



■ GUÍA DE
SALUD Y SEGURIDAD
EN EL TURF



■ SUMARIO

Autoridades

Introducción

■ Salud y trabajo

■ Prevención en el turf

■ Elementos de Protección Personal

■ Ropa de trabajo

■ Protección y ropa adecuadas
para cada oficio

■ AUTORIDADES

Consejo Directivo Nacional

Secretario General

Carlos Daniel Felice Fioravanti

Secretario Adjunto

Elio Emilio Demartini

Secretario Administrativo y Gremial

Juan Carlos Pérez

Secretario de Tesorería

Luis Alberto Leguiza

Pro-tesorero

Fernando Daniel Igoíllo

Secretario de Organización e Interior
Guillermo Osvaldo Taborda

Secretario de Acción Social
Agustín Patricio de Iriondo

Secretario de Vivienda
Rodolfo Víctor Guayama

Secretario de Turismo
Marcelo Patricio Muñoz

Secretario de Prensa, Acta y Cultura
Ricardo Daniel Solaro

■ INTRODUCCIÓN

Tu seguridad, nuestro compromiso



Esta guía de salud y seguridad, dirigida a trabajadores y trabajadoras del turf, a propietarios de caballos y a administradores de establecimientos hípicos, ofrece una serie de recomendaciones para disminuir la cantidad de lesiones y de efectos adversos en la salud de quienes se desempeñan en los distintos ambientes de esta apasionante actividad.

La práctica segura del trabajador está fundada en una actitud preventiva y es un deber de nuestro gremio. Desde la Unión de Trabajadores del Turf y Afines (UTTA) tenemos la responsabilidad de difundir y fomentar la seguridad de nuestros

trabajadores y trabajadoras, velando por la creación de espacios de trabajo libres de riesgos.

En los distintos ámbitos laborales existen determinadas contingencias que pueden originar accidentes y problemas en la salud. Además de la satisfacción inherente al trato cotidiano con caballos, el turf acarrea peligros concretos para la salud y la seguridad. Por ejemplo, son muchos los factores de riesgo para un jinete de 50 kilos que monta un animal de 500 kilos que corre a 65 km por hora, y ese entorno no atañe solo al jockey y la jocketa, sino también a otros oficios y profesiones del turf.

Las normas y las recomendaciones de prevención conforman los cimientos de un ambiente de trabajo seguro y saludable, y el cumplimiento de las mismas requieren la responsabilidad y el compromiso de parte de todos los participantes de esta industria. Esperamos transmitirles con esta guía nuestro espíritu preventivo para lograr reducir los riesgos en la actividad del turf.

Carlos Daniel Felice
Secretario General de la UTTA

SALUD Y TRABAJO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como la capacidad de las personas para desarrollarse armoniosamente en todos los espacios que conforman su vida. Desde esta perspectiva, la salud no se circunscribe solamente a la ausencia de enfermedad, sino que va más allá: supone un estado de bienestar físico, mental y social.

En las últimas décadas se han fortalecido las acciones de las organizaciones gubernamentales, empresariales y sindicales, orientadas a la promoción y la protección del bienestar de los trabajadores y las trabajadoras, a través de la prevención y el control de los accidentes laborales y de las enfermedades profesionales.

Los accidentes laborales no son, en general, producto de la fatalidad ni de "la mala suerte", sino que suelen ser evitables a partir de la identificación de sus múltiples causas y de la

incorporación de medidas preventivas. En la mayoría de los casos, los trabajadores y las trabajadoras son “víctimas” de los accidentes laborales, a pesar de que muchas veces se los tilda de “culpables”. Los riesgos en el trabajo son consecuencia de las malas condiciones en que este se desarrolla.

Acerca de las enfermedades laborales, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) las describe como toda enfermedad “contraída por la exposición a factores de riesgo que resulten de la actividad laboral”. Esa definición implica, por un lado, que existe una relación causal entre la exposición en un entorno de trabajo específico y una enfermedad específica y, por otro, el hecho de que, dentro de un grupo de personas expuestas, la enfermedad se produce con una frecuencia superior a la tasa media del resto de la población.

