



Organización
Internacional
del Trabajo

► Identificación rápida en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) en el sector del café en Colombia.



Copyright © Organización Internacional del Trabajo 2020

Las publicaciones de la Oficina Internacional del Trabajo gozan de la protección de los derechos de propiedad intelectual en virtud del protocolo 2 anexo a la Convención Universal sobre Derecho de Autor. No obstante, ciertos extractos breves de estas publicaciones pueden reproducirse sin autorización, con la condición de que se mencione la fuente. Para obtener los derechos de reproducción o de traducción, deben formularse las correspondientes solicitudes a Publicaciones de la OIT (Derechos de autor y licencias), Oficina Internacional del Trabajo, CH-1211 Ginebra 22, Suiza, o por correo electrónico a rights@ilo.org, solicitudes que serán bien acogidas.

Las bibliotecas, instituciones y otros usuarios registrados ante una organización de derechos de reproducción pueden hacer copias de acuerdo con las licencias que se les hayan expedido con ese fin. En www.ifrro.org puede encontrar la organización de derechos de reproducción de su país.

Identificación rápida en seguridad y salud en el trabajo en el sector del café en Colombia, Colombia: OIT / Oficina de la OIT para los Países Andinos, 2020. 100 p.

ISBN 9789220343418 (Print)

ISBN: 9789220343425 (Web PDF)

Las denominaciones empleadas, en concordancia con la práctica seguida en las Naciones Unidas, y la forma en que aparecen presentados los datos en las publicaciones de la OIT no implican juicio alguno por parte de la Oficina Internacional del Trabajo sobre la condición jurídica de ninguno de los países, zonas o territorios citados o de sus autoridades, ni respecto de la delimitación de sus fronteras.

La responsabilidad de las opiniones expresadas en los artículos, estudios y otras colaboraciones firmados incumbe exclusivamente a sus autores, y su publicación no significa que la OIT las sancione.

Las referencias a firmas o a procesos o productos comerciales no implican aprobación alguna por la Oficina Internacional del Trabajo, y el hecho de que no se mencionen firmas o procesos o productos comerciales no implica desaprobación alguna.

Para más información sobre las publicaciones y los productos digitales de la OIT, visite nuestro sitio web: ilo.org/publns.

Impreso en Colombia

► Advertencia

El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres es una de las preocupaciones de nuestra Organización. Sin embargo, no hay acuerdo entre los lingüistas sobre la manera de hacerlo en nuestro idioma. En tal sentido, y con el fin de evitar la sobrecarga gráfica que supondría utilizar en español o/a para marcar la existencia de ambos sexos, hemos optado por emplear el masculino genérico clásico, en el entendido de que todas las menciones en tal género representan siempre a hombres y mujeres.

► Agradecimientos

Esta publicación fue posible gracias a la cooperación de la Unión Europea, a través del proyecto de fortalecimiento de la capacidad instalada de la inspección del trabajo para promover el cumplimiento de las normas laborales en el sector rural en Colombia. El documento es una guía práctica que contribuye con el reconocimiento de las condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo en el sector cafetero, surge con el fin de dar técnicos que permitan identificar peligros en el lugar de trabajo; para poder intervenir el riesgo ocupacional. La guía puede ser empleada de forma tripartita por gobierno, organizaciones de trabajadores y empleadores. Un especial agradecimiento a Jorge Fernández, Coordinador Grupo Promoción y Prevención, de la Dirección de Riesgos Laborales, a Stella Salazar, Coordinadora Grupo Protección De Los Derechos Laborales de los Trabajadores Rurales y Álvaro González, Profesional Especializado de la Dirección de Inspección Vigilancia, Control y Gestión Territorial.

Agradecemos también a: Italo Cardona, Especialista en Legislación Laboral y Administración del Trabajo, Alejandra Cortés, Asistente Técnica del Proyecto, Ana María Gutiérrez, Medica PhD.Sc. MSO, consultora especializada en Seguridad y Salud en el Trabajo y a Sergio Alzate por la edición.

Los contenidos de la presente guía son responsabilidad de la Organización Internacional del Trabajo y no reflejan necesariamente la visión de la Unión Europea.

Diseño: Autorun D+C, Bogotá, Colombia

► Tabla de contenido

Introducción	8
► Sección uno – Identificación de peligros en el sector del café	21
Formato de identificación de peligros higiénicos - físicos	22
Formato de identificación de peligros higiénicos - químicos	29
Formato de identificación de peligros biológicos	43
Formato de identificación de peligros por carga física o de ergonomía	49
Formato de identificación de peligros por la organización del trabajo o psicosociales	55
Formato de identificación de peligros de accidentes	62
► Sección dos – Riesgos en la salud de los trabajadores del café	71
► Sección tres – Lesiones por accidentes de trabajo en los trabajadores del café	82
► Sección cuatro – Elementos de protección individual	89
► Sección cinco – Practicas saludables	95

► Definiciones

Aguas mieles: son producto del lavado del café, luego del proceso de fermentación del mucílago.

Ahoyado: perforado, excavado, ahondado, profundizado a manera de abertura, agujero, hoyo o hueco.

Almácigo: invernadero en donde se colocan las plántulas en proceso de germinación.

Arvenses: plantas o un conjunto de ellas que crecen en lugares y épocas donde no se desean. Son indeseables porque compiten de forma directa con los cultivos por agua, luz y nutrimentos.

Bioplaguicidas: son diferentes tipos de pesticidas que se derivan de materiales naturales como plantas, animales, bacterias y algunos minerales.

Canal de correteo: estructura que permite lavar y clasificar el café por peso en beneficiaderos.

Catanga: cesta de boca estrecha con tapa, formada por un cilindro de juncos, en la que los recolectores de café echan los frutos.

Chapola: mata o plántula de café cuando está en el semillero o almácigo, lista para trasplantar.

Cosecha: recolección de café en su máxima etapa de producción.

Desmucilaginator: máquina encargada de remover el mucílago del café por medios mecánicos, con lavado y limpieza adicional de los granos.

Drenaje y descontaminación de aguas: sumidero que facilita evacuar el agua contaminada por aguas mieles del procesamiento del grano.

Fertilización: análisis de suelos y aplicación de enmiendas.

Fitosanitario: relativo a la prevención y curación de las enfermedades de las plantas.

Fuente del peligro: se refiere al proceso, los materiales, los instrumentos y las condiciones físicas que generan la situación de peligro ocupacional.

Manejo de arvenses: empleo de técnicas para la preservación de suelos, que permiten aportar a la productividad del cultivo evitando la competencia del café con las arvenses agresivas, además de permitir manejar coberturas.

Medidas sanitarias: medidas con el fin de proteger la vida y salud de las personas y de los animales, además de prevenir riesgos en los vegetales relacionados con la entrada o propagación de plagas.

Mucílago: el grano de café que al ser despulpado exhibe una capa gelatinosa que recubre la semilla, llamada mucílago de café.

Peligro: situación o acto con potencial de causar daño en la salud de los trabajadores, en los equipos o en las instalaciones.

Pesaje: determinación de cantidad de kilos recolectados por cosechador.

Pesticidas: sustancia que destruye las plagas de animales y plantas.

Plántula: matica de café que nace de una semilla y que cuando logra tener dos pares de hoja se le denomina chapola.

Recolección: trabajo manual de selección de grano maduro en campo abierto.

Secado del café en silo: secado del grano procesado en silo mecánico (construcción diseñada para almacenar grano) a temperatura controlada.

Secado del café por exposición al sol: exposición del grano procesado para su secado en campo abierto sobre lonas o en secadores parabólicos.

Siembra: selección de plantas o chapolas, las cuales tienen de seis a ocho pares de hojas verdaderas sanas, y trasplante en el suelo del cultivo.

Tolva: especie de gran embudo a través del cual se introducen los granos para ser procesados en el desmucilagador.

Traviesa: etapa de segunda recolección de café, la cual, además, previene la infestación de la broca.

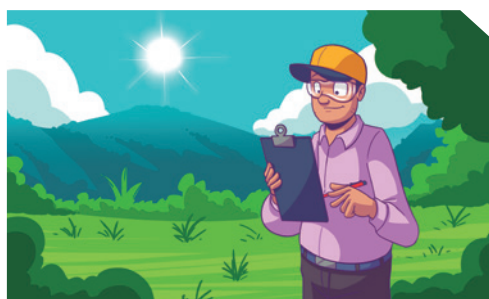
► Introducción

La cartilla está diseñada para que jóvenes y adultos trabajadores del sector café, además de dueños de unidades productivas y fincas cafeteras, puedan identificar y aplicar las condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo en las labores de germinador, almacigo, siembra, fertilización, mantenimiento, cosecha y poscosecha de café. En la sección uno, la cartilla presenta los diferentes peligros a los que puede estar expuesto un trabajador del sector café en su lugar de trabajo y las medidas de prevención que le permitirán eliminar o mitigar las condiciones peligrosas. En la sección dos, se encuentran los síntomas relacionados con alteraciones de la salud por exposición laboral a determinados peligros, los cuales orientarán al trabajador a la hora de consultar al médico de su servicio de salud para una evaluación de su estado de salud actual y recibir tratamiento. En la sección tres, se presentan las diferentes situaciones críticas que puede generar un accidente de trabajo y cómo prevenirlas. En la sección cuatro, se encuentran los diferentes elementos de protección individual para cada parte del cuerpo que esté expuesta a un peligro y que afecte a ese órgano o sistema. Y en la sección cinco, están las prácticas saludables que puede realizar el trabajador, finalizando con unos consejos que le permitirán al trabajador mantener su condición de salud en mejor estado. El contenido técnico desarrollado en la cartilla forma parte de la información obtenida durante las visitas a una muestra de unidades productivas de café en los departamentos de Antioquia y Cauca. Por lo que, podría no reflejar el total de procesos realizados en otras unidades productivas de otras regiones del país.

► Proceso de producción del café

El café es una planta de climas medios y se desarrolla según su especie: arábica o robusta. El café arábica crece a alturas de entre 800 y 2.100 metros en clima frío, mientras que el café robusta crece a alturas de entre los 500 y 1.200 metros en climas relativamente cálidos. La temperatura óptima para el café arábica está entre los 19 y los 22 grados centígrados. Sin embargo, los cafés de calidad y sabores especiales, llamados cafés de altura, se dan en regiones de más de 2.100 metros y por lo tanto con temperaturas inferiores a los 19 grados centígrados. La humedad óptima para el cultivo del café está entre los 1.800 y los 2.800 milímetros anuales, distribuidos durante los meses del año. La floración del café se origina en dos etapas cada año, dependiendo de la región. Las zonas de Antioquia, Santander y del Viejo Caldas (compuesto por los departamentos de Caldas, Risaralda y Quindío) presentan floraciones y cosechas en la segunda mitad del año; mientras que en las zonas del Huila, Valle, Cauca y Nariño se dan en los meses de abril, mayo y junio. Los mejores suelos para el cultivo del café son aquellos de origen volcánico que proveen al suelo de una capa vegetal fértil. El grado óptimo de acidez de los suelos, o pH, para el cultivo del café está entre 5 y 5.5. Valores por encima o por debajo de estos, dificultan el buen desarrollo de las plantas.

Para conocer el proceso agrícola del cultivo y beneficio del café, se presenta a continuación un esquema que muestra sus diferentes fases.



