

5.2 Riesgos en el puesto de Trabajo

5.2.2 Ejemplos de Riesgos específicos en un puesto de trabajo determinado

1. JEFES DE OBRA

RIESGOS EXISTENTES Y MEDIDAS PREVENTIVAS

Caída de personas a distinto nivel.

Con carácter general, se deberá considerar peligrosas toda excavación que, en terrenos corrientes, alcance una profundidad de 0.80 metros y 1.30 metros en terrenos consistentes.

Caída de personas al mismo nivel - Estado del suelo en las proximidades de la zona de trabajo

El acceso a las zonas en las que se están llevando a cabo los trabajos se realizará por zonas que hayan sido habilitadas al efecto.

Pisadas sobre objetos - Terreno irregular

Utilizar calzado de seguridad con suela antideslizante y puntera reforzada.

Inhalación o ingestión de sustancias tóxicas - Polvo.

En los tajos en los que la presencia de polvo sea elevada, será necesario el empleo de los equipos de protección individual adecuados.

Accidentes por circulación - Desplazamientos a obras

Cumplir con las siguientes normas de seguridad para conducir:

- Respetar estrictamente la normativa indicada en el Código de Circulación.
- Anticiparse a las posibles maniobras de otros usuarios y circunstancias peligrosas del tráfico o de la vía.
- Respetar las distancias de seguridad.
- Prestar especial atención en el momento de bajar del vehículo o andar junto al mismo en caso de detenerse en el arcén de alguna vía de Circulación.
- Realizar todas las revisiones de mantenimiento indicadas por el fabricante.
- Cuando se transporte cualquier carga, deben colocarse de manera que se eviten desplazamientos peligrosos, utilizando medios de sujeción adecuados en caso necesario. Comprobar la estabilidad y sujeción de las cargas antes de iniciar la circulación.

- No conducir bajo los efectos del alcohol y/o medicamentos depresores del SNC o drogas. Si se toman medicamentos que puedan afectar a la conducción, deberá informarse de ello a la Empresa para que, a través del servicio de vigilancia de la salud, se tomen las medidas oportunas.
- Evitar las comidas copiosas o los alimentos grasos cuando después se debe conducir.
- No conducir de manera prolongada; descansar suficientemente, realizando pausas cortas y frecuentes.
- Detener inmediatamente el vehículo en adecuadas condiciones de seguridad para usted y para el resto de conductores en caso de notar síntomas de somnolencia.

Cumplir con las siguientes normas:

- Recordamos la obligatoriedad del uso del cinturón de seguridad en los automóviles y el casco al utilizar ciclomotores y motocicletas.
- Se respetarán las normas de circulación vigentes de carácter general y puntual que pudieran existir en cuanto a velocidades, prohibiciones, sentidos de circulación, etc. motivadas por obras, movimientos de cargas, zonas de alto tránsito de vehículos industriales u otras circunstancias.
- Los vehículos utilizados estarán en perfecto orden de mantenimiento, para lo que estarán sometidos a un protocolo de revisiones periódicas, en las que se incluirá la preceptiva I.T.V.
- En estas revisiones se prestará especial atención a los elementos pertenecientes a los sistemas de dirección, frenado, suspensión/amortiguación, iluminación rodadura (neumáticos). De igual modo se realizarán las revisiones y mantenimiento de motor y otros elementos, de acuerdo con los respectivos planes de trabajo de los libros de mantenimiento de cada fabricante, ...

2. SERVICIO DE LIMPIEZA

RIESGOS EXISTENTES Y MEDIDAS PREVENTIVAS

Caída de personas al mismo nivel - Suelos mojados

Los espacios de trabajo deben mantenerse limpios, secos y exentos de sustancias resbaladizas.

Los lugares de trabajo deben limpiarse periódicamente y siempre que sea necesario.

Durante las operaciones de limpieza se deberán señalizar y acotar las zonas en que se está limpiando en cada momento, para evitar las posibles caídas de las personas que están realizando el trabajo y de aquellos otros compañeros o clientes que pudieran circular por ellas.

Se aconseja que las suelas del calzado sean de material y con dibujo que evite el deslizamiento.

