MANUAL DEL CURSO · LIMPIEZA

Manual de limpieza viaria

Riesgos y medidas preventivas, maquinaria, baldeo, señalización, seguridad vial, emergencias y normativa



Lee este manual online, gratis y sin registro

academia-formacion.com/manual-curso-limpieza-viaria/

Cuando termines, haz el examen y obtén tu certificado en academia-formacion.com

Índice

Toca un título para saltar directamente a esa parte del manual.

MÓDULO I **Riesgos y medidas preventivas generales** 3

Unidad I. La limpieza viaria y sus riesgos 3
Unidad II. Falta de orden y limpieza en los lugares de trabajo 3
Unidad III. Manipulación manual de cargas y posturas forzadas 4
Unidad IV. Manipulación de productos químicos 5

MÓDULO II **Riesgos y medidas preventivas específicas** 8

Unidad I. Retirada de basuras y residuos 8
Unidad II. Trabajos en la vía pública 8
Unidad III. Trabajos a la intemperie 9
Unidad IV. Equipos de trabajo: recomendaciones generales 10
Unidad V. Camión de recogida de residuos 11
Unidad VI. Barredora, excavadora y tractor 13
Unidad VII. Desbrozadora y sopladora 15
Unidad VIII. Baldeo manual y mecánico 16
Unidad IX. Recogida de muebles y enseres 16
Unidad X. Limpieza de pintadas 16

MÓDULO III **Señalización** 18

Unidad I. Las señales de seguridad 18

MÓDULO IV **Seguridad vial** 20

Unidad I. En vías de circulación 20
Unidad II. Ciclomotores, motocicletas y bicicletas 20
Unidad III. Mantenimiento del vehículo 20
Unidad IV. Normas de seguridad para peatones 21

MÓDULO V **Ejercicios de estiramiento y relajación** 22

Unidad I. Para qué sirve estirar y cómo hacerlo 22
Unidad II. Ejercicios de estiramiento 23

MÓDULO VI **Normas de actuación en caso de emergencia** 25

Unidad I. Medidas para la prevención de incendios 25
Unidad II. Actuación en caso de incendio 25
Unidad III. Actuación en caso de evacuación 26

MÓDULO VII **Ante un accidente, ¿qué debemos hacer?** 27

Unidad I. Principios generales: proteger, avisar y socorrer 27
Unidad II. Primeros auxilios según el tipo de lesión 28

MÓDULO VIII **Normativa básica sobre residuos** 30

Unidad I. Normativa básica sobre residuos 30

REPASO **Datos clave para el examen de limpieza viaria** 32

MÓDULO I

Riesgos y medidas preventivas generales

UNIDAD I

La limpieza viaria y sus riesgos

La limpieza de las ciudades no es solo una necesidad estética: también es una cuestión de higiene y de protección del medio ambiente. Los residuos que se acumulan en la vía pública no suelen suponer un problema ambiental grave, pero producen contaminación visual y riesgos higiénicos y sanitarios.

Los tratamientos básicos de la limpieza viaria se dividen en dos grandes bloques:

BLOQUE 1

Barridos

Retirada de los residuos sólidos de calzadas y aceras, a mano o con barredora.

BLOQUE 2

Baldeos

Lavado de calles y aceras con agua, de forma manual o mecánica.

Otros tratamientos auxiliares completan el servicio: el vaciado de papeleras, la limpieza del mobiliario urbano, la recogida de excrementos, la recogida de muebles y enseres o la limpieza de pintadas.

Cada una de estas tareas tiene sus propios riesgos. En este manual los verás divididos en **riesgos y medidas generales** (módulo I) y **riesgos y medidas específicas** por tarea y por máquina (módulo II).

UNIDAD II

Falta de orden y limpieza en los lugares de trabajo

1 Riesgos

- **Caídas por resbalones**, por suelos resbaladizos, irregulares o con desniveles.
- **Golpes y atrapamientos** con el mobiliario urbano, los vehículos, las mangueras de las máquinas o los equipos de limpieza.

2 Medidas preventivas

- No corras al desplazarte por zonas de tránsito, escaleras o vías de circulación.
- Evita pisar zonas mojadas o resbaladizas. Si es imprescindible, hazlo con mucha precaución.
- Barre siempre en el sentido de avance para detectar obstáculos y dificultades. En las escaleras, baja los peldaños en el sentido del descenso.
- Sube los bordillos tirando del carrito, no empujándolo.
- Utiliza los equipos de protección individual (EPI): guantes de protección mecánica, calzado de seguridad y chaleco de alta visibilidad.

Manipulación manual de cargas y posturas forzadas

1 Riesgos

- **Trastornos musculoesqueléticos**, sobre todo dorsolumbares, por manejar cargas excesivas, voluminosas o de difícil sujeción, o por mantener posturas incorrectas del cuello o del cuerpo de forma continuada.
- **Cortes** en manos y piernas con objetos cortantes o punzantes al retirar residuos.
- **Golpes** contra objetos durante su manipulación.

> **! RECUERDA**
>
> Coge siempre la bolsa de basura por el nudo para evitar cortes.

2 Medidas preventivas

- Antes de transportar bolsas u objetos pesados, voluminosos o de difícil sujeción, comprueba su peso y sus dimensiones. Usa ayuda mecánica siempre que puedas o pide ayuda a otra persona.
- Si tienes que desplazar una carga, comprueba que hay espacio suficiente y que el recorrido está libre de obstáculos.
- Trabaja con la postura erguida. Al barrer, mantén la escoba lo más cerca posible de los pies y mueve solo los brazos, sin seguirlos con la cintura.
- Lleva los útiles de trabajo recogidos o acoplados al carro destinado a ese fin.
- Antes de coger una carga, mira el estado de su superficie: bordes cortantes, suciedad o deterioro.
- Traslada las bolsas de residuos cerradas, para agarrarlas mejor. Evita comprimirlas y no las acerques al cuerpo ni a las piernas.
- Utiliza calzado de seguridad y guantes de protección mecánica.

Pautas para levantar una carga

1. **Acércate** a la carga todo lo que puedas, sin cortarte.
2. **Apoya bien los pies**, ligeramente separados.
3. **Agáchate** flexionando las rodillas y manteniendo la espalda recta.
4. **Agarra con firmeza** con las dos manos y levanta con los músculos de las piernas, no con la espalda.
5. **Mantén la carga equilibrada y pegada al cuerpo** durante todo el trayecto, dando pasos cortos.
6. **Evita los movimientos bruscos** de espalda, sobre todo los giros, incluso con pesos ligeros. Mueve los pies en lugar de la cintura.

