

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES



Lavandería

Lectura
fácil



Via Libre



Prevención de riesgos laborales. Lavandería

© Fundación ONCE, 2018

Dirección: Jesús Hernández Galán

Coordinación Técnica: Paloma Cid

TEXTOS ORIGINALES

Eliana Arana Yalico. ILUNION Lavanderías

Ricardo González Guerra. Grupo ILUNION

ADAPTACIÓN

Servicio Adapta – Plena Inclusión Madrid

VALIDACIÓN

Servicio Adapta – Adisli

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Yesser Publicidad, S.A.

PDF ACCESIBLE

Olga Carreras

© Logo Europeo de fácil lectura: Inclusion Europe

Más información en www.easy-to-read.eu

Primera edición: febrero 2019

ISBN: 978-84-88934-59-8. Prevención de Riesgos Laborales. Lectura Fácil

ÍNDICE

¿Qué es esta guía?.....	5
1. ¿Qué máquinas voy a utilizar en mi puesto de trabajo?.....	6
2. ¿Cuáles son las funciones y tareas de mi puesto de trabajo?	8
• Trabajo en la sección de lavado: funciones, tareas y riesgos.....	8
• Trabajo en la sección de procesado: funciones, tareas y riesgos ...	14
3. Recomendaciones para todas las tareas de tu puesto de trabajo ...	22
• Recomendaciones para levantar y mover ropa	22
• Recomendaciones para cargar y descargar los carros de tipo jaula	24
• Recomendaciones para mover carros	27
• Recomendaciones de seguridad para el uso de máquinas de trabajo.....	28
• Recomendaciones de uso de productos químicos	31
• Recomendaciones de higiene.....	33



¿QUÉ ES ESTA GUÍA?

Bienvenido a Ilunion.

Esta guía te explica algunos asuntos importantes relacionados con la prevención de riesgos laborales para los trabajadores de lavandería.

Los trabajadores de lavandería se dedican a poner lavadoras y a planchar ropa.

Todos los trabajos tienen unos riesgos.

Por eso, todos los trabajadores deben saber:

- Qué riesgos tiene su trabajo.
- Cómo pueden evitar esos riesgos.
- Cómo pueden protegerse cuando es imposible eliminar los riesgos.

Es importante que leas esta guía con atención y sigas sus recomendaciones.

Algunas ilustraciones tienen el símbolo 

Quiere decir que debes **seguir** ese movimiento o esa acción.

Otras ilustraciones tienen el símbolo **X**

Quiere decir que debes **evitar** ese movimiento o esa acción.

Todas las recomendaciones son muy importantes para tu salud y para tu seguridad en el trabajo.



1 ¿QUÉ MÁQUINAS VOY A UTILIZAR EN EL TRABAJO DE LAVANDERÍA?

En la lavandería vas a hacer varias tareas que necesitan máquinas:

Para lavar:

- > Lavadoras: son máquinas para lavar la ropa con agua y jabón.
- > Lavacentrífugas: son máquinas que permiten lavar más cantidad de ropa que una lavadora normal.
- > Túneles de lavado: son grandes máquinas con forma de túnel para lavar grandes cantidades de ropa.

Para secar:

- > Secadoras: son máquinas para secar la ropa, como sábanas o toallas.
- > Túneles de secado: son grandes máquinas para secar la ropa, como batas, camisones o pantalones.

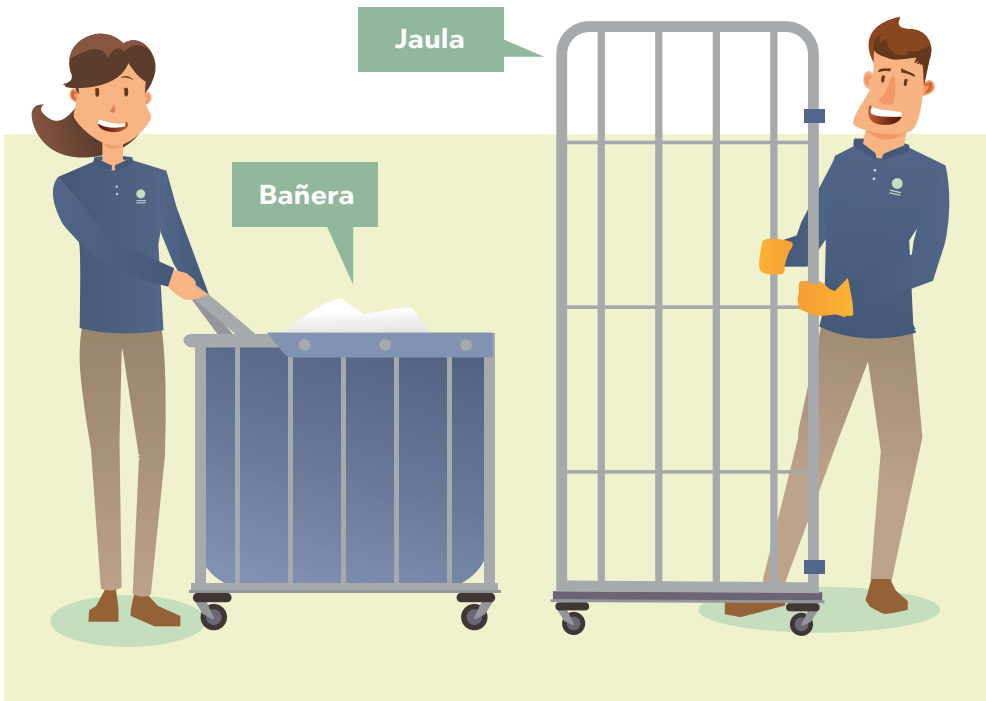
Para recoger, separar y empaquetar:

- > Cintas transportadoras para clasificar la ropa y para empaquetar la ropa: son máquinas sobre las que pones la ropa para que otros compañeros la recojan en otro lugar del centro de trabajo.



- > Planchas manuales: son máquinas que te permiten estirar y alisar la ropa.
- > Máquinas de doblado: son máquinas que doblan la ropa de forma automática para recogerla y empaquetarla.
- > Máquinas de empaquetado y flejado: son máquinas que te empaquetan la ropa y la flejan, es decir, la sujetan con unas tiras o las envuelven en plástico.

También utilizarás dos tipos de carros:





2 ¿CUÁLES SON LAS FUNCIONES Y LAS TAREAS EN MI PUESTO DE TRABAJO?

TRABAJO EN LA SECCIÓN DE LAVADO

En esta sección hay 3 funciones:

- > Clasificación y separación de la ropa.
- > Lavado de la ropa.
- > Uso de productos químicos para lavadoras pequeñas, como jabones y detergentes.

¿CUÁLES SON LAS TAREAS DE CADA FUNCIÓN?

■ Las tareas que debes hacer en la función de clasificación de la ropa son:

- > Recoge los carros que llegan con la ropa sucia, por ejemplo, toallas y sábanas.
- > Mira el código del cliente en el carro de la ropa. El código tiene números y letras.
- > Pesa la ropa en los carros.



- > Separa la ropa en grupos iguales, por ejemplo, los manteles, las sábanas.
Cada tipo de ropa necesita un programa diferente en la lavadora.





■ **Las tareas que debes hacer en la función de lavado de la ropa son:**

- > Pon la ropa en las máquinas de lavado según cada caso.
Hay 3 tipos de máquinas de lavado: lavadoras, lavacentrífugas y túneles de lavado.
- > Elige el programa de lavado según el cliente y el tipo de ropa.





- > Escribe los datos necesarios en las “Hojas de producción de lavadoras y túnel”.
- > Haz la “ficha de producción diaria” con las tareas que has hecho en el día.
Guarda la ficha junto con las hojas de producción de lavadoras y de túnel.

■ **Las tareas puntuales que debes hacer en la función de uso de productos químicos para lavadoras pequeñas son:**

- > Cambia las garrafas de productos químicos que estén vacías.
- > Mide la cantidad de productos químicos que utilizas.





