



INFORMACIÓN A LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS

PUESTOS DE TRABAJO:

- ADMINISTRATIVO/A
- AUXILIAR ADMINISTRATIVO/A

CENTRO DE TRABAJO: SEPEI CÁCERES



ÍNDICE

1. INFORMACIÓN A LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS	5
1.1. INFORMACIÓN RELATIVA A LOS LUGARES DE TRABAJO	5
1.2. INFORMACIÓN RELATIVA A LOS PUESTOS DE TRABAJO	15
1.3. INFORMACIÓN RELATIVA A LOS PRODUCTOS QUÍMICOS.....	21

1. INFORMACIÓN A LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS

1.1. INFORMACIÓN RELATIVA A LOS LUGARES DE TRABAJO

Lugar de Trabajo: PARQUE SEPEI CÁCERES

RIESGO: CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Escaleras de mano

- Revisar siempre antes de comenzar a utilizarlas su perfecto estado de uso, comprobando:
 - Estado de largueros y peldaños que no presentan roturas y que están correctamente ensamblados.
 - Sistemas de retención que eviten su apertura total (p. ej. cables, cadenas...) de las escaleras de tijera.
 - Articulaciones, trinquetes y sistemas de bloqueo... de las escaleras plegables que garantizan su estabilidad y posición.
 - Zapatitas antideslizantes.
- Las escaleras de mano deberán haber sido fabricadas de acuerdo a la norma UNE-EN 131.
- Colocar la escalera de mano de forma que su estabilidad durante su utilización esté asegurada. Los puntos de apoyo deben asentarse sólidamente sobre un soporte estable, de dimensiones adecuadas y resistente y adecuadamente inmovilizado, de forma que los peldaños queden en posición horizontal.
- Cuando se esté trabajando sobre una escalera no se intentará alcanzar puntos alejados de su eje vertical por la situación de inestabilidad que se puede producir. Lo correcto es bajar de la escalera, trasladarla desde el suelo hasta la vertical del punto que se desee trabajar y volver a subir.
- Impedir el deslizamiento de los pies de las escaleras de mano durante su utilización mediante la fijación de la parte superior o inferior de los largueros, ya sea mediante cualquier dispositivo antideslizante o cualquier otra solución de eficacia equivalente.
- Las escaleras de mano deberán tener la longitud necesaria para sobresalir al menos un metro del plano de trabajo al que se accede.
- El ascenso, el descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán siempre de frente a ellas. Las escaleras de mano se utilizarán de forma que se pueda tener un punto de apoyo y de sujeción seguro en todo momento.
- Cuando se tenga que transportar una carga a mano por una escalera de mano, se tendrá que hacer de modo que no impida una sujeción segura. Está prohibido el transporte y manipulación de cargas por o desde escaleras de mano cuando por su peso o dimensiones puedan comprometer la seguridad. Las escaleras de mano no pueden ser utilizadas por dos o más personas simultáneamente.
- En el ascenso y descenso las manos estarán libres para agarrarse a los peldaños.
- Se utilizarán de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante en el libro manual de instrucciones.
- Antes de subir, asegurarse que las suelas del calzado están libres de barro, aceite o grasa o cualquier otra sustancia resbaladiza que pueda poner en peligro el correcto apoyo de los pies sobre los peldaños.
- No emplear escaleras de mano y, en particular, escaleras de más de 5 metros de longitud, sobre cuya resistencia no se tengan suficientes garantías de seguridad. Está prohibido el uso de escaleras de mano de construcción improvisada.
- Las escaleras de mano deben ser revisadas periódicamente. Están prohibidas las escaleras de madera pintadas, por la dificultad que ello supone para la detección de sus posibles defectos.
- Las escaleras de mano deberán tener la resistencia y los elementos necesarios de apoyo y sujeción, o ambos, para que su utilización en las condiciones para las que han sido diseñados no suponga un riesgo de caída por rotura o desplazamiento. En particular, las escaleras de tijera dispondrán de elementos de seguridad tales como dos cadenas, dos cuerdas, dos tirantes, etc., que impidan su apertura total al ser utilizadas.
- Los trabajos a más de 3,5 metros de altura desde el punto de operación hasta el suelo que requieran movimientos peligrosos se realizarán con arnés de seguridad amarrado a elemento estable o sistema de seguridad equivalente.
- Antes de ubicar la escalera de mano para realizar los trabajos, asegurarse de que no puede ser golpeada por personas, equipos o vehículos. Acotar la zona en caso necesario.

