

Guía de consejos de seguridad para limpiadores

Una serie de consejos de salud y seguridad para prevenir lesiones laborales en el sector de la limpieza



Invierno 2025

Consejos para trapear de forma más segura

Más seguro

- Buena longitud para el mango
- Buena postura corporal



No tan seguro

- Mango del trapeador mostrado es demasiado corto
- Postura corporal incómoda



Para los empleados:

- Mantenga el mango del trapeador casi vertical (con los extremos hacia arriba y abajo) y cerca de su cuerpo; eso le ayudará a mantener su espalda recta. Trate de evitar las posturas incómodas.
- La cabeza del trapeador debe estar de 12 a 18 pulgadas enfrente de sus pies.
- Si el mango de su trapeador es ajustable, ajústelo hasta quedar justo debajo de la barbilla cuando esté de pie. Un trapeador con un mango de la longitud correcta puede ayudar a prevenir la tensión de doblar el torso demasiado hacia adelante o atrás.
- Use un movimiento en forma de 8 para trapear un área más grande.
- Empiece a trapear en la pared más alejada y avance hacia la salida, para no tener que caminar sobre superficies mojadas.
- Cuando estén disponibles, use los drenajes del piso para vaciar el cubo del trapeador, en vez de levantarlo hasta el fregadero.

Para los empleadores:

- Proporcione: capacitación y recordatorios frecuentes sobre las mejores prácticas de limpieza segura, capacitación sobre el manejo y almacenamiento seguro de productos químicos, el equipo de protección necesario para los peligros químicos y equipo con buen mantenimiento que pueda ajustarse al tamaño de sus empleados.
- Los empleados deben recibir períodos de descanso ([RCW 49.12](#)).