La salud de los trabajadores y las trabajadoras no puede remediarse a partir de mejoras económicas. Por ello, las perspectivas meramente reparadoras e indemnizatorias han perdido vigencia en las últimas décadas y, en su lugar, se ha fortalecido una cultura de la prevención.

En su convenio N° 187, la OIT conceptualiza la “cultura nacional de prevención en materia de seguridad y salud” como una cultura en la que se garantiza el derecho a un ambiente de trabajo seguro y saludable, y en la que los gobiernos, los empleadores y los trabajadores, participan activamente en iniciativas destinadas a asegurar esas condiciones, concediéndole una prioridad máxima a la prevención.



Sistema de riesgos de trabajo

Las Aseguradoras de Riesgos de Trabajo (ART) son empresas privadas contratadas por los empleadores para cubrir las contingencias derivadas de un accidente de trabajo y/o de una enfermedad profesional sufridos por los trabajadores y las trabajadoras. En caso de una contingencia, la ART abona una prestación de dinero equivalente a la remuneración del trabajador mientras dure su incapacidad laboral temporaria o una indemnización en caso de incapacidad permanente. Además, la ART se hace cargo de todos los gastos derivados de dicha contingencia (tratamiento médico, traslados, etc).

De acuerdo a la ley sobre riesgos del trabajo, el accidente de trabajo es un hecho súbito y violento sufrido por un trabajador (o varios) en el establecimiento del trabajo o en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo y viceversa, siempre que el damnificado no haya alterado dicho trayecto por causas ajenas al trabajo. A ese tipo de accidente se lo denomina in itinere.

En tanto, el Poder Ejecutivo actualiza periódicamente un listado de enfermedades profesionales, en el que identifica los agentes de riesgo, los cuadros clínicos, la exposición y las actividades en las que suelen producirse esas enfermedades. Los agentes de riesgo son factores

presentes en los lugares de trabajo y que pueden afectar al ser humano, como, por ejemplo, las condiciones de temperatura, de humedad, de iluminación y de ventilación, la presencia de ruidos y de sustancias químicas, la carga de trabajo, entre otros.

Si la enfermedad no se encuentra en el listado oficial pero se sospecha que fue producida por el trabajo, se debe realizar una denuncia ante la ART. Si la aseguradora rechaza la denuncia o deriva al trabajador a la obra social (por haber considerado que la enfermedad no fue causada por el trabajo), una Comisión Médica (CM) y la Comisión Médica Central (CMC) definirán si se reconoce la enfermedad profesional en ese caso.

Si sufre un accidente laboral o una enfermedad profesional, el trabajador debe informar la situación a su empleador, que tiene la obligación de comunicar el accidente o la enfermedad a la ART. El trabajador también puede realizar la denuncia ante la ART en el caso de que el empleador no cumpla su obligación. Si no recibe la atención pertinente en forma inmediata, cualquier sea el motivo, el trabajador debe efectuar una comunicación fehaciente a través de un Telegrama Laboral Gratuito. También pue-

de denunciar tales circunstancias a la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT).

La UTTA forma parte de la Unidad de Enlace Gremial de la SRT y, desde ese espacio, brinda a los trabajadores asesoramiento gratuito relacionado con accidentes de trabajo, enfermedades laborales u otras consultas vinculadas.

Para contactarse con nosotros y recibir asesoramiento en materia de riesgo de trabajo, llamar al >>>

0800-222-0665

Salud y trabajo



■ PREVENCIÓN EN EL TURF

Prevenir significa actuar sobre la fuente o el origen del riesgo. Por ello, es clave informarse y capacitarse respecto de los riesgos a los que se está expuesto individual o colectivamente en una situación de trabajo y comprometerse con las acciones de prevención. Los pilares de una cultura de la prevención son la información, el compromiso y la participación.