- Las escaleras de mano simples, en la medida de lo posible, deberán colocarse formando un ángulo aproximado de 75° con la horizontal.

- Las escaleras con ruedas deberán inmovilizarse antes de acceder a ellas.

- Las escaleras de mano que estén operativas se revisarán periódicamente guardando registro escrito de dichas revisiones y se almacenarán preferentemente en posición horizontal, preferiblemente colgadas de soportes fijos, de forma que no supongan un obstáculo y protegidas de condiciones climáticas adversas, como humedad o temperaturas extremas (frío, calor, sol, lluvia, tiempo, etc.).

Las de madera, si se almacenan en el suelo se deberán colocar sobre unos tacos para aislarlas de la humedad.

Escaleras extensibles

- Las escaleras extensibles compuestas por varios elementos deben utilizarse de forma que la inmovilización recíproca de los mismos esté asegurada, asegurando la fijación y estabilidad de su posición para evitar caídas y movimientos intempestivos de los mismos.

Escaleras plegables o articuladas

- Además de los requisitos indicados en el apartado escaleras de mano, asegurar en su utilización el sistema de bloqueo de la articulación (tanto en la posición de tijera, como en la posición extendida).

- Aplicar los procedimientos de trabajo (con riesgos de caída a distinto nivel) específicos, que, teniendo en cuenta las características de estas situaciones, establezcan medidas de protección y seguridad posibles que minimicen los riesgos.

A través del siguiente enlace se puede descargar el díptico que el Servicio de Prevención tiene elaborado asociado al Riesgo de caídas a distinto nivel <https://www.dip-caceres.es/intranet-corporativa/prevencion-de-riesgos-laborales/informacion-en-prevencion.html>

Escaleras fijas

- El suelo de las escaleras será de materiales no resbaladizos o dispondrán de elementos antideslizantes.

- En los desplazamientos por escaleras fijas evitar las prisas y distracciones. No saltar peldaños (subir y bajar de uno en uno) y no transitar por la misma con objetos pesados y/o voluminosos que comprometan tu estabilidad.

- Al bajar o subir por las escaleras fijas, las manos se llevarán siempre fuera de los bolsillos del pantalón, chaqueta, cazadora, etc. agarrando con una de ellas el pasamanos.

- Utilizar calzado plano y con plantilla antideslizante.

- Garantizar un nivel de iluminación suficiente en la zona exterior de acceso al centro de trabajo.

- Mantener de forma permanente las escaleras fijas del centro libre de sustancias resbaladizas y despejadas (no almacenar objetos ni materiales en las mismas).

- En las escaleras descendentes es necesario señalar la zona del piso cercana a su primer escalón con un color distinto la superficie del equivalente a una huella o cambiar el material de dicha superficie, con el fin de evitar accidentes por caídas.

Otras medidas

- Para acceder a zonas elevadas con peligro de caídas a distinto nivel usar siempre equipos de trabajo estables, adecuados y debidamente certificados. Utilizar dichos equipos de trabajo según la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante. Mantener estabilizados los equipos de trabajo por fijación o por otros medios seguros cuando se tengan que utilizar.

- Queda prohibido utilizar sistema o equipo de construcción improvisada para acceder a lugares de trabajo elevados. Para acceder a lugares elevados utiliza elementos destinados a tal fin, evita usar elementos inestables (sillas, maquinaria, etc.) y no diseñados para el efecto, que no confieren la seguridad suficiente y pueden producirte una caída.

- No realizar operaciones en las proximidades de aberturas sin proteger.

- Cualquier trabajo realizado a más de 2 metros de altura respecto al suelo deberá estudiarse previamente, de forma que haya medidas de protección colectiva frente al riesgo de caída a distinto nivel o en su defecto, medidas de protección individual frente al riesgo de caída (arnés amarrado a punto resistente). Tener esto especialmente en cuenta en los techos de vehículos (respetando además los pesos máximos de los mismos y no pisar zonas no transitables), prácticas en gimnasio, torre de prácticas, vehículos, escalas... Seguir siempre los procedimientos implantados en el centro.

- Los puntos de anclaje instalados en el techo del Gimnasio deberán haber sido fabricados de acuerdo con los requisitos establecidos en la norma UNE-EN 795, debiendo sustituirlos en el caso contrario. Estos puntos de anclaje serán revisados de acuerdo con lo establecido en las instrucciones de su fabricante.