Contactos con sustancias agresivas - Productos de limpieza

Modelo Manual de Acogida de Prevención de Riesgos Laborales para la Empresa de Granada					
		Fecha	Mayo 2009	Páginas	2 de 6

Antes de manipular cualquier producto de limpieza, es necesario leer detenidamente su etiqueta, que informa de los peligros de la sustancia y sobre las normas seguras de manipulación.

Si es preciso trasvasar los productos de limpieza de su envase original a otro mas pequeño, en este nuevo envase debe colocarse una etiqueta indicando muy claramente de qué producto se trata y los datos mas relevantes de la etiqueta del envase original, especialmente en lo que hace referencia a los peligros (sustancia irritante, inflamable, etc.). Jamás, y bajo ningún concepto, deben utilizarse envases tales como botellas vacías de agua o de cualquier otra bebida debido al riesgo de ingestión accidental.

En algunos casos, los productos detergentes y de limpieza se reciben en bidones y con una concentración superior a la de utilización. En el momento de su uso es preciso diluir esta sustancia hasta adecuar la concentración a las necesidades específicas. Durante la manipulación de estos bidones es necesario utilizar guantes de protección adecuados y gafas o pantallas faciales para evitar el riesgo de salpicaduras a los ojos.

Durante la manipulación y uso de productos químicos se debe hacer uso de los equipos de protección individual que vengan recogidos en la ficha de seguridad de los productos. Es importante recordar que estos deben de disponer del correspondiente marcado CE (los guantes utilizados en la actualidad no disponen del mismo), que nos asegure que proteja contra el riesgo en cuestión.

Golpes o cortes con objetos o herramientas - Cortes con cuchillas, cristales o superficies con aristas cortantes.

En toda manipulación de objetos con bordes cortantes o punzantes y/o en la utilización de herramientas, deberán hacerse uso de guantes de seguridad. Los guantes se seleccionarán en función de las características de los objetos a manipular, y en función del grado de sensibilidad necesario en esa manipulación, sin comprometer en ningún caso la seguridad y protección necesaria. En todo caso, el material seleccionado deberá estar certificado de acuerdo con la normativa vigente.

Proyección de fragmentos o partículas - Limpieza de zonas elevadas con poca visibilidad, salpicaduras de productos químicos

Cuando se realicen operaciones con riesgo de proyecciones de partículas o líquidos, no eliminado por los resguardos existentes, se deben usar equipos de protección individual (gafas, pantallas faciales, guantes, ect.) que protejan las partes del cuerpo expuestas. Estas medidas adquieren mayor importancia cuando se realicen trabajos de limpieza por enzima del nivel de la cabeza del operario.

Inhalación o ingestión de sustancias nocivas o tóxicas - Productos de limpieza

Los recipientes de productos químicos se deben mantener bien cerrados cuando no se utilizan. De esta manera se evita la posibilidad de que se produzcan derrames o salpicaduras y que los productos se dispersen en el ambiente.

Cuando sea necesario efectuar trasvases, evitar el vertido libre desde recipientes. En su lugar emplear instalaciones fijas, o en su defecto equipos portátiles de bombeo, limitando las operaciones manuales al mínimo posible.

Algunas sustancias pueden reaccionar violentamente al mezclarse, dando lugar a fuegos, explosiones o liberación de productos tóxicos. Evitar las mezclas accidentales vigilando que al trasvasar una sustancia, el nuevo envase esté perfectamente limpio y libre de cualquier resto anterior.

Cuando se utilicen acoplamientos de mangueras o conductos para cargar o descargar líquidos en recipientes, se deben asegurar bien las conexiones antes de comenzar la operación. Manejar siempre las válvulas con cuidado, abriéndolas y cerrándolas despacio, nunca de golpe.

No fumar mientras se realizan tareas de limpieza, y limpiarse las manos al finalizarlas.

No mezclar dos productos distintos, como por ejemplo lejías con sulfamán o amoníaco, pues es posible que se desprendan gases peligrosos.

De la misma manera, antes de la limpieza de los inodoros con productos químicos, se recomienda el enjuague con agua de los mismos, para evitar posibles reacciones con desprendimiento de gases entre las sustancias residuales presente y el producto químico en concreto.

Clasificar y agrupar los productos según sus riesgos, evitando la proximidad entre sustancias incompatibles o muy reactivas. Así, en el almacenamiento de los productos de limpieza se debe procurar separar de los productos corrosivos e inflamables que pudieran existir en la empresa, y éstos entre sí.

Finalmente, indicar que los almacenamientos de productos químicos deben cumplir los requisitos establecidos en el Reglamento sobre almacenamiento de productos químicos.

Es obligatorio que todos los productos químicos peligrosos (tóxicos, nocivos, corrosivos, irritantes, inflamables, etc.) estén correctamente etiquetados y dispongan de su ficha de seguridad, de manera que quien los utiliza pueda conocer los riesgos y medidas de seguridad a tener en cuenta

Es preferible que los productos se mantengan en sus envases originales. Cuando sea necesario efectuar trasvases, se etiquetarán adecuadamente los nuevos envases, consignando los datos de la etiqueta original.

Se recomienda la prohibición de comer, beber o fumar en el puesto de trabajo. Asimismo se aconseja extremar las medidas de higiene y limpieza personal al abandonar el lugar de trabajo.

Movimientos Repetitivos - movimientos repetitivos a nivel de muñeca

Generalmente, las lesiones por traumatismos repetidos están asociadas a tareas con un elevado nivel de repetición de los movimientos de mano/brazo, combinado con posturas forzadas, esfuerzo manual y una falta de descanso de la musculatura de esta zona. Para prevenir las lesiones causadas por estas tareas repetitivas, se tendrán en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Alternar la tarea repetitiva con otras actividades donde se utilicen otros grupos musculares.
- La herramienta empleada debe ser la adecuada para cada tipo de trabajo y, además, debe permitir que mientras se trabaja la muñeca se mantenga en línea recta con el antebrazo.
- Mantener las herramientas en buen estado (bien engrasadas, bordes de corte afilados...), a fin de reducir el nivel de fuerza necesario para su uso.
- Las herramientas manuales que se deben sostener de forma continuada han de pesar menos de 2,5 kg.

Si se sujetan herramientas pesadas utilizar cables retractores para mantenerlas suspendidas.

Si se utilizan guantes durante el trabajo, éstos deben ser de la talla adecuada para la mano del trabajador para que no dificulten el agarre de la pieza o herramienta.

3. TRANSPORTISTA

RIESGOS EXISTENTES Y MEDIDAS PREVENTIVAS

Caída de personas a distinto nivel - Ascenso y descenso al vehículo (cabina y zona de carga)

Subir y bajar del vehículo de frente al mismo y utilizando los apoyos propios del vehículo destinado a este fin, y nunca saltando directamente a la calzada o a la acera. Mantener los peldaños de acceso a la cabina limpios de grasa, aceites u otras sustancias que puedan provocar resbalones.

Accidentes por circulación - Trayectos hasta las distintas obras.

Medidas de seguridad vial:

- Respetar estrictamente la normativa indicada en el Código de Circulación.
- Realizar todas las revisiones de mantenimiento indicadas por el fabricante.
- No ingerir bebidas alcohólicas durante el periodo de conducción, y no comer alimentos grasos.
- Prestar especial atención en el momento de bajar del vehículo o andar junto al mismo en caso de detenerse en el arcén de alguna vía de circulación.
- Si hay que descender de la cabina, asegurar el frenado del vehículo.

Exposición a vibraciones - Vibraciones provenientes del funcionamiento del motor del vehículo.

Antes de iniciar el trayecto es preciso ajustar adecuadamente la regulación del asiento de conducción.

Posturas forzadas - Posturas adoptadas durante la conducción.

Para reducir el riesgo derivado de la adopción de posturas forzadas durante la conducción, se recomienda seguir las siguientes recomendaciones:

- Regular la altura del asiento y del volante del vehículo de tal manera que se eviten posturas forzadas en la espalda, extremidades superiores y extremidades inferiores.
- Mantener la espalda recta y apoyada en el respaldo del vehículo mientras esté conduciendo.
- Aprovechar las paradas para caminar y desentumecer la musculatura.
- Realizar periódicamente ejercicio físico para prevenir las lesiones músculo-esqueléticas.

Atrapamiento por o entre objetos - Durante la manipulación de piezas pesadas o voluminosas con medios mecánicos (grúas, maquinaria),