# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | |
|---|---|
| **EMPRESA:** | **STAR SERVICIOS** |
| **CENTRO DE TRABAJO:** | **ALFRIO** |
| **PUESTO DE TRABAJO:** | **OPERARIO/A LIMPIEZA INDUSTRIAL ALIMENTACIÓN** |
| **DESCRIPCIÓN DEL PUESTO:** | Es el personal que realiza la limpieza de las instalaciones de la empresa.<br>Entre las tareas de limpieza se incluyen:<br>-Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.<br>- Tareas de limpieza en camaras de congelación<br>-Utilizacion de herramientas manuales, equipos de limpieza y productos quimicos (limpieza)<br>- Uso plataforma elevadora<br>- Uso compactadora<br>- Uso carros y transpaletas |
| **TAREAS CRITICAS** | - Tareas de limpieza en zonas elevadas<br>- Tareas de limpieza que impliquen el uso de plataformas elevadoras móviles de personal<br>- Tareas de limpieza en zonas donde existan restos de grasas, aceites u otras sustancias que nos puedan hacer resbalar<br>- Tareas de limpieza en la proximidad de carretillas elevadoras o vehículos<br>- Manipulación y uso de productos químicos de limpieza<br>- Tareas de limpieza en balsinas<br>- Manejo de carros de cocción con ayuda de equipos de elevacion |
| **EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL** | Como regla general el Personal de limpieza de superficies debe utilizar los siguientes EPI´s durante la realización de sus tareas: (revisar la ficha de seguridad de productos químicos).<br><br>CALZADO DE TRABAJO Con resistencia al deslizamiento y siendo deseable que contaran con resistencia a la penetración y absorción de aguar (WRU) Utilizar de forma permanente durante las labores de limpieza.<br><br>GUANTES DE PROTECCION CONTRA PRODUCTOS QUÍMICOS Utilizar cuando se manipulen, viertan o apliquen manualmente los diferentes productos químicos utilizados.<br><br>PROTECCIÓN OCULAR: GAFAS DE MONTURA INTEGRAL CONTRA GOTAS DE LÍQUIDOS Utilizar cuando se manipulen, viertan o apliquen manualmente los diferentes productos químicos utilizados<br><br>MASCARILLA. Sera necesaria la utilización de equipos de protección respiratoria en el caso de formación de nieblas,<br><br>aerosoles o en aplicación por pulverización de los productos químicos<br><br>ROPA DE TRABAJO: Ropa adecuada de trabajo que evite el contacto con el producto químico utilizado o los presentes en la nave (Ropa de proteccion contra productos quimicos)<br><br>PROTECTOR AUDITIVO<br><br>ARNES ANTICAIDAS: en caso de trabajos a mas de 2 metros de altura sin protecciones colectivas adecuadas o a 3.5 metros en escalera de mano |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | **Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.** | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Caídas de personas a distinto nivel mayor que 2 metros | Posibles caídas desde escalas fijas | Las escaleras de las instalaciones cuentan con protecciones colectivas.<br>Al subir y bajar por las escaleras fijas se hará con la debida precaución, se hará uso de los pasamanos y se debe evitar correr.<br>Las escaleras fijas se mantendrán perfectamente iluminadas, evitando zonas de sombra, no se almacenará nada en ellas ni de forma provisional o momentánea, se eliminará cualquier mancha o humedad que aparezca de forma inmediata, se realizarán los desplazamientos sin manipular cargas que por sus dimensiones limiten la visibilidad, se empleará siempre el pasamanos para lo que será imprescindible tener siempre una mano libre, se extremarán las precauciones prestando la máxima atención durante su utilización, etc... |
| Caídas de personas a distinto nivel mayor que 2 metros | Durante la utilización de escaleras manuales. | Aplicar la instrucción preventiva “Uso de escaleras manuales”. |
| Caídas de personas al mismo nivel | Resbalones o tropezones derivados de las tareas de limpieza | Utilizar calzado con suela antideslizante<br>Mantener los lugares de tránsito en buen estado.<br>Mantener las instalaciones y pasillos en las mejores condiciones de orden y limpieza y libres de todo tipo de obstáculos, aunque éstos sean temporales.<br>Las zonas de paso con pavimentos pulidos o lisos deberán mantenerse siempre secas, para evitar resbalones.<br>Limpiar y recoger periódicamente la suciedad, grasas y obstáculos contra los que se pueda tropezar.<br>Marcar y señalar los obstáculos que no puedan ser eliminados.<br>Los suelos de los locales de trabajo deberán ser fijos, estables y no resbaladizos, sin irregularidades ni pendientes peligrosas.<br>Las operaciones de limpieza no deberán constituir por sí mismas una fuente de riesgo para los trabajadores que las efectúen o para terceros, realizándose a tal fin en los momentos, de la forma y con los medios adecuados.<br>Cuando las operaciones de limpieza del suelo impliquen el empleo de métodos húmedos, que pueden hacer que el pavimento resulte deslizante mientras se encuentra húmedo, se señalizará adecuadamente la zona, y se realizará preferentemente fuera del horario normal de trabajo.<br>Los cables eléctricos no deben estar tendidos en pasos para trabajadores.<br>No andar hacia atrás. |
| Caídas de objetos en manipulación | Posible caida de objetos durante las labores de limpieza | Se seguirán siempre los procedimientos de trabajo correctos y seguros, tomando las oportunas medidas de prevención aunque ello suponga una mayor duración del trabajo.<br>Las herramientas e instrumentos portátiles han de permanecer en las cajas destinadas a tal efecto cuando no sean utilizados. Asimismo, han de permanecer limpias, secas y libres de sustancias que impidan su estable manipulación.<br>No utilizar los flejes de los paquetes como asideros de carga.<br>No manipular ni transportar objetos con las manos húmedas.<br>Manipular las bolsas de basura sin que se aproximen al cuerpo y utilizando guantes durante la manipulación.<br>No se deberá emplear calzado inestable (por ejemplo, zuecos o zapatos de tacón) podrá provocar que el trabajador pueda tropezar durante sus tareas. |
| Pisadas sobre objetos | Posibles lesiones debido a pisadas sobre restos de materiales, objetos depositados en las zonas de trabajo, etc. | Se efectuara un barrido periódico de todos aquellos objetos punzantes que pueden producir años al trabajador.<br>No dejar cuters, tijeras ni herramientas cortantes con el filo abierto. Una vez usadas se devolverán a su lugar de almacenaje habitual.<br>Utilizar calzado con suela antideslizante |
| Choques o contactos con objetos inmóviles | Posibles golpes con partes de las estructuras o mobiliario donde se realiza el trabajo, partes de las maquinas donde se realizan las distintas labores, etc. | Se evitarán las prisas en los desplazamientos por las instalaciones y demás tareas propias del puesto de trabajo, prestando la máxima atención en las tareas a desarrollar. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | **Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.** | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Proyecciones de fragmentos, partículas, líquidos o gases | Proyecciones de productos químicos de limpieza, restos de suciedad, etc | Los trabajadores deberán utilizar protecciones en los ojos contra las proyecciones de partículas, polvo, salpicaduras de sustancias agresivas, etc, cuando se utilicen productos químicos (tales como lejías, limpiadores, etc.) y así lo indique su Ficha de Datos de Seguridad |
| Atrapamientos o aplastamientos por o entre objetos | Atrapamientos por equipos de trabajo | Además de las herramientas manuales, aspiradoras, fregadoras automáticas, etc. los elementos móviles de las maquinas pueden producir golpes, cortes y atropamientos, en algunos casos graves, dependiendo del tamaño y la potencia del aparato.<br>Cualquier manipulación de una maquina debe hacerse con el aparato desenchufado, para evitar que se ponga en marcha repentinamente y nos atrape las manos o la ropa, al tiempo que con ello evitamos también el riesgo eléctrico. Los trabajadores, además deben evitar la ropa muy ancha, los anillos, cadenas, pulseras, pelo suelto y similares, que podrían resultar enganchados por la maquina.<br>El trabajador deberá leer siempre atentamente las instrucciones del equipo de trabajo que el fabricante le facilite antes de proceder a la puesta en marcha, o al cambio y reposición de partes consumibles, a su limpieza o al llenado de agua o productos químicos.<br>Las partes giratorias de las maquinas son las que mas peligro tienen. Siempre hay que desenchufar la enceradora para balizar el cambio de rollos. Será necesario manejar los rollos con guantes para evitar tanto heridas como el contacto con sustancias en las operaciones de limpieza de la maquina tras sus utilización. |
| Sobreesfuerzos | Levantamiento de cargas. Manipulación de cargas (cubos de basura, material de limpieza, transporte de material de limpieza, movimientos de material en diferentes lugares) adopción de posturas forzadas, realización de movimientos repetitivos. | Cuando haya que manipular cargas pesadas se utilizarán los equipos auxiliares necesarios, si no es posible se manipularán las cargas entre varias personas.<br>El peso máximo que se recomienda no sobrepasar (en condiciones ideales de manipulación) es de 25 Kg., si se trata de mujeres, trabajadores jóvenes o mayores no se deberían manejar cargas superiores a 15 Kg. En circunstancias especiales, trabajadores sanos y entrenados físicamente podrían manipular cargas de hasta 40 Kg.<br>No intentar nunca controlar una carga pesada de forma manual.<br>Evitar movimientos bruscos con la carga.<br>La manipulación será planificada observando punto de origen y destino, con conocimiento aproximado del peso y centro de gravedad.<br>En operaciones en equipo los operarios se colocan todos al mismo lado de la carga, ejecutando los movimientos al unísono y preferiblemente con voces de mando dadas por uno sólo.<br>Formación en manipulación manual de cargas para evitar movimientos o posturas que sobrecarguen la zona dorsolumbar.<br>Es conveniente que todo operario que manipule cargas utilice:<br>a) Calzado de seguridad con puntera y plantilla de acero provisto de suela antideslizante y de material apropiado al estado y tipo de pavimento.<br>b) Guantes de protección, (protección frente a riesgos mecánicos) que limitando al mínimo posible la pérdida de tacto, aumenten el factor de agarre y protejan al operario frente a agresivos superficiales.<br>Se recomienda que los cubos de agua que se utilicen contengan como máximo unos 10 litros, si se supera este volumen deberán poseer ruedas que faciliten el transporte.<br>Para evitar sobreesfuerzos durante el llenado de los cubos de limpieza, si no existe ningún lugar para apoyar el cubo, se recomienda apoyarlos en el suelo y llenarlos mediante el empleo de una goma adaptada al grifo. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | **Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.** | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Contactos eléctricos | Contacto eléctrico durante el uso de equipos | En ningún caso se utilizarán ladrones, ni empalmes improvisados debido al riesgo calentamiento y/o generación de chispas. En caso de necesidad se utilizarán regletas y sólo una por enchufe.<br>No utilizar aparatos eléctricos con las manos húmedas o mojadas.<br>No se sobrecargarán los enchufes.<br>En operaciones de mantenimiento de aparatos eléctricos se aislarán los equipos de la red antes de comenzar su manipulación.<br>Situar los cables de forma que no puedan ser aplastados o dañados. Cuando se empleen alargaderas, se emplearán aquellas que no interrumpan la continuidad a tierra.<br>Para desconectar un equipo de la corriente, siempre deberemos de tirar de la clavija y nunca del cable.<br>No utilizar, hasta que se revisen por un especialista, los equipos eléctricos que presenten defectos reconocibles por el usuario.<br>En los procesos de limpieza de aparatos eléctricos estos estarán desconectados de la red, se evitará que la humedad entre en contacto con circuitos eléctricos, se empleará una bayeta ligeramente húmeda con el producto apropiado.<br>Utilización de los productos de limpieza adecuados a cada necesidad, evitar un exceso de humedad en la limpieza de los equipos eléctricos.<br>En caso de avería, la primera medida a adoptar es desconectar la corriente e informar al técnico o al departamento de mantenimiento.<br>Si los diferenciales de protección se disparan por motivos desconocidos, deberá procederse, por personal especializado a averiguar los motivos de esta anomalía. Nunca deberán anularse.<br>Cuando se observe un calentamiento anormal en un aparato eléctrico deberá ponerse fuera de servicio y avisar al servicio técnico, advirtiendo de tal circunstancia a otros posibles usuarios.<br>La instalación y material eléctrico debe revisarse periódicamente por personal autorizado, comprobando el buen estado de los dispositivos de protección. |
| Exposición aguda a sustancias químicas | Posible exposicion a sustancias quimicas debido a inhalación de los vapores o ingestiones accidentales de los productos empleados para las tareas de limpieza. | Las fichas de seguridad de los productos químicos se mantendrán en un lugar que sea conocido por los trabajadores, de forma que ante un accidente por ingestión de uno de estos productos, por contacto con los ojos o por inhalación de vapores de productos o de mezclas de productos, sepan cómo actuar en cada caso.<br>No mezclar productos químicos entre sí. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | **Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.** | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas | Manipulación de detergentes, lejías, amoníaco y demás productos para la limpieza (friegasuelos, limpiacristales, etc) | No manipular ningún producto químico sin antes haber leído las Fichas de Datos de Seguridad, seguir estrictamente las instrucciones del fabricante en cuanto al uso de los productos de limpieza.<br>Utilizar equipos de protección individual con marcado CE, conforme a las indicaciones de la ficha de datos de seguridad de cada uno de los productos. En todo caso, se utilizará ropa de trabajo adecuada, guantes, etc. para evitar el contacto con los productos químicos. Se respetarán las cantidades indicadas en las normas de uso.<br>Los productos de limpieza deberán almacenarse con las etiquetas y envases originales para no crear confusión.<br>Se deberán mantener separadas y delimitadas las zonas de almacenamiento de productos de limpieza de otras zonas de almacenamiento.<br>Los envases que no se estén utilizando deberán permanecer en todo momento cerrados.<br>Para transvasar productos de limpieza, los envases destino han de poseer las mismas características que el envase original y deberán etiquetarse como el envase original.<br>Se prohibe el uso de envases que puedan conducir a error (botellas de agua, recipientes metálicos,...) para realizar el transvase de productos.<br>Lavar las manos después de su manipulación y frecuentemente pues el uso de guantes no exime de ello ,<br>Empleo de ropa de trabajo certificada cómoda y adecuada, batas,... en las operaciones de limpieza<br>Los guantes deben ajustarse perfectamente a las manos. • El uso constante de guantes puede impedir que la transpiración se evapore, y la humedad que se crea es un medio favorable al crecimiento de agentes infecciosos, por lo que se tendrá en cuenta lo siguiente:<br>La utilización de estos se reducirá al tiempo mínimo posible para la protección.<br>El uso de guantes de algodón debajo de los guantes de goma o plástico puede reducir la humedad y proteger contra las alergias a alguno de los materiales del guante.<br>La no utilización de guantes durante el manejo de productos de limpieza origina problemas cutáneos como dermatitis y eczema.<br>Los guantes de protección serán destinados al uso individual.<br>Se deben sustituir los guantes cuando: Exista una rotura total o parcial del guante o Existan perforaciones, cortes o agujeros en la superficie, o Existan deformaciones permanentes que impidan una correcta adaptabilidad, o Exista un deterioro apreciable de su material constitutivo que haga sospechar una disminución de su función protectora.<br>Los productos de limpieza, en mayor o menor medida son tóxicos, por lo que deben almacenarse en lugares especialmente destinados para ello y debidamente identificados y señalizados. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | **Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.** | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Exposición a agentes químicos por vía inhalatoria | Riesgos derivados del uso de productos de limpieza. Posibilidad de realizar mezclas inadecuadas. | Este es un riesgo importante en el sector limpieza, pues se utilizan numerosos productos. Un ejemplo puede ser el hecho de que una persona encargada de la limpieza puede perder el conocimiento al realizar, normalmente por desconocimiento, mezclas nocivas de productos en lugares poco ventilados.<br>Debemos tener cuidado en el trasvase de productos y leer el etiquetado e instrucciones de uso.<br>Casos típicos:<br>CLORO (CL2) y sus derivados, que aparecen en muchos desengrasantes industriales. El cloro tiene un gran poder desinfectante, pero es nocivo para el ser humano, tanto por inhalación como por ingestión, e incluso es irritante al entrar en contacto con la piel. Los efectos que el cloro puede producir en el organismo son, en función de la dosis, los siguientes: irritación del tracto respiratorio, irritaciones oculares, erosión dental, efectos narcóticos, mareos…<br>AMONIACO, es otro producto habitual en la limpieza, que si no se uso en lugares ventilados y con las necesarias medidas de seguridad, puede dar lugar a problemas oculares e incluso, en concentraciones muy altas puede producir edemas pulmonares.<br>El trabajador debe leer atentamente el contenido de las fichas y de las etiquetas de los productos químicos y se atendrá a lo dispuesto en ellas.<br>Cuando se empleen productos químicos para la limpieza de interiores, deberá hacerse en condiciones adecuadas de ventilación. Mantener las ventanas abiertas mientras se trabaja es una medida de seguridad. Hay que tomar precauciones especiales en recintos pequeños y mal ventilados (aseos, etc.).<br>Formación e información del trabajador sobre las sustancias que manipula y sus riesgos.<br>Se deberán evitar las mezclas de productos que puedan resultar peligrosas, y siempre que no se conozcan los efectos de dichas mezclas. Solo se podrán mezclar productos cuando esta expresamente permitido. Es peligroso probar a mezclar productos para ver los resultados.<br>El trabajador deberá tomar precauciones en aquellos casos en que tenga que limpiar derrames accidentales de productos desconocidos o que estaban en recipientes sin etiquetar.<br>Uso de los equipos de protección personal (guantes, mascarillas, mandiles de plástico, gafas de protección, etc.) adecuados en cada caso.<br>Tratar de evitar que la ropa de trabajo se impregne con sustancias nocivas y si se ensucia, lavarla. No utilizar ropa de trabajo deteriorada o inapropiada.<br>Los envases que contengan productos químicos de limpieza deberán estar siempre cerrados incluso durante las tareas de limpieza, una vez obtenida la cantidad necesaria) y almacenados en su lugar especifico. Especial cuidado en las operaciones de trasvase de productos a otros recipientes, no permitiéndose dicho procedimiento.<br>Correcto etiquetado de productos químicos, que ha de ser leído por el trabajador antes de iniciar sus tareas de limpieza.<br>No dar nunca por supuesto el contenido de un envase sin etiquetar. No probar u oler el contenido para saber lo que es.<br>Reglas para el correcto almacenamiento de productos de limpieza:<br>1. Los productos químicos incompatibles se dispondrán separados para evitar posibles reacciones. Además serán ordenados según su peligrosidad y grado de utilización (tendrán el acceso más fácil los que mas se usan).<br>2. Se controlaran los recipientes para detectar posibles roturas o fugas que pueden suponer algún peligro. Si se detectan fallos, se sustituirán los recipientes y se comunicaran inmediatamente, según el caso.<br>3. Usar primero los productos más antiguos y agotar el contenido de un recipiente antes de empezar otros, a fin de reducir el número de recipientes parcialmente llenos.<br>4. Eliminar los recipientes vacíos gestionando adecuadamente aquellos que necesitan un tratamiento especial por haber contenido sustancias peligrosas. |
| Exposición a contaminantes biológicos | Posible exposición a agentes biológicos durante la limpieza de aseos, vestuarios, etc | Lávar las manos antes y después de las tareas, el uso de guantes no le exime de ello.<br>Utilizar ropa de trabajo y guantes adecuados frente a la posibilidad de contacto con excrecciones humanas, hongos, bacterias.<br>Se extremarán las medidas higiénicas.<br>No comer, beber o fumar en el puesto de trabajo. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| | **Tareas de limpieza de equipos e instalaciones, recogida de residuos, gestion de los mismos, etc.** | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Carga Física por Posturas Forzadas o por manipulación de cargas . | Posible adopción de posturas incorrectas para la realización de las tareas de limpieza.<br><br>Posibles movimientos repetitivos durante las tareas de limpieza | Muchas tareas de limpieza, como barrer escaleras, el fregado de suelos, limpiar lugares difícilmente accesibles, etc. requiere realizar movimientos repetitivos o adoptar posturas forzadas, lo que provoca tensiones musculares.<br>El trabajo en posición de pie, sobre todo en posición estática, sobrecarga los músculos de las piernas, espalda y hombros.<br>En las tareas de barrido, ir mirando hacia abajo, justo lo que se esta barriendo en ese momento, puede ocasionar molestias en las cervicales, sobre todo cuando esta postura se mantiene durante largos periodos de tiempo. Tensiones en muñecas, hombros y espalda por aplicar fuerza manual excesiva (al escurrir la fregona, al frotar con fuerza, al desplazar algún elemento para limpiar por debajo o detrás de el, etc.)<br>Se seleccionarán útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar las posturas forzadas (mangos, alargaderas)<br>Se procurará la alternancia de tareas en posturas diferentes. Se evitará la adopción de malas posturas.<br>Siempre que la naturaleza de las actividades lo permita, los trabajadores tendrán un margen de autonomía suficiente para organizar el trabajo de manera que puedan seguir su propio ritmo de trabajo y hacer pequeñas pausas discrecionales para prevenir la fatiga física.<br>Evitar las tareas repetitivas o los esfuerzos prolongados. Alternarlos con otras tareas que sean más variadas o que requieran menos esfuerzo.<br>No adoptar posturas extremas ni mantenerse en la misma posición durante mucho tiempo.<br>Emplear los útiles adecuados, con mangos de la altura adecuada para cada circunstancia y para cada trabajador, para reducir el esfuerzo sin que supongan una fuente de accidentes.<br>En tareas que requieran hacer esfuerzos manuales, distribuir la fuerza entre varios dedos y utilizar alternativamente ambas manos.<br>Cuando haya que agacharse y levantarse repetidamente, no hacerlo doblando la espalda, sino doblando las rodillas. Los músculos de las piernas son más fuertes que los de la espalda.<br>Mantener la espalda recta.<br>Cambiar de postura cada cierto tiempo.<br>Evitar flexiones y rotaciones bruscas del tronco.<br>Utilización de un calzado cómodo y adecuado para reducir el cansancio en pies y piernas<br>Realizar pausas cortas de descanso, unos 10 minutos por cada hora y media de trabajo.<br>Formación sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el puesto de trabajo. |
| Carga física por movimientos repetitivos | Posibles movimientos repetitivos durante las tareas de limpieza | 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:<br>- Alternar la tarea repetitiva con otras actividades donde se utilicen otros grupos musculares, intercalando por ejemplo tareas de control, alimentación del puesto, etc., o mediante la rotación de puestos.<br>- 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.<br>- Distribuir adecuadamente las piezas y herramientas empleadas durante la tarea para evitar posturas forzadas.<br>- Proporcionar tiempos de descanso suficientes durante la jornada para prevenir la fatiga. |
| Exposición a ruido | Posible exposicion a ruido durante la permenencia en las instalaciones | Utilizar cascos o tapones auditivos cuando sea necesario |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