RIESGO: CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Extremar las precauciones al transitar por las instalaciones para evitar caídas y resbalones. Evitar las prisas y no correr.
- Realizar revisiones periódicas del suelo (permanecerá fijo, estable y no resbaladizo, sin irregularidades ni pendientes peliagrosas).
- Mantener el pavimento en perfecto estado procurando la reparación y/o sustitución de cualquier desperfecto que pudiera aparecer.
- No colocar objetos en las zonas de paso reduciendo su anchura, como sucede en el Vestuario de Intervención por colocar mochilas, macutos, etc. en los pasillos entre percheros o colgadores, reduciendo su anchura mínima, lo que incrementa la probabilidad de sufrir lesiones por caídas al mismo nivel o por choques contra objetos inmóviles.
- No colocar cables cruzando vías de paso. En caso necesario alerta al resto para evitar caídas o tropezones. En instalaciones fijas, disponer los cables protegidos en canaletas o pasacables. En la medida de lo posible, conectar equipos eléctricos orientando su cableado de forma que no invada vías de paso.
- Eliminar cuanto antes los derrames de agua y sustancias resbaladizas que se produzcan en el centro. Señalizar las zonas mojadas mediante señalización de advertencia de peligro de caída o resbalón.
- Cuando se detecten encharcamientos procedentes de las bombas del vehículo en el suelo del hangar, eliminarlos cuanto antes dirigiendo el agua con cepillo o similar hacia los sumideros.
- Eliminar cuanto antes los derrames de agua y sustancias resbaladizas que se produzcan en el centro. Señalizar las zonas mojadas mediante señalización de advertencia de peligro de caída o resbalón.
- Extremar las precauciones al transitar por el patio exterior del nuevo almacén cuando se detecten en el suelo acumulaciones o charcos de agua. Se deberán disponer canaletas con rejillas y sumideros para drenar estas acumulaciones o charcos y evitar que se produzcan.
- Eliminar o comunicar cuanto antes la existencia de resaltes u obstáculos que pueda haber en el suelo de las zonas de paso.
- Procurar tener tapadas las arquetas de toma de agua y tapas de registro.
- Mantener en todo momento el orden y la limpieza en los locales y áreas de trabajo donde se realice cualquier tipo de tarea. Al finalizar la jornada laboral, recoger todo el material y las herramientas que hayan sido utilizadas. Depositar los restos, desechos y desperdicios en recipientes adecuados.
- La limpieza del centro de trabajo por métodos húmedos se realizará preferentemente cuando no haya trabajadores en las instalaciones; en caso contrario, señalar la presencia de suelo resbaladizo utilizando los carteles existentes en el cuarto de limpieza de "suelo mojado".
- El orden es fundamental para evitar caídas, golpes y tropiezos. Mantener las vías de circulación y salidas al exterior libres de obstáculos respetando la anchura de los mismos, para facilitar, en la medida de lo posible, el paso simultáneo de personas y equipos de transporte de cargas y prevenir las caídas, respetando la necesaria distancia de seguridad.
- Prestar atención a posibles restos de grasas, aceites y alimentos en el suelo de la cocina, pues lo harían especialmente resbaladizo. Retirarlos del suelo a la mayor brevedad.
- Si la iluminación es insuficiente por donde se transita o se tenga que realizar algún tipo de tarea, utilizar medios auxiliares y ponerlo en conocimiento del superior inmediato para que sea corregido cuanto antes.
- Las operaciones de limpieza no deben constituir una fuente de riesgo, por lo que se procurará hacerlas en los momentos, de la forma y con los medios más adecuados. Señalar la zona afectada para evitar el tránsito de personas y depositar los desperdicios en los recipientes apropiados.
- Prestar la atención suficiente en los desplazamientos por el centro de trabajo, evitando en todo momento ir corriendo, efectuar movimientos bruscos, etc.
- Al transportar materiales y objetos manualmente, evitar sobrecargarse de forma que la carga pueda obstaculizar por dónde se transita por tratar de hacer menos viajes.
- Prestar atención a los desniveles e irregularidades en el suelo. Extremar las precauciones en los desplazamientos por suelos mojados y resbaladizos y en las zonas exteriores donde pueden existir irregularidades en el terreno natural o en el pavimento.