UNIDAD IV

Manipulación de productos químicos

En limpieza viaria se usan productos químicos sobre todo para limpiar pintadas y retirar carteles.

1 Riesgos

- **Inhalación o ingestión** de productos químicos.
- **Quemaduras** por contacto o salpicaduras de los productos empleados.

2 Medidas preventivas

- Todo recipiente que no sea el original debe estar **etiquetado** con su contenido. Nunca uses envases de alimentos y desecha los que no tengan identificación.
- Antes de manipular un producto, conoce sus riesgos con la **etiqueta** y su **ficha de datos de seguridad**.
- Evita los trasvases. Si son necesarios, hazlos en un lugar ventilado, despacio y con cuidado para no salpicar. Usa dosificadores siempre que puedas.
- No quites tapones con la boca ni forzando los botes, y no huelas los envases para identificar el producto.
- No transportes envases sujetándolos con los brazos y pegados al cuerpo: un vertido puede causarte lesiones. Usa solo la cantidad necesaria.
- Guarda los productos lejos de fuentes de calor, en un lugar bien ventilado y protegido de condiciones ambientales extremas.
- Si se te mancha la ropa o te salpica el producto, lávate de inmediato y cámbiate de ropa.
- No comas ni bebas mientras manipulas productos químicos y lávate las manos después. Los guantes no te eximen de hacerlo.
- Usa los EPI específicos de cada tarea: guantes de látex, vinilo o resistentes a productos químicos, y pantallas faciales, entre otros.

3 La etiqueta

Es la primera información que te permite identificar el producto cuando lo usas. Debe ser visible, estar redactada al menos en español y contener como mínimo:

- Datos de la empresa proveedora.
- Cantidad, si no figura en otro lugar del envase.
- Identificación del producto.
- Pictogramas de peligro.
- Palabra de advertencia: **«Atención»** o **«Peligro»**.
- **Indicaciones de peligro (frases H):** describen los riesgos del producto.
- **Consejos de prudencia (frases P):** indican medidas de uso seguro y de prevención.

! DATO ACTUALIZADO

Etiquetas y pictogramas siguen el **Reglamento CLP** (CE) n.º 1272/2008, que en España convive con el Reglamento REACH sobre fichas de datos de seguridad.

4 La ficha de datos de seguridad (FDS)

La FDS es un segundo nivel de información, mucho más completo que la etiqueta. El proveedor debe entregarla **gratuitamente** al usuario profesional en la primera entrega y cuando se produzcan cambios en ella. La empresa debe tener las fichas de todos los productos químicos que usa y ponerlas a disposición de la plantilla para que pueda consultarlas.

Tiene 16 apartados:

- Identificación de la sustancia o la mezcla y de la empresa.
- Identificación de los peligros, incluidos sus síntomas.
- Composición e información sobre los componentes.
- Primeros auxilios.
- Medidas de lucha contra incendios.
- Medidas en caso de vertido accidental: precauciones personales, medioambientales y métodos de limpieza.
- Manipulación y almacenamiento.
- Controles de exposición y protección individual: valores límite, controles y EPI.
- Propiedades físicas y químicas.
- Estabilidad y reactividad.
- Información toxicológica.
- Información ecológica.
- Consideraciones relativas a la eliminación de excedentes y residuos.
- Información relativa al transporte.
- Información reglamentaria.
- Otras informaciones útiles.

Cuando procede, se añaden como anexo los escenarios de exposición.

! CORREGIDO

El manual original decía que el nombre del producto en la FDS debe coincidir con el del «Registro Oficial de Fitosanitarios». Eso solo vale para productos fitosanitarios (agricultura), no para los de limpieza, así que se ha quitado.

5 Pictogramas de peligro

Estos son los nueve pictogramas actuales y el peligro que indica cada uno. Todos tienen forma de rombo con borde rojo.

Pictograma	Qué indica	Tipo de riesgo
Signo de exclamación	Toxicidad aguda de menor gravedad: irrita la piel, los ojos o las vías respiratorias, o puede provocar mareos.	Salud
Corrosivo	Provoca quemaduras graves en la piel y daños oculares. También puede corroer los metales.	Salud
Peligro para la salud	Puede ser cancerígeno, provocar mutaciones o daños graves y duraderos, o ser mortal o muy dañino si se ingiere o entra en las vías respiratorias.	Salud
Calavera y tibias cruzadas	Producto muy tóxico, que puede ser mortal por contacto con la piel, por inhalación o por ingestión.	Salud
Bombona de gas	Gases a presión que pueden explotar si se calientan, o gases refrigerados que pueden causar quemaduras criogénicas.	Explosivo / inflamable
Llama	Sustancias inflamables o que pueden inflamarse en contacto con el aire o con el agua.	Explosivo / inflamable
Llama sobre un círculo	Comburente: gases, líquidos o sólidos que pueden provocar o intensificar un incendio.	Explosivo / inflamable
Bomba explotando	Sustancias explosivas, autorreactivas o peróxidos orgánicos que pueden explotar al calentarse.	Explosivo / inflamable
Árbol y pez	Tóxico para el medio ambiente y los organismos acuáticos.	Medio ambiente

! CORREGIDO

En el original, el nombre del pictograma de la exclamación aparecía como «Atención» y el de peligro para la salud como «Muy nocivo». «Atención» es una palabra de advertencia de la etiqueta, no el nombre de un pictograma. Los nombres de la tabla son los oficiales.

MÓDULO II

Riesgos y medidas preventivas específicas

UNIDAD I

Retirada de basuras y residuos

1 Medidas preventivas

- ✓ Sigue las técnicas y métodos de trabajo establecidos para evitar el contacto directo con el material contaminado.
- ✓ Si tienes heridas o lesiones en manos o antebrazos, protégetelas antes de empezar.
- ✓ Lávate las manos antes y después de las tareas. Los guantes no te eximen de hacerlo.
- ✓ Utiliza guantes de protección frente a cortes y pinchazos.
- ✗ No comas ni bebas en la zona de trabajo.

2 Cómo reducir pinchazos y cortes

- → **No metas las manos** en papeleras o recipientes. Para vaciarlos, vuélcalos sobre la bolsa, el carro o el contenedor, siempre que sean de ese tipo.
- → Si encuentras un **objeto punzante** (por ejemplo, una jeringuilla), sigue el procedimiento establecido por tu empresa.
- → Si recoges **cristales rotos** o similares, envuélvelos en cartón o papel y échalos al contenedor.
- → Ante cualquier accidente o incidente (corte, pinchazo...), lava la zona afectada con agua de inmediato y **comunícalo enseguida**.