LOS RIESGOS DE LAS TAREAS DE LA SECCIÓN DE LAVADO SON:

- > Golpes y choques contra los carros o máquinas.
- > Caídas por resbalar con suelos mojados o por tropiezos con escalones o ropa en el suelo.
- > Esfuerzos por mover pesos o hacer movimientos bruscos, como un giro con el cuerpo.
- > Cortes o pinchazos en el cuerpo porque la ropa tenga envuelto algún objeto cortante.
- > Exceso de ruido de las máquinas.
- > Quedarse atrapada una mano en la cinta de clasificación de ropa.
- > Daños por electricidad, por ejemplo, calambrazos de alguna máquina.
- > Daños por utilizar productos químicos, como jabones o lejías.





TRABAJO EN LA SECCIÓN DE PROCESADO

En esta sección hay 8 funciones:

- > Meter la ropa limpia en secadoras.
- > Sacar la ropa de lavacentrífugas y secadoras.
- > Separar y clasificar la ropa sacada.
- > Planchar, doblar y hacer el empaquetado manual de la ropa.
- > Planchar y poner para doblar la ropa de forma automática.
- > Recoger la ropa después del planchado y doblado automático.
- > Etiquetar el paquete de ropa a mano o con la máquina de etiquetado.
- > Empaquetar y flejar de forma automática, para sujetar la ropa con unas tiras o envolver en plástico.
- > Cargar en carros y repartir la ropa al cliente.

.....

¿CUÁLES SON LAS TAREAS DE CADA FUNCIÓN?

■ Las tareas que debes hacer en la función de meter la ropa en secadoras son:

- > Sacar la ropa de los carros.
- > Meter la ropa en la secadora.

■ Las tareas que debes hacer en la función de sacar la ropa de lavacentrífugas y secadoras son:

- > Recoge la ropa de las lavacentrífugas y secadoras.
- > Pon la ropa en los carros.
- > Mueve los carros.

■ Las tareas que debes hacer en la función de separar y clasificar la ropa son:

- > Reparte cada tipo de ropa en el carro de tipo bañera que le corresponde.

■ Las tareas que debes hacer en la función de planchado, plegado y empaquetado manual de la ropa son:

- > Planchado y repaso de la ropa
 - Sacar la ropa de los carros.

Estas tareas siguen en la página siguiente ➡



- Aparta la ropa que ves que están mal, por ejemplo, con alguna mancha o rota.
 - Plancha la ropa.
- > Plegado
- Dobla y pon cada prenda de ropa una encima de otra en grupos de tamaño parecido.
- > Empaquetado
- Coloca cada grupo de ropa en el empaquetador manual.
 - Empaqueta las prendas en grupos de tamaño parecido.
 - Coloca la ropa empaquetada en carros para enviarlos a los clientes.





■ **Las tareas que debes hacer en la función de planchado y doblado automático de la ropa son:**

- > Planchado automático en el túnel de secado de forma
 - Esta tarea es para batas, camisones y pantalones.
 - Saca la ropa de las bañeras.
 - Aparta las prendas que ves que están mal, por ejemplo, con alguna mancha o rota.
 - Coloca las prendas en las perchas y los soportes, según cada caso.



Estas recomendaciones siguen en la página siguiente ➔



- > Colocar la ropa en la máquina de planchado y doblado
 - Esta tarea es para sábanas, toallas, fundas de almohadas y manteles.
 - Saca la ropa de las bañeras.
 - Aparta las prendas que ves que están mal, por ejemplo, con alguna mancha o rota.
 - Coloca la ropa en la máquina de planchado y de doblado, según cada caso.

■ Las tareas que debes hacer en la función de recogida de ropa después del planchado y doblado automático son:

- > Recogida de la ropa después de la salida del túnel de secado de forma.
 - Descuelga las perchas de la cinta del túnel de forma, si esta tarea no es automática.

- > Doblado automático.
 - Recoge la ropa.
 - Mira si la ropa está bien planchada.
 - Pon cada prenda de ropa una encima de otra en grupos de tamaño parecido.
 - Coloca la ropa en la cinta transportadora de empaquetado.

■ Las tareas que debes hacer en la función de empaquetado automático son:

- > Recoge las prendas dobladas.



- > Separa la ropa mal planchada o mal doblada.
- > Coloca la ropa doblada en la cinta transportadora de empaquetado.
- > Cuenta el número de prendas por cada grupo, si esta tarea no es automática.
- > Coloca la ropa empaquetada en carros para enviarlos a los clientes.
- > Pon una etiqueta a cada paquete de ropa a mano o con la máquina de etiquetado.





■ **Las tareas que debes hacer en la función de carga en carros y reparto de la ropa al cliente son:**

- > Coloca la ropa empaquetada en carros para enviarlos a los clientes.
- > Cuenta el número de prendas y de paquetes que hay para enviar a cada cliente.

LOS RIESGOS DE LAS TAREAS DE LA SECCIÓN DE PROCESADO SON

- > Golpes y choques contra los carros o máquinas.
- > Caídas por resbalar con suelos mojados o por tropiezos con escalones, huecos o ropa en el suelo.
- > Esfuerzos por mover grandes pesos o hacer movimientos bruscos, como un giro con el cuerpo.
- > Exceso de ruido.
- > Quedar atrapados unos dedos o una mano por máquinas.
- > Daños por electricidad, por ejemplo, calambrazos de alguna máquina.
- > Quemaduras.



.....

3 RECOMENDACIONES PARA TODAS LAS TAREAS DE TU PUESTO DE TRABAJO

RECOMENDACIONES PARA LEVANTAR Y MOVER ROPA

- ✓ Recoge la ropa de una máquina de la siguiente forma:
 - Pon tu cuerpo de frente a la ropa.
 - La espalda debe estar siempre recta.
Nunca recojas ropa con el cuerpo girado.
 - Levanta la ropa con los brazos doblados para que la ropa esté cerca de tu cuerpo.

- ✓ Recoge la ropa del suelo o una zona baja de la siguiente forma:
 - Pon tu cuerpo de frente a la ropa.
 - La espalda debe estar siempre recta.
Nunca recojas ropa con el cuerpo girado.
 - Separa un poco las piernas.
 - Dobla las rodillas.
 - Levanta la ropa con los brazos doblados para que la ropa esté cerca de tu cuerpo.

- ✓ Deja la ropa de la siguiente forma:
 - Mantén los brazos doblados con la ropa cerca de tu cuerpo.
 - La espalda debe estar siempre recta.
Nunca descargues ropa con el cuerpo girado.
 - Baja los brazos con la ropa y déjala sobre la cinta, la mesa de ropa o en el carro.



- X** Evita movimientos rápidos o bruscos con los brazos cuando organices la ropa. Por ejemplo,
 - Evita sacudir la ropa con fuerza.
 - Evita levantar los hombros por encima de los brazos para para volcar la ropa, para estirla o separarla.

- X** Evita coger pilas de ropa muy pesadas o muy grandes.





RECOMENDACIONES PARA CARGAR Y DESCARGAR LOS CARROS DE TIPO JAULA

- ✓ Acumula la ropa en los carros adecuados.
Nunca dejes ropa sobre el suelo o sobre las máquinas.
- ✓ Acércate todo lo que puedas a los carros para separar y organizar la ropa.
Evita doblar la espalda o estirar los brazos.
- ✓ Mantén siempre abierta la puerta de arriba hasta que termines de cargar o descargar el carro.
- ✓ Reparte el peso de las prendas entre los dos brazos.
- ✓ Haz los giros siempre con los pies.
Nunca gires con la cintura, puedes hacerte daño.
- ✗ Nunca lances la ropa a los carros desde lejos.
Coloca el carro al lado del lugar donde organizas la ropa para llenarlo sin tanto esfuerzo.
- ✗ Evita movimientos con los brazos por encima de los hombros, por ejemplo:
 - Lanzar la ropa por encima de la puerta del carro.
 - Llenar los carros por encima de la altura de tus hombros.



X Evita levantar las pilas de ropa por encima de los hombros. Debes sostener las prendas con la parte de los brazos desde el codo hasta la mano, nunca con las manos solamente.