1 — Planeación y diseño del cultivo



2 — Adecuación y preparación de suelos para cultivo





3 — Germinado



4 — Almacigo



5 — Siembra



6 — Fertilización



7 — Mantenimiento



8 — Cosecha

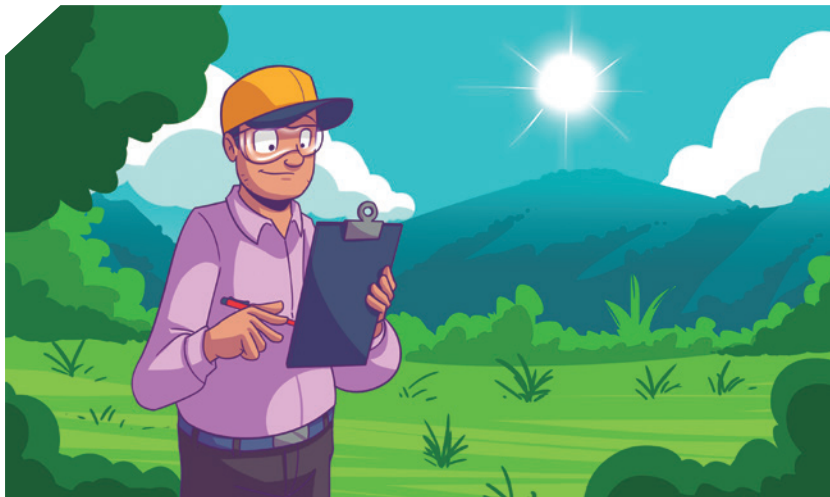


9 — Post-cosecha



10 — Beneficio seco del café

1. Planeación y diseño del cultivo



Comprende los estudios previos del suelo y de las condiciones agroclimáticas, que permiten hacer la selección del terreno, identificar la composición del suelo, estructura, capacidad de retención de agua y fertilidad.

2. Adecuación y preparación de suelos para cultivo



Comprende el trazado del cultivo, trazado de calles, surcos y canales de drenaje para el manejo de aguas mieles.

3. Germinador



Comprende la compra y selección de semillas, preparación del germinador a nivel de piso con arena lavada, desinfección con fungicidas (matar hongos) y riego con regadera. Posteriormente, se realiza la siembra para poner a germinar la semilla. Una vez germina, tiene raíz y pasa a ser una plántula/chapola, se trasplanta al almácigo.

4. Almácigo



Comprende la construcción del almácigo (invernadero). Se inicia con la preparación de la tierra para embolsar; con pico y pala se desprende la tierra,

se zarandea, para luego mezclarla con gallinaza, ceniza de carbón u otro abono orgánico. Se hace la pila de tierra para embolsar. Una vez embolsada, se coloca sobre la cama. Se realiza manejo fitosanitario. Este proceso implica reubicación manual de chapolas (plántulas) que pasan del germinador al almácigo con la ayuda de un sembrador. Se dejan en el almácigo por un período de tres a cuatro meses hasta que salgan cuatro o cinco pares de hojas (cruce), para luego ser trasplantadas al cultivo. Caben 100 bolsas de plantas por metro cuadrado en el almácigo. Se les realiza riego manual o por aspersión una a dos veces al día durante los primeros días de la siembra, para mantener el sustrato húmedo; luego se debe regar diariamente utilizando la solución nutritiva y realizando el control de plagas dentro de los 20 a 40 días de la germinación, dependiendo de la semilla y del clima.

5. Siembra



Comprende la preparación del terreno con machete o motosierra para retirar maleza y árboles. Se recoge manualmente el material vegetal y se pone en una orilla. Se inicia con el trazado de las calles del cultivo con el caballete/ cabuya con estaca, la ahoyada con palín y la preparación del suelo para cada planta, desinfectando con agroquímico el hoyo del suelo con bomba de espalda. Se transporta manualmente en canasta de hombros el material del almácigo al cultivo y se siembra la plántula con ayuda de un azadón.

6. Fertilización



Comprende a aplicación de fertilizantes en las plantas de café en la plantación y se hace según la programación, que puede ser bimensual, trimestral o bianual, dependiendo de la calidad del suelo y de la distribución de lluvias de temporada. El fertilizante granulado es transportado al cultivo con una catanga (cesta/canguro) de aproximadamente 10 a 15 kilos de peso y se esparce con la mano sobre el suelo. Se realiza control de maleza manualmente.

7. Mantenimiento



La producción comercial del café se inicia a partir del tercer año. Durante los tres primeros años, el cultivo requiere de una limpieza por lo menos dos

veces de forma anual. El rastrojo que se recoge debe esparcirse en los suelos para su descomposición natural, ya que cumple dos funciones importantes: 1. Reduce el crecimiento de arvenses y 2. Aumenta la retención de humedad de los suelos. Usualmente el cafetal suele acompañarse de sombrío de árboles frutales (los más comunes son plátanos y guamos), terreno en el cual deben realizarse regularmente podas de formación, para garantizar la penetración de luz solar, particularmente durante la época de la floración.

8. Cosecha

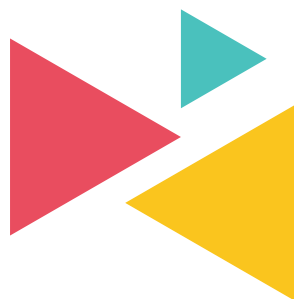


Se inicia con la recolección manual del grano (grano por grano), seleccionando únicamente aquellos que están maduros y evitando el descuaje de los que están verdes. Los recolectores utilizan la catanga (cestos atados a la cintura) para depositar los granos recolectados. Una vez llenan la catanga, utilizan sacos confeccionados con fique para ir traspasando los frutos recolectados e ir depositando en ellos la recolección. Cada saco lleno tiene un peso que oscila entre 50 y 70 kilos; para posteriormente ser transportados manualmente a la balanza.

9. Poscosecha



Proceso conocido también como “beneficio y secado”. El proceso puede hacerse como beneficio húmedo del café, que incluye el despulpado en la máquina despulpadora, colocando la almendra en el tanque vinagrador para la fermentación. Se bate con agua (remellón) y pasa al canal de correteo (canal de lavar) para separar la miel. Luego de realizado el lavado, se lleva a secado del grano o beneficio seco del café. El beneficio húmedo comienza a partir de los granos recolectados, depositados en la tolva para iniciar el proceso de remoción del mucílago del café a través del desmucilaginator mecánico. De allí, los granos limpios pasan a los tanques de lavado en donde permanecen de 12 a 24 horas. Una vez concluida la fase de limpieza del grano, se lleva al silo secador, en donde ha de controlarse la temperatura para obtener un grano seco con humedad ni menor ni mayor al 11-12%. Los granos secos se empaican en sacos de fique, con unos pesos de no más de 45 kilos, listos para ser vendidos en los mercados y cooperativas de café.



10. Beneficio seco del café



En el beneficio seco del café, una vez concluida la fase de limpieza del grano, las cerezas se exponen al sol durante varios días hasta alcanzar el grado de humedad requerido.

► Características a tener en cuenta del espacio físico y ambiente físico de las fincas cafeteras

En términos generales, se reconoce que no existe ni se puede establecer como norma un determinado trazado y una distancia entre plantas para la siembra del café. Tanto el trazado como las distancias entre planta y planta se definen de acuerdo al tipo y calidad del terreno. Tal es el caso de los sembrados de café en zonas de ladera, en terrenos altamente quebrados o en terrenos de superficies planas o semiplanas. Sin embargo, CENICAFE – Caldas ofrece una tabla de orientación sobre las posibles distancias en metros cuadrados entre plantas, surcos y número de plantas por hectárea.

► Distancias entre plantas y entre surcos
Tomado de Cartilla CENICAFE - CALDAS

Distancia entre plantas (metros)	Distancia entre surcos (metros)	Número de árboles hectárea
1,00	1,00	10,000
1,00	1,20	8,333
1,00	1,40	7,142
1,00	1,50	6,666
1,00	1,80	5,555
1,00	2,00	5,000
1,20	1,20	6,944
1,20	1,50	5,555
1,20	1,80	4,620
1,40	1,40	5,120
1,40	1,50	4,761
1,50	1,50	4,444
1,50	1,80	3,703
1,50	2,00	3,333
1,50	1,80	3,086
2,00	2,00	2,500

* La población de 2,500 plantas por hectárea es tradicionalmente usada para sembrar las variedades de porte alto: Típica, Borbón, Maragogype y Tabi.



► Guía de rendimientos promedio por jornal (información obtenida en las unidades productivas visitadas en los departamentos de Antioquia y Cauca)

- **Germinador:** llenado de bolsas, aproximadamente 500 unidades por jornal. Para siembra de semillas, aproximadamente 3.300 semillas por jornal. Aplicación de riego manual y aplicación de fertilizante de 3.300 plántulas por jornal.
- **Transporte de plántulas de germinador al almácigo:** promedio de 100 bolsas por metro cuadrado.
- **Almácigo:** trasplante de plántulas de germinados al almácigo, aproximadamente 500 plántulas por jornal. Aplicación de riego manual con manguera. Aplicación de fertilizante de cada plántula.
- **Preparación de cultivo:** ahoyado con palín, aproximadamente 300 huecos por día.
- **Cosecha:** ciclos de cosecha, de tres a tres meses y medio para la primera cosecha y un mes para el graneado de la traviesa. El pago al trabajador en época de alta producción se hace a precio por kilo recolectado. En época de traviesa se emplean dos modalidades: 1) por kilo recolectado; 2) por jornal o gana al día.

Sección uno – Identificación de peligros en el sector del café

Esta sección presenta los posibles peligros que se encuentran en las unidades productivas y en los beneficiaderos, durante la realización de las diferentes tareas agrícolas. Por lo tanto, se requiere que el trabajador cafetero y el propietario de la finca/unidad productiva conozcan cómo se clasifican los peligros laborales y cuáles son las medidas de control que pueden aplicarse, para evitar de este modo la exposición o contacto con ellos.

A continuación, el lector encontrará diferentes secciones de acuerdo a cómo se clasifican los peligros laborales. Ellos son: peligros físicos, peligros químicos, peligros biológicos, peligros por carga física-ergonómicos, peligros por la organización del trabajo-psicosociales y peligros causantes de accidentes-seguridad.

En cada sección se debe marcar con una "X", si el peligro existe o no existe en los lugares de trabajo en la unidad productiva o en el beneficiadero. Luego, se debe marcar con una "X" si existe o no existe la medida de control en la fuente que genera el peligro. Este control en la fuente o causa debe ser implementado por el propietario de la unidad productiva. Seguido, debe marcarse con una "X" si existe o no existe la medida de prevención en el trabajador; que corresponde a que este debe ser capacitado en el uso de elementos de protección personal para el órgano, sistema o parte del cuerpo que se puede afectar por la exposición al peligro, o recibir la capacitación o entrenamiento en el uso adecuado de herramientas, prácticas de trabajo, organización del trabajo, manipulación de sustancias químicas, entre otras opciones.

La cartilla se diseñó con el fin de facilitar que tanto el propietario de la unidad productiva de café como todos los trabajadores cafeteros identifiquen en su labor habitual los peligros propios de realizar tareas agrícolas, cómo se debe realizar el control en lo que origina el peligro y en qué debe capacitarse y entrenarse el trabajador; ambos escenarios son responsabilidad del propietario de la unidad productiva de café.