- En época de lluvias, extremar las precauciones al transitar por las zonas húmedas exteriores, como p. ej. el patio exterior del nuevo almacén o las inmediaciones a las entradas al hangar de vehículos, especialmente cuando se detecten en el suelo acumulaciones o charcos de agua, caminando más despacio dando pasos cortos, con la punta de los pies orientadas hacia afuera para tener una mayor base de sustentación y levantándolos poco del suelo.

- Utilizar los felpudos y paragüeros en época de lluvia para minimizar la dispersión de restos de agua por el suelo.

- Disponer de enrolladores suficientes para mantener las mangueras debidamente recogidas después de usarlas.

A través del siguiente enlace se puede descargar el díptico que el Servicio de Prevención tiene elaborado asociado al Riesgo de caídas al mismo nivel <https://www.dip-caceres.es/intranet-corporativa/prevencion-de-riesgos-laborales/informacion-en-prevencion.html>

RIESGO: CAÍDA DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBE

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- No permitir la presencia de personas debajo de las cargas elevadas con el polipasto.

Almacenamientos

- Si se detectase un almacenamiento inestable o alguna deficiencia estructural en las estanterías o armarios del centro de trabajo, avisar al responsable para que se subsane la deficiencia. No se utilizarán hasta que el problema se solucione.

- Evitar los almacenamientos en forma de torre. La relación entre la base y la altura de un almacenamiento no será superior a 1:3 cuando no estén apoyados sobre una pared o muro y de 1:4 cuando sí lo estén, exista una unión buena y una fricción buena entre las superficies de las cajas del apilamiento.

- Los apilamientos más seguros son los de forma de pirámide, de forma que las cajas de la fila superior descansen sobre la cuarta parte de las cajas de la fila inferior.

- Los almacenamientos de cajas de cartón deberán aislarse del suelo colocándolos sobre una paleta de madera, para evitar que la humedad pueda deformar la caja más inferior en contacto con el suelo y provocar el desplome del apilamiento.

- Mantener en todo momento el orden y la limpieza en las instalaciones, colocando los objetos almacenados de forma estable, evitando sobrecargas que pueden deformar la estructura de las estanterías.

- Prestar especial atención a las zonas de los lugares de trabajo señalizados, incluidas en la evaluación, en las que exista riesgo de caída de objetos.

Estanterías, armarios y archivadores

- Informar al superior jerárquico sobre aquellas anomalías que se detecten en las estanterías.

- Respetar los carteles informativos colocados en las estanterías y las instrucciones dadas por el fabricante en relación a la carga máxima por nivel, distribución y separación entre niveles.

- No modificar la estructura de las estanterías, pues, en caso de que fuera necesario, deberá realizarla personal cualificado.

- No sobrecargar estanterías y armarios y distribuir las cargas adecuadamente, teniendo en cuenta que los objetos depositados en las estanterías y armarios no deben sobresalir.

- En el acceso a zonas elevadas, hacer uso de los equipos adecuados, sin trepar por las estanterías ni improvisar el ascenso con elementos no diseñados de forma específica para este fin.

- Recordar que la legislación prohíbe expresamente el transporte y la manipulación de cargas desde escaleras de mano cuando su peso o dimensiones puedan comprometer la seguridad del propio trabajador o de algún compañero.

- Agrupar correctamente los materiales, no realices almacenamientos inestables. Almacenar las cajas contra la pared o en forma piramidal, respetando alturas máximas de apilamiento.

- No trepar nunca por las baldas de una estantería o armario.

- Si una estantería, armario o archivador comienza a caer, no intentar nunca frenarlo.

- Las estanterías, armarios y archivadores estarán arriostrados a la pared o al suelo.

- Es conveniente organizar el almacenamiento en las estanterías en función del peso y volumen de los objetos y su frecuencia de manipulación, de forma que los objetos menos voluminosos, más ligeros y que se manipulen con poca frecuencia se coloquen en los estantes más altos y los más pesados y voluminosos de escasa frecuencia de

manipulación en los más bajos, dejando los centrales para los objetos de peso y volumen intermedio que se manipulen con mayor frecuencia.

Puertas y portones

- No invadir el área de influencia de los portones de apertura vertical: esperar a que termine su movimiento de subida y bajada sin posibilidad de bajada intempestiva antes de cruzar a través de ellos.

Si se detectasen anomalías en su funcionamiento, comunicarlo cuanto antes al responsable.

- Entrar y salir del hangar por la puerta que comunica con el pasillo del edificio principal; nunca por las entradas destinadas exclusivamente a los vehículos.