**Tareas de limpieza en cámaras de congelación (tareas en altura con PEMP)**

| Riesgo | Manifestación del Riesgo | Medida preventiva a aplicar |
|---|---|---|
| Caídas de personas a distinto nivel mayor que 2 metros | Posibles caidas a distinto nivel durante las labores de limpieza | Los trabajadores deberán arnés de seguridad cuando exista el riesgo de caída en altura y ésta supere los 2 m. En escaleras manuales, se debe utilizar cuando los pies se encuentren a más de dos metros del suelo o la zona de trabajo esté a más de 3,5 metros |
| Caídas de personas al mismo nivel | Resbalones por presencia de agua o productos de limpieza derramados, tropiezos con útiles de limpieza depositados en el suelo, mangueras, etc. En caso de no utilizar de forma sistemática calzado antideslizante | Mantener el orden y limpieza. Determine los lugares de disposición de materiales, fuera de zonas de paso y señalizados convenientemente. Comunicar la reparación de desperfectos en el suelo y señalice mientras ésta se lleva a cabo. Durante los recorridos en los desplazamientos, mantener la atención evitando distracciones y prisas. Señalizar los desniveles. Mantener los cables fuera de zonas de paso y si no es posible, usar regletas, canaletas, etc. Disponer de buena iluminación de los lugares de trabajo. |
| Caídas de objetos en manipulación | Lesiones derivadas de la manipulación de los equipos o las herramientas utilizadas | Caída de objetos en manipulación Formación / Información en manipulación de cargas.<br>Utilizar herramientas en buen estado y adecuadas al trabajo a realizar.<br>Mantener las herramientas limpias de sustancias deslizantes (humedad, grasas, etc).<br>Uso de Equipos de Protección Individual: calzado de seguridad, evitando traumatismos. |
| Pisadas sobre objetos | Pisada de útiles de limpieza u otros objetos depositados en el suelo. En caso de no utilizar de forma sistemática calzado de seguridad con suela reforzada. | Pisada sobre objetos Recoger inmediatamente cualquier objeto que caiga al suelo.<br>No dejar objetos ni materiales en la zona de paso. |
| Golpes/cortes por objetos o herramientas | Posibles golpes o cortes con los diversas herramientas que se manipulan en las labores de limpieza | Golpes por cortes o herramientas Formar/ informar a los trabajadores sobre el uso adecuados de las herramientas manuales.<br>Dotar a los trabajadores con los equipos de protección adecuados. |
| Contactos eléctricos | Posibles contactos eléctricos durante las tareas de limpieza con agua al trabajar próximo a instalaciones eléctricas. | Informar, formar e inculcar a los trabajadores sobre las precauciones ante posibles contactos eléctricos. Se informará, formará e inculcará a los trabajadores sobre la adopción de precauciones ante posibles contactos eléctricos mediante la entrega del Manual, y se vigilará el cumplimiento de lo en el estipulado. |
| Atropellos, golpes o choques con vehículos | Presencia de vehiculos en la zona de trabajo | Los trabajadores deberán disponer de conos y cintas de balizamiento para señalizar la zona de trabajo.<br>Carencia de chaleco o ropa reflectante Los trabajadores dispondran, para trabajos en zona de transito de vehiculos, de chaleco reflectante o ropa de alta visibilidad. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

**Tareas de limpieza en cámaras de congelación (tareas en altura con PEMP)**

| Riesgo | Manifestación del Riesgo | Medida preventiva a aplicar |
|---|---|---|
| Estrés térmico | Posible aparacion de estrés térmico durante las tareas de limpieza en camaras frigorificas | Respetar los tiempos de permanencia en la cámara de congelación La hipotermia o las lesiones por le frío se evitan:<br>♣ Utilizando la ropa de protección adecuada.<br>♣ Respetando los tiempos de descanso de recuperación en función de la temperatura de la cámara, según se refleja en la siguiente tabla:<br>R.D. 1561/95 de 21 de Septiembre sobre Jornadas Especiales de Trabajo<br>Temperatura de la cámara - Temperatura de la cámara<br>Entre 0º y –5º - 10 minutos cada 3 horas<br>Entre –6º y –18º - 15 minutos cada hora<br>A partir de –18º - 15 minutos cada 45 minutos<br><br>Los descansos están referidos a tiempo de trabajo ininterrumpido en cámara. Para temperaturas de menos de –6º la permanencia máxima en el interior de las mismas será de 6 horas.<br><br>Precuaciones en trabajos en el interior de camaras de congelación Independientemente de lo que puedan reflejar los convenios laborales o los diferentes organismos, todos señalan parecidas recomendaciones en cuanto al tiempo de permanencia en las cámaras de frío. El objetivo es impedir que la temperatura interna descienda de 36ºC y proteger todas las partes del cuerpo.<br>En general, y para las cámaras frigoríficas de conservación o congelación:<br>♣ La permanencia con temperaturas de hasta –18ºC no causa ningún problema, siempre y cuando se lleven las prendas de protección adecuadas y se realicen los correspondientes descansos de unos 10-15 minutos por cada hora de permanencia, que además no excederá de 6 horas por jornada de trabajo.<br><br>♣ Con temperaturas de entre –18ºC y –29ºC el peligro es escaso, pero la permanencia máxima se limitará a 4 horas por jornada de trabajo aumentando el tiempo de descanso por cada hora de estancia.<br>6.2.- Ropa y otras medidas de protección frente al frío<br>Cuando sea inevitable trabajar en la cámara, debe ponerse ropa adecuada que forme una barrera entre la superficie del cuerpo y el medio ambiente frío. Al realizar un trabajo, hay un aumento de la producción de calor, siendo necesario un menor aislamiento para mantener el equilibrio entre el calor producido y perdido. La retención excesiva de calor constituye un serio problema en ambientes fríos, ya que el sudor producido se acumula en las ropas, evaporándose durante el descanso y produciendo enfriamientos.<br>La cantidad de ropa en ambientes fríos debe elegirse con cuidado, siguiendo ciertos criterios.<br>♣ Será necesaria ropa de protección corporal adecuada cuando se trate de ambientes con temperatura inferior a 4ºC.<br>♣ Es mejor protegerse con varias prendas finas que con una sola gruesa, debido a que así se forman varias capas aislantes entre la piel y el aire.<br>♣ La ropa no debe comprimir el cuerpo<br>♣ Se debe utilizar calzado aislante. Las botas de piel con fieltro y forro de caucho son de lo más idóneo.<br>♣ Se deben utilizar protectores calorífugos específicos para cabeza, manos, orejas y nariz.<br>En cuanto a los materiales adecuados:<br>♣ Ropa Interior.- de algodón y de una talla más de la que se usa normalmente.<br>♣ Calcetines.- con mucha lana en su composición, y no deben ser estrechos, pues dificultan la circulación.<br>♣ Pantalones.- isotérmicos (acolchados) o de lana. Sin cinturones y holgados.<br>♣ Camisa.- de lana y holgada. En caso de ser alérgicos a la lana, debajo de ésta póngase una camiseta de algodón o sintética por debajo.<br>♣ Anorak.- aislante y de una talla no muy ajustada.<br>Otras medidas de protección:<br>♣ En las cámaras de congelación debe haber sistemas de seguridad para prevenir la congelación de personal que se quede atrapado en su interior.<br>♣ Deben tener un sistema de alarma accionable desde el interior, de forma que suene una señal acústica y se encienda una señal luminosa en la parte exterior. Además, la cámara contará con un hacha de bombero en su interior.<br>♣ No debe permanecer solo en la zona de trabajo (sistema de parejas o supervisión).<br>♣ Evite sudar para que la ropa no se humedezca. Si hay que hacer un trabajo pesado, tómese periodos de descanso.<br>♣ Evite posturas estáticas prolongadas.<br>♣ Protéjase de las corrientes de aire. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | UTILIZACIÓN DE HERRAMIENTAS MANUALES (Fregonas, mopas, carros, etc.) | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Golpes/cortes por objetos o herramientas | Golpes y cortes con útiles de limpieza y elementos manipulados | Los útiles de trabajo serán apropiados para el trabajo realizado con ellos (cada uno está destinado a un uso concreto y no debe utilizarse para otra tarea) y se mantendrán en buen estado de conservación<br>Se desecharán aquéllos que se encuentren en mal estado.<br>Se mantendrá la limpieza y el orden en el lugar de trabajo.<br>Todas las herramientas manuales deberán llevar marcado CE.<br>Utilizar las herramientas adecuadas para cada trabajo.<br>Las herramientas se tienen que conservar en buenas condiciones, verificándolas y repasándolas si fuera necesario.<br>No se deben emplear escobas, fregonas,... que tengan mangos astillados, rajados o que tengan el mango unido de forma deficiente.<br>Las herramientas cortantes, como cuchillas para limpieza de cristales, se mantendrán perfectamente afiladas y se protegerán con un protector cuando no se usen o se transporten. Estas herramientas han de estar limpias y secas para que al utilizarlas no se escapen y puedan producir cortes.<br>No introducir las manos en papeleras, recipientes,... que no se vea claramente el contenido interior.<br>No vaciar los cubos de basura con las manos. Vaciarlos volcándolos sobre contenedores rígidos.<br>Durante la utilización de los portacuchillas se usarán guantes de protección frente a riesgo mecánico.<br>Formación e información sobre riesgos específicos y medidas preventivas a adoptar. |
| Sobreesfuerzos | Posibles sobreesfuerzos durante el uso de herramientas y/o equipos | Se deben evitar las posturas de trabajo extremas o forzadas que implican posiciones o movimientos extremos de las articulaciones: brazos por encima del nivel de los hombros, alcances por detrás del cuerpo, inclinación o torsión pronunciada de espalda y cuello, hombros desalineados, etc., especialmente si se están moviendo o sosteniendo cargas o realizando fuerzas elevadas. |

| Elemento asociado: | ESCALERAS DE MANO | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Gestión de la prevención y organización de la prevención de riesgos laborales | Marcado CE, manual de instrucciones y declaración CE de conformidad | Los equipos de trabajo dispondrán de puesta en conformidad y manual de instrucciones de uso y mantenimiento en idioma oficial del pais, además aquellos equipos fabricados posteriores al 1 de enero de 1995 dispondrán de marcado CE y declaración CE de conformidad. |
| Caídas de personas a distinto nivel menor o igual que 2 mts | Estado de conservación de la escalera de mano | No existirán escaleras de mano de construcción improvisada<br>Las escaleras de mano se mantendrán en buen estado, y se rechazarán aquellas que no estén en buenas condiciones.<br>Los peldaños no estarán ni flojos ni rotos, no tendrán clavos salientes ni escalones reemplazados por barras o cuerdas.<br>Los espacios entre escalones serán iguales, con una distancia mínima de 20 cm.<br>Las escaleras de mano de madera no estarán pintadas. Si se pintan, se dificulta la detección de posibles defectos.<br>Las escaleras no se dejarán tiradas por la zona, ni se almacenarán en lugares húmedos o a la intemperie donde puedan estropearse por las inclemencias del tiempo.<br>Las escaleras metálicas no presentarán deformaciones ni golpes que puedan disminuir su resistencia.<br>Las escaleras metálicas presentarán una capa de pintura antioxidación para preservarla de las agresiones de la intemperie.<br>Se destinará un lugar apropiado para su almacenamiento después de usarla. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | ESCALERAS DE MANO | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Caídas de personas a distinto nivel menor o igual que 2 mts | Caída a distinto nivel por desplazamiento, inclinación, etc. | Las escaleras de mano dispondrán de zapatas antideslizantes, o en caso contrario, se colocarán algún elemento que impida su deslizamiento.<br>Las escaleras se apoyarán en una base estable, segura, bien nivelada, nunca sobre materiales cerámicos, barriles,...<br>La escalera se apoyará siempre por los montantes, nunca por los peldaños.<br>La escalera se apoyará con una inclinación aproximada de 1/4.<br>La parte superior de las escaleras simples se sujetará, si es necesario, al paramento sobre el que se apoya.<br>Los largueros de las escaleras se prolongarán al menos un metro por encima del nivel de llegada.<br>Las escaleras de tijeras dispondrán de elementos de seguridad que impidan su apertura.<br>No se colocarán las escaleras de mano al lado de aberturas, tanto verticales como horizontales. Si esto no se puede evitar se cubrirán las aberturas con redes protectoras u otros elementos que protejan al trabajador de la caída.<br>Estarán equipadas con dispositivos de enclavamiento y correderas que permitan fijar la longitud de la escalera en cualquier posición, de forma que coinciden siempre los peldaños sin formar dobles escalones. |
| Contactos eléctricos | Contacto accidental con elementos en tensión. | No se acercarán escaleras metálicas a instalaciones eléctricas.<br>En los trabajos con energía eléctrica o cerca de ella se utilizarán siempre escaleras de madera.<br>No apoyar la escalera sobre cables eléctricos, cuadros eléctricos y otras instalaciones eléctricas. |

| Elemento asociado: | USO DE LOS DIFERENTES EQUIPOS (HIDROLIMPIADORA,PULIDORA, ETC) | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Choques o contactos con objetos móviles | Posibles golpes con las partes moviles del equipo | Seguir las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones del equipo de trabajo. Se seguirán explicitamente las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones de los equipos de trabajo en cuanto a su utilización, mantenimiento, uso de equipos de protección individual, dispositivos de seguridad, etc |
| Golpes/cortes por objetos o herramientas | Posibles golpes o cortes con partes del equipo durante su utilización | Seguir las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones del equipo de trabajo. Se seguirán explicitamente las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones de los equipos de trabajo en cuanto a su utilización, mantenimiento, uso de equipos de protección individual, dispositivos de seguridad, etc |
| Proyecciones de fragmentos, partículas, líquidos o gases | Posibles proyecciones procedentes del equipo durante su utilizacion | Seguir las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones del equipo de trabajo. Se seguirán explicitamente las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones de los equipos de trabajo en cuanto a su utilización, mantenimiento, uso de equipos de protección individual, dispositivos de seguridad, etc Usar protección individual en las operaciones con riesgo de proyección de fragmentos o partículas 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, etc.) que protejan las partes del cuerpo expuestas. |
| Atrapamientos o aplastamientos por o entre objetos | Posibles atrapamientos con partes moviles del equipo | Seguir las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones del equipo de trabajo. Se seguirán explicitamente las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones de los equipos de trabajo en cuanto a su utilización, mantenimiento, uso de equipos de protección individual, dispositivos de seguridad, etc |
| Sobreesfuerzos | Posibles sobresfuerzos durante el uso o manipulación del equipo | Se formará e informará a los trabajadores sobre técnicas seguras de manipulación manual de cargas Se formará e informará a los trabajadores en las técnicas seguras de manipulación de cargas. Haciendo especial hincapié en: o El mantenimiento de la espalda recta. o El empleo de técnicas y dispositivos de agarre adecuados o La utilización de ayudas mecánicas cuando sea posible o Manipulación de cargas especiales (por su forma, tamaño, peso |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO DE LOS DIFERENTES EQUIPOS (HIDROLIMPIADORA,PULIDORA, ETC) | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Contactos térmicos | Posibles contactos termicos con partes del equipo a elevadas temperaturas | Se seguirán explicitamente las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones de los equipos de trabajo en cuanto a su utilización, mantenimiento, uso de equipos de protección individual, dispositivos de seguridad, etc |
| Contactos eléctricos | Posibles fallos de aislamiento de los circuitos, mangueras y clavijas de conexión del equipo | Comprobar periódicamente el perfecto estado de los circuitos y conexiones de los equipos eléctricos Se procederá a la realización e revisiones periódicas, por parte de personal especializado, de los circuitos, componentes, mangueras y clavijas de conexión, de las diferentes herramientas y equipos eléctricos, para así minimizar la posibilidad de que aparezcan fallos de aislamiento en los mismos, con las correspondientes consecuencias. Antes de proceder a la utilización de cualquier equipo eléctrico se observará la existencia y perfecto estado de las mangueras y clavijas de conexión. Ante la aparición de cualquier desperfecto o anomalía en los equipos, se procederá a su puesta fuera de servicio, realizándose sobre él las reparaciones necesarias o reemplazándose por otro nuevo. La totalidad de los equipos nuevos deberán pertenecer a la Clase II, o de doble aislamiento. Esto se encuentra identificado mediante un símbolo consistente en un cuadrado inscrito en el interior de otro mayor. |
| Exposición a ruido | Posible exposicion a ruido durante el uso del equipo | Facilitar cascos o tapones auditivos a los trabajadores cuando sea necesario. Según el RD. 286/2006, a partir del nivel de exposición que da lugar a una acción (80 dB de LAeq ó 135 dB de Lpico) el empresario deberá facilitar protectores auditivos a los trabajadores. A partir del nivel superior que da lugar a una acción (85 dB de LAeq ó 137 dB de Lpico) y mientras no se adoptan medidas técnicas o de organización para reducir el nivel de exposición, se deberán usar obligatoriamente protectores auditivos adecuados.En cualquier caso, el trabajador no podrá estar expuesto a niveles de ruido por encima de 87 dB de LAeq ó 140 dB de Lpico |
| Exposición a vibraciones | Vibraciones transmitidas al sistema mano-brazo | Mantenimiento preventivo y adecuado del equipo Diseño ergonómico óptimo de los espacios de trabajo y las tareas con equipos manuales generadores de vibraciones Utilización de Equipos de Protección Individual indicados en el manual del equipo Rotación si es posible de los puestos, funciones y tareas |

| Elemento asociado: | USO CARRETILLA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Caídas de personas a distinto nivel menor o igual que 2 mts | Caída al subir o bajar de la carretilla o por ser transportados o izados por carretillas | Prohibir el transporte de personas en los vehículos de manutención No deben transportarse personas sobre los elementos del vehículo destinado al transporte de cargas (palas, volquetes, carretillas elevadoras, etc.).<br>Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado<br>Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado ni formado. |
| Caídas de objetos desprendidos | Caída de objetos manipulados por la carretilla elevadora | Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado<br>Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado ni formado.<br>Manejar las cargas de forma adecuada No circule nunca con la carga levantada, porque reduce la estabilidad.Lleve la carga baja, a unos 15 cm. del suelo, con el mástil coPletamente inclinado hacia atrás. Si circula con la carretilla descargada, lleve también las horquillas bajas, a unos 15 cm. del suelo.<br>Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar Se inculcará, fomentará y vigilará el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad impartidas en la formación de los trabajadores.<br>Realizar e mantenimiento periódico de las Carretillas elevadoras. Realizar el mantenimiento de las carretillas elevadoras según las indicaciones del fabricante.<br>Se deberá revisar diaramiente el estado de los neumáticos y/o bandas de rodadura y sustituir inmediatamente los que se encuentren en mal estado. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO CARRETILLA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Choques o contactos con objetos inmóviles | Choques contra elementos estructurales de las instalaciones, máquinas, etc. | Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado ni formado.<br>Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar Se inculcará, fomentará y vigilará el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad impartidas en la formación de los trabajadores.<br>Realizar e mantenimiento periódico de las Carretillas elevadoras. Realizar el mantenimiento de las carretillas elevadoras según las indicaciones del fabricante.<br>Se deberá revisar diaramiente el estado de los neumáticos y/o bandas de rodadura y sustituir inmediatamente los que se encuentren en mal estado.<br>Formar e informar a los trabajadores sobre el correcto apilado de cargas Se formará e informará a los trabajadores mediante entrega de manual de formación de cómo realizar un correcto apilado de cargas. Se vigilará su cumplimiento |
| Choques, atrapamientos o contactos con objetos móviles | Posibles golpes o atrapameintos con elementos moviles de la carretilla | Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar Se inculcará, fomentará y vigilará el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad impartidas en la formación de los trabajadores. Guardar una distancia de seguridad adecuada con las partes moviles de los equipos |
| Atrapamiento o aplastamiento por vuelco de equipos | Atrapamiento del operador y/o personas del entrono por vuelco de la carretilla | Prohibir la utilización de las carretillas elevadoras por parte de personal no autorizado Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar Se inculcará, fomentará y vigilará el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad impartidas en la formación de los trabajadores.<br>Realizar e mantenimiento periódico de las Carretillas elevadoras. Realizar el mantenimiento de las carretillas elevadoras según las indicaciones del fabricante.<br>Se deberá revisar diaramiente el estado de los neumáticos y/o bandas de rodadura y sustituir inmediatamente los que se encuentren en mal estado.<br>El operador deberá circular siempre con el cinturón de seguridad o dispositivo de retención Formar e informar a los operarios de la carretilla elevadora de los riesgos y medidas de prevención asociadas al uso de carretillas elevadoras. Los operadores de carretillas deberán usar siempre con el cinturón de seguridad o dispositivo de retención. |
| Contactos electricos/termicos o explosiones durante las labores de repostaje | Posibles accidentes durante las labores de repostaje | Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar Se inculcará, fomentará y vigilará el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad impartidas en la formación de los trabajadores.<br>Recargar las baterías de las carretillas eléctricas en lugares bien ventilados La recarga de las baterías eléctricas debe hacerse en un lugar bien ventilado. |
| Atropellos, golpes o choques con vehículos<br>Accidentes de transito | Atropellos y atrapamientos de personas por carretillas y/o su carga | Prestar la máxima atencion en las tareas a desarrollar. No se fomentará las prisas en los trabajadores. Se evitarán las prisas en los desplazamientos por las instalaciones y demás tareas propias del puesto de trabajo, prestando la máxima atención en las tareas a desarrollar.<br>Informar a los trabajadores sobre el deber de respetar el código de circulación. No se fomentarán las prisas a los trabajadores Con el fin de evitar los accidentes de tráfico se seguirán las siguientes normas:<br>* Se respetará el código de circulación, se evitarán las prisas y se mantendrán los vehículos con la ITV actualizada. Cualquier posible anomalía que se perciba en ellos se consultará con un especialista.<br>* No se ingerirá alcohol durante la jornada de trabajo.<br>* Se respetarán los tiempos de descanso en la conducción que marca la DGT cuando se recorran distancias importantes o se permanezca durante mucho tiempo a bordo del vehículo.<br>* En caso de avería esporádica en carretera y sea necesaria la reparación se realizará esta prestando la máxima atención. Se señalizará la posición del vehículo en la carretera en caso de accidente o avería. En caso de que la avería se produzca en condiciones de escasa luz se utilizarán chalecos reflectantes durante la reparación del vehículo.<br>No se fomentarán las prisas a los trabajadores durante los desplazamientos |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO PLATAFORMA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Caídas de personas a distinto nivel mayor que 2 metros | Posible caida en altura desde la PEMP | Caidas en altura desde la PEMP Antes del comienzo de los trabajos comprobar que el equipo de trabajo dispone de los dispositivos de seguridad y funcionan correctamente.<br>Seguir escrupulosamente el Manual de Instrucciones en cuanto a la obligación de sujetarse con el arnés de seguridad al punto de anclaje existente en la plataforma prevista para ello.<br>Durante la realización de trabajos a partir de los 2m de altura se utilizará un sistema anticaidas adecuado.<br>La cesta estará protegida en todo su perímetro y no se permitirá su apertura durante los trabajos sobre la misma.<br>Mantener ambos pies firmemente colocados en el suelo de la cesta y asir las manos fuertemente a la estructura superior o barandillas.<br>Esta prohibida la colocación de cajas, bancos, escaleras u otros apoyos sobre la base o piso de la cesta para extender el alcance del operario.<br>Nunca alargar el alcance mediante medios auxiliares, como andamios y pasarelas.<br>No utilizar la armadura para ascender a la plataforma, utilizar siempre los estribos de ascenso.<br>No permitir el control de la máquina desde el suelo, cuando hay personas ocupando la plataforma.<br>Prohibido anular los dispositivos de seguridad de la plataforma elevadora.<br>Cualquier defecto o deterioro detectado, se paralizarán los trabajos hasta que la máquina este revisada y segura.<br>Evitar manchar el calzado y la plataforma con lodo, aceite, grasa u otras sustancias resbaladizas. |
| Caídas de objetos desprendidos | Caída de objetos, herramientas u otros utensilios sobre personas o equipos situados en la vertical de la zona de operación. | Caida de objetos desprendidos en trabajos en PEMP Está prohibida la permanencia de personas en el radio de acción de las plataformas.<br>Se deberá delimitar con cinta de (balizamiento, vallas móviles,..) el campo de acción de la plataforma.<br>Todos los operarios usarán botas y casco de seguridad.<br>Las aberturas de la plataforma deben estar dimensionadas para impedir el paso de una esfera de 15 mm de diámetro.<br>Los trabajadores que realicen trabajos en altura utilizarán cinturones portaherramientas. |
| Atrapamientos o aplastamientos por o entre objetos | Posibles atrapamientos con partes de la PEMP | Atrapamientos con parte de la PEMP No situarse en el radio de acción de la plataforma elevadora.<br>Comprobar antes de elevar o bajar la plataforma de tijera que no hay nadie en sus inmediaciones.<br>Prestar atención a los obstáculos que pudieran interponerse por encima de la máquina elevadora al conducirla por ello, conviene revisar los espacios libres por arriba, a los costados y por debajo de la plataforma antes de elevarla o bajarla.<br>Mantener todos los miembros del cuerpo dentro de la plataforma, cuando ésta se encuentre en movimiento.<br>La plataforma elevadora contará con avisador acústico en la maniobra de descenso de la misma.<br>Solicitar ayuda a una tercera persona o señalista, cuando no se domine visualmente la zona.<br>El operador deberá adecuar y limitar la velocidad a las condiciones estructurales del suelo y del entorno.<br>Evitar que los obstáculos choquen o interfieran con los controles de mando y con las personas que están en la plataforma.<br>Evitar cualquier interferencia en el radio de acción de otra plataforma elevadora, de grúas torre o vehículos.<br>Señalizar el radio de acción de la plataforma elevadora que prohíba la entrada de vehículos o personas. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO PLATAFORMA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Atrapamiento o aplastamiento por vuelco de equipos | Posible accidente por vuelco de la PEMP | ccidente por vuelco de la PEMP Asegurarse de que las condiciones del suelo son suficientes compactas para mantener el equilibrio de la plataforma elevadora.<br>Evitar la distribución irregular de los elementos de trabajo que se depositen en la plataforma.<br>No utilizar la plataforma como montacargas.<br>No adherir a la plataforma o estructura paneles, rótulos o carteles publicitarios que puedan aumentar la carga al viento.<br>Se prohíbe amarrar o atar la plataforma a estructuras fijas adyacentes.<br>Las PEMP deben estar equipadas con dispositivos de control que reduzcan el riesgo de vuelco o de sobrepasar las tensiones admisibles.<br>La plataforma de trabajo debe estar provista de los siguientes dispositivos de seguridad:<br>- Dispositivo que impida su traslación cuando no esté en posición de transporte. (PEMP con conductor acompañante y las autopropulsadas del Tipo 1).<br>- Dispositivo (por ej. un nivel de burbuja) que indique si la inclinación o pendiente del chasis está dentro de los límites establecidos por el fabricante. Para las PEMP con estabilizadores accionados mecánicamente este dispositivo deberá ser visible desde cada puesto de mando de los estabilizadores.<br>- Las PEMP del tipo 3 deben disponer de una señal sonora audible que advierta cuando se alcanzan los límites máximos de inclinación.<br>Los sistemas de accionamiento deben estar concebidos y construidos de forma que impidan todo movimiento intempestivo de la estructura extensible.<br>Los aparatos elevadores estarán dotados de un cartel informativo con la siguiente leyenda: " CARGA MÁXIMA.....KG”. En ningún momento se sobrepasará la carga señalada en el rótulo.<br>No elevar la plataforma si hay viento superior a 45 Km/h.<br>Mantenga la máquina alejada de terrenos inseguros, propensos a hundimientos.<br>El emplazamiento de la máquina se efectuará evitando las irregularidades del terreno y explanando su superficie si fuera preciso. La nivelación que deberá ser verificada antes de iniciarse los trabajos que serán detenidos de forma inmediata si durante su ejecución se observa el hundimiento de algún apoyo.<br>Delimitar mediante baliza la zona de trabajos.<br>No situarse en el rango de acción de la máquina. |
| Contactos térmicos | Contactos termicos con partes calientes de la PEMP | Contactos termicos con partes calientes dela PEMP Los motores o partes calientes de las PEMP deben estar protegidas convenientemente.<br>Su apertura sólo se podrá realizar con llaves especiales y por personal autorizado.<br>Los escapes de los motores de combustión interna deben estar dirigidos lejos de los puestos de mando.<br>Las operaciones de revisión, reparación o mantenimiento serán realizadas por personal especializado. Dejar enfriar las partes calientes antes de su manipulación y si fuera necesario se utilizarán guantes de protección frente a riesgos térmicos. |
| Contactos eléctricos | Contactos eléctricos en trabajos en proximidad | Trabajos en proximidad con la PEMP Para prevenir el riesgo de electrocución se deberán aplicar los criterios establecidos en el RD 614/2001 sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico en concreto según indica el Art. 4.2, todo trabajo en una instalación eléctrica, o en su proximidad, que conlleve riesgo eléctrico se debe efectuar sin tensión.<br>Cuando no se pueda dejar sin tensión la instalación se respetarán las distancias de seguridad y procedimientos de trabajo establecidos en el RD614/2001 |
| Exposición aguda a sustancias químicas | Exposición a humos y gases de combustión | Gases de combustión En trabajos en interiores y lugares donde la ventilación no esté asegurada, se utilizarán plataformas elevadoras eléctricas. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO PLATAFORMA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Incendios | Incendios en operaciones de repostaje y carga de la PEMP | Repostaje y carga de combustibles No se deben rellenar los depósitos de combustible (PEMP con motor de combustión) con el motor en marcha.<br>Las baterías deben cargarse en zonas abiertas, bien ventiladas y lejos de posibles llamas, chispas, fuegos y con prohibición de fumar (emisión de hidrógeno). Las zonas de carga deben estar señalizadas.<br>La base de la plataforma de trabajo debe estar fabricada con materiales por lo menos ininflamables, por ejemplo materiales autoextinguibles que no mantienen la llama cuando se retira la fuente ignífuga. |
| Atropellos, golpes o choques con vehículos | Posibles atropellos choques con vehículos en el radio de acción de la maquina Posible atropellos choques con vehículos que estén en el radio de acciñón de la máquina, presencia de trabajadores, falta de revisión diaria del equipo de trabajo,... | Atropellos con la PEMP Está prohibida la permanencia de personas en el radio de acción de las plataformas.<br>Las zonas de trabajo deben estar delimitadas<br>Las PEMP del tipo 3 deben estar equipadas con un avisador sonoro accionado desde la propia plataforma, mientras que las del tipo 2 deben estar equipadas con medios de comunicación entre el personal situado sobre la plataforma y el conductor del vehículo portador.<br>Las PEMP autopropulsadas deben disponer de limitador automático de velocidad de traslado, por otro lado el conductor deberá disponer del carnet de conducir correspondiente según marca el Código de Circulación. Dispondrán de avisador acústico de marcha atrás.<br>Los trabajadores a pié llevarán chaleco reflectante o ropa de trabajo de alta visibilidad. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO PLATAFORMA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Accidentes por causas no codificadas | Accidentes por no realizar comprobaciones previas al comienzo de los trabajos | Comprobaciones previas a la puesta en marcha de la PEMP Antes de utilizar la plataforma se debe comprobar la PEMP para detectar posibles defectos o fallos que puedan afectar a su seguridad. La comprobación debe consistir en verificar los siguientes elementos:<br>o Controles de operación y de emergencia.<br>o Dispositivos de seguridad.<br>o Disponibilidad del EPI contra caídas.<br>o Sistema eléctrico, hidráulico y de combustión, según aplique (escapes y mal estado de conexiones eléctricas).<br>o Señales de alerta y control.<br>o Integridad y legibilidad de las pegatinas.<br>o Estado físico de los estabilizadores y estructura en general.<br>o Evidencia de soldaduras deterioradas u otros defectos estructurales.<br>o Condiciones anómalas en ruedas, neumáticos, frenos y baterías.<br>o Existencia de residuos de productos químicos, barro, aceite, pintura, etc. que pueden hacer resbaladiza la superficie de la cesta de trabajo. Cualquier defecto debe ser evaluado por personal cualificado y formado por el fabricante y determinar si constituye un riesgo para la seguridad del equipo. Todos los defectos detectados que puedan afectar a la seguridad deben ser corregidos antes de utilizar el equipo.<br><br>Comprobaciones previas a la elevación de la plataforma Comprobar la posible existencia de conducciones eléctricas de A.T. en la vertical del equipo. Hay que mantener una distancia mínima de seguridad, aislarlos o proceder al corte de la corriente mientras duren los trabajos en sus proximidades.<br>Comprobar el estado y nivelación de la superficie de apoyo del equipo.<br>Comprobar que el peso total situado sobre la plataforma no supera la carga máxima de utilización.<br>Si se utilizan estabilizadores, se debe comprobar que se han desplegado de acuerdo con las normas dictadas por el fabricante y que no se puede actuar sobre ellos mientras la plataforma de trabajo no esté en posición de transporte o en los límites de posición.<br>Delimitar la zona de trabajo para evitar que personas ajenas a los trabajos permanezcan o circulen por las proximidades.<br>Utilizar los estabilizadores de acuerdo con las indicaciones del fabricante y que no se puede actuar sobre los mismos mientras la plataforma de trabajo no esté en posición de transporte.<br>Bajar o cerrar la barandilla o puerta de acceso a la plataforma, antes de operar el equipo.<br>Repartir las cargas y si es posible situarlas en el centro de la plataforma de trabajo.<br>Los operadores que se encuentran en la cesta de trabajo deben utilizar los arneses (de cuerpo completo y eslinga ajustable) anclados a los puntos específicos previstos para ello (retención), así como los EPI correspondientes a los riesgos de la tarea prevista a desarrollar (casco, guantes, etc.<br>Los operadores se deben mantener siempre dentro de la cesta de trabajo, con los pies en el suelo de la misma y está prohibido sentarse o subirse a las barandillas de protección.<br>Delimitar la zona de trabajo para evitar que personas ajenas a los trabajos permanezcan o circulen por las proximidades. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO PLATAFORMA ELEVADORA | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Accidentes por causas no codificadas | Posibles accidentes por no cumplir las normas de movimiento del equipo con la plataforma elevada | Normas de movimiento del equipo con la plataforma elevada Mantener de forma continua una visión clara del camino y del área a recorrer.<br>El movimiento de traslado marcha atrás se debe limitar a los casos imprescindibles pues la visibilidad no siempre está garantizada.<br>Mantener una distancia de seguridad a obstáculos, desniveles, zanjas, rampas, etc.<br>Mantener la distancia mínima de líneas eléctricas con tensión.<br>Limitar la velocidad de desplazamiento de la PEMP teniendo en cuenta las condiciones del terreno, la visibilidad, la presencia de pendientes, etc., según el tipo de PEMP:<br>– 1,5 m/s para las PEMP sobre vehículo portador cuando el movimiento de traslación se mande desde la cabina del portador.<br>– 3,0 m/s para las PEMP sobre raíles.<br>– 0,7 m/s para todas las demás PEMP de los tipos 2 y 3.<br>Se deben tener en cuenta las condiciones meteorológicas (viento, lluvia, nieve, etc.), de forma que no impliquen la necesidad de detener el trabajo.<br><br>No manejar la PEMP de forma temeraria o distraída, comprobando en todo momento que no hay trabajadores en sus proximidades.<br>Evitar situarse sobre superficies frágiles o inestables debiendo evaluar previamente las condiciones del terreno.<br>Si la PEMP está averiada dejar un indicador de fuera de servicio y retirar las llaves de contacto depositándolas en el lugar habilitado para ello.<br>Utilizar placas de apoyo de modo que se aumente la superficie de apoyo y disminuya la presión sobre el suelo. Hay que tener en cuenta que aumentando 3 veces la superficie de apoyo, disminuye 10 veces la presión que se ejerce en el suelo<br>No desplazar la PEMP a gran velocidad en zonas estrechas o con obstáculos.<br>Verificar la presencia de obstáculos por encima del operador y determinar la necesidad de acoplar sistemas antiatrapamiento<br><br>Normas después del uso de la PEMP Aparcar la PEMP convenientemente en el lugar habilitado para ello.<br>Cerrar todos los contactos y verificar la inmovilización, calzando las ruedas si es necesario.<br>Limpiar la PEMP de grasa, aceites, pintura, etc.<br>Limpiar la PEMP con agua procurando que no afecte a cables o partes eléctricas del equipo. |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

| Elemento asociado: | USO CARROS Y TRANSPALETAS | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Caídas de objetos desprendidos | Posible caída de cargas durante su manipulación | Informar y formar a los trabajadores sobre el uso de carro manual Informar y formar a los trabajadores sobre el uso de carro manual |
| Golpes/cortes por objetos o herramientas | Posibles golpes con el equipo durante su utilización | Seguir las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones del equipo de trabajo. Se seguirán explicitamente las indicaciones descritas en el Manual de Instrucciones de los equipos de trabajo en cuanto a su utilización, mantenimiento, uso de equipos de protección individual, dispositivos de seguridad, etc Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar Se inculcará, fomentará y vigilará el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad impartidas en la formación de los trabajadores. |
| Sobreesfuerzos | Posible sobreesfuerzo debido a un mantemento inadecuado de carros | Informar y formar a los trabajadores sobre el uso de carros y mantenimiento de los mismos |

| Elemento asociado: | **INSTALACIÓN ELÉTRICA, CONTRAINCENDIOS Y EVACUACIÓN, ILUMINACIÓN DE EMERGENCIA.**<br>Las instalaciones presentes en el centro de trabajo no son titularidad de la empresa. Además de los riegos derivados de la actividad de su puesto de trabajo, cada trabajador/a está expuesto a los riegos derivados de su entorno que en su caso estarán contemplados en la correspondiente ficha de riesgos generales de este centro de trabajo o bien deberá ser aportada por la empresa titular del centro donde se desarrolle su actividad. En este apartado se indican unas medidas generales únicamente a título informativo. | |
|---|---|---|
| **Riesgo** | **Manifestación del Riesgo** | **Medida preventiva a aplicar** |
| Incendios | Posible falta de mantenimiento de la instalación electrica | El mantenimiento de todas las instalaciones eléctricas será realizado por un técnico especialista. No manipular si no se está autorizado. |
| | Señalización de vías y salidas de emergencia | Es necesario que desde todo punto ocupable se observe una señal de evacuación que dirija hacia la salida más próxima. |
| | Disponibilidad de extintores. Señalización. | No almacenar material en la vertical de los extintores, así como no colgar nada de los mismos.<br>Se debe mantener limpia y despejada la zona donde se encuentran los extintores, así como también evitar colgar nada de ellos.<br>Los extintores se mantendrán colgados a una altura no superior a 1,20 m y en ningún caso se deberán recorrer más de 15 m lineales para poder alcanzar uno.<br>Se mantendrán señalizados los extintores con panel cuadrado o rectangular de pictograma blanco y fondo rojo. La señalización debe estar colocada de forma que permita la fácil localización de los mismos.<br>Informar a los trabajadores sobre la ubicación exacta de los mismos. |
| Contactos eléctricos | Estado de aislamiento y protección de la instalación eléctrica | Se mantendrá señalizado el riesgo que supone el cuadro eléctrico |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

| | |
|---|---|
| **Elemento asociado:** | **ZONA DE TRABAJO: Instalaciones de la empresa-cliente.**<br>El centro de trabajo no es titularidad de STAR SERVICIOS., sino que pertenecen a la empresa-cliente. Además de los riegos derivados de la actividad de su puesto de trabajo, cada trabajador/a está expuesto a los riegos derivados de su entorno que en su caso estarán contemplados en la correspondiente evaluación de riesgos generales de este centro de trabajo o bien deberá ser aportada por la empresa titular del centro donde se desarrolle su actividad. En este apartado se indican unas medidas generales únicamente a título informativo. |

| Riesgo | Manifestación del Riesgo | Medida preventiva a aplicar |
|---|---|---|
| Incendios | Existe carga de fuego en el edificio (maderas, plásticos, restos de embalajes...). | Mantener el lugar de trabajo limpio y ordenado. Evitar la acumulación de residuos de forma no controlada.<br>No manipular el equipamiento eléctrico, ni trabajar con equipos averiados o con reparaciones "precarias".<br>Evitar en la medida de lo posible el uso de ladrones y/o tomas multiples.<br>No dejar llamas vivas sin supervisión (velas, incienso,...) |

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

En caso de emergencia:

1. **Permanezca sereno**

2. **Solicite ayuda primero a los responsables de emergencias de su centro de trabajo y si fuese necesario usted mismo llamando a los teléfonos que se acompañan en este documento.**

3. **Actúe decididamente pero sin precipitarse. Observe la situación antes de actuar.**

4. **En caso de atracos o actos violentos de terceros.**

    1. **No actuar como héroes, puede haber represalias contra el resto de compañeros.**

    2. **Permanecer pasivos, no hacer movimientos extraños.**

    3. **Procurar no llevar la contraria a el/los atracadores.**

| TELÉFONOS DE EMERGENCIA | |
|---|---|
| **EMERGENCIAS GENERALES** | **112** |
| **URGENCIAS MÉDICAS** | **061** |
| **INFORMACIÓN TOXICOLÓGICA** | **915620420** |
| **BOMBEROS** | **080** |
| **POLICÍA LOCAL** | **092** |
| **POLICÍA NACIONAL** | **091** |
| **GUARDIA CIVIL** | **062** |

Esta ficha es propiedad de la empresa arriba reflejada y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

## EN CASO DE INCENDIO

### SI DETECTA USTED UN INCENDIO

* Comunique la emergencia accionando pulsadores de alarma si los hubiese, o llamando al nº 112
* Si no consigue comunicar con el 112 llame al servicio de bomberos 080
* Si se encuentra capacitado y la intervención no entraña peligro, intente extinguir el fuego; si esto no fuese posible, desaloje la zona cerrando puertas y ventanas si la magnitud del fuego lo permite.

### SI SE ENCUENTRA ATRAPADO POR EL FUEGO

* Gatee, retenga la respiración y cierre los ojos cuando pueda; si es posible, tápese la boca con un pañuelo húmedo.
* Ponga las puertas cerradas entre usted y el humo. Tape las ranuras alrededor de las puertas y aberturas, valiéndose de trapos y alfombras. Mójelas si tiene agua cercana.
* Busque un cuarto con ventana exterior. Si puede ábrala levemente.
* Señale su ubicación desde la ventana y si lleva un teléfono llame a los bomberos y diga donde se encuentra.

## EN CASO DE EVACUACIÓN

* Desaloje inmediatamente las instalaciones
* Mantener la calma, no gritar, no correr.
* Obedezca las órdenes del personal de seguridad y emergencias.
* Camine con rapidez, pero sin correr.
* Utilice las vías de evacuación establecidas al efecto
* En caso de existir, no utilice los ascensores
* Si existe humo abundante, camine agachado.
* No se detenga ni retroceda para coger los objetos personales.
* Si es necesario colabore con la evacuación de personas discapacitadas o niños.
* Si se encuentra con alguna visita o cliente, acompáñela hacia el exterior

## EN CASO DE ACCIDENTADO EN LLAMAS

* Cubrir con una manta o chaqueta
* Enfriar con agua, no retirar ropa
* Trasladar urgentemente a un centro hospitalario

## USO DE EXTINTORES

* Descolgar el extintor, asiéndolo por la maneta o asa fija y dejarlo sobre el suelo en posición vertical.
* Asir la boquilla de la manguera del extintor y comprobar, en caso de que exista, que la válvula o disco de seguridad está en una posición sin riesgo para el usuario. Sacar el pasador de seguridad tirando de su anilla.
* Presionar la palanca de la cabeza del extintor y, en caso de que exista, apretar la palanca de la boquilla realizando una pequeña descarga de comprobación.
* Dirigir el chorro a la base de las llamas con movimiento de barrido. En caso de incendio de líquidos, proyectar superficialmente el agente extintor efectuando un barrido evitando que la propia presión de impulsión provoque derrame del líquido incendiado. * Aproximarse lentamente al fuego hasta un máximo de un metro.

## USO DE BOCAS DE INCENDIO EQUIPADAS

* Abrir la puerta o romper el cristal con un elemento contundente.
* Comprobar el manómetro (indicador de presión)
* Extender la manguera (Completamente en caso de BIE de 45)
* Intentar no doblar la manguera, en el caso de pasillos escaleras evitar ángulos bruscos que impidan el flujo del agua.
* Deje un bucle cerca de la lanza tal para perseguir el fuego que ha retrocedido
* Con una o dos personas, en caso de BIE de 45mm., sujetando la punta de la lanza abra la válvula poco a poco, para evitar golpes de ariete.
* Abra la válvula de la boquilla y espere la reacción brusca del agua. Las boquillas actuales permiten tres posiciones: chorro, niebla o cerrado. Utilizar la posición niebla o cono de agua, que además aumenta la seguridad del portador.

Esta ficha es propiedad de la empresa arriba reflejada y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

# FICHA INFORMATIVA DEL PUESTO DE TRABAJO

ibersys
Seguridad y Salud Laboral

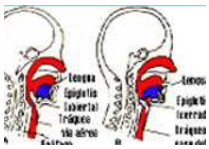
**PROTEGER** el lugar del accidente.
**AVISAR** a los servicios de emergencia.
**SOCORRER** a las víctimas.
Como primer paso el reconocimiento de signos vitales:
* Consciencia
* Respiración
* Pulso

**¡¡IMPORTANTE!! AL ACCIDENTADO DEBEMOS TRATARLE CON URGENCIA, NO TRASLADARLE CON URGENCIA**

## RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR

El ritmo en el boca a boca y masaje cardíaco es: **30 COMPRESIONES Y 2 INSUFLACIONES (100 por minuto)**

* Asegúrate que las vías respiratorias estén libres.
* Apoya hacia atrás la cabeza del accidentado.
* Mantén hacia arriba su mandíbula.
* Aplica los labios sobre la boca del accidentado e insufla aire obturándole la nariz.
* Si la boca de la víctima está cerrada y sus dientes apretados, tápale los labios con el dedo pulgar para evitar que el aire se escape al serle insuflado por la nariz.



## HEMORRAGIAS

* Aplica gasas o paños limpios sobre el punto sangrante.
* Si no cede, añadir más gasa y hacer más comprensión.
* Aprieta con los dedos encima de la arteria sangrante
* Tras un centro hospitalario

## HERIDAS

* No manipules la herida
* Lávala con agua y jabón
* No uses pomada
* Tapa con gasa estéril

## CONVULSIONES

* No impidas los movimientos
* Colócate tumbado donde no pueda hacerse daño.
* Impide que se muerda la lengua poniendo un pañuelo doblado entre los dientes

## QUEMADURAS

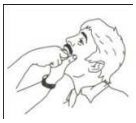
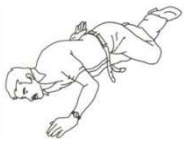
* Agua abundante en la zona quemada al menos 15 min.
* Quitar ropa, anillos, pulseras, etc… impregnadas de líquidos calientes
* No uses pomadas
* Cubre con gasa estéril
* Traslada a la víctima a un centro hospitalario

## DESMAYOS

* Coloca a la víctima en posición tumbada, con la cabeza más baja que el cuerpo.

## TÓXICOS

* Recaba información del tóxico (ficha de seguridad y etiqueta). En su defecto, o si requieres más información, llama al Servicio de Información Toxicológica: Telf. 91 562 04 20.
* Si hay signos de asfixia, haz la respiración artificial boca a boca.
* Colócalo en posición de seguridad y evita que se enfríe tapándolo con una manta.
* Trasládalo a un centro hospitalario.
* En caso de ingestión, si está consciente, provócale el vómito, salvo que la información del producto no lo aconseje (corrosivos, hidrocarburos..)

Esta ficha es propiedad de la empresa arriba reflejada y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado

Esta ficha es propiedad de la empresa reflejada al inicio y queda prohibida su reproducción, total o parcial, sin autorización previa de dicha Empresa para la cual ha sido elaborado