

Inhalació i ingestió de substàncies nocives

Els treballadors dels remuntadors poden fer servir productes químics com els anticongelants i les benzines per netejar.

- Conèixer els productes químics que es manipulen, els riscos que comporten i les mesures de prevenció que es poden adoptar. Aquesta informació es pot trobar a les fitxes de seguretat química del producte que facilita el distribuïdor a l'empresa.
- Emmagatzemar els productes químics que es facin servir, i no barrejar substàncies perilloses. Tapar cada recipient després de fer-lo servir.
- Cal fer servir els EPI, si és necessari -mascareta, guants específics, ulleres antiesquixades, etc.
- Mantenir els alcohols i les benzines lluny de fonts de calor i flames, perquè són fàcilment inflamables.

Soroll

Els remuntadors provoquen soroll a causa del motor i la fricció entre les parts que l'integren, que pot ser molest o fins i tot perjudicial per a la salut de la plantilla i incrementar els nivells d'estrès, pot arribar a provocar pèrdua auditiva.

- Ajustar la màquina de forma que faci tan poc soroll com sigui possible.
- Manteniment correcte, lubricació periòdica i substitució de les peces gastades o defectuoses.
- Posar silenciadors o esmorteïdors als motors.
- En el cas que els nivells de soroll superin els 85 dBA, mentre no es redueix el soroll mitjançant mesures tècniques, s'han de fer servir equips de protecció individual com taps o cascos.

Sobreesforços

A vegades, cal aixecar pesos, palejar neu o ajudar els usuaris. En aquests moments, es poden fer sobreesforços a causa de l'excés de pes i les males postures. També hi pot haver sobrecàrrega quan es fa servir la pala per treure neu o trencar gel. S'ha de tenir en compte que el fred incrementa el risc de lesió per sobreesforç.

- Si s'ha d'aixecar un pes, cal acostar-lo al cos. D'aquesta manera s'eviten mals d'esquena i la càrrega es distribueix més uniformement. Cal mantenir l'esquena recta quan s'aixequin pesos i flexionar els genolls quan ens ajupim. S'ha de demanar ajuda si no s'està segur de poder manipular un pes.
- Si s'ha de mobilitzar un usuari, se li ha de demanar. Si és a terra i necessita ajuda per incorporar-se, cal mantenir l'esquena recta, flexionar els genolls i subjectar la persona per sota de les aixelles.
- Les eines per treure la neu han de ser les adequades. És preferible arrossegar neu com es fa amb la màquina guillet en lloc d'aixecar-la amb la pala, perquè així no es doblega l'esquena ni se subjecta el pes.



- Disposar de pales que pesin poc com les d'alumini amb mànec o nanses de forma cilíndrica o oval. Els mànecs han de ser antilliscants, no conductius de l'electricitat ni metàl·lics pel fred. S'ha de tenir en compte la mida de la mà del treballador o treballadora que els hagi de fer servir i ajustar-los al màxim tenint en compte que s'han de portar guants. Els guants s'han d'ajustar bé i han de permetre la sensibilitat, perquè en cas contrari, es tendeix a aplicar més força de la que és necessària.
- No sobrecarregar de neu la pala. Mantenir el fil de les pales esmolat.
- Fer pauses i descansos. Intercalar les tasques de gran càrrega física —ex. palejar— amb d'altres de control.
- En posició prolongada dempeus, cal canviar la posició dels peus i repartir el pes del cos d'una cama a l'altra alternativament.

Càrrega mental

Treballar de cara al públic pot donar lloc a un increment de la càrrega mental, pressió psíquica o estrès. Hi ha molts factors que hi influeixen com ara l'acumulació d'esquiadors, la mala organització de la feina, les avaries, etc.

- Formació del personal en estratègies i recursos per tractar amb els clients.
- Aprendre a detectar els símptomes d'estrès i aplicar mesures d'autocontrol i tècniques de relaxació.
- Fer pauses per a descansar.
- En cas d'increpació per part d'un client:
 - Mantenir l'equilibri emocional, no respondre les provocacions, mantenir el control, ja que, en cas contrari, pot produir-se una situació d'extrema agressivitat amb insults i crits.
 - Conversar amb correcció, en un to afable i professional, i ampliar la informació que reclama l'interlocutor.

Accidents in itinere

Les carreteres d'accés a les estacions d'esquí poden estar en mal estat com a conseqüència de la neu o el gel (principalment a primera hora del matí). És important que el treballador conegui tècniques de conducció en aquestes circumstàncies.

- Portar neumàtics d'hivern amb una adherència alta. Si no se'n tenen, cal portar cadenes.
- Evitar qualsevol tipus de maniobra brusca (forta frenada, forta acceleració, gir excessiu del volant, etc.).
- En cas d'haver de frenar, fer-ho amb el motor del cotxe (reduir les marxes). En el cas que calgui trepitjar el pedal del fre, s'ha de fer sempre amb les rodes rectes.
- No s'ha de girar més del compte el volant a les corbes, així evitarem derrapar amb les rodes del davant.

Amb el suport



Generalitat de Catalunya
Departament de Treball

Imatges: Thinkstock; Marta Juan



Consells preventius

Estacions d'esquí Personal de remuntadors



Unió General de Treballadors de Catalunya
Secretaria de Política Sindical
Rambla del Raval 29-35, 08001 Barcelona
Tel. 93 304 68 33 a/e: otprl@catalunya.ugt.org
www.ugt.cat

Estacions d'esquí/Personal de remuntadors

Aquest tríptic s'adreça als treballadors d'estacions d'esquí, especialment al personal dels remuntadors, que acostuma a ser el col·lectiu majoritari a les pistes. Aquests són els responsables que el funcionament i les condicions dels remuntadors siguin correctes, d'ajudar els usuaris sempre que ho necessitin, i de petites tasques de manteniment com ara greixar els remuntadors, afegir i treure neu, picar gel, escampar sal, etc.

Caigudes a diferent nivell

En operacions de greixatge de les parts mòbils dels remuntadors, normalment es fa servir una escala. Cal tenir en compte:

- L'escala ha de tenir topalls metàl·lics dentats, perquè es clavin a la neu o al gel, i evitar que rellisqui. A la part central ha de tenir cadenes o dispositius que en limitin l'obertura.
- Inspeccionar i verificar els graons i travessers per comprovar que no estan malmesos ni trencats, que no hi ha claus, estelles ni greix, que no hi ha taques de rovell. També cal comprovar que les sabates antilliscants estan en bones condicions.
- Abans de fer servir l'escala de mà, cal assegurar-ne l'estabilitat. La base de l'escala ha de quedar ben assentada sobre superfícies horitzontals i planes, i fer servir per aconseguir-ho els mecanismes que impedeixin que es mogui, tanqui o caigui.
- No s'han de portar les eines a la mà, s'ha de fer servir un cinturó portaeines.
- Es recomana no enfilar-se més amunt de l'antepenúltim graó.
- Les escales, s'han de portar plegades quan es mouen, amb els trams extensibles recollits, i amb la part de dalt cap avall.

Pot ser que s'hagi de pujar al motor de les cadires o a la guia de l'entrada de les perxes fins a altures que sobrepassen els 2 metres.

- Fer servir arnesos anticaiguda que disposin del certificat CE i les instruccions en l'idioma oficial del país amb les formes i limitacions d'ús, manteniment, neteja, revisions i caducitat. L'arnès s'ha de subjectar a un punt fort de l'estructura.
- Els treballadors han de rebre formació sobre el risc de caiguda en altura i l'ús d'arnesos.

Caigudes al mateix nivell

- Utilitzar botes de seguretat antilliscants amb sola de goma per no relliscar amb la neu o el gel.
- Evitar la formació de gel a la zona de treball.
- No portar objectes que impedeixin la visió del terra.
- Si és imprescindible desplaçar-se esquiant:
 - Triar el camí més segur, fer-ho amb precaució tenint en compte les condicions del terreny, la neu, la climatologia, la visibilitat i el nombre de persones que hi hagi a les pistes, les plaques de gel -sobretot a primera hora del matí-, les acumulacions de neu tova, etc.
 - Respectar els senyals i les indicacions en tot moment.
 - Fer el descens a velocitat baixa i evitar fer gir imprudents i forçats.
 - En cas de mala visibilitat per la climatologia (boira, torbera, etc.), s'ha d'evitar baixar les pistes sol.
 - Verificar l'estat dels esquís (les fixacions segons el pes, etc.).
 - Portar casc per evitar cops al cap en cas de caiguda.

Risc elèctric

- Comprovar el bon estat dels cables de la maquinària i les eines elèctriques. Comunicar qualsevol defecte immediatament. No fer servir aparells que tinguin el cable o l'endoll deteriorats.
- No manipular les connexions ni intentar reparar els equips elèctrics. Ha de fer-ho un treballador especialment qualificat i autoritzat.

Cops, talls i projecció de fragments

- La maquinària, en aquest cas, el remuntador, ha de tenir el certificat CE de conformitat de seguretat. S'ha de disposar del manual d'instruccions de les màquines, llegir-lo i respectar-lo. S'ha de rebre formació específica per a treballar amb el remuntador amb seguretat.
- No s'han d'alterar mai els dispositius de seguretat ni d'emergència de les màquines.
- Quan es fan tasques de reparació i manteniment, com en el greixatge o la substitució del respatller d'una cadira, les màquines han d'estar aturades i desconnectades.
- Les parts mòbils de les màquines han de disposar de les proteccions necessàries per a impedir-hi l'accés. La transmissió de les màquines, corrioles i engranatges, han de tenir tapes protectores o mantenir-les fora del contacte amb els treballadors.
- Les eines manuals s'han de fer servir per a la funció per què estan dissenyades, i no per cap altra. Han d'estar esmolades i ben conservades. Les eines tallants s'han de desar en fundes. No s'han de portar mai a les butxaques.
- S'ha de fer servir roba que no sigui ample, portar el cabell lligat i evitar les cadenes i les polseres, per prevenir atrapaments amb les parts mòbils.
- Si el material i les eines són defectuosos, s'ha d'exigir que els canviïn.
- Precaució durant els treballs a la zona de perxes i cadires per evitar colpejar-s'hi.
- No estar-se ni passar per zones on hi hagi perill senyalitzat d'allaus.
- Cal mirar d'eliminar el gel i la neu de sobre les edificacions i instal·lacions, perquè no caigui a sobre de ningú.



Treballs a la intempèrie

El treball a l'hivern a la muntanya amb fred i neu és el risc principal de les condicions de seguretat i salut dels treballadors de pistes d'esquí. Però, tot i que són inherents a la feina, s'han d'aplicar mesures preventives adients.

- Els treballadors disposaran d'equips de comunicació com ara telèfon mòbil, emissores, etc. per mantenir la comunicació en cas d'emergència.
- S'han d'habilitar llocs de descans de fàcil accés, així com vestidors i lavabos.
- Disposar de pauses per descansar i recuperar la temperatura corporal en un lloc calent, com per exemple la caixa de la mateixa instal·lació.
- Posar-se crema protectora i ulleres amb filtres UVA, categoria IV. Com més altitud, menys atmosfera per a protegir-nos i, per tant, més radiació a més del reflex de la neu. Aplicar la crema cada 3 o 4 hores.

Fred

- Fer servir roba i calçat de treball impermeable, transpirable i d'alta visibilitat.
- Limitar les pèrdues de calor. S'ha de protegir les zones més sensibles del cos, això és el cap i el tronc. La temperatura es manté gràcies a les capes d'aire calent que es formen entre la pell i les capes de roba. La roba ha de ser prou ampla per permetre que hi hagi aquesta capa d'aire. És preferible portar més d'una capa de roba fina que no una de gruixuda, perquè cadascuna forma una capa d'aire.
- Tancar el coll i la cintura de les camises i jaquetes. No s'ha d'oblidar mai de tancar el cordó interior dels abrics o parkes de forma que hi hagi una bossa d'aire calent a la zona del tòrax.
- Fer servir jaquetes transpirables que siguin tallavent.
- És fonamental que la roba estigui sempre seca, perquè la roba molla o humida afavoreix que el cos es refredi.
- S'ha de procurar mantenir els peus secs i protegits amb calçat adient al fred i impermeable a l'aigua, és convenient fer servir dos parells de mitjons; un parell de cotó, i a sobre, un altre de llana.
- Afavorir i estimular el consum de begudes calentes no alcohòliques per recuperar la temperatura corporal.
- Protecció de les mans. El cos, per protegir-se del fred, redueix el flux de la sang a les mans i els peus per mantenir la temperatura interna.
 - Amb temperatures inferiors a 16°C, les operacions manuals d'alta precisió exigeixen l'escalfament de les mans.
 - Amb temperatures inferiors a -1°C, els mànecs metàl·lics d'eines i barres s'han de cobrir amb materials aïllants.
 - Fer servir guants anticontacte sempre que hi hagi risc de tocar superfícies a temperatures de -7°C o inferiors.
 - A -17°C s'han de portar manoples aïllants per evitar cremades de contacte.