> **! ATENCIÓN**
>
> Una jeringuilla nunca se recoge con las manos ni se aprieta con el pie. Usa la pinza o el útil previsto en tu protocolo y deposítala en un contenedor rígido. *(Precisión añadida a este manual.)*

UNIDAD II

Trabajos en la vía pública

1 Riesgos

- ✗ **Atropellos** durante el tránsito por vías de circulación, al invadir la calzada o al cruzarla de forma indebida.
- ✗ **Golpes o choques** con vehículos aparcados o mal estacionados.
- ✗ **Caídas** por tropiezos al desplazarte a pie por la vía pública.

2 Medidas preventivas

- Presta atención al tráfico y a las señales de tus compañeros. Si la limpieza ocupa la calzada, extrema la precaución y **señaliza tu presencia**.
- Cruza por los pasos de peatones siempre que puedas, caminando por la zona más alejada de la dirección de los vehículos. Antes de cruzar, detente en la acera sin invadir la calzada.
- En los semáforos, no te lances a la calzada en cuanto se ponga verde para peatones: mira a ambos lados y espera unos segundos.
- Cruza por el camino más corto, en línea recta y nunca en diagonal. Comprueba el carril y no pases hasta que todos los vehículos estén parados. No corras ni te pares en medio de la calzada.
- Nunca cruces en curvas ni en cambios de rasante: hay poca visibilidad y son los lugares más peligrosos.
- No cruces un paso a nivel si ves el tren, aunque esté lejos, ni cuando las barreras estén bajadas.
- En plazas y rotondas no cruces por el medio: rodéalas y usa los pasos de peatones.
- Extrema la precaución con los vehículos largos (autobuses, camiones...) al girar, porque las ruedas traseras se cierran respecto a las delanteras.
- Si tienes que cruzar cerca de un autobús o de un vehículo grande, hazlo **siempre por detrás**, nunca por delante. Así ves y te ven los demás conductores.
- Los días de lluvia es frecuente que los cristales de los coches se empañen y limiten la visión.
- Evita el carril bici. Si es necesario pasar por él, deja paso a las bicicletas: el ciclista tiene preferencia.

- No uses auriculares ni el teléfono mientras trabajas en la vía pública.

UNIDAD III

Trabajos a la intemperie

1 Riesgos

Hay que tener en cuenta el tiempo de exposición y los hábitos, y también las características personales: edad, forma física, medicación o falta de aclimatación, entre otras.

La **aclimatación al calor** es el mecanismo por el que el organismo se adapta a las temperaturas altas mediante exposiciones repetidas, y así tolera mejor el calor. Es un proceso gradual que dura entre **1 y 2 semanas**. Tras una ausencia larga, de en torno a un mes, se pierde y hay que empezar de nuevo.

- **Estrés térmico, calambres y agotamiento**: se producen cuando el cuerpo acumula demasiado calor por la actividad física o por el ambiente (temperatura, humedad, radiación solar y velocidad del aire). El exceso de calor puede agravar dolencias previas: cardiovasculares, respiratorias, renales o cutáneas, entre otras.
- **Hipotermia** al trabajar a bajas temperaturas.
- **Quemaduras o congelación** de las zonas expuestas al frío intenso (nariz, mejillas, orejas y manos).

El riesgo de lesiones por frío aumenta con viento fuerte, ropa inadecuada o mojada, y en caso de deshidratación, diabetes o problemas de circulación.

2 Medidas preventivas

Con calor

- Evita la exposición solar directa sobre la cabeza y el cuerpo.
- Bebe agua o bebidas isotónicas con frecuencia, aunque no tengas sed, para reponer el agua y las sales que pierdes al sudar.
- Evita las comidas copiosas y grasas.
- Procura no hacer las tareas de mayor esfuerzo en las horas de máxima radiación solar.

Con frío

- Usa la ropa establecida para trabajos a la intemperie: es la mejor forma de prevenir lesiones por frío.
- Mantén la piel seca: la piel mojada se congela antes que la seca.
- Toma agua y bebidas templadas con regularidad para evitar la deshidratación.
- Come alimentos de alto poder energético, variados y en pequeñas cantidades, con frecuencia.
- En días de frío extremo, lleva gorro que cubra las orejas, bufanda, guantes y calcetines de lana.
- No tomes alcohol, café ni bebidas con cafeína: el alcohol está prohibido durante el trabajo y la cafeína acelera el metabolismo y acentúa la pérdida de calor.

> **! DATO ACTUALIZADO**
>
> Desde el Real Decreto-ley 4/2023, que modificó el Real Decreto 486/1997, las empresas deben adoptar medidas frente a fenómenos meteorológicos adversos, como el calor extremo, en los trabajos al aire libre. Si la AEMET emite un **aviso naranja o rojo** y las medidas preventivas no bastan para proteger a la persona trabajadora, es obligatorio adaptar las condiciones de trabajo, por ejemplo reduciendo o modificando el horario.

UNIDAD IV

Equipos de trabajo: recomendaciones generales

- Los equipos de trabajo solo los puede usar **personal formado y autorizado**.
- Usa la máquina y los complementos adecuados para cada tarea. Respeta el manual de instrucciones y las indicaciones de tus superiores.
- Para limpiar un equipo o ante una avería, **desconecta la máquina** y señaliza la situación. No repares ni modifiques nada si no tienes la capacitación y la autorización para ello.
- Selecciona los útiles y herramientas adecuados a la limpieza y no los uses nunca para tareas para las que no fueron diseñados.

- Mantenlos en buen estado y guárdalos en su sitio después de usarlos. Revísalos periódicamente y retira los que estén en mal estado, avisando a la persona encargada.
- Evita la ropa muy holgada y pulseras, cadenas o anillos que puedan engancharse en las partes móviles. Si tienes el pelo largo, recógelo.
- Anular las protecciones de las máquinas o no usar los EPI exigidos puede causar accidentes graves.

UNIDAD V

Camión de recogida de residuos

1 Seguridad en el camión

Riesgos: choques o colisiones con otros vehículos y obstáculos; atrapamientos y golpes por vuelco; caídas al subir o bajar de la cabina o desde las estriberas traseras; atropellos por el camión en maniobras de marcha atrás.

Todas las personas asignadas a un camión de recogida tienen una misión y unas tareas que deben hacerse bien para evitar accidentes. Para ello, revisa a diario:

- La parada de emergencia.
- El estado de los estribos y el buen estado de los asideros.
- El avisador de marcha atrás y el timbre de la cabina.
- El funcionamiento del elevador.
- La iluminación del área de trabajo y el rotor luminoso.
- La limpieza de peldaños y guardabarros.
- Otros dispositivos de seguridad.

Si detectas una avería, comunícala al servicio de mantenimiento mediante el parte previsto.

Al subir y bajar

- Sube y baja de la cabina sin saltar y agarrado a los asideros.
- Antes de abandonar la cabina, asegura el frenado del vehículo.

Durante la conducción

- No arranques sin que te avisen: espera la señal de los peones.
- Conduce despacio y reduce la marcha en curvas, topes, badenes y baches. Respeta los límites de velocidad.
- No estaciones donde entorpezcas la circulación o puedas provocar accidentes.
- No sobrecargues el vehículo ni lleves objetos voluminosos que sobresalgan de sus medidas.
- Ten especial cuidado al salir del vehículo con tráfico, y mantén la calma ante los agobios del tráfico.

- Presta atención a los movimientos del camión por la pendiente y no abandones los mandos mientras estés pendiente de ello.

Marcha atrás

1. **Evítala.** Siempre que sea posible, maniobra y da la vuelta al camión.
2. **Si no hay otra opción,** activa las luces de peligro y baja la ventanilla.
3. **Comprueba** que los peones no están en los estribos ni en la trayectoria.
4. **Usa un solo observador** y comunícate con él con señales gestuales.

2 Recogida de residuos

Riesgos: golpes por la caída de contenedores de los brazos de sujeción; cortes con las bolsas; caídas por tropiezos, suelos resbaladizos o al subir y bajar de cabina y estribos; atrapamientos al colocar o elevar contenedores y durante el prensado; atropellos en zonas de circulación y en maniobras; sobreesfuerzos al manipular contenedores o retirar restos.

- Coloca el contenedor agarrándolo por las asas, no por el bulón. Pide ayuda para ello.
- Durante la elevación, colócate en el lateral del camión, nunca detrás, y no pases por debajo del contenedor elevado.
- Ten cuidado con los objetos grandes aplastados en la tolva: al romperse chocan entre sí y pueden salir despedidos.
- Presta atención al cruzar vías de doble sentido cuando el contenedor está en el sentido contrario.
- Mantente fuera de la trayectoria del camión y no recojas basura mientras retrocede. No te quedes en los estribos ni detrás del vehículo.
- Si hay pendiente, recoge la basura cuesta abajo siempre que sea posible.
- Antes de cualquier desplazamiento o maniobra, avisa al conductor de que no hay personas ni objetos en la trayectoria.
- Espera a que el camión se detenga por completo para subir o bajar. No saltes.
- En el estribo, agárrate con las dos manos y no te inclines fuera de la caja, para evitar golpes con farolas, postes u otros vehículos.
- En los desplazamientos, usa los estribos solo si son cortos y a un máximo de **30 km/h**. Si no, ve en la cabina con el conductor.
- Usa guantes, calzado de seguridad y ropa de alta visibilidad.
- No asistas con las manos el mecanismo del brazo elevador, aunque el contenedor esté mal enganchado.
- No aprietes con manos ni pies la basura de la tolva ni sujetes los extremos que sobresalgan mientras se prensan.

Barredora, excavadora y tractor

1 Barredora

Riesgos: caídas, golpes y atrapamientos por vuelco o al subir y bajar; choques, atropellos o colisiones con otros vehículos y obstáculos de la vía pública.

Evita lo que puede desestabilizar la máquina:

- ✕ Levantar el cajón de residuos con la máquina en una pendiente.
- ✕ Trabajar con el cajón de residuos levantado.
- ✕ Dar virajes bruscos.
- ✕ Circular a alta velocidad en pendientes o con el cajón lleno.
- ✕ Llevar baja la presión de los neumáticos.

- ✓ Respeta las normas de las zonas de almacenaje y repostaje de combustible. Evita chispas y llama abierta.
- ✓ Antes de dejar la máquina, apaga el interruptor, retira la llave y echa el freno de estacionamiento.
- ✓ Si trabajas bajo el capó o con los portillos abiertos, comprueba que no puedan cerrarse por accidente.
- ✓ Al descargar los residuos, asegúrate de que no hay nadie alrededor.
- ✓ En el barrido mixto, avanza vigilando siempre la posición de la persona que te acompaña.

- ✕ No uses la barredora como vehículo de transporte.

2 Máquina excavadora (limpieza de solares)

Riesgos: atropellos por visibilidad reducida o por personas en el acceso al solar; atrapamiento por vuelco; golpes con partes móviles si alguien permanece en su radio de acción; caídas al subir o bajar; vibraciones, ruido y polvo.

- ✓ Antes de empezar, revisa que tiene pórtico de seguridad, extintor y avisador acústico de marcha atrás, y que los resguardos de las partes móviles están bien colocados.
- ✓ Para subir y bajar, usa los peldaños y asideros con las dos manos y con la máquina parada. **Nunca bajes de un salto.**
- ✓ Respeta los límites de velocidad. Haz las maniobras de marcha atrás solo si ves bien; si no, pide ayuda.
- ✓ Mantén la cuchara lo más baja posible al transportar tierra, para ir con la máxima estabilidad.
- ✓ Si varias máquinas trabajan en el mismo solar, deja una separación mínima entre ellas.
- ✓ Límpiate el barro y la grava de las suelas antes de subir a la cabina: un resbalón en los pedales puede provocar un accidente.
- ✓ No dejes que nadie permanezca en el radio de acción de la máquina mientras trabajas.

- En pendiente, estabiliza la máquina y trabaja con la excavadora orientada hacia ella.
- Presta atención al contrapeso al girar: puede golpear a quien esté alrededor.
- Al terminar, estaciona en terreno horizontal con el equipo bajado.
- Usa calzado de seguridad, protección respiratoria si hay polvo y protección auditiva si hay ruido elevado.

- Está prohibido izar o transportar personas en la cuchara.
- No pases la cuchara por encima de la cabina del camión.
- No circules con la cuchara elevada ni dejes la pala con la cuchara izada y sin apoyar en el suelo.
- No pongas toallas ni otros elementos en los cristales de la cabina para protegerte del sol.