Los empleadores de la industria hípica (administradores de hipódromos, jockeys clubes, haras y clubes hípicos, y propietarios de caballos deportivos) deben hacer un esfuerzo para disminuir los diversos riesgos que enfrentan sus trabajadores y trabajadoras en el ámbito laboral. No obstante, **la responsabilidad de mejorar la seguridad y la salud en el sector recae en todos los participantes.**

Los protagonistas de la cadena productiva de la industria hípica (entrenadores, peones, domadores, palafreneros, trabajadores de gateras, trabajadores de pistas, entre otros) están expuestos a

una serie de riesgos inherentes a la actividad y a cada puesto de trabajo en particular.



Prevención en el turf

Trastornos musculoesqueléticos

En lugar de sentarse directamente en la montura, los jinetes usan las piernas para sujetarse y mantener la estabilidad y el equilibrio. Esto los obliga a inclinarse hacia adelante, creando una posición estática forzada sobre el caballo. Esa

postura puede causar trastornos musculoesqueléticos en las extremidades inferiores y en la columna vertebral. El yoga y otras disciplinas de elongación corporal pueden servir como antídoto natural para aliviar tensiones en ligamentos, en tendones y en articulaciones.

Trastornos alimentarios

La naturaleza competitiva del turf y la presión que recae sobre los jinetes para que mantengan un bajo peso corporal aumentan el riesgo de que adquieran trastornos alimentarios y conductas no saludables como vomitar, abusar de laxantes, hacer ejercicio excesivo, fumar para saciar el apetito y tomar pastillas para adelgazar, entre otras. Esas prácticas para perder peso pueden causar problemas serios de salud a corto y largo plazo. Por ello, es recomendable facilitar el acceso de los jinetes a información sobre salud y nutrición.

Trastornos por exposición a la radiación solar

La exposición al sol sin protección puede generar efectos negativos inmediatos (insolación y quemaduras de primer grado) y tardíos (envejecimiento prematuro de la piel, tumores cutáneos, alteraciones oculares y cáncer de piel).

Por ello, es conveniente no exponerse al sol entre las 11 y las 16 horas o, en caso de no poder evitarlo, utilizar (aunque el día esté nublado) protección solar (no menor a 30 FPS), gorra y manga larga, y beber agua.



Prevencción en el turf

Trastornos por exposición a plagas

En los establecimientos hípicas existen plagas típicas como ratas, mosquitos y tábanos, que

atentan contra la bioseguridad en el ámbito laboral. Las acciones efectivas para combatir esas plagas son la limpieza periódica de camas y de depósitos de agua, la recolección de residuos en bolsones cerrados y la fumigación.

Trastornos por ruidos y vibraciones

El ruido es un contaminante que puede producir hipoacusia (disminución en el sistema auditivo), lo que puede generar daños y efectos indeseables y permanentes. En ese sentido, las vibraciones producidas por maquinarias también pueden producir daños, lesiones y/o malestares físicos, sobre todo en la columna vertebral (como lumbalgias, espondilitis, osteocondrosis intervertebral, calcificación de discos).

Trastornos producidos por el mal diseño de los puestos de trabajo

Una mala postura al momento de trabajar (ya sea al estar sentado en un escritorio o ante una ventanilla de venta-pago) puede generar diversos trastornos físicos y problemas en la columna vertebral, en los dorsales, en las cervicales.

Quienes se desempeñan en puestos administrativos deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ▲ **Mantener** la espalda recta, procurando que los hombros permanezcan relajados, los codos, doblados a 90 grados; y las muñecas, rectas para que los antebrazos queden paralelos a la mesa. Ajustar la altura de la silla (o de la mesa) para conseguir esa posición.
- ▲ **Colocar** el monitor a la misma altura que su cabeza, a fin de que el cuello esté en una posición cómoda.
- ▲ **Usar** el teclado y el mouse suavemente para no forzar las muñecas ni los antebrazos.
- ▲ **No permanecer** más de una hora sentado sin moverse: levántese y camine un poco.