Estas recomendaciones siguen en la página siguiente →



Te recomendamos que hagas algunos ejercicios antes de empezar a trabajar y después de terminar de trabajar:

- > Estira la espalda hacia arriba.
- > Estira los hombros y los músculos entre el hombro y el cuello.
- > Dobra las muñecas para estirar la parte del brazo hasta el codo.
- > Estira los músculos de la parte baja de la espalda.
- > Dobra las rodillas.
- > Gira las piernas y la cintura.



.....

RECOMENDACIONES PARA MOVER CARROS

- ✓ Es mejor empujar los carros que tirar de ellos.
Cuando empujas los carros:
 - Pon los brazos por debajo de la altura de los hombros.
 - Ten el cuerpo recto hacia el carro, nunca de lado o con la espalda girada.



Estas recomendaciones siguen en la página siguiente ➔



- ✓ Cuando muevas el carro, comprueba que ves bien a tu alrededor y de frente.
- ✓ Los carros tienen ruedas giratorias.
Aprovecha su movimiento para hacer los giros en los pasillos y salas.
- ✗ Evita poner demasiada ropa en los carros.

RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD PARA EL USO DE MÁQUINAS DE TRABAJO

- ✓ Respetar siempre las señales de advertencia:
 - De las propias máquinas, por ejemplo, las señales de riesgo por electricidad, por quedarte atrapado o por quemaduras.
 - De las personas de mantenimiento que limpian, revisan o reparan las máquinas.
- ✓ Para evitar accidentes, como que te quedes atrapado por una parte del mecanismo de una máquina, debes:
 - Recoger tu pelo, si lo tienes largo.
 - Quitarte pulseras, relojes y brazaletes.
 - No llevar ropa muy suelta o muy ancha.

.....



Estas recomendaciones siguen en la página siguiente →



- ✓ Sigue las instrucciones de uso de los fabricantes de las máquinas, si tienes permiso para ponerlas en marcha o apagarlas.
- ✓ Cuando saques la ropa de la lavadora, ten cuidado para evitar golpes, choques, quemaduras o el cierre de la puerta por accidente.
- ✓ Avisa a tu encargado cuando la máquina se para o una prenda se queda dentro.
- ✓ Mantén siempre limpia y ordenada la zona alrededor de la máquina.
- ✗ Cuando la máquina está en marcha:
 - Nunca intentes abrir o levantar las tapas o las protecciones de la máquina.
 - Nunca te apoyes en la máquina o subas a partes de la máquina que se mueven.

RECOMENDACIONES DE USO DE PRODUCTOS QUÍMICOS

En tu trabajo utilizarás a veces productos químicos en algunas tareas, como jabones y lejías.

Debes manejar estos productos químicos con cuidado.



- ✓ Utiliza de forma correcta los equipos de protección necesarios para estos trabajos, como la mascarilla, los guantes, el delantal y las gafas de protección.
- ✓ Debes lavarte las manos cuando termines cada tarea, aunque tengas los guantes siempre puestos.
- ✓ Sigue las normas de uso y almacenamiento de los productos como indican las fichas de seguridad de los fabricantes.
- ✗ Nunca utilices recipientes sin etiqueta de su contenido, por ejemplo, un tarro o una garrafa sin una etiqueta del líquido que tiene.
Puede ser peligroso.





RECOMENDACIONES DE HIGIENE

- ✓ Cuando toques la ropa sucia, debes tener puesta la ropa de trabajo, los guantes y la mascarilla para evitar contagios.



- ✓ Deja tu ropa de trabajo para lavar en el trabajo cuando tienes estas tareas:
 - Separar ropa sucia.
 - Cargar ropa sucia en lavadoras o túneles de lavado.

- ✓ Mantén cerradas las puertas de barrera sanitaria que hay en las salas de ropa sucia. Así evitarás posibles contagios de enfermedades.

- ✗ Nunca mezcles la ropa de trabajo con tu ropa de calle cuando tocas ropa sucia.



Con la colaboración de:

