



# Recoger piedras

## ¿Pueden los jóvenes realizar esta tarea de manera segura?

Los jóvenes deben ser capaces de hacer lo siguiente/tener las siguientes características para hacer esta tarea de manera segura:

- Evitar la ropa suelta o con cordones; si tienen el cabello largo, recogerlo.
- Agacharse de manera segura usando la técnica adecuada para agacharse.
- Levantar objetos usando la técnica de levantamiento adecuada.
- Resistencia física para realizar la tarea durante 50 minutos (12 años o más).
- Transportar carga la distancia necesaria sin esfuerzo.
- Buena **visión periférica**.
- Nivel de atención adecuado.
- Mostrar de manera segura cómo se hace la tarea cuatro o cinco veces.
- Mantener una vía de **comunicación bidireccional**.



## Responsabilidades de los adultos

- Cumplir con lo indicado en la [guía de trabajo al aire libre](#).
- Garantizar el transporte seguro al área de trabajo.
- Asegurarse de que el área de trabajo esté libre de peligros en la mayor medida posible.
- Enseñar a los jóvenes a evitar o abordar los peligros que puedan quedar.
- Asegurarse de que los objetos a levantar pesen menos del 25 % del peso corporal del joven.
- Proporcionar períodos frecuentes de elongación.
- Proporcionar la capacitación adecuada.
- Mostrar cómo recoger rocas de manera segura.
- Ubicar a los trabajadores de manera tal que no se encuentren en la trayectoria de rocas ni en el paso de vehículos en movimiento.

## Supervisión

|               |  |
|---------------|--|
| 7-9 años      | Supervisión constante<br>(limitar el trabajo a 15 minutos)               |
| 10-11 años    | Supervisión prácticamente constante<br>(limitar el trabajo a 20 minutos) |
| 12-15 años    | Supervisión intermitente   |
| 16 años o más | Supervisión intermitente y progresiva hasta volverse periódica           |

## Peligros

|      |                       |                                      |           |                               |
|------|-----------------------|--------------------------------------|-----------|-------------------------------|
|      |                       |                                      |           |                               |
| Peso | Movimiento repetitivo | Superficie resbaladiza o desnivelada | Atropello | Estrés térmico por frío/calor |

## Estrategias de protección

|   |         |                 |                       |                              |
|---|---------|-----------------|-----------------------|------------------------------|
|   |         |                 |                       |                              |
| Calzado antideslizante con punta de acero | Guantes | Lavado de manos | Usar protección solar | Herramientas de comunicación |