Las recomendaciones que se dan en la cartilla de controles a los peligros laborales en la fuente y en el trabajador, el identificar el trabajador cafetero los cambios en el estado de su salud para que consulte tempranamente a su servicio de salud (EPS) y las recomendaciones de prácticas saludables, generan la cultura de prevención de accidentes de trabajo y de enfermedades laborales en los trabajadores cafeteros. Además, mejoran las condiciones de trabajo, el bienestar del trabajador y la productividad.

Formato de identificación de peligros higiénicos - físicos

- Marque con una "X" en la casilla correspondiente de acuerdo con la presencia o no del peligro mientras realiza la labor o tarea agrícola.

Peligro a identificar

Presencia de ruido durante la labor en el campo.

Existe

No existe

Control en la fuente

Existe un material que aísla o minimiza (apantallamiento, material que absorbe) el ruido que genera el motor. También se le debe hacer mantenimiento al motor del equipo.

Existe

No existe

Control en el trabajador

Usa protectores auditivos de inserción o de copa, según el tipo e intensidad del ruido.

Existe

No existe



Peligro a identificar

Presencia de vibración a todo el cuerpo cuando el trabajador está sobre una superficie que vibra.

Existe

No existe

Control en la fuente

La maquinaria y equipos agrícolas (p.e. tractor, buldócer) tienen sistemas adecuados de amortiguación del equipo y maquinaria.

También se realiza el mantenimiento del motor.

Existe

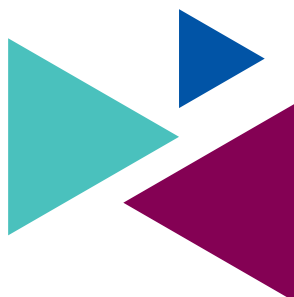
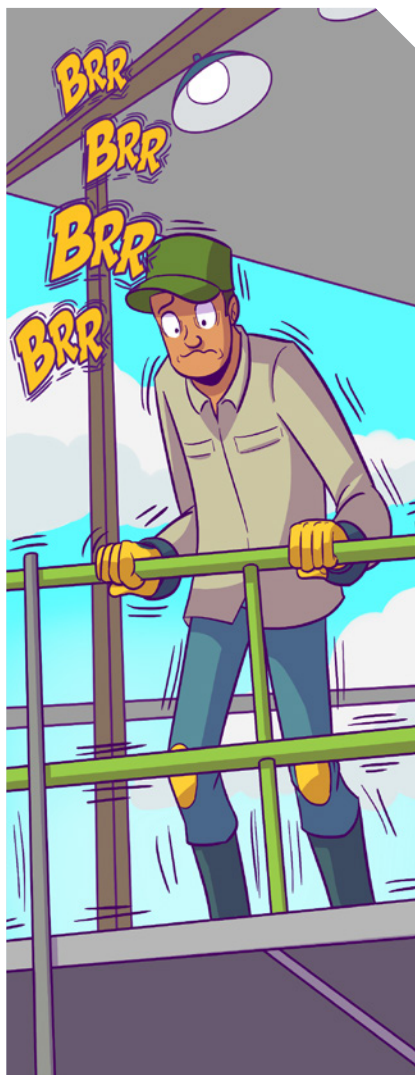
No existe

Control en el trabajador

La plataforma o superficie donde se ubica el trabajador está separada de la máquina o equipo que genera vibración.

Existe

No existe





Peligro a identificar

Presencia de vibración a toda la mano cuando se utiliza la herramienta o el equipo durante la labor.

- | | |
|--------|-----------|
| Existe | No existe |
|--------|-----------|

Control en la fuente

Al equipo se le realiza mantenimiento preventivo (motosierra, guadaña).

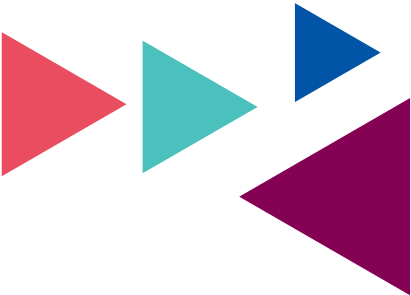
- | | |
|--------|-----------|
| Existe | No existe |
|--------|-----------|

Control en el trabajador

Usa guantes antivibrátiles al momento de accionar la herramienta vibrátil.

Este equipo también genera ruido continuo, por lo que usa protectores auditivos de inserción o de copa.

- | | |
|--------|-----------|
| Existe | No existe |
|--------|-----------|



Peligro a identificar

Presencia de calor en el ambiente durante la labor.

Existe

No existe

Control en la fuente

Hay casetas de descanso en el camino para protegerse del sol y que permiten sentarse.

Hay suministro de agua potable en campo, de fácil acceso a los trabajadores.

Existe

No existe



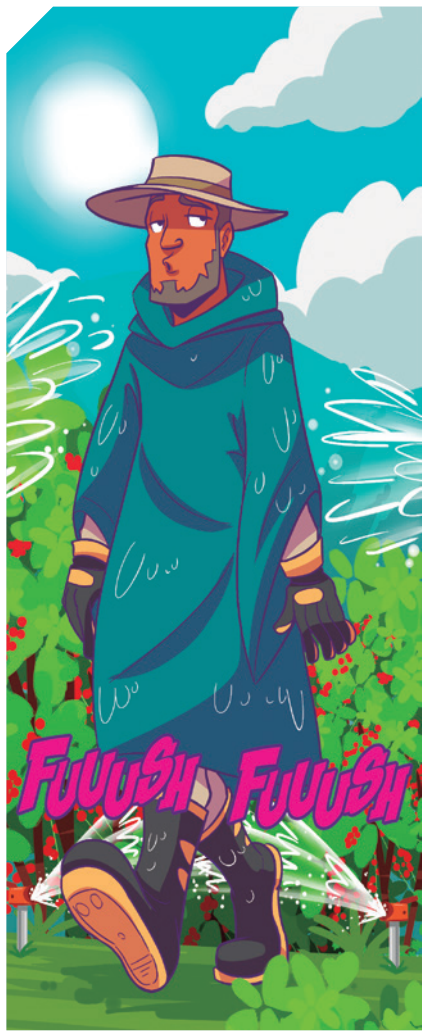
Control en el trabajador

Tiene hidratación oral a libre demanda según sudoración y temperatura ambiental.

Usa sombrero de ala ancha o cachucha y protector de tela para cabeza y cuello en germinador, almácigo y cultivo.

Existe

No existe



Control en el trabajador

Usa el impermeable completo sobre el overol de algodón. No trabaja en presencia de aguacero ni de tormenta eléctrica.

Existe

No existe

Peligro a identificar

Presencia de humedad por lluvia o riegos en el ambiente durante la labor.

Existe

No existe

Control en la fuente

Hay casetas de descanso en el camino, hechas de material dieléctrico (que no conduce la electricidad) para protegerse de la lluvia y de tormenta eléctrica.

Existe

No existe



Peligro a identificar

Hay capacitación sobre los peligros por exposición laboral a ruido, vibración mano-brazo y cuerpo entero, temperatura – calor, radiación solar y humedad en el sitio de trabajo.

Existe

No existe

Control en la fuente

El caficultor oferta los cursos e información necesaria en prácticas seguras, autocuidado y uso adecuado, reposición y mantenimiento de equipos de protección individual.

Existe

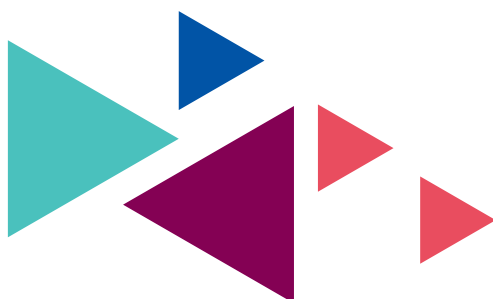
No existe

Control en el trabajador

Accede a cursos de capacitación sobre los efectos agudos y crónicos por exposición a peligros físicos. Ver la sección Dos de esta cartilla.

Existe

No existe





Si debe trabajar a la intemperie para realizar tareas de mantenimiento del germinador, almácigo, siembra, fertilización, mantenimiento, cosecha y poscosecha, debe recibir capacitación sobre los peligros ambientales y el entrenamiento en el uso adecuado de herramientas y equipos que generen ruido y vibraciones, la protección frente a altas temperaturas ambientales, calor y radiación solar, así como qué hacer en caso de aguacero o tormenta eléctrica.

► Recuerde que prevenir es mejor que curar



Formato de identificación de peligros higiénicos - químicos

► Marque con una “X” en la casilla correspondiente de acuerdo con la presencia o no del peligro mientras realiza la labor o tarea agrícola.



Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta cursos sobre prácticas de trabajo y suministra la vestimenta y los elementos de protección personal ocular, protección respiratoria y guantes para disminuir la exposición a polvos inorgánicos tipo tierra.

Existe

No existe

Peligro a identificar

Presencia de material particulado tipo polvo de tierra en la remoción de arena con pica y pala y el zarandeo de la misma para preparar la tierra para embolsa.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta cursos sobre prácticas de trabajo y suministra la vestimenta y los elementos de protección personal ocular, protección respiratoria y guantes para disminuir la exposición a polvos inorgánicos tipo tierra.

Existe

No existe

Control en el trabajador

Accede a cursos sobre el manejo y uso seguro de la tierra (porque es sílice).

Existe

No existe

Peligro a identificar

Presencia de mezcla de tierra con gallinaza, ceniza de carbón u otro abono orgánico para embolsar manualmente.

Existe

No existe

Control en el trabajador

Accede a cursos sobre el manejo y uso seguro de compostaje, abonos orgánicos e inorgánicos

Existe

No existe

Peligro a identificar

Los agroquímicos están almacenados en un área específica, señalizada y con estanterías.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El lugar del almacenamiento de agroquímicos es independiente, cerrado, señalizado, con estanterías organizadas, ventilado y con acceso restringido.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Accede a cursos sobre el manejo y uso seguro de agroquímicos.

Existe	No existe
--------	-----------



Peligro a identificar

Todos los productos (pesticidas, vacunas, desinfectantes, abonos, hormonas, etc.) están etiquetados.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva etiqueta y organiza los productos químicos bajo los lineamientos del Sistema Global Armonizado de Sustancias Químicas.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Accede a cursos sobre el manejo y uso seguro de agroquímicos.

Existe	No existe
--------	-----------





Peligro a identificar

Hay un área específica de preparación de productos químicos, señalizada y ventilada.

- Existe
- No existe

Control en la fuente

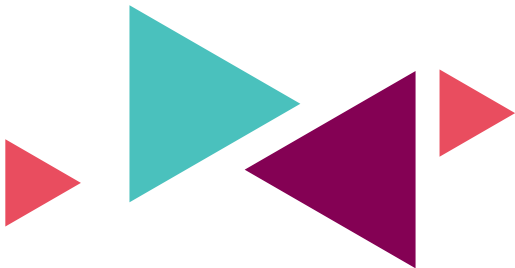
Se dispone del área específica para preparar, mezclar y dosificar productos químicos, la cual debe estar organizada, señalizada y bien ventilada.

- Existe
- No existe

Control en el trabajador

El propietario de la unidad productiva suministra al trabajador la vestimenta y los elementos de protección individual para manipulación de productos químicos. Terminada la actividad, el sitio queda libre de productos, los envases llenos son almacenados y los vacíos se disponen en el sitio de acopio (lugar de residuos).

- Existe
- No existe





Peligro a identificar

Los residuos sólidos y líquidos de agroquímicos son tratados y recolectados en envases especiales y ubicados en un área determinada.

Existe

No existe

Control en la fuente

Se determina el área específica para la disposición final de residuos agroquímicos, la cual está señalizada. Hay distancia con otros sitios, especialmente con áreas de alimentación y descanso de personas.

Existe

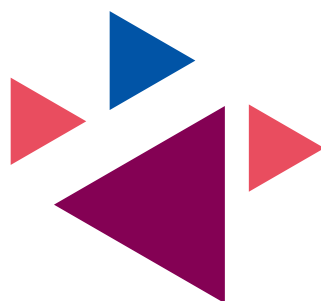
No existe

Control en el trabajador

El propietario oferta al trabajador el curso de cómo realizar el triple lavado. También el curso sobre cuál es la vestimenta adecuada y cuáles los elementos de protección individual para la manipulación de productos agroquímicos. Ver la sección Cuatro de esta cartilla.

Existe

No existe





Peligro a identificar

Hay duchas o lavamanos para que los trabajadores puedan asearse.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

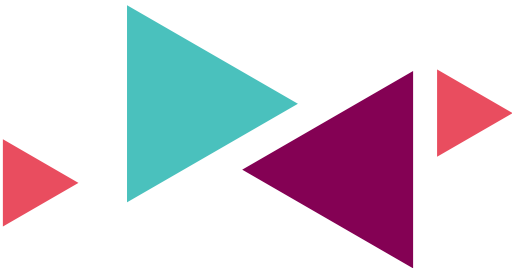
El lavamanos está cerca de la zona de consumo de alimentos. Además, hay un baño con ducha para bañarse después de terminar la jornada laboral.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Después de aplicar o manipular plaguicidas, ubica el lugar de ducha para bañarse y lavar su ropa de trabajo. Nunca se lleva la ropa de fumigar a su hogar. En caso de que lleve ropa contaminada, lávela en un lugar diferente al habitual de la ropa de uso diario y de la familia.

Existe	No existe
--------	-----------





Peligro a identificar

Hay ducha de emergencia para lavar ojos y cuerpo en caso de contacto directo accidental con agroquímicos por parte de los trabajadores.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva ha colocado una ducha de emergencia, para uso por parte del trabajador en caso de contacto directo accidental con agroquímicos.

Existe

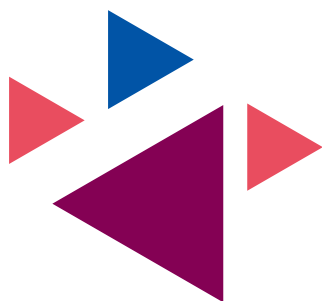
No existe

Control en el trabajador

Accede al curso sobre el lavado con agua limpia de ojos y del cuerpo en caso de contacto directo con agroquímicos de manera accidental.

Existe

No existe





Peligro a identificar

Cambios en el estado de salud por la manipulación de los productos agroquímicos.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

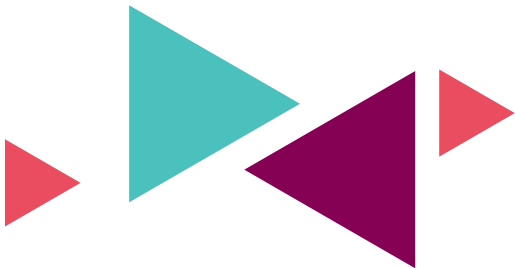
El caficultor oferta cursos e información necesaria a los trabajadores sobre prácticas seguras, autocuidado y uso adecuado, reposición y mantenimiento de equipos de protección individual. El dueño de la unidad productiva suministra las fichas toxicológicas de todos los productos químicos en los lugares donde se manipulan.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

El propietario de la unidad productiva oferta al trabajador el curso sobre los efectos agudos y crónicos generados por el uso de agroquímicos. Síntomas tempranos de intoxicación. Ver en el capítulo Dos de esta cartilla.

Existe	No existe
--------	-----------





Peligro a identificar

Prácticas inseguras en la aplicación de agroquímicos.

Existe

No existe

Control en la fuente

El caficultor, oferta los cursos y la información necesaria a los trabajadores en cuanto a prácticas seguras, autocuidado y uso adecuado, reposición y mantenimiento de equipos de protección individual.

Existe

No existe

Control en el trabajador

El propietario de la unidad productiva oferta el curso al trabajador sobre el manejo seguro de agroquímicos y sobre cómo colocarse el uniforme impermeable completo y dónde depositarlo una vez finaliza la jornada laboral. Hay hojas de seguridad de los productos en el lugar donde se guardan y se preparan.

Existe

No existe





Peligro a identificar

El trabajador no usa careta contra polvo y contra vapores cuando está preparando, mezclando, aplicando en campo y recolectando los residuos de agroquímicos, fertilizantes, polen y abonos.

- Existe
- No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta los cursos e información necesaria a los trabajadores en prácticas seguras, autocuidado y uso adecuado, reposición y mantenimiento de equipos de protección individual.

- Existe
- No existe

Control en el trabajador

Accede al curso en el uso y mantenimiento de los elementos de protección respiratoria (tipo de careta y filtro) para cada producto (polvos, gases y vapores). En este curso, también se ha capacitado en lo referente al tiempo para la reposición de filtros y caretas. Y ha accedido al curso sobre el uso de delantales impermeables, guantes y botas de caucho.

- Existe
- No existe



Peligro a identificar

El trabajador no usa la careta contra vapores cuando manipula con remellón el tanque de fermentación (vinagrador) y en caso de manipular el tanque de depósito de la miel.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta los cursos y la información necesaria a los trabajadores en prácticas seguras, y autocuidado en la manipulación del tanque de fermentación y el tanque de depósito de la miel.

Existe

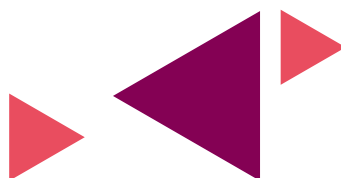
No existe

Control en el trabajador

Accede al curso en el uso y mantenimiento de los elementos de protección respiratoria (tipo de careta y filtro) para cada producto (polvos, gases y vapores). En este curso, también se ha capacitado en lo referente al tiempo para la reposición de filtros y caretas. Y ha accedido al curso sobre el uso de delantales impermeables, guantes y botas de caucho.

Existe

No existe





Peligro a identificar

El trabajador desconoce cómo el autocuidado puede evitar la intoxicación con productos agroquímicos.

- Existe
- No existe

Control en la fuente

El caficultor, oferta los cursos e información necesaria en prácticas seguras, autocuidado y uso adecuado, reposición y mantenimiento de equipos de protección individual. Además, suministra las fichas toxicológicas de todos los productos químicos en los lugares donde se manipulan.

- Existe
- No existe

Control en el trabajador

Accede al curso sobre las medidas sanitarias de prevención de contacto con productos agroquímicos (ropa de aplicación de pesticidas, métodos de aplicación de pesticidas, baño después de aplicación de pesticidas, lavado de ropa contaminada con pesticidas). Ubica y lee siempre la ficha toxicológica del producto.

- Existe
- No existe



Peligro a identificar

El trabajador desconoce cómo utilizar los desinfectantes y otros insumos de limpieza.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta los cursos e información necesaria en prácticas seguras, autocuidado y uso adecuado, reposición y mantenimiento de equipos de protección individual.

Existe

No existe

Control en el trabajador

Accede al curso sobre el uso adecuado de desinfectantes y químicos de limpieza.

Existe

No existe





Si debe preparar productos agroquímicos, productos para desinfección y todos los demás productos que se utilicen en el mantenimiento del germinador, almácigo, siembra, fertilización, mantenimiento y cosecha, debe recibir capacitación y entrenamiento sobre las precauciones para la manipulación, almacenamiento y disposición final de residuos y envases, con el fin de evitar contaminarse y evitar una intoxicación aguda o enfermedad a largo plazo.

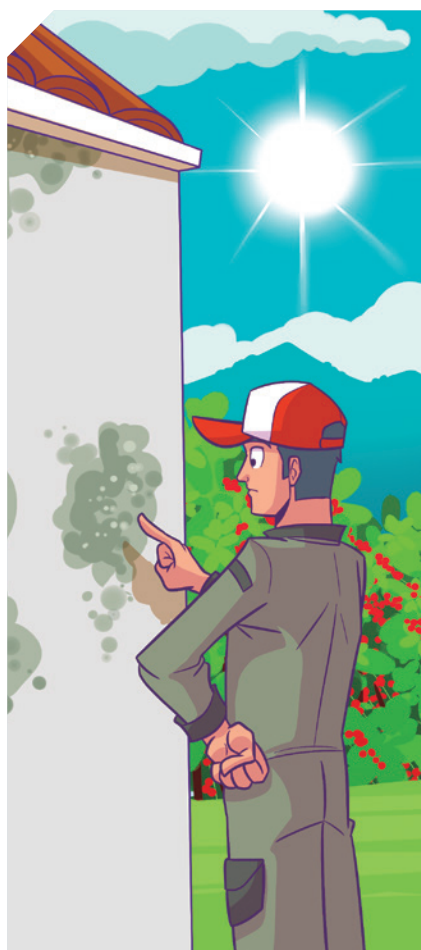
Como el lugar de trabajo es en la naturaleza y a campo abierto, estarán presentes animales nativos, insectos, aves, gusanos, entre otros, que al entrar en contacto con el trabajador pueden propiciar una enfermedad.

► Recuerde que prevenir es mejor que curar



Formato de identificación de peligros -biológicos

- Marque con una "X" en la casilla correspondiente de acuerdo con la presencia o no del peligro mientras realiza la labor o tarea agrícola.



Peligro a identificar

Las instalaciones de la finca están secas sin filtraciones ni humedades.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva mantiene las instalaciones (pisos, paredes, techos) libres de humedad, sin presencia de microorganismos, hongos y animales.

Existe

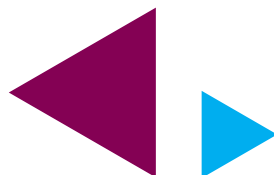
No existe

Control en el trabajador

Se ha capacitado en revisar que paredes, techos y pisos estén secos, sin presencia de mohos, microorganismos y animales.

Existe

No existe





Peligro a identificar

El trabajador no conoce cómo realizar el almacenamiento de residuos sólidos de material vegetal pulpa y mucílago del grano de café.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta la capacitación y entrenamiento al trabajador sobre la ubicación de los residuos del despulpe del grano.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre la forma de trabajo para depositar la pulpa del grano en el lugar correspondiente.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

El trabajador no conoce cómo manipular las ramas con granos maduros y verdes ni hojas.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva oferta la capacitación y entrenamiento al trabajador sobre las prácticas seguras de trabajo para la recolección del grano, ramas, hojas, entre otros.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Recibe la inducción sobre la recolección de frutos verdes e inmaduros, utilizando los recipientes adecuados para su recolección y manejo.

Existe	No existe
--------	-----------



Peligro a identificar

El trabajador no conoce el manejo de residuos, latas, envases plásticos, bolsas, entre otros. Además, no tiene un lugar definido para su acopio.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva delimita la zona de disposición de residuos sólidos (diferentes tipos de envases) y líquidos, su clasificación, manipulación y reciclaje.

Existe

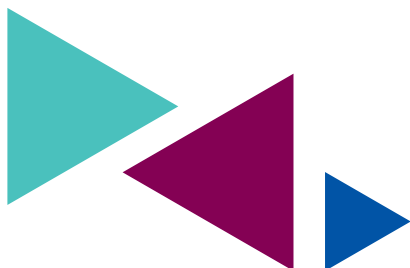
No existe

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre la forma de trabajo para clasificación en la disposición de residuos, manipulación y disposición final.

Existe

No existe





Peligro a identificar

El trabajador no conoce cómo identificar la presencia de hormigas, abejas y moscas en cada fase del proceso de producción de café.

- Existe
- No existe

Control en la fuente

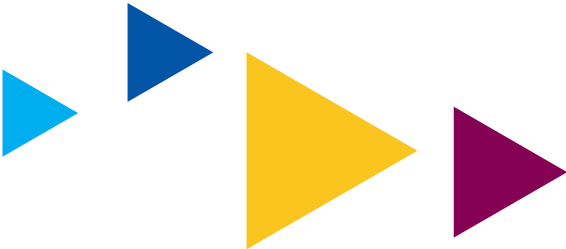
El propietario de la unidad productiva capacita y entrena al trabajador en las prácticas seguras de trabajo frente a agentes biológicos.

- Existe
- No existe

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre el contacto directo con abejas, hormigas y moscas. También es capacitado sobre cómo utilizar la vestimenta adecuada y los guantes.

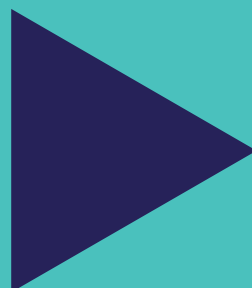
- Existe
- No existe





Los virus, los parásitos, las bacterias y los hongos crecen en la tierra, agua y plantas. También hay presencia de moscas del café, hormigas, abejas, avispas y otros animales que pueden generar enfermedades. Por eso, siempre recuerde: lavarse las manos después de estar manipulando tierra, animales, plantas, frutos y semillas. Lavarse las manos y el rostro antes de beber agua y de consumir alimentos.

► (Ver cómo hacerlo en el capítulo final de la cartilla)



Formato de identificación de peligros por carga física o de ergonomía

- Marque con una “X” en la casilla correspondiente de acuerdo con la presencia o no del peligro mientras realiza la labor o tarea agrícola.



Peligro a identificar

El trabajador no conoce cómo debe realizar la manipulación de cargas (Ej.: tanques, tarros, caballete, cabuyas, estacas, sacos, baldes.)

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva capacita al trabajador sobre el manejo manual y transporte de cargas sólidas, líquidas, pesos, agarres, centro de gravedad y volumen de la carga de los bultos de café.

Existe

No existe

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre cómo levantar cargas por encima de los hombros y por debajo de las rodillas. Además, sabe que debe flexionar las piernas para tomar la carga a nivel del piso y transportarla lo más cerca posible de su cuerpo.

Existe

No existe

Peligro a identificar

El trabajador no conoce cómo hacer uso de ayudas mecánicas como carretillas, carros o similares.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva capacita al trabajador en la selección de equipos de ayuda mecánica, que faciliten manipular y levantar la carga del piso.

Existe

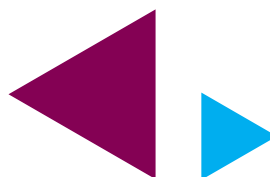
No existe

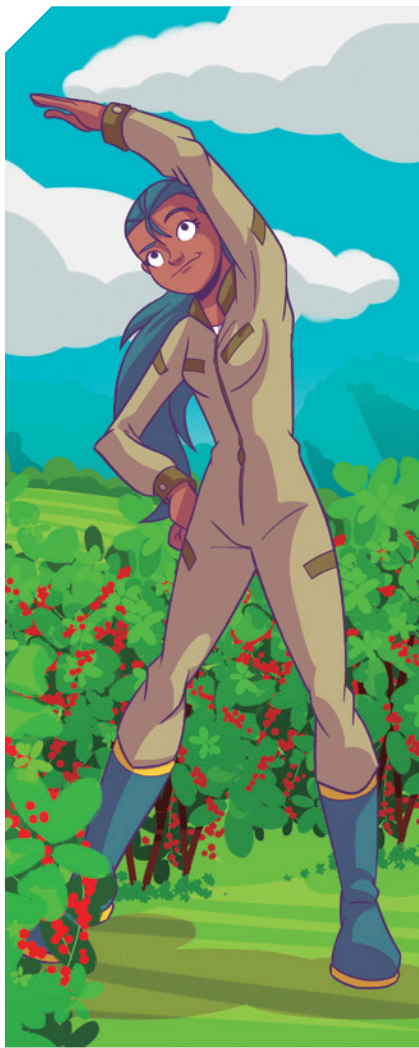
Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre las características de los productos (peso, centro de gravedad, volumen, forma, agarre), del cargue de productos para su desplazamiento (altura de cargue, altura de descargue, distancia de recorrido), teniendo en cuenta el espacio y los desniveles. Además, también se capacita sobre el uso de elementos de protección personal.

Existe

No existe





Peligro a identificar

Tiene movimientos repetitivos de los hombros, codos, muñecas y dedos.

- Existe
- No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva tiene un programa de ejercicios para calentar músculos y articulaciones antes de la labor, además de estiramientos durante la jornada laboral.

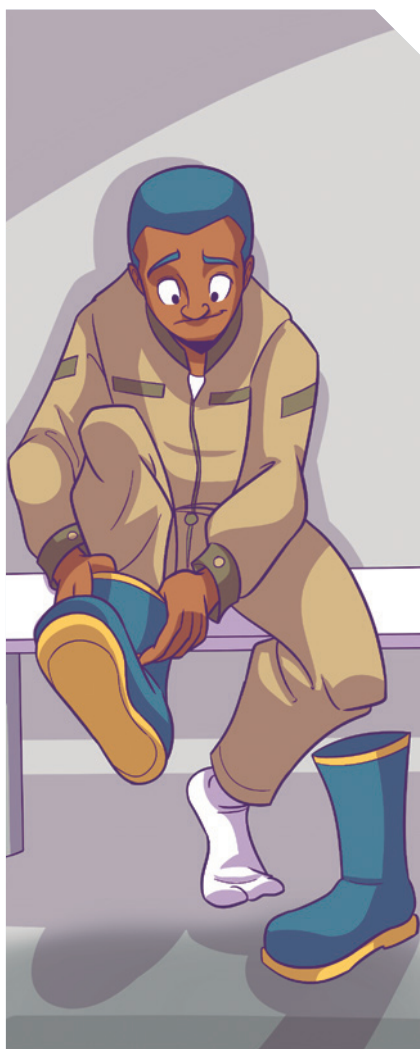
- Existe
- No existe

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre los ejercicios de calentamiento que debe hacer según la labor que realiza.

- Existe
- No existe





Peligro a identificar

Tiene marchas prolongadas (más de una hora continua).

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva suministra botas de caucho o de cuero, de un peso entre los 800 y 1.000 gramos. Estas botas son resistentes al impacto, aplastamiento, a la humedad y a los pinchazos y productos químicos.

Existe

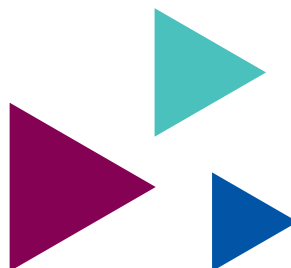
No existe

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre los estiramientos en miembros inferiores y columna que debe realizar mientras hace el recorrido durante la jornada laboral.

Existe

No existe





Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva tiene un programa de ejercicios para calentar músculos y articulaciones antes de la labor, además de estiramientos durante la jornada laboral.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

Tiene posturas mantenidas con el tronco flexionado.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

Tiene posturas mantenidas de rodillas.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

Tiene posturas mantenidas con el cuello en flexión.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

Tiene que aplicar fuerza extrema para el cargue y descargue de fertilizantes.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

Tiene posturas incómodas para coser los sacos con frutos.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

Tiene posturas con los brazos elevados.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

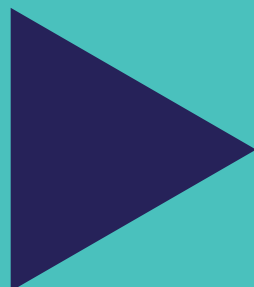
Accede a la capacitación sobre los ejercicios para fortalecer los músculos y articulaciones con posturas que se mantienen durante muchas horas en la jornada laboral.

Existe	No existe
--------	-----------



Para mantener sano nuestro cuerpo, debemos identificar la forma en la que utilizamos nuestras manos, nuestras piernas y nuestro tronco al realizar las diferentes tareas. Por eso, es importante realizar calentamientos, así como estiramientos de los músculos y las articulaciones, antes de iniciar y al finalizar la labor, con el fin de relajar la tensión muscular. Además, el trabajador debe hacer uso de los Elementos de Protección Individual.

► (Guantes, gafas y gorra o sombrero)



Formato de identificación de peligros por la organización del trabajo o psicosociales

- Marque con una “X” en la casilla correspondiente de acuerdo con la presencia o no del peligro mientras realiza la labor o tarea agrícola.



Peligro a identificar

No hay comunicación permanente con el propietario de la unidad productiva o supervisor o mayordomo y con los compañeros de trabajo.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva facilita la comunicación con los trabajadores, permitiendo de este modo que el trabajo sea coordinado y que se logren las metas de producción.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

En la inducción, conoce al supervisor/ mayordomo y a los compañeros de trabajo, facilitándose la comunicación entre ellos.

Existe	No existe
--------	-----------





Peligro a identificar

El trabajador no tiene pausas durante la jornada laboral para hidratarse, alimentarse o para realizar estiramientos musculares que eviten la fatiga.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva organiza el horario de pausas para la hidratación, horario de alimentación y de tiempos de recuperación a grandes esfuerzos o condiciones ambientales extremas.

Existe

No existe

Control en el trabajador

Accede al curso sobre los tiempos de descanso repartidos a los largo de la jornada laboral; además, se capacita sobre qué hacer si la temperatura ambiental es elevada y presenta alta sudoración corporal.

Existe

No existe





Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre la forma de realizar su trabajo y sobre los criterios de calidad para obtener el mejor producto.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

No se organiza ni se reparte el trabajo entre todos los trabajadores, de acuerdo con lo establecido por la producción en la jornada.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva adecúa el trabajo individual y por grupos de los trabajadores, de acuerdo con las diferentes tareas establecidas para la producción diaria.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

En la inducción, le queda claro cuál es su labor y el rendimiento diario.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

El trabajador no conoce de forma sencilla y clara el cómo debe realizar su trabajo.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva adecúa el trabajo individual y por grupos de los trabajadores, de acuerdo con las diferentes tareas establecidas para la producción diaria.

Existe	No existe
--------	-----------



Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre los peligros presentes durante la realización de las diferentes tareas en el agro.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

El trabajador no ha recibido formación en primeros auxilios.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva tiene un cronograma de capacitaciones para los trabajadores, relacionadas con los peligros propios de cada labor.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Accede a la capacitación en primeros auxilios acorde con los peligros existentes en su trabajo.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

El trabajador no tiene capacitación sobre cómo prevenir los peligros presentes durante la realización de sus tareas.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva tiene un cronograma de capacitaciones para los trabajadores, relacionadas con los peligros propios de cada labor.

Existe	No existe
--------	-----------

Peligro a identificar

El trabajador no tiene capacitación sobre las enfermedades que pueden generarse por los peligros propios de su oficio en el agro.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva tiene un cronograma de capacitaciones para los trabajadores, relacionadas con los peligros propios de cada labor.

Existe	No existe
--------	-----------

Control en el trabajador

Accede a la capacitación sobre los efectos negativos (síntomas y signos de alarma) en su salud por la exposición laboral en las diferentes tareas que realiza en el agro.

Existe	No existe
--------	-----------





Peligro a identificar

El trabajo no está organizado, lo cual entorpece la realización de las tareas en los tiempos reales para cubrir todas las acciones necesarias para cumplir con la producción en cantidad y calidad.

Existe

No existe

Control en la fuente

El propietario de la unidad productiva tiene un programa de producción y de tareas de mantenimiento, el cual permite organizar el trabajo para que se logren las metas planeadas.

Existe

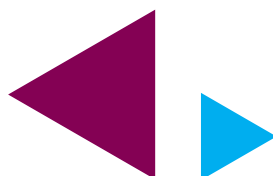
No existe

Control en el trabajador

Recibe la planeación de la producción y las metas establecidas para el año.

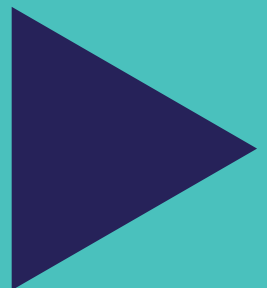
Existe

No existe





El tener claro cómo hacer la tarea y cuáles son los productos esperados facilita el logro de las metas de producción. Además, el trabajo en equipo y la buena comunicación generan un mejor ambiente de trabajo.



Formato de identificación de peligros de accidentes – de seguridad

- Marque con una “X” en la casilla correspondiente de acuerdo con la presencia o no del peligro de accidente mientras realiza la labor o tarea agrícola. En esta sección, se considera una situación a mejorar cuando la respuesta es negativa.



Evalúe la condición de trabajo

Los terrenos de la finca están firmes.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Mantenga los caminos firmes, sin grietas ni rajaduras.

Evalúe la condición de trabajo

Las instalaciones de la finca están diseñadas para el trabajo que debo realizar.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Mantenga la distancia entre plantas, canales de drenaje y vías principales (las cuales deben ser amplias, firmes y sin grietas ni rajaduras).

Evalúe la condición de trabajo

Los caminos de tránsito vehicular y peatonal en las instalaciones están libres para la circulación.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Tenga caminos anchos y libres de obstáculos para realizar la labor.

Evalúe la condición de trabajo

Los caminos se encuentran bien iluminados de noche o en días opacos.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Adecúe la iluminación de las lámparas para mantener una iluminación en toda la zona de circulación.

Evalúe la condición de trabajo

Los lugares donde trabajo se mantienen en orden y limpios.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Realice la limpieza y recolección de basuras y residuos diariamente.

Evalúe la condición de trabajo

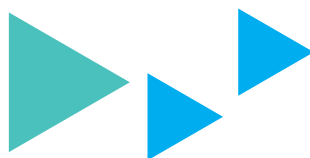
Los caminos en la finca están libres de piedras, huecos, zanjas o basuras.

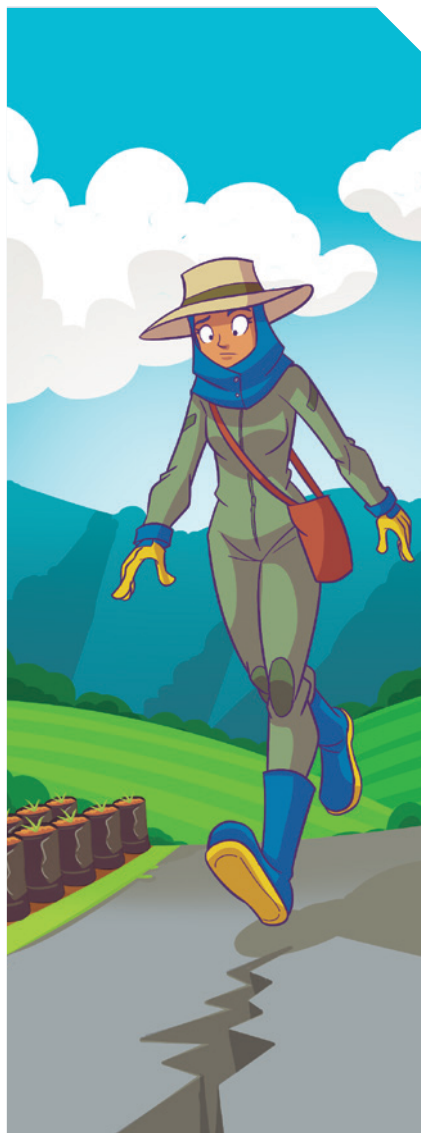
Si

No

Identifique que la unidad productiva

Limpie los caminos de maleza o monte, tape los huecos y realice cunetas o zanjas para correntías de aguas lluvias o riego.





Evalúe la condición de trabajo

Las pendientes, laderas, lindes, zanjas y terrenos tienen las condiciones necesarias para la realización segura del trabajo.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Efectúe el acondicionamiento del terreno, pendientes, laderas, entre otros, para disminuir el peligro de caídas, tropiezos y resbalos.

Evalúe la condición de trabajo

Se corta el monte o maleza con frecuencia para mantener descubierta la zona de trabajo.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Mantenga las zonas de siembra y recolección de productos libres de monte o maleza para facilitar su producción y colecta.



Evalúe la condición de trabajo

Hay señalización de zonas de trabajo.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Coloque la respectiva señalización de cada área o proceso.



Evalúe la condición de trabajo

Uso herramientas cortantes tipo machete.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Oferte al trabajador la capacitación sobre el uso adecuado y protección de las herramientas con bordes cortantes.



Evalúe la condición de trabajo

Las puertas se encuentran en buenas condiciones para apertura y cierre, con las bisagras en buen estado de funcionamiento.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Revise que las puertas abran y cierren bien. Además, que mantenga las uniones de las puertas aceitadas y en buen funcionamiento.

Evalúe la condición de trabajo

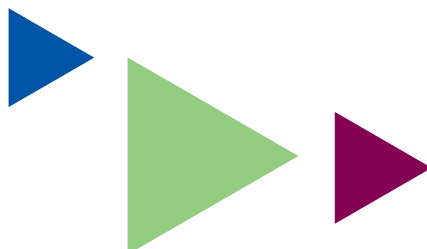
Los lugares de almacenamiento de productos se encuentran bien ventilados y protegidos de humedad.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Revise que los techos, paredes y pisos estén libres de humedad. También que permita la ventilación natural a través de hendiduras o ventanas.



Evalúe la condición de trabajo

Las instalaciones eléctricas se encuentran debidamente señalizadas, protegidas. Con polo a tierra y aisladas.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Revise toda la instalación eléctrica, polo a tierra, interruptores de corte automático, comprobando su correcto funcionamiento.



Evalúe la condición de trabajo

Se encuentran torres eléctricas con líneas de alta tensión en el interior de la finca.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Coloque señalización y demarcación de distancia de seguridad de campo eléctrico. Recuerde que las siembras no deben hacerse debajo de las redes de alta tensión, porque en algún momento las plantas estarán en contacto con las redes.

Evalúe la condición de trabajo

Recibió la capacitación/entrenamiento para el uso de cada máquina o herramienta (Ej.: guadaña, sierras, motosierra, motoazada).

Si

No



Identifique que la unidad productiva

Capacite al trabajador en el manual de instrucción para uso de máquinas y equipos, los peligros en su manipulación y las medidas de prevención y protección para cada tarea.



Evalúe la condición de trabajo

El depósito de combustible sigue las normas de seguridad.

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Defina el área y revise que la instalación cumpla con los requerimientos de seguridad industrial en el almacenamiento de combustible, señalización y alejados de posibles focos de ignición (incendio). Además, que cuente con la debida prohibición de fumar.

Evalúe la condición de trabajo

Se dispone de un área específica para el almacenamiento organizado de herramientas (cortantes, punzantes).

Si

No

Identifique que la unidad productiva

Defina el área para guardar y colocar ordenadamente y limpias las herramientas en el área de almacenamiento.





Tener claro cómo manipular y usar las herramientas, equipos, carretillas, animales y productos, evita la ocurrencia de accidentes de trabajo.

- **El trabajo con prácticas seguras mantiene condiciones de trabajo seguras.**



Sección dos – Riesgos en la salud de los trabajadores del sector del café.

Las tareas en germinador, almácigo, siembra, fertilización, mantenimiento, cosecha y poscosecha en el cultivo del café pueden exponerlo a situaciones que alteren de forma aguda (inmediata) o de forma crónica (con el tiempo) su salud. Por lo tanto, es importante que reconozca las manifestaciones de ellas en su cuerpo.

Por lo menos una vez al año hágase un chequeo médico y exámenes para confirmar que su salud está en óptimas condiciones.

Además, el propietario de la unidad productiva debe realizar de forma obligatoria los exámenes médicos ocupacionales a sus trabajadores, para identificar las condiciones de salud de ellos y diseñar programas de prevención de enfermedades.

A continuación, se describen algunas condiciones de alteración de los diferentes órganos o sistemas del cuerpo humano, que pueden estar relacionadas con peligros presentes en las tareas que se desarrollan en las plantaciones de café.



Enfermedades

Musculares y óseas.

Síntomas y Signos de alteración

Dolor muscular o tendinoso en cualquier parte del cuerpo.

Existe

No existe

Causas

Movimientos repetitivos de extremidades, levantamiento de cargas, posturas estáticas o dinámicas, posturas por fuera de ángulos de confort, vibraciones de cuerpo entero.

Existe

No existe



Síntomas y Signos de alteración

Dolor de espalda, dolor en el cuello, dolor en las manos, codos o dedos. Dolor en caderas, rodillas, tobillos o en los pies.

Existe

No existe

Causas

Movimientos repetitivos de extremidades, levantamiento de cargas, posturas estáticas o dinámicas, posturas por fuera de ángulos de confort, posturas con el tronco flexionado, postura de rodillas o de cuclillas.

Existe

No existe

Enfermedades

Musculares y óseas.

Existe	No existe
--------	-----------

Síntomas y Signos de alteración

Adormecimiento en dedos.

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Movimientos repetitivos, vibración mano brazo, sustancias químicas que afectan el sistema nervioso.

Existe	No existe
--------	-----------

Síntomas y Signos de alteración

Contracturas musculares.

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Levantamiento y transporte de cargas, sobreesfuerzos, resbalo y caída.

Existe	No existe
--------	-----------



Respiratorias

Causas

Irritación de ojos, nariz y garganta.

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Levantamiento y transporte de cargas, sobreesfuerzos, resbalo y caída.

Existe	No existe
--------	-----------

Enfermedades

Respiratorias.

Existe

No existe

Síntomas y Signos de alteración

Dificultad para respirar, con pitos o silbidos.

Existe

No existe

Causas

Polvo de origen animal o vegetal, insecticidas, desinfectantes.

Existe

No existe

Síntomas y Signos de alteración

Tos permanente.

Existe

No existe

Causas

Polvos de compostaje, humos o pesticidas.

Existe

No existe

Síntomas y Signos de alteración

Flema diaria por más de una semana.

Existe

No existe

Causas

Polvos de compostaje, humos.

Existe

No existe

Enfermedades

Respiratorias.

Existe

No existe



Causas

Asfixia.

Existe

No existe

Causas

Gases, ácidos, fertilizantes o desinfectantes.

Existe

No existe



Enfermedades

De la piel.

Existe	No existe
--------	-----------

Síntomas y Signos de alteración

Lesiones en forma de pápulas en la piel de brazos y tórax.

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Luz solar.

Existe	No existe
--------	-----------

Síntomas y Signos de alteración

Prurito (rasquiña).

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Ácaros, plantas, flores, plaguicidas.

Existe	No existe
--------	-----------

De la piel

Síntomas y Signos de alteración

Lesiones y erupciones cutáneas.

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Animales infectados, humedad permanente, sustancias químicas irritantes, contacto con plantas, polen, desinfectantes, jabones, mordedura de animales, picaduras de insectos, pinchazos, arañazos.

Existe	No existe
--------	-----------



Enfermedades

De la piel.

Existe

No existe

Síntomas y Signos de alteración

Alergias.

Existe

No existe

Causas

Plantas, flores, pelos de animales.

Existe

No existe

Síntomas y Signos de alteración

Quemaduras.

Existe

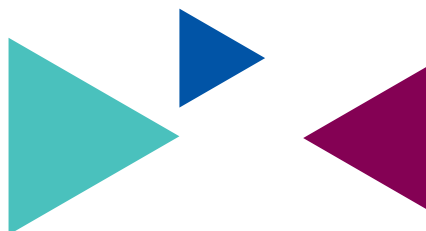
No existe

Causas

Productos químicos ácidos o
cáusticos, fertilizante seco.

Existe

No existe





Enfermedades

Infecciones.

Existe	No existe
--------	-----------

Síntomas y Signos de alteración

Vómito, diarrea, fiebre, malestar general, dolor de cabeza.

Existe	No existe
--------	-----------

Causas

Alimentos contaminados, animales enfermos, manos y herramientas contaminadas y sucias.

Existe	No existe
--------	-----------



Enfermedades

Auditivas.

Existe

No existe

Síntomas y Signos de alteración

Sensación de pitos, sonidos en el oído,
disminución de la agudeza auditiva.

Existe

No existe

Causas

Ruido de impacto, ruido continuo, de
metales, solventes aromáticos.

Existe

No existe





Síntomas y Signos de alteración

Alteración en las células sanguíneas, del hígado, del pulmón, de la vejiga.

- Existe
- No existe

Causas

Disolventes, benceno, humos, fumigantes.

- Existe
- No existe

Enfermedades

Cáncer.

- Existe
- No existe

Síntomas y Signos de alteración

Lesión en la piel.

- Existe
- No existe

Causas

Radiación solar.

- Existe
- No existe





Recuerde: si presenta alguna de estas alteraciones, debe consultar con su médico del servicio de salud (EPS), para que le practique el examen médico y ordene, si lo requiere, los laboratorios y pruebas específicas que ayuden a identificar si hay cambios en los órganos o sistemas de su cuerpo.

Estas enfermedades también pueden identificarse en el examen médico ocupacional que se realiza por parte del propietario de la unidad productiva; para lo cual debe remitirlo a su EPS para el tratamiento y la consulta con el área de medicina laboral.



Sección tres – Lesiones por accidentes de trabajo en los trabajadores.

Las tareas agrícolas pueden originar situaciones peligrosas que generen lesiones en los trabajadores. Estas lesiones pueden prevenirse si el trabajador revisa cuidadosamente las normas de seguridad para el uso de herramientas, maquinarias y equipos agrícolas. También, si el trabajador identifica las condiciones de las instalaciones de la finca, el tipo de cultivo, los objetos que manipula, los animales que están presentes en la labor, equipos en el beneficiadero, las conexiones eléctricas, entre otros implicados en el desarrollo de sus labores.

- Una vez ha identificado una condición insegura, el trabajador debe informarle al propietario de la unidad productiva para implementar la medida de control requerida.

Evalúe situaciones críticas

Caídas del trabajador a distinto nivel.

Existe

No existe

Caídas del trabajador al mismo nivel.

Existe

No existe

Identifique

Las locaciones, caminos, zanjas, terreno, suelos, maquinaria, escaleras, escalerillas, trabajo en altura, carretillas, etc.



Evalúe situaciones críticas

Caídas de objetos por cortes de ramas y árboles.

Existe

No existe

Evalúe situaciones críticas

Caídas de objetos no ajustados o amarrados.

Existe

No existe

Identifique

La aplicación de las normas de corte de ramas y de apilamiento de productos y residuos agrícolas; como también de herramientas y elementos de trabajo (machete, cuchillos, estacas).



Evalúe situaciones críticas

Pisadas sobre objetos (ramas y frutos).

Existe	No existe
--------	-----------

Evalúe situaciones críticas

Pisada de animal sobre el trabajador.

Existe	No existe
--------	-----------

Identifique

Que se mantengan el orden y el aseo en todas las áreas (ubicación de hojas y ramas fuera del camino). Capacitar sobre el manejo de animales. Recuerde usar las botas de seguridad.

Evalúe situaciones críticas

Choques contra objetos estáticos.

Existe	No existe
--------	-----------

Choques contra objetos en movimiento.

Existe	No existe
--------	-----------

Identifique

La colocación de señalización de áreas y demarcación de equipos, maquinaria.



Evalúe situaciones críticas

Golpes por objetos o herramientas.

Existe

No existe

Evalúe situaciones críticas

Golpes por vehículos o máquinas agrícolas.

Existe

No existe

Identifique

Que se mantengan el orden y el aseo en todas las áreas (ubicación de hojas y ramas fuera del camino). Capacitar en manejo de animales. Recuerde usar botas de seguridad.



Evalúe situaciones críticas

Cortadas por objetos o herramientas al realizar su afilado.

Existe

No existe

Identifique

La protección del filo de la herramienta y que se coloque a la misma durante su almacenamiento y transporte. Usar guantes de vaqueta o de cuero.



Evalúe situaciones críticas

Contacto eléctrico.

Existe

No existe

Identifique

El uso de guantes dieléctricos y la capacitación en riesgo eléctrico.

Evalúe situaciones críticas

Contacto con objetos calientes.

Existe

No existe

Evalúe situaciones críticas

Usar guantes para altas temperaturas.

Evalúe situaciones críticas

Proyección de partículas o fragmentos.

Existe

No existe

Identifique

El uso de gafas de seguridad o de careta facial.



Evalúe situaciones críticas

Contacto con sustancias corrosivas.

Existe

No existe

Identifique

El uso de guantes de protección química.



Evalúe situaciones críticas

Atrapamiento por herramientas y partes móviles.

Existe

No existe

Identifique

La presencia de guardas, barreras y protectores en motores y equipos.



Evalúe situaciones críticas

Electrocución.

Existe

No existe

Identifique

La presencia de tormenta eléctrica en la zona del cultivo donde se encuentra laborando y suspender la labor.



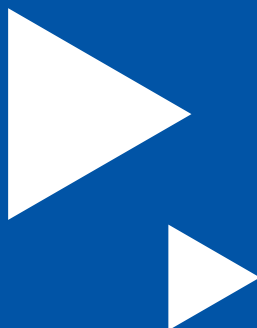


Recuerde: anticiparse a alguna de estas situaciones de peligro, le exige al trabajador identificar que el ambiente físico de trabajo, los equipos, herramientas, elementos y animales de labor estén en óptimas condiciones para realizar la tarea. De todos depende la seguridad y salud en el trabajo.



Sección cuatro – Elementos de protección individual.

En esta sección se presentan algunos tipos de elementos de protección individual que, en caso de no poder eliminar el peligro, los debe utilizar el trabajador caficultor para minimizar la exposición o contacto con el peligro. El dueño de la unidad productiva debe ofrecer capacitación sobre el tipo de elemento que se debe usar de acuerdo con el tipo de peligro, pero también recibir el entrenamiento en el uso adecuado, el mantenimiento correcto del elemento de protección y cuándo se debe cambiar este (reposición por uno nuevo). Evalúe siempre el mejor elemento y tenga presente que cada elemento debe estar certificado, para que proteja la parte del cuerpo de quien lo usa.



Parte del cuerpo a proteger

La cabeza.

Tipo de protección

Sombrero de ala ancha y protector de tela para cabeza y cuello (chava, monja), para evitar el sol directo en las zonas de cultivo.

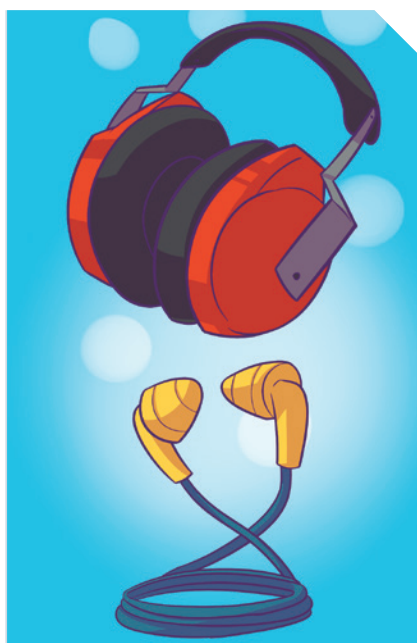


Parte del cuerpo a proteger

Los ojos.

Tipo de protección

Gafas de seguridad cuando hay proyección de partículas líquidas y sólidas (polvo), en esparcimiento de producto y al corte de ramas, graneo y guadañado. Al momento de manipular sustancias que puedan generar salpicaduras. Y para proteger de la radiación solar a los ojos.



Parte del cuerpo a proteger

Los oídos.

Tipo de protección

Protectores auditivos premoldeados (insertados en el canal auditivo) o tipo copa (tapando la oreja), en el caso de uso de guadañas o motosierras. Y en la conducción de tractor, si es del caso. En el beneficiadero cuando está accionando equipos.

Parte del cuerpo a proteger

La cara.

Tipo de protección

Guantes de cuero para manipular objetos y guantes de nitrilo para lavar o aplicar una sustancia química.



Parte del cuerpo a proteger

El aparato respiratorio.

Tipo de protección

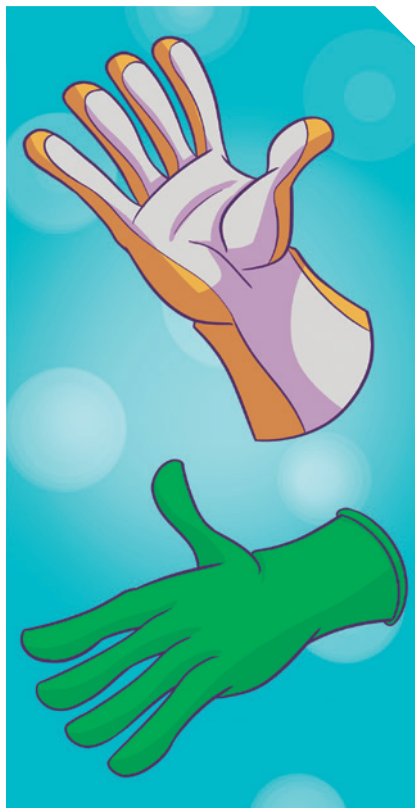
Mascarilla desechable cuando hay presencia de polvo o fibras en el aire. Respirador con cartuchos cuando hay presencia de gases, vapores o humos. También cuando hay presencia de ácido sulfhídrico.

Parte del cuerpo a proteger

Las manos.

Tipo de protección

Sombrero de ala ancha y protector de tela para cabeza y cuello (chava, monja), para evitar el sol directo en las zonas de cultivo.



Parte del cuerpo a proteger

Las rodillas y espinillas (pierna)

Tipo de protección

Rodilleras (en caso de trabajo de rodillas sobre el suelo) y canilleras.

Parte del cuerpo a proteger

Los pies.

Tipo de protección

Botas de caucho cuando trabaje en suelos húmedos o con sustancias químicas, corrosivas o similares. Botas de seguridad con puntera reforzada (de acero o fibra de vidrio) cuando manipule cargas. Botas de seguridad dieléctricas cuando esté cerca de cables o conexiones eléctricas.



Parte del cuerpo a proteger

La piel.

Tipo de protección

Ropa impermeable en la manipulación de plaguicidas. Esta consiste en la protección de la cabeza con careta con capucha que cubra los hombros de material impermeable; careta que cubra la totalidad de la frente y del rostro, hasta debajo de la mandíbula; mameluco; y delantal impermeable.



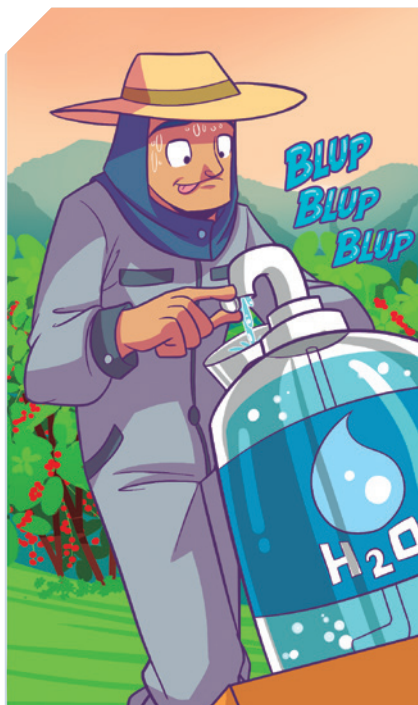
Recuerde: siempre debe realizar acciones que eliminen el peligro o disminuyan el contacto con el mismo. Por lo que siempre que use elementos de protección individual debe recibir capacitación en la selección del tipo de elemento según el peligro, el uso correcto de los mismos y cuando deben ser reemplazados por unos nuevos. Los elementos de protección individual siempre deben ser suministrados por el dueño de la unidad productiva.



Sección cinco – Prácticas saludables.

En esta sección se presentan las diferentes prácticas que invitan a mantener y promover un buen estado de salud en los lugares de trabajo y que evitarán el desequilibrio en el organismo de los trabajadores.





Aspecto a identificar

Servicio sanitario en mi lugar de trabajo.

Existe

No existe

Práctica saludable

La finca debe mantener una unidad vsanitaria cerca al lugar de trabajo, además de baño portátil en zonas alejadas del cultivo.

Los trabajadores no realizarán necesidades fisiológicas (orina y heces) en la plantación. El trabajador debe educar su sistema digestivo para realizar sus deposiciones en casa.

Existe

No existe

Aspecto a identificar

Agua potable disponible durante la realización de mi trabajo.

Existe

No existe

Práctica saludable

Mantener agua potable fresca al alcance, cercana a la zona de trabajo para hidratación permanente durante la jornada. Lavarse las manos y la cara con agua limpia antes de consumirla. Evite tomar agua no potable o no tratada de acequias, charcas o tanques.

Existe

No existe





Aspecto a identificar

Mordedura de serpiente.

Existe

No existe

Práctica saludable

Mantenga la calma y retírese del área, de ser posible identifique el tipo de serpiente. Pida ayuda. No realizar ninguna incisión (cortada) en el sitio de la mordedura. No hacer torniquetes. No administrar ninguna sustancia. Trasladarse hasta un centro médico u hospital.

Existe

No existe

Aspecto a identificar

Tiempo de descanso para la alimentación.

Existe

No existe

Práctica saludable

Asegúrese de ingerir sus alimentos en un lugar limpio y seco, protegido del sol y la lluvia. Identifique las zonas de descanso dispuestas en el cultivo.

Existe

No existe



Aspecto a identificar

Salpicadura en ojos.

Existe

No existe

Práctica saludable

Al tener contacto con alguna sustancia directamente en los ojos, enjuáguelos por 15 minutos con abundante agua limpia. Lleve al centro médico u hospital la etiqueta o la hoja de seguridad del producto con el que se salpicó.

Existe

No existe



Aspecto a identificar

Salpicadura en la piel.

Existe

No existe

Práctica saludable

Quítese la ropa contaminada y lávese el cuerpo con abundante agua en el área afectada. Lleve al centro médico u hospital la etiqueta o la hoja de seguridad del producto aplicado.

Existe

No existe



Aspecto a identificar

Intoxicación vía oral.

Existe

No existe

Práctica saludable

No induzca el vómito. Lleve al centro médico u hospital la etiqueta y la hoja de seguridad del producto aplicado.

Existe

No existe

El dolor muscular puede prevenirse, aquí encuentra cómo hacerlo.

Durante la realización de las diferentes tareas, se utilizan diferentes articulaciones y músculos del cuerpo, los cuales por el uso repetitivo pueden lesionarse a corto, mediano y largo plazo. En la mayoría de las ocasiones no solamente se puede, sino se deben prevenir las lesiones o alteraciones en los ligamentos, tendones, músculos y articulaciones. Para ello, a continuación mostraremos algunos ejercicios de estiramientos que puede hacer antes de iniciar la labor, durante la labor (cuando sienta cansancio) y al final de la jornada laboral (para relajar los músculos). Se recomiendan cinco repeticiones de cada ejercicio.

Figura 1. Estiramiento global de hombros y codos



Figura 2. Estiramiento global de muñecas y manos

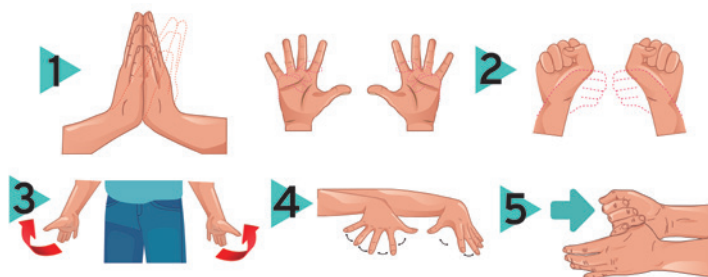


Figura 3. Estiramiento global de dedos

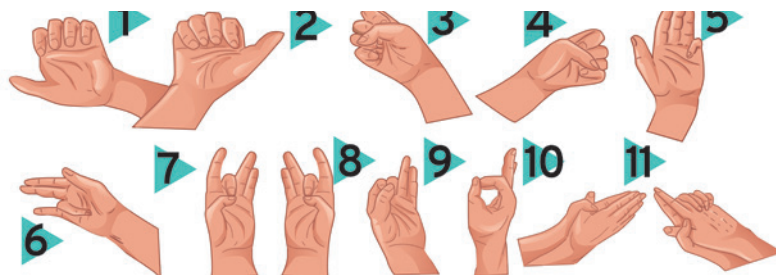


Figura 4. Estiramiento global de columna

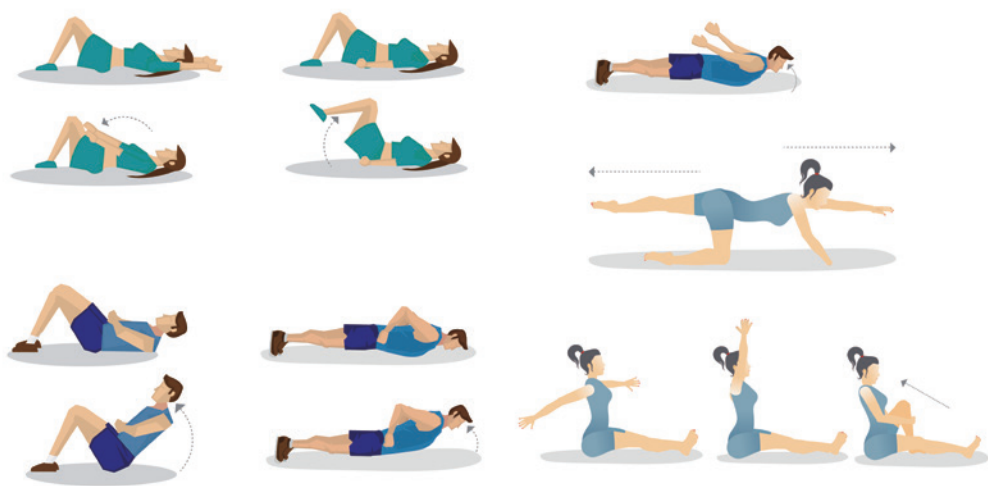


Figura 5. Estiramiento global de miembros inferiores



Cómo levantar cargas

Desde el nivel del suelo.



1. Flexione ambas rodillas y flexione la cadera con el tronco recto hacia adelante, para alcanzar con los brazos estirados el fondo del saco.



2. Coloque la rodilla izquierda flexionada en el suelo y la rodilla derecha flexionada, pero con el pie con apoyo completo sobre el piso.



3. Impulse su cuerpo hacia arriba, con la pierna derecha, sosteniendo el saco lo más cerca a su cuerpo.



4. Acerque su pierna izquierda a la pierna derecha en posición de pies, con la carga mantenida con sus brazos cerca a su cuerpo, enderezando su tronco.



5. Con su tronco recto, en postura de pies y ambos brazos estirados soportando el saco desde el fondo, inicie el traslado del saco con paso firme.

Consejos saludables

- Duerma por lo menos ocho horas diarias. Evite el consumo de alcohol y el hábito de fumar. Mantenga una alimentación balanceada.
- Reúnase con su familia, disfrute realizando actividades de integración y recreación con ellos.
- Haga deporte o practique una actividad espiritual, cultural o lúdica que le genere bienestar y placer.

► Pasos para hacer suero casero para hidratar



1 Litro de agua purificada o hervida



3 cucharaditas (de postre) de azúcar



1 cucharadita (de postre) de sal



**½ cucharadita (de postre) de
bicarbonato de sodio**



1 Limón

► Lavado de manos y cara

- 1. Mójesse las manos con agua.
- 2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de la piel de las manos.
- 3. Frótese las palmas de las manos entre sí y entrelazando los dedos.
- 4. Enjuáguese las manos con agua.
- 5. Con las manos limpias, tome agua con sus manos.
- 6. Mójesse la cara con el agua que recogió con sus manos del grifo, hasta sentir que queda limpia.
- 7. Cierre la llave del grifo.
- 8. Séquese las manos con una toalla de un solo uso.
- 9. Utilice la toalla para secar su cara y deseche la toalla en la caneca de basura.





Organización
Internacional
del Trabajo

Con la financiación de:



Unión Europea



El empleo
es de todos

Mintrabajo



Organización Internacional del Trabajo

Calle 84a #12-18

Oficina 504, Bogotá - Colombia

Teléfono

6237341 - 6237834

Web

www.ilo.org/lima

Correo

oit@ilo.org

[@OITAndina](https://twitter.com/OITAndina)