Prevencción en el turf



Primeros auxilios

Los primeros auxilios son aquellos cuidados apropiados e inmediatos que se aplican a víctimas de accidentes o de enfermedades repentinas antes de que sean atendidas por profesionales médicos en el lugar o en un centro de salud. En forma preventiva, *el ámbito laboral debe estar provisto de un botiquín con elementos básicos de primeros auxilios.*

¿Qué hacer si un compañero sufre un accidente de trabajo? Algunas recomendaciones:



- ▲ **Conservar** la serenidad para poder actuar con rapidez y eficacia.
- ▲ **Efectuar** una revisión general de la víctima y del entorno para analizar los pasos a seguir.
- ▲ **No alejarse de la víctima:** si usted se encuentra solo, solicite la ayuda profesional pertinente.
- ▲ **Evitar** el contacto con sangre.
- ▲ **Ante golpes** contundentes o caídas fuertes, no mover a la víctima, hacerle una serie de preguntas básicas (nombre, ubicación y relato de lo sucedido) y evaluar si es necesaria la asistencia médica.
- ▲ **Frente a cortes**, frenar la hemorragia ejerciendo presión con una toalla (o trapo limpio) sobre la herida.
- ▲ En casos de **extrema urgencia**, poner en práctica aquellas medidas de auxilio imprescindibles para mantener con vida a la víctima hasta que llegue personal entrenado.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL

El uso de elementos de protección personal (EPP) es una medida de protección y no de prevención, ya que evita o disminuye las consecuencias de un accidente, pero no lo previene. En el marco de una cultura de la prevención, *es fundamental que el empleador garantice el abastecimiento de los EPP pertinentes para cada oficio o tarea e instruya a sus trabajadores sobre el uso correcto de los mismos, tal como lo indica el artículo 30 de nuestro Convenio Colectivo de Trabajo (CCT) 645/12.*



Requisitos de los EPP y criterios de uso:

- ▲ **Eficacia y comodidad:** en la selección de los EPP debe tenerse en cuenta su eficacia y su comodidad. Por ello, es conveniente que el usuario participe en la selección de cada EPP.
- ▲ **Adecuación:** el EPP debe corresponderse con el riesgo a prevenir.
- ▲ **Certificación:** el EPP debe estar certificado por organismos competentes.
- ▲ **Concientización:** la introducción de cada EPP al ámbito laboral debe ser motivo de una actividad de concientización y persuasión participativa.
- ▲ **Mantenimiento:** en forma periódica, deben realizarse en los EPP tareas de limpieza, inspección y mantenimiento.

Clasificación de EPP básicos utilizados en el turf

Protección para la cabeza

El elemento de protección para la cabeza es el casco de seguridad. Jockeys, galopadores, palfreneros y el personal de gateras deben usar casco por los riesgos ante eventuales caídas y/o golpes de caballo. Para que el casco protector no se caiga durante las actividades de trabajo, la correa debe sujetarse al mentón. Es necesario inspeccionar periódicamente el casco y, si se detectan rajaduras, proceder a su reemplazo.



Protección visual

Los trabajadores que ejecutan labores que pongan en riesgo sus ojos deben utilizar antiparras protectoras. Las mismas tienen que ser ajustables a la zona de los ojos y de material resistente. Frente a un clima lluvioso, el jinete suele disponer de dos o tres antiparras, alternando su uso durante la carrera para una mejor visualización.



Elementos de Protección Personal

Protección auditiva

Si el nivel de ruido es excesivo para la audición normal, la persona trabajadora afectada puede utilizar dos tipos de protectores: 1) tapones, que se insertan en el conducto auditivo externo y permanecen en posición sin ningún dispositivo especial de sujeción, u 2) orejeras

o auriculares, que son elementos semiesféricos de plástico rellenos con absorbentes de ruido (material poroso) y que se sostienen mediante una banda de sujeción alrededor de la cabeza.



Protección de manos y brazos

Los guantes deben ser seleccionados de acuerdo a los riesgos inherentes a la tarea del trabajador y a la necesidad de movimiento de los dedos. Además, tienen que ser del tamaño apropiado y mantenerse en buenas condiciones.



Protección de pies

El calzado de seguridad debe proteger a los pies contra: la humedad, sustancias calientes, superficies ásperas, objetos filosos en el piso y la caída de objetos. Una pisada de un caballo, cuyo peso puede llegar a los 500 kilos, puede causar una seria lesión si no se utiliza un calzado adecuado.



■ ■ ■ ■ ■
Elementos de Protección Personal

Protección en el tórax

La utilización de una faja lumbar evita contracturas en la zona. Bajar o subir fardos de un camión es una labor que obliga al uso de una faja. También suele utilizarse cuando se arma la cama del caballo, ya que el peón debe realizar un constante movimiento ascendente y descendente. El chaleco es otro EPP que se utiliza para proteger esta parte del cuerpo ante caídas, rodadas y golpes fuertes.





- -
 -
 -
 -
- Elementos de Protección Personal

■ ROPA DE TRABAJO

La ropa de trabajo protege al cuerpo de la radiación solar y también ante eventuales accidentes. *Para elegir la indumentaria adecuada, se deben tener en cuenta los riesgos a los cuales la persona está expuesta en la ejecución de sus tareas.*

Recomendaciones generales:

- ▲ **No usar pantalones cortos ni remeras sin mangas:** lo ideal es cubrir brazos y piernas por completo.
- ▲ **Quitarse accesorios** como aros, anillos, cadenas, pulseras, antes de ponerse a trabajar.
- ▲ **No vestir ropa suelta ni muy holgada:** usar pantalones y camisas de su talla.
- ▲ **No usar** ropa con flecos ni bufandas o pañuelos sueltos.
- ▲ **El pelo largo debe recogerse** firmemente lejos de la cara.

- ▲ **Evitar sandalias y calzado deportivo ligero:** utilizar zapatos o botas con suela antideslizante y con protección en los talones y en las punteras.
- ▲ **Los cordones de los zapatos** deben estar cortos o enganchados dentro del calzado.
- ▲ Si la tarea a realizar requiere el **uso de guantes**, estos deben ser de su talla y encontrarse en perfectas condiciones.
- ▲ **Usar gorra y protección solar** si se está expuesto al sol.



Ropa de trabajo

■ PROTECCIÓN Y ROPA ADECUADAS PARA CADA OFICIO



En la actividad hípica, cada trabajador y trabajadora debe utilizar elementos específicos de acuerdo a sus actividades, tareas y, por ende, riesgos. No obstante, es sumamente recomendable que las personas que ingresan en pistas, en boxes y en demás instalaciones hípicas, utilicen casco, botas y chaleco de protección. A continuación, se detallan los EPP y las prendas de vestir recomendados para cada oficio.



Protección y ropa adecuadas para cada oficio

EPP Y ROPA	OFICIO	PEÓN, PEÓN DE CONTROL DE YEGUAS Y PADRILLERO
Faja elástica con tiradores		x
Guantes de trabajo		x
Casco		x
Almohadón de protección de rodillas		
Antiparras		
Muñequeras deportivas		
Chaleco de protección		
Guantes para alta temperatura		x
Guantes para soldar		
Camisa		x
Pantalón		x
Campera		x
Botas con protección		x
Gorra		x
Botas, capa y pantalón de lluvia (según el clima)		x
Delantal de cuero		
Botas para montar (breech)		

■ Elementos de Protección Personal [EPP]

	DOMADOR	AYUDANTE DE LARGADA (STARTER)	VAREADOR Y PALAFRENERO	HERRADOR
				X
	X			X
	X	X	X	X
				X
	X	X	X	X
				X
	X		X	
				X
	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X		
	X	X		
				X
			X	



Protección y ropa adecuadas para cada oficio

■ Ropa de trabajo

EPP Y ROPA OFICIO	TRABAJADOR DE PISTA	TRABAJADOR DE LIMPIEZA DE CORREDERA	T
Faja elástica con tiradores		x	
Guantes de trabajo	x		
Casco	x		
Antiparras	x	x	
Chaleco de protección			
Protector auditivo (para casco)	x	x	
Camisa	x	x	
Pantalón	x	x	
Campera	x	x	
Botas con protección	x	x	
Gorra			

■ Elementos de Protección Personal [EPP]

	TRABAJADOR DE GATERA	TRABAJADOR DE TRANQUERAS	BANDERILLERO
	X		
	X		
	X		
		X	
	X		
	X	X	X
	X	X	X
	X	X	X
	X	X	X
		X	X



Protección y ropa adecuadas para cada oficio

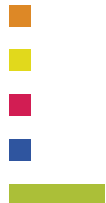
■ Ropa de trabajo

EPP Y ROPA	OFICIO	VETERINARIO Y AYUDANTE DE VETERINARIO	MÉDICO
Guantes de trabajo			
Casco		x	x
Antiparras		x	
Guantes de látex descartables		x	x
Camisa			
Ambo		x	x
Pantalón de vestir			
Corbata			
Botas con protección		x	x
Zapatos			
Zapatos con protección			
Gorra			
Campera			

■ Elementos de Protección Personal [EPP]



	JARDINERO Y TRABAJADOR DE MANTENIMIENTO	JUEZ, INSPECTOR DE CABALLERIZAS Y PISTAS Y PERSONAL DE SEGURIDAD
	X	
	X	
		X
	X	
		X
		X
		X
	X	
	X	
		X



Protección y ropa adecuadas para cada oficio

■ Ropa de trabajo



EPP Y ROPA / OFICIO	ENCARGADO DE OFICINA DE EQUIPOS	TRABAJADOR DE LIMPIEZA	
Guantes de trabajo	x	x	
Botas con protección			
Traje de baño			
Traje de neoprene			
Ambo		x	
Guardapolvo	x		

Elementos de Protección Personal [EPP]



DR A	CONDUCTOR DE AMBULANCIA DE EQUINOS	TRABAJADOR DE PILETA	PESADOR
	X		X
		X	
		X	
	X		



Protección y ropa adecuadas para cada oficio

■ Ropa de trabajo



■ PREVENCIÓN EN TAREAS DE JARDINERÍA

Quienes realizan labores de jardinería y de mantenimiento de espacios verdes (como campos de golf) deben utilizar una serie de EPP y de prendas de indumentaria, entre ellas: protector auditivo (preferentemente enteros, como el tapa orejas), protector ocular oscuro, protector solar, guantes aislantes, ropa ajustada al cuerpo sin presillas colgantes y calzado de protección.

Cuidados generales al usar herramientas manuales:

- ▲ **Verificar** que las herramientas carezcan de daños o defectos.
- ▲ **Reemplazar o reparar** mangos dañados.
- ▲ **Proteger los filos** y mantener afiladas las herramientas de cortar.
- ▲ **Almacenar apropiadamente** las herramientas.

- ▲ Si es posible, elegir **herramientas ergonómicas**, ya que son más fáciles de usar y pueden evitar trastornos musculoesqueléticos.

Cuidados generales al usar equipos:

- ▲ Emplear **ambas manos** en el uso de equipos.
- ▲ **Vigilar** que no haya personas alrededor al encender un equipo.
- ▲ No regular la altura de corte cuando el **equipo está encendido**.



Prevencción en tareas de jardinería

- ▲ **No dejar** nunca un equipo encendido solo.
- ▲ **Apagar y desconectar** los equipos antes de limpiarlos.
- ▲ Si alguna parte del equipo se traba, **apagarlo, desconectarlo** y luego intentar destrabarlo.
- ▲ **Almacenarlos** en lugares aislados del acceso al público.
- ▲ Mantener una **postura corporal equilibrada**; no estirarse demasiado.

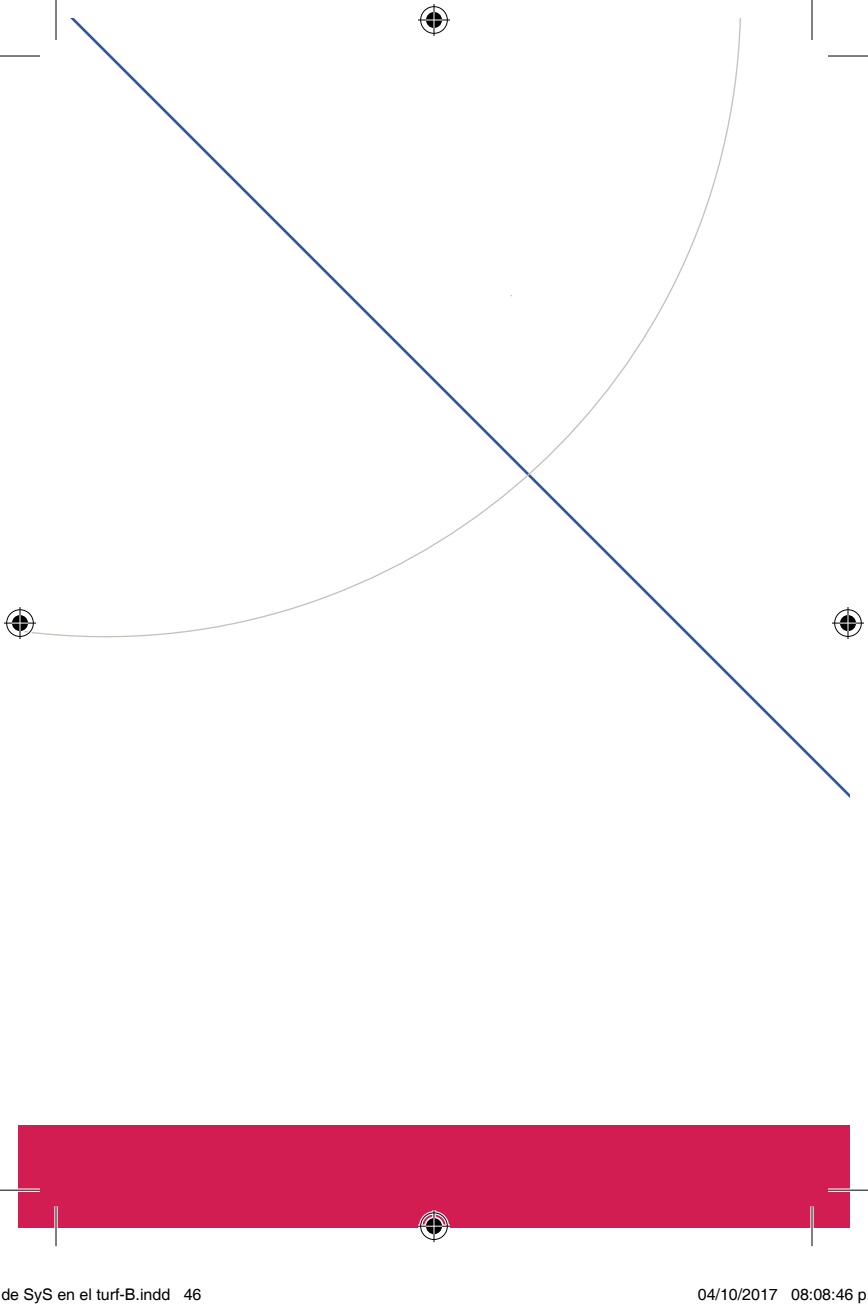
Cuidados generales al cargar combustible en equipos:

- ▲ **Apagar** el motor y dejarlo enfriar antes de la carga.
- ▲ **No fumar** durante la maniobra.
- ▲ Si se derrama combustible sobre el equipo, **limpiarlo** y dejarlo secar.
- ▲ **No correr** en caso de que se incendie su ropa: tirarse al suelo y rodar.
- ▲ Tener cerca un **extinguidor**.

Cuidados generales al utilizar podadoras con motor:

- ▲ **Usar protectores** para los ojos.
- ▲ **Inspeccionar la superficie** a podar y quitar todo objeto extraño.
- ▲ **Mantener el cable detrás** de usted, y dejarlo flojo para una mejor manipulación de la podadora.
- ▲ **Sostener** el equipo con ambas manos.
- ▲ Utilizarla siempre a **nivel del suelo**.





■ tu seguridad
nuestro compromiso.