3 Tractor (limpieza de playas)

Riesgos: atrapamiento en transmisiones y órganos en movimiento; colisión con otros vehículos; vuelco; caída al subir y bajar; ruido, vibraciones y atropellos.

- Mira si los neumáticos tienen cortes en la banda de rodadura o en los laterales: un neumático en mal estado puede reventar y hacerte perder el control.
- Revisa niveles de aceite y refrigerante y limpia el vehículo **con el motor parado**. Después, vuelve a colocar las protecciones que hayas quitado.
- En pendiente, trabaja siempre con una marcha metida y el motor embragado.
- Mantén los peldaños de acceso a la cabina limpios y secos de barro.
- Si trabajas cerca de zanjas o canales, mantén una distancia de seguridad: el terreno puede ceder y provocar el vuelco.
- Con pala cargadora frontal, extrema las precauciones: circula con la pala lo más baja posible y evita arranques, virajes y frenazos bruscos.
- Por carretera, circula por el arcén y conecta el girofaro y la luz del remolque.

- No arranques el tractor puenteando el motor de arranque: anulas los dispositivos de seguridad que impiden arrancar con una marcha puesta y puede moverse de forma incontrolada.
- No saltes al suelo desde el tractor: la ropa puede engancharse o puedes caer sobre una superficie irregular.
- Está prohibido transportar personas en el tractor.

> **! SI EL TRACTOR SE ATASCA**
>
> Asegura una base sólida con tablones **detrás** de las ruedas motrices y retrocede despacio. No pongas nunca los tablones delante ni intentes salir hacia delante. Si hace falta, pide ayuda a otro vehículo.

! CORREGIDO

El original también prohibía transportar personas «en la trilladora», una máquina agrícola que no se usa en limpieza viaria. Se ha quitado esa mención.

UNIDAD VII

Desbrozadora y sopladora

1 Desbrozadora (limpieza de solares)

Riesgos: proyección de fragmentos o partículas al cortar ramas, plantas o arbustos; sobreesfuerzos y posturas forzadas por el peso y las dimensiones de la máquina; arañazos y pinchazos con las plantas; ruido.

- ✓ Evita el calentamiento excesivo y mantén colocados los resguardos y protecciones.
- ✓ Guarda una distancia de seguridad de al menos **10 m** con el resto de operarios, o la que indique el fabricante.
- ✓ Reposta siempre con el motor parado.
- ✓ Trabaja siempre con arnés, ajustado y regulado según el fabricante.
- ✓ Siempre que puedas, humedece antes la zona para evitar que se levante polvo. Si no es posible, usa protección respiratoria y gafas.
- ✓ Para manejar y trasladar la máquina, aplica las pautas de levantamiento de cargas (módulo I, unidad III).
- ✓ Usa los EPI recomendados por el fabricante.
- ✗ No accedas a la zona de corte con la máquina en movimiento ni te distraigas.

2 Sopladora

Riesgos: proyección de fragmentos o partículas arrastrados por el aire; sobreesfuerzos al manipular el equipo; ruido y vibraciones.

- ✓ Antes de revisar o limpiar el equipo, asegúrate de que el motor está totalmente parado. Desconecta el cable de la bujía antes de inspeccionar o hacer mantenimiento.
- ✓ Úsala solo en exteriores.
- ✓ Carga combustible en un lugar ventilado, con el motor parado y frío. No llenes el depósito en exceso y limpia enseguida cualquier derrame.
- ✓ Ante cualquier vibración o sacudida anómala, detén el equipo e inspecciónalo: busca accesorios o piezas rotas, ausentes o mal instalados.
- ✓ Fíjate en la fuerza y la dirección del chorro de aire. Cuidado con los suelos resbaladizos, sobre todo si llueve.
- ✓ Trabaja con arnés, ajustado y regulado según el fabricante.

- Usa ropa ajustada que proteja piernas y brazos, guantes de seguridad, pantalla facial y protección auditiva y respiratoria.

UNIDAD VIII

Baldeo manual y mecánico

Riesgos: sobreesfuerzos por posturas inadecuadas; caídas por resbalones en suelo mojado y tropiezos con la manguera; atropellos y golpes con vehículos; golpes y cortes con objetos como las boquillas de las mangueras a presión.

- Abre la boca de riego con la **llave adecuada (llave T)**, presionando la salida del agua con el pie.
- Procura que la manguera esté a ras de suelo y sin tensar.
- En el baldeo manual, sujeta la manguera con las dos manos y vigila el punto de riego.
- Baldea, si puedes, en el sentido de la circulación, para ver los obstáculos y los pasos difíciles.
- Mantén comunicación continua con el vehículo que te acompaña para evitar atropellos o golpes.
- Extrema la señalización cuando ocupes la calzada y no te expongas al tráfico sin necesidad. Cuidado al cruzar vías de doble sentido.
- Usa guantes de protección mecánica, ropa de alta visibilidad y calzado de seguridad.

> **! RECUERDA**
>
> Colócate **detrás del vehículo** durante el baldeo. Con tráfico, hacerlo en el lateral es más peligroso.

UNIDAD IX

Recogida de muebles y enseres

Riesgos: caídas por tropiezos con restos junto a los contenedores; golpes y atrapamientos al sujetar objetos voluminosos en la carga manual; cortes con elementos en mal estado; sobreesfuerzos; atropellos o golpes con vehículos.

- Acerca el vehículo todo lo que puedas al lugar de recogida.
- Si los objetos son voluminosos o pesados, usa la plataforma elevadora del camión. Si no la tienes, pide ayuda.
- Revisa la superficie de los materiales y comprueba que no tienen bordes cortantes ni astillas.
- Aplica las pautas de levantamiento de cargas (módulo I, unidad III).
- Usa guantes de protección mecánica, calzado de seguridad y ropa de alta visibilidad.

UNIDAD X

Limpieza de pintadas

Riesgos: proyección de partículas con máquinas de agua o arena a presión; exposición a decapantes y disolventes; caídas con escaleras portátiles; cortes con raspadores o rasquetas; posturas forzadas con

los brazos por encima de los hombros; atropellos o golpes con vehículos.

- ✓ Antes de empezar, valora si hay que delimitar y balizar una zona de seguridad.
- ✓ Lee las etiquetas de los productos y sigue sus instrucciones de seguridad.
- ✓ Si un producto te toca, lávate de inmediato con agua abundante e informa a tu superior para seguir los protocolos.
- ✓ Transporta los útiles cortantes o punzantes de forma segura y guárdalos en su sitio al terminar.
- ✓ Si tienes que trabajar con los brazos por encima de los hombros, usa escaleras portátiles o útiles que lo eviten, como alargadores y mangos telescópicos.
- ✓ Cuando hayas quitado por completo la mancha o la pintura, lava la zona limpiada y las zonas de alrededor para evitar daños.
- ✓ Usa los EPI según el producto empleado.
- ✗ No lleves útiles cortantes o punzantes en los bolsillos.

Escaleras portátiles

1. **Revísala** antes de usarla: calzos de goma, sistema antiapertura de las de tijera, etc.
2. **Apóyala** en una superficie plana y estable. Las simples forman un ángulo de **75°** con la horizontal.
3. **Sube y baja de frente**, agarrado a los peldaños y no a los largueros. Sin cargas en las manos.
4. **No te asomes** por los laterales: mantén el cuerpo dentro del frontal de la escalera.
5. **Desplázala** cuantas veces haga falta, siempre bajado de ella.

MÓDULO III

Señalización

UNIDAD I

Las señales de seguridad

Hay riesgos que, por su naturaleza, no se pueden eliminar del todo. Aunque se adopten otras medidas, esos riesgos deben estar **señalizados**. Las señales se distinguen por su forma y su color.

AZUL

Obligación

Indican qué EPI o comportamiento es obligatorio.

AMARILLO

Advertencia

Avisan de un peligro.

ROJO

Prohibición y lucha contra incendios

Prohíben una conducta o señalan los medios contra incendios.

VERDE

Salvamento

Marcan salidas, primeros auxilios y medios de socorro.

1 Señales de obligación (azules)

- Protección obligatoria del oído.
- Protección obligatoria de los pies.
- Protección obligatoria de las manos.
- Protección obligatoria de la vista.

2 Señales de advertencia (amarillas)

- Peligro en general.
- Riesgo eléctrico.
- Materias inflamables.
- Franjas amarillas y negras: riesgo de caída de personas, choques o golpes.

3 Señales de prohibición (rojas)

- Prohibido fumar y encender fuego.
- Prohibida la circulación de peatones.

4 Señales contra incendios (rojas)

- Situación del extintor portátil.
- Situación de la boca de incendio equipada (BIE).
- Situación del pulsador de alarma.
- Escalera de mano.
- Teléfono para la lucha contra incendios.
- Flechas que indican la dirección que debe seguirse hacia el equipo.

5 Señales de salvamento (verdes)

- Teléfono de salvamento.
- Vía o salida de socorro.
- Primeros auxilios y camilla.
- Ducha de seguridad y lavaojos.
- Flechas que indican la dirección que debe seguirse.

! ADAPTADO A LA LIMPIEZA VIARIA

El manual original mostraba estas señales como las de «grandes superficies comerciales, oficinas y demás centros de trabajo». En la calle, además, tu seguridad depende de **señalizar tu presencia** cuando ocupas la calzada: usa ropa de alta visibilidad y los elementos de balizamiento y señalización de obras que indique tu empresa (conos, vallas, rotativo del vehículo). La señalización de obras en carretera se rige por la Norma 8.3-IC.

MÓDULO IV

Seguridad vial

UNIDAD I

En vías de circulación

- Respeta siempre las señales de circulación, aunque conozcas la carretera.
- Extrema la precaución ante cruces, cambios de rasante, curvas con poca visibilidad y pasos a nivel.
- **Niebla:** circula despacio con las luces antiniebla (traseras y delanteras) y sin usar las largas, que te deslumbran.
- **Viento fuerte:** modera la velocidad, sujeta el volante con las dos manos con firmeza y evita movimientos bruscos.
- **Hielo:** usa embrague y freno con suavidad, mantén la dirección firme y, si hace falta, usa cadenas.
- **Lluvia:** reduce la velocidad y frena lo menos posible. Si llueve tanto que el limpiaparabrisas no garantiza visibilidad, detente en un lugar seguro y espera a que amaine.

UNIDAD II

Ciclomotores, motocicletas y bicicletas

- Usa casco reglamentario: puede salvarte la vida.
- Lleva ropa reflectante o alumbrado auxiliar para que te vean en todo momento.
- Ten presente que cualquier colisión puede convertirse en un accidente grave.
- No aproveches la movilidad de tu vehículo para crear situaciones de riesgo en atascos y semáforos.

UNIDAD III

Mantenimiento del vehículo

Cuida el estado de tu vehículo siempre, no solo antes de un viaje largo. Pasa la **ITV** en los plazos obligatorios y también, si hace falta, de forma voluntaria, por ejemplo tras un accidente que haya podido afectar al motor, a la transmisión o al bastidor. Revisa siempre:

SEGURIDAD ACTIVA

- Neumáticos: deformaciones, desgaste y presión.
- Dirección.
- Suspensión y amortiguadores.
- Frenos: discos, pastillas, tambores, zapatas, latiguillos, bombines y líquido.
- Alumbrado: funcionamiento, reglaje y limpieza.
- Limpiaparabrisas.

SEGURIDAD PASIVA

- Cinturones de seguridad y airbag.
- Chasis y carrocería.

MECÁNICA

- Motor.
- Transmisión.
- Batería.

UNIDAD IV

Normas de seguridad para peatones

1 En el núcleo urbano

- Las normas de circulación también afectan a los peatones: respeta señales y semáforos.
- Cruza las calles perpendicularmente a la acera y, siempre que puedas, por los pasos de peatones.
- Presta atención a las entradas y salidas de garajes.

2 En carretera

- Camina siempre por el lado **izquierdo**: así ves venir de frente a los vehículos.
- Si vais varias personas, caminad en hilera.
- Si caminas de noche, lleva prendas reflectantes.
- No lleves animales sueltos: pueden ser atropellados y causar accidentes.

MÓDULO V

Ejercicios de estiramiento y relajación

UNIDAD I

Para qué sirve estirar y cómo hacerlo

Las posturas forzadas y los movimientos repetitivos pueden causar molestias e incluso lesiones del sistema musculoesquelético. Los estiramientos sirven para:

- Preparar la musculatura para el esfuerzo.
- Disminuir el estrés y la tensión muscular.
- Prevenir lesiones.
- Aliviar el dolor y aumentar la elasticidad de las articulaciones.

Para evitar lesiones, estira **antes y después** del esfuerzo y convierte el estiramiento en un hábito diario.

1 Pautas para cada ejercicio

1. **Posición inicial.** Colócate bien antes de empezar.
2. **Estira suave y progresivo**, hasta notar tensión.
3. **Mantén la tensión 10 segundos.**
4. **Vuelve poco a poco** a la posición inicial.
5. **Descansa de 10 a 15 segundos.**
6. **Repite** cada estiramiento 2 o 3 veces, si puedes.

- ✕ Nunca estires hasta sentir dolor: es más eficaz un estiramiento suave y mantenido que uno corto y brusco.
- ✕ No hagas rebotes.

> **! RECUERDA**
>
> Si tienes una lesión anterior, consulta a un fisioterapeuta o al servicio médico si los ejercicios son adecuados para ti.

Ejercicios de estiramiento

1 Cervicales

Hazlos despacio: la tensión muscular puede provocar mareos.

- **Cuello hacia arriba.** Extiende la cabeza hacia arriba metiendo un poco el mentón. Debes notar tensión en la parte posterior del cuello.
- **Presión en el pecho.** Pon las dos manos, una sobre otra, en el pecho donde termina el cuello, sin presionar la clavícula, y ejerce una ligera presión hacia dentro y hacia abajo. Cuando notes tensión, gira la cabeza hacia el lado contrario a las manos e inclínala hacia atrás, como si quisieras alejar la oreja de las manos. Repite en ambos lados.
- **Inclinación lateral.** Coloca la mano abierta en el lateral de la cabeza, sobre la oreja. Mantén el otro brazo recto, con la palma hacia dentro y los dedos estirados, y tira hacia abajo como si quisieras tocar el suelo con la punta de los dedos. Inclina suavemente la cabeza acercando la oreja al hombro y mantén unos segundos. Repite en ambos lados.
- **Inclinación diagonal.** Coloca la mano abierta detrás de la cabeza, con los dedos hacia abajo. Mantén el otro brazo recto, con los dedos estirados, y tira hacia abajo. Inclina suavemente la cabeza acercando la nariz a la axila. Repite en ambos lados.

2 Hombros

Haz movimientos amplios con los dos hombros a la vez, hacia delante y sobre todo hacia atrás. Así la tensión de los hombros no recae sobre el cuello.

3 Columna

Entrelaza las manos y empuja hacia arriba con los brazos. Mantén la posición unos 15 segundos.

4 Psoas

Adelanta una pierna flexionada y retrasa la otra con la cadera extendida y la rodilla en el suelo. Con los brazos estirados, mantén la espalda recta y girada en sentido contrario a la pierna apoyada en el suelo. Repite con la otra pierna.

5 Gemelos

1. **De pie**, coloca una pierna detrás de la otra, con la mirada al frente y la espalda recta.
2. **Dobla la rodilla de delante** hasta que notes el estiramiento en la pierna de atrás, que es la que estiras y debe llevar la rodilla extendida.
3. **Mantén la postura** respirando profundamente, sin rebotes y con el talón apoyado en el suelo.

! DATO AJUSTADO

El manual original indicaba mantener este estiramiento **2 minutos**, lo que contradice la pauta general de 10 segundos. Para una pausa de trabajo basta con mantenerlo el tiempo general de las pautas, siempre sin dolor.

6 Isquiotibiales

De pie, cruza una pierna por delante de la otra y flexiona el tronco hasta notar tensión en la parte posterior del muslo. Repite con la otra pierna.

7 Muñecas y antebrazos

La **extensión** acerca el dorso de la mano a la cara posterior del antebrazo. La **flexión** acerca la palma a la cara anterior.

- Estira el brazo y ayúdate con la otra mano.
- Para la extensión, empuja los dedos hacia arriba. Para la flexión, empuja el dorso de la mano hacia abajo.
- Repite con ambas manos.

MÓDULO VI

Normas de actuación en caso de emergencia

UNIDAD I

Medidas para la prevención de incendios

- ✓ No sobrecargues los enchufes. Si necesitas regletas o alargaderas para conectar varios aparatos a un mismo punto, consulta antes a personal cualificado.
- ✓ Los espacios ocultos son peligrosos: no acumules materiales en rincones, bajo estanterías ni detrás de puertas.
- ✓ Revisa tu lugar de trabajo al final de la jornada y, si puedes, desconecta los aparatos eléctricos que no necesiten estar conectados.
- ✓ Identifica los medios de lucha contra incendios y las vías de evacuación de tu zona y familiarízate con ellos.
- ✗ No acerques focos de calor a materiales combustibles.
- ✗ No obstaculices los recorridos y salidas de evacuación, ni la señalización ni el acceso a extintores, bocas de incendio o cuadros eléctricos.

UNIDAD II

Actuación en caso de incendio

- → Si descubres un incendio, **mantén la calma y da la alarma** de inmediato.
- → Si no hay nadie más en el recinto, sal del local incendiado y cierra la puerta sin llave.
- → Si el fuego es pequeño, una vez comunicada la emergencia, intenta apagarlo con extintores, **solo si tienes la capacitación** para ello.

1 Cómo usar un extintor

1. **Elige el extintor** adecuado al tipo de fuego.
2. **Quita el pasador** de seguridad.
3. **Dirige la boquilla** a la base de las llamas.
4. **Aprieta la maneta** de forma intermitente.

2 Si no puedes apagarlo

- → No abras una puerta caliente: es muy probable que el fuego esté cerca. Si tienes que hacerlo, ábrela muy despacio.
- → Si se te prende la ropa, **no corras**: tiéndete en el suelo y rueda.

- Para cruzar una zona con mucho humo, desplázate a ras del suelo, donde el aire es más respirable y la temperatura más baja. Si puedes, cúbrete nariz y boca con un pañuelo húmedo.
- Si no puedes salir de la sala, cierra todas las puertas, tapa con trapos, mejor húmedos, las rendijas por donde entre el humo y haz notar tu presencia. Si hay ventanas, coloca en ellas un objeto llamativo.

UNIDAD III

Actuación en caso de evacuación

1. **Prepárate** para salir en cuanto oigas la señal de evacuación.
2. **Desconecta** los aparatos eléctricos a tu cargo.
3. **No uses los ascensores.**
4. **Colabora** en todo lo que te pida el equipo de evacuación.
5. **No vuelvas a entrar**, aunque te hayas dejado un objeto personal.
6. **Ve al punto de reunión** y espera las instrucciones de los equipos de emergencia.

MÓDULO VII

Ante un accidente, ¿qué debemos hacer?

UNIDAD I

Principios generales: proteger, avisar y socorrer

> **! EN CASO DE URGENCIA, LLAMA AL 112**
>
> Es el teléfono único de emergencias en España y en toda la Unión Europea.

1 La conducta PAS

1. **Proteger.** Asegura la zona para que no haya más accidentes ni más víctimas, y protégete también tú.
2. **Avisar.** Llama al 112 y da la información necesaria.
3. **Socorrer.** Atiende a la persona accidentada hasta que lleguen los servicios de emergencia.

2 Reconocimiento de signos vitales

Comprueba tres cosas: **consciencia, respiración y pulso**.

> **! RECUERDA**
>
> A la persona accidentada hay que **tratarla con urgencia, no trasladarla con urgencia**.

3 Posición lateral de seguridad

Se usa con una persona inconsciente que respira, para que no se ahogue con su propia lengua o con vómitos. El manual original solo la mostraba con un dibujo de cuatro pasos; estos son los pasos habituales:

1. **Arrodíllate** a su lado y coloca el brazo más cercano doblado en ángulo recto con la palma hacia arriba.
2. **Cruza el otro brazo** sobre el pecho y apoya el dorso de esa mano contra su mejilla.
3. **Dobla la rodilla** de la pierna más lejana.
4. **Gírala hacia ti**, tirando de la rodilla, hasta dejarla de lado, y ladea la cabeza ligeramente hacia atrás para abrir la vía aérea.

(Descripción de los pasos añadida a este manual a partir del dibujo original.)

Primeros auxilios según el tipo de lesión

1 Golpes y contusiones

- Inmoviliza la zona afectada: la mejor manera de inmovilizar es «no mover».
- Calma el dolor aplicando frío local a intervalos regulares. Además, retrasarás la aparición de la inflamación inicial.
- Solicita el traslado a un centro médico.

2 Quemaduras

- Mete la zona quemada en agua fría durante unos 15 minutos.
- Si la zona está descubierta, cúbrela con una gasa estéril húmeda y solicita asistencia médica.

3 Heridas

- Lávala con agua y jabón.
- Tápala con gasa estéril.

4 Cuerpo extraño en los ojos

- Si es por salpicaduras, lava el ojo con abundante agua fría.
- Si son partículas, no intentes sacarlas: cubre el ojo sin presionar.
- Solicita asistencia médica.
- Nunca te frotes el ojo afectado.

5 Lipotimia (desmayo)

- Traslada a la persona a una zona más fresca.
- Túmbala con la cabeza ladeada, para evitar aspiraciones, y con las piernas elevadas, para aumentar el flujo de sangre al cerebro. Aflójale la ropa y abanícala.
- Si se recupera, siéntala unos minutos antes de incorporarla del todo.
- Si no se recupera, avisa al 112.

6 Intoxicaciones (tóxicos)

- Recaba información del producto (ficha de datos de seguridad, etiqueta) y llama al **Servicio de Información Toxicológica**: 91 562 04 20.
- **Por inhalación:** aleja a la víctima y trasládala a una zona ventilada. Aflójale la ropa.
- Si se produjo en un espacio confinado (pozos, alcantarillas, tanques, silos...), el rescate solo lo puede hacer personal especializado. Si no lo hay, llama al 112.

DATO ACTUALIZADO

El manual original decía que, si la víctima está consciente, se le provoque el vómito salvo en corrosivos e hidrocarburos. **Hoy no se aconseja provocar el vómito nunca**. Si alguien ha ingerido un producto, no le des de comer ni de beber y sigue las indicaciones del Servicio de Información Toxicológica o del 112.

MÓDULO VIII

Normativa básica sobre residuos

UNIDAD I

Normativa básica sobre residuos

La limpieza viaria y la recogida de residuos urbanos son servicios municipales. Estas son las normas de referencia que recoge el manual, con su estado actual.

Norma	Qué regula	Estado actual
Ley 7/1985, de 2 de abril, Reguladora de las Bases del Régimen Local	Derechos y deberes de las entidades locales. Los municipios ejercen sus competencias en limpieza viaria y en recogida y tratamiento de residuos, en los términos que fijen el Estado y las comunidades autónomas.	Vigente, con modificaciones posteriores.
Ley 11/1997, de Envases y Residuos de Envases, y RD 782/1998 y RD 252/2006	Prevenir y reducir el impacto ambiental de los envases. Los productores son responsables y deben pagar los costes de la recogida selectiva.	Sustituidas por la **Ley 7/2022** y el **Real Decreto 1055/2022** de envases y residuos de envases.
Ley 10/1998, de Residuos	Garantiza las competencias de las entidades locales en recogida, transporte y eliminación de residuos sólidos urbanos.	Sustituida por la **Ley 7/2022**, de residuos y suelos contaminados para una economía circular.
RD 1481/2001	Eliminación de residuos mediante depósito en vertedero.	Sustituido por el **Real Decreto 646/2020**.
RD 1383/2002	Gestión de vehículos al final de su vida útil.	Sustituido por el **Real Decreto 265/2021**.
RD 653/2003	Incineración de residuos: limitar los impactos ambientales de la incineración y la coincineración.	Consulta la versión consolidada en el BOE.
RD 208/2005	Aparatos eléctricos y electrónicos: el último poseedor puede devolverlos sin coste al distribuidor o entregarlos en los puntos de recogida locales.	Sustituido por el **Real Decreto 110/2015** sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos.

! DATO ACTUALIZADO

El manual (de 2022) presentaba estas normas como «vigentes» y decía que se estaba elaborando una nueva ley de envases. Esa ley ya existe: la **Ley 7/2022**, que es hoy la norma básica de residuos en España. Si en el examen aparecen las leyes antiguas, es porque forman parte del temario original.

Datos clave para el examen de limpieza viaria

Un repaso rápido de los datos del manual que más se preguntan:

30 km/h
Velocidad máxima para viajar en los estribos del camión, si son cortos

75°
Ángulo de una escalera simple con la horizontal

1-2 semanas
Duración de la aclimatación al calor

10 m
Distancia de seguridad mínima con la desbrozadora

16
Apartados de la ficha de datos de seguridad

9
Pictogramas de peligro

15 min
Agua fría sobre una quemadura

112
Teléfono único de emergencias

¿Has terminado el manual?

Haz ahora el examen y, si lo apruebas, podrás obtener tu certificado.

academia-formacion.com/examen-limpieza-viaria/