



## PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LIMPIEZA

### OBJETIVOS

- Conocer en un sentido amplio y práctico la prevención de riesgos laborales en el sector de la limpieza de edificios y locales.
- Profundizar en los riesgos generales y específicos relacionados con la actividad profesional del sector limpieza.
- Indicar al trabajador o trabajadora las medidas de prevención concretas que debe llevar a cabo para evitar o minimizar los posibles riesgos laborales.
- Incidir en los riesgos específicos de los trabajos de limpieza y sus medidas preventivas: en altura, en espacios confinados y en la vía pública.
- Formar en otras competencias que permitan afrontar situaciones de emergencia o de incendio.
- Conocer las nociones básicas de primeros auxilios.

### ÍNDICE DE CONTENIDOS

#### 0. INTRODUCCIÓN

Introducción a la prevención de riesgos laborales en el sector limpieza.  
Resumen.

#### 1. LUGARES DE TRABAJO

- 1.1. Conceptos básicos.
- 1.2. Medidas preventivas.
- 1.3. Condiciones de los lugares de trabajo.
- 1.4. Señalización.
- 1.5. Lugares de trabajo en sector limpieza.

#### 2. EQUIPOS DE TRABAJO

- 2.1. Equipos de trabajo.
- 2.2. Normas de prevención básicas.
- 2.3. Herramientas manuales.
- 2.4. Máquinas.
- 2.5. Equipos de trabajo en el sector limpieza.

#### 3. ORDEN Y LIMPIEZA

- 3.1. Introducción.
- 3.2. Riesgos principales derivados de la falta de orden y limpieza.
- 3.3. Medidas de prevención y protección.
- 3.4. Orden y limpieza en el sector limpieza.

#### 4. MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

- 4.1. Conceptos básicos.
- 4.2. Medidas preventivas.
- 4.3. Método de manipulación manual de cargas (INSHT).
- 4.4. Criterios de referencia.
- 4.5. Manipulación manual de cargas en limpieza.

#### 5. HIGIENE POSTURAL

- 5.1. Higiene postural.
- 5.2. Posturas de trabajo.



- 5.3. Movimientos repetitivos.
- 5.4. Posturas forzadas en limpieza.

## 6. TRABAJOS DE LIMPIEZA

- 6.1. En altura
  - 6.1.1. Escaleras manuales
    - 6.1.1.1. Conceptos básicos.
    - 6.1.1.2. Medidas de prevención.
  - 6.1.2. Plataformas elevadoras.
  - 6.1.3. Góndolas.
  - 6.1.4. Trabajos en altura en sector limpieza.
- 6.2. En espacios confinados.
  - 6.2.1. Espacios confinados.
  - 6.2.2. Limpieza de espacios confinados.
- 6.3. Limpieza viaria.

## 7. RIESGO ELÉCTRICO

- 7.1. Conceptos básicos.
- 7.2. Normas básicas de seguridad frente al riesgo eléctrico.
- 7.3. Riesgo eléctrico en limpieza.

## 8. RIESGO BIOLÓGICO

- 8.1. Definición y clasificación de agentes biológicos.
- 8.2. Trabajadores especialmente expuestos a riesgos biológicos.
- 8.3. Medidas preventivas frente al riesgo biológico.
- 8.4. Protocolos de actuación en accidentes con riesgo biológico.
- 8.5. Riesgo biológico en trabajos de limpieza.

## 9. MANIPULACIÓN Y ALMACENAMIENTO DE PRODUCTOS QUÍMICOS

- 9.1. Definición y características.
- 9.2. Clasificación e identificación de sustancias químicas peligrosas.
- 9.3. Almacenamiento de sustancias químicas.
- 9.4. Manipulación de productos químicos.
- 9.5. Nuevo reglamento CLP sobre clasificación, etiquetado y envasado de productos químicos.
- 9.6. Productos químicos en el sector limpieza.

## 10. RIESGOS PSICOSOCIALES

- 10.1. Conceptos básicos.
- 10.2. Factores que influyen en la aparición de los riesgos psicosociales.
- 10.3. Medidas preventivas generales.
- 10.4. Patologías derivadas de los factores psicosociales.

## 11. EMERGENCIAS Y EVACUACIÓN

- 11.1. Introducción.
- 11.2. Plan de emergencia y evacuación.
- 11.3. Protocolos de actuación ante situaciones de emergencias.
- 11.4. Emergencias y evacuación en limpieza.

## 12. EXTINCIÓN DE INCENDIOS

- 12.1. El fuego.
- 12.2. Clases de fuego.



- 12.3. Medidas básicas de prevención de incendios.
- 12.4. Sistemas de extinción de incendios.

### **13. PRIMEROS AUXILIOS**

- 13.1. Conducta PAS.
- 13.2. Reanimación cardiopulmonar (RCP).
- 13.3. Actuación según el tipo de situación.

### **14. SEGURIDAD VIAL**

- 14.1. Seguridad vial para conductores.
- 14.2. Seguridad vial para peatones.