- Efectuar el mantenimiento y revisiones periódicas previstas por el fabricante de los portones para garantizar su funcionamiento seguro, así como las reparaciones necesarias en caso de que en las mismas se detecte algún defecto, avería, anomalía o mal funcionamiento de los mismos.

- Los portones tipo corredera, disponen de carriles para su rodadura, así como topes que evitan su salida. Si se detectase fallos en su desplazamiento o elementos estructurales en mal estado, comunicarlo cuanto antes al responsable para su reparación en condiciones de seguridad.

RIESGO: CAÍDA DE OBJETOS DESPRENDIDOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- No almacenar o colocar objetos en la parte superior de las taquillas, muebles, estanterías y armarios incluidos los de las BIE de 45 mm.

- Los trabajadores que tengan que entrar y salir del hangar deberían hacerlo por la puerta que comunica con la sala de comunicación o emisora; nunca por las entradas principales destinadas exclusivamente a los vehículos.

- En el caso de que se detecte algún tipo de deficiencia en algún elemento situado a más de 2 m de altura del suelo, que pueda soltarse y caer a un nivel inferior, comunicarla cuanto antes a su superior inmediato.

- La abertura que tiene que haber desde el suelo o desde los peldaños de la escalera fija hasta la parte inferior del rodapié de una barandilla de seguridad reglamentaria, no será superior a 6 mm.

- Los objetos longitudinales tales como escaleras de mano, listones, tubos, etc. se colocarán en posición horizontal en el suelo o verticalmente apoyados sobre una pared, en cuyo caso deberán sujetarse con una cuerda o cadena o introducirlos en un bastidor (caja provista de barandilla perimetral), que evite su caída accidental.

- Los útiles de limpieza se colocarán en posición vertical metidos en una caja o bastidor o sujetos a la pared con pinzas de plástico.

- En el caso de paletas de madera y otros objetos de forma similar, se colocarán en posición horizontal sobre el suelo. Si no hubiera espacio suficiente, colocarlos verticalmente, pero metidos en un bastidor.

- Eliminar la abertura vertical de la contrahuella de los escalones de las escaleras fijas situados a más de 2 metros de altura del suelo, colocando una chapa metálica con el fin de evitar la posible caída a un nivel inferior de un objeto situado en el escalón y pueda alcanzar a algún trabajador.

- Retirar los objetos situados en la parte superior de las estanterías, especialmente los que son de un tamaño mayor que las baldas en la que están colocados.

- Colocar los objetos de mayor tamaño de forma que no sobresalgan de las baldas de las estanterías o, en caso de que no sea posible, colocarlos en las baldas más inferiores.

- Las estanterías, armarios, archivadores... estarán sujetos a la pared para evitar su posible caída.

- En las estanterías deberá estar señalizada su carga máxima la cual deberá ser siempre respetada.

- Revisar el estado de las estanterías periódicamente. Cuando detecte algún defecto o deficiencia que pudiera provocar una lesión, se lo deberá comunicar al superior jerárquico inmediato para que lo corrija o la sustituya.

- No invadir el área de influencia del polipasto cuando se realicen operaciones de carga-descarga de material.

RIESGO: GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Mantener el entorno de trabajo despejado para evitar choques con elementos fijos.

- En la realización de maniobras con los vehículos, extremar las precauciones y, si fuese necesario, pedir la ayuda de un encargado de señales para que pueda orientarle desde el exterior en las maniobras.

- No almacenar objetos delante de los cuadros eléctricos, extintores de incendio, salidas al exterior, etc., para que su acceso sea fácil y rápido.
- Mantener siempre despejados y en adecuadas condiciones de orden y limpieza el entorno de trabajo, las vías de circulación, salidas y escaleras del centro respetando la anchura de los mismos para facilitar, en la medida de lo posible, el paso simultáneo de las personas y los equipos de transporte de cargas y prevenir los golpes contra objetos y las caídas, manteniendo la necesaria distancia de seguridad.
- Si la iluminación es insuficiente por donde haya que transitar o realizar algún tipo de tarea, utilizar medios auxiliares y ponerlo en conocimiento del superior inmediato jerárquico para que sea corregido cuanto antes.
- Prestar la atención suficiente en los desplazamientos por el centro de trabajo, evitando en todo momento ir corriendo, efectuar movimientos bruscos, etc.
- Al transportar materiales y objetos manualmente, evitar sobrecargarse de forma que la carga pueda obstaculizar por dónde se transita por tratar de hacer menos viajes.
- Al transitar por el centro de trabajo, prestar atención al recorrido para poder detectar resaltes, objetos, desniveles, cambios de pavimento...
- Los desplazamientos por el centro de trabajo deberán efectuarse con la precaución necesaria, mirando siempre en la misma dirección del movimiento y siempre antes de iniciarlo, en prevención de posibles accidentes.
- Situar las cajoneras de la mesa o escritorio en el lado contrario por el que se accede a la silla. Si esto no fuera posible, mantener los cajones siempre cerrados después de utilizarlos.
- Retirar los pivotes o bolardos que se encuentran en el suelo en las proximidades de la cocina o, en caso de que no sea posible, señalarlos con franjas alternas del mismo ancho de color amarillo fuerte y negras, inclinadas 45° con respecto a la horizontal, con el fin de que sea más fácil visualizarlos y chocar contra ellos.
- Todas las tabiques y puertas transparentes o translúcidas y acristaladas que estén en las proximidades de las vías de circulación o de los puestos de trabajo, se señalarán con una banda adhesiva de color rojo de un ancho mínimo de 10 cm, a una altura del suelo entre 0,7 y 1,5 m.
- Señalizar en el suelo con bandas de 10 cm de ancho, de color blanco o amarillo las zonas destinadas a los almacenamientos. Los objetos no se colocarán fuera de las zonas destinadas a los almacenamientos o sobresaliendo de las mismas a los pasillos.

RIESGO: CONTACTOS TÉRMICOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Orientar siempre los mangos de la cazuela y sartenes hacia el interior de la cocina.
- Utilizar guantes o manoplas de manga larga acordes con la norma UNE-EN 407 cuyo nivel de rendimiento frente al calor por contacto sea como mínimo de 250 °C (un 2 en la segunda cifra de las seis de los niveles de rendimiento que figuran debajo del pictograma o símbolo en forma de una llama), para evitar las quemaduras al manipular cazuelas con mango metálico desprovistas de material aislante contra el calor o para extraer las bandejas del horno o volverlas a introducir.

RIESGO: CONTACTOS ELÉCTRICOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- No manipular las instalaciones y equipos eléctricos salvo las operaciones elementales, tales como conectar y desconectar en instalaciones de baja tensión, con material eléctrico concebido para su utilización inmediata y sin riesgos por parte del público en general. En cualquier caso, estas operaciones deberán realizarse por el procedimiento normal previsto por el fabricante y previa verificación del buen estado del material manipulado.
- Las masas o partes conductoras de la electricidad de las máquinas y herramientas que no sean de doble aislamiento, dispondrán de su conexión a la toma de tierra y la base de enchufe estará protegida con un interruptor diferencial.
- Prohibir la manipulación de aparatos, cuadros e instalaciones eléctricas con las manos húmedas o mojadas o pisando sobre suelos encharcados, muy húmedos o metálicos.
- No sobrecargar las tomas de corriente. Si necesitas enchufar a más de un aparato a una misma toma de corriente es posible utilizar una base multienchufes en vez de ladrones o triples, pero sin aprovechar una de sus tomas para conectar otra base multienchufe más para evitar la sobrecarga de la instalación eléctrica. No improvisar empalmes ni conexiones, aunque sea de forma provisional.

- Revisar periódicamente el aislamiento de los conductores eléctricos de alimentación de receptores eléctricos, multienchufes o alargadores. En el caso de encontrar algún defecto en algún conductor no se repararán con cinta aislante, ya que con el tiempo se seca, pierde su poder adhesivo y absorbe la humedad constituyendo un peligro aún mayor.
- Para desenchufar los equipos eléctricos tirar del enchufe nunca del cable.
- Cuando se utilice una alargadera, desenrollar su cable para evitar sobrecalentamientos; colocando el cable de forma que no se pueda tropezar con el mismo.
- No depositar vasos con líquido sobre ordenadores, impresoras u otros aparatos eléctricos.
- Para evitar la acumulación de cargas electrostáticas:
 - Eliminar o reducir los procesos de fricción
 - Utilizar materiales antiestáticos.
 - Con el fin de evitar diferencias de potencial, establecer la conexión equipotencial entre el aparato y los materiales conductores susceptibles de adquirir carga y efectuar la puesta a tierra de todos directamente o a través de dicha conexión equipotencial con uno de ellos que esté conectado a tierra.
 - Utilizar los dispositivos específicