que realizan tareas agrícolas*
- Sitio en el internet sobre ergonomía agrícola*
- Red de seguridad agrícola*
- El cuidado de la vista de los trabajadores agrícolas*
- Primeros auxilios básicos para las cortaduras*

The Farm Safety Newsletter," creada y redactada por Barbara Meierhenry bajo la dirección de William E. Steinke. Dirija sus preguntas y comentarios a: Farm Safety Office, Department of Biological & Agricultural Engineering, University of California, One Shields Avenue, Davis, CA 95616, telefon (530)752-0563, FAX (530)752-2640.

cuando sea necesario. Apl'quelo con cuidado sobre la cara porque el sudor puede arrastrarlo hacia los ojos.

- ◆ Use botas o calzado que le protejan bien los pies. Los surcos pueden estar llenos de lodo y resbalosos.
- ◆ Tómese de 10 a 15 minutos para hacer ejercicios de calentamiento para aflojar los músculos. Muchos operadores usan con éxito este método para evitar problemas musculoesqueléticos.
- ◆ Tome bastante líquido, especialmente agua. Coma bocadillos entre las comidas regulares para mantener la energía.
- ◆ Tome un descanso por lo menos cada dos horas, para recuperarse y mantenerse alerta. Tómese unos minutos para estirar la espalda, los brazos y las piernas.
- ◆ Mantenga los cuchillos en su vaina cuando no los esté usando. Use los cuchillos con cuidado. Si camina con un cuchillo en la mano, lleve la hoja detrás del cuerpo y manténgalo alejado de los demás.
- ◆ Hágase una curación inmediatamente en una cortadura y consulte a un médico si es necesario.
- ◆ Preste atención a su higiene personal al final de cada día. Qu'tese la ropa en cuanto llegue a la casa. Lávese las manos y la cara con jabón antes de comer. Dése una ducha y lávese bien el pelo todos los días. Lave la ropa de trabajo separada de la demás ropa y use ropa limpia todos los días.
- ◆ Todos los trabajadores agr'colas deben aprender los primeros auxilios que se indican en el folleto adjunto a este boletín.



El Programa de Seguridad Agrícola existe con el fin de promover la seguridad y la salud en el lugar de trabajo. Mediante este boletín esperamos que nuestros lectores se mantengan enterados de los muchos problemas de peligros ocupacionales en la agricultura. Esta información se presenta con el entendimiento de que no existe ninguna intención de discriminación, y que Cooperative Extension no está favoreciendo ningún producto.

William E. Steinke

William E. Steinke, Ph.D., Director
Farm Safety Program

James M. Meyers

James M. Meyers, Ed.D., M.P.H.
Extension Specialist

Protección de los ojos durante la poda y la cosecha

Las lesiones a los ojos en el trabajo agr'cola casi siempre ocurren porque no se ha usado la protección adecuada para los ojos. Estas lesiones se deben a substancias químicas, baterías, el uso de herramientas motorizadas y otro tipo de maquinaria y al trabajo de la poda y la cosecha. En la mayoría de los casos, requieren atención médica y con ello se pierde tiempo de trabajo.

Las lesiones en los ojos son una gran preocupación en las tareas de la poda y durante la época de la cosecha de fruta. Generalmente se deben a heridas punzantes producidas por palos y tallos y también a basuritas o partículas que se meten en los ojos.

Siempre que se trabaja en situaciones de peligro hay que usar gafas de seguridad ("goggles") o máscaras protectoras ("face shields") porque así se pueden prevenir las lesiones a los ojos. Las gafas de seguridad que se usan ahora son atractivas, livianas y cómodas y no cuestan mucho dinero. Las gafas de seguridad también protegen contra la radiación ultravioleta cuando se trabaja al sol.

Las gafas de seguridad deben satisfacer las normas de la American National Standards Institute (ANSI) y brindar protección delante de a los ojos y a los costados, con ventilación suficiente para evitar que se empañen. Puede comunicarse con proveedores como Gemppler's (1-800-382-8473) o Labelmaster (1-800-621-5808) para hacer un pedido, o puede conseguir las gafas en las tiendas locales de productos agrícolas o ferreterías.

Normas para niños que realizan tareas agrícolas (NAGCAT)

El Centro Nacional de Niños para la Seguridad Rural y Agrícola* ha iniciado un proyecto de ayuda a los padres y empleadores para que puedan decidir en qué momento los niños son capaces de realizar sin peligro tareas comunes en la granja. Esta es una labor internacional con representantes de Estados Unidos, Canadá, y México. Bill Steinke es uno de los asesores principales.

Estas pautas están diseñadas para ayudar a padres y empleadores, que siguen siendo quienes toman las decisiones en los campos agrícolas y ganaderos. Los padres recibirán una evaluación de los peligros generales, las lesiones que podrían resultar, las edades en que los niños típicamente desarrollan las habilidades físicas, cognitivas y emocionales necesarias para completar estas tareas sin peligro, así como la capacitación especial o equipo de protección que debe usarse. En muchos casos, también se proporcionará a los padres con una serie de punto de referencia importantes para que puedan comparar y evaluar el desarrollo de su niño.

Los tres temas principales a tratar son: (1) la enorme diversidad en la agricultura y cultura de Canadá, Estados Unidos y México; (2) el desarrollo de los niños de acuerdo a un ritmo individual y único; (3) la falta de conocimiento acerca del tipo de trabajo agrícola que puede causar lesiones físicas permanentes al niño en desarrollo.

Diversidad en la agricultura y la cultura—El proyecto identificará y enfocará su atención en los trabajos agrícolas que comúnmente realizan los niños, para que los padres puedan reconocer las tareas que realizan sus niños o tareas que son semejantes, y así aplicar las pautas a otras tareas que podrían efectuar sus niños.

Desarrollo individual de los niños—Para tratar la amplia gama de habilidades necesarias y las edades en que típicamente se adquieren estas habilidades, se han seleccionado varios intervalos de edad: 7–9 años, 10–12 años, 13–14 años, y 15–16 años. Estos límites de edad representan los períodos en que un niño típicamente puede demostrar las habilidades necesarias para completar una tarea sin peligro. El plan también considera incluir listas de control para que los padres puedan determinar cómo se ajustan sus niños a la curva de desarrollo.

Efectos que las tareas agrícolas tienen en el niño en desarrollo—Actualmente no sabemos si un niño pequeño sufre algún daño en su desarrollo si levanta objetos pesados. No sabemos si esto causa un daño permanente a los tejidos blandos de los hombros, rodillas, caderas, espalda o alguna otra parte del cuerpo. Por lo tanto, nos basaremos en los consejos de especialistas en medicina deportiva, ortopedistas, pediatras, y otros que tienen experiencia en el tratamiento de jóvenes que han completado actividades enérgicas, con o sin lesiones permanentes.

Recientemente se completó un primer borrador de las pautas para la operación de tractores. Si bien se trata de un borrador, algunos de los factores considerados son la complejidad de los controles del vehículo, la potencia del tractor, las tareas que probablemente se realizarán con tractores de distintos tamaños, posibles distracciones, ambiente físico en el cual se usará el tractor, efecto de los implementos agregados sobre la estabilidad del vehículo, y la concentración y habilidad necesarias para completar las tareas sin peligro.

Estas pautas todavía están en forma de borrador y se están revisando y actualizando a medida que se consigue información y se reciben comentarios. Agradeceremos sus comentarios y sugerencias en cuanto a los factores a considerar, o acerca de normas, medidas o pruebas específicas que usted haya encontrado útiles en su trabajo con los niños en la agricultura. Por favor comuníquese con Bill Steinke, en la oficina del Programa de Seguridad Agrícola.

* El Centro Nacional de Niños para la Seguridad Rural y Agrícola forma parte del Centro Nacional de Medicina Agrícola en Marshfield, Wisconsin.

Sitio en el internet sobre ergonomía agrícola

Ergonomía — *Se ocupa del diseño y la disposición de las cosas que usan las personas de manera que la interacción entre las personas y las cosas sea más eficiente y segura. La falta de buena ergonomía en el trabajo agrícola suele resultar en lesiones en la espalda, tendinitis, síndrome del túnel del carpo y otros trastornos musculoesqueléticos.*

Según un informe de 1992 publicado por el Departamento de Relaciones Industriales de California, casi la mitad de las lesiones laborales ocurren en la producción agrícola. Entre todos los síntomas y lesiones musculoesqueléticos, aproximadamente la cuarta parte involucra la columna vertebral, siendo ésta la parte del cuerpo que más frecuentemente se lesiona.

El Centro de Investigación de la Ergonomía Agrícola (AERC), de la Universidad de California en Davis, ha participado en investigaciones para evaluar las medidas ergonómicas usadas para prevenir las lesiones musculoesqueléticas en la agricultura. Los objetivos de investigación de este centro son el estudio de las prácticas de trabajo agrícola y su relación con la ergonomía; diseño, fabricación y evaluación de herramientas que reducen los riesgos; y compartir los resultados de sus investigaciones. El centro AERC le invita a visitar su sitio en el internet:

<http://www.engr.ucdavis.edu/~ergo>

La información disponible incluye los resultados de proyectos en viveros y viñas, enlaces con otras organizaciones, y una página "Ayuda para la industria" con una guía para implementar un programa de ergonomía en el lugar de trabajo. En vista de la norma ergonómica recientemente aprobada por Cal-OSHA, este sitio en el internet le ayudará a comprender la gravedad del problema y las razones que justifican el interés actual sobre este tema.

Red de seguridad agrícola

Al Programa de Seguridad Agrícola le interesa crear una red de comunicaciones con personas y organizaciones en todo el estado involucradas en la seguridad agrícola. Esto nos ha llevado a iniciar contactos con clínicas de salud rurales y comunitarias para identificar los problemas de salud y seguridad agrícola en estas y otras comunidades; reconocemos que los problemas podrían variar de una región a otra y de una comunidad a otra. Nos interesa particularmente conocer cuáles son los problemas que afectan directamente a los niños.

Tenemos un interés especial por las historias de éxito. En la comunidad suya, ¿qué ha servido para reducir el número de lesiones agrícolas? ¿Cuáles esfuerzos han tenido un efecto positivo importante sobre los niños en las comunidades rurales?

Esperamos que el resultado de esta red de comunicaciones mejore el enfoque de nuestro boletín sobre los temas de interés, nos permita compartir la información obtenida y ayude a los demás a comunicarse para beneficio de todos. Si usted puede aportar información sobre estos temas, sírvase llamar a la oficina de Seguridad Agrícola al 530/752-0563, o escribanos al Programa de Seguridad Agrícola, Biological and Agricultural Engineering Department, University of California, One Shields Avenue, Davis, CA 95616, o comuníquese por e-mail con westeinke@ucdavis.edu.

COOPERATIVE EXTENSION
U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE
UNIVERSITY OF CALIFORNIA
OAKLAND, CALIFORNIA 94612-3560

OFFICIAL BUSINESS
PENALTY FOR PRIVATE USE \$300
6547

BULK RATE
U.S. POSTAGE
PAID
DAVIS, CA
PERMIT NO. G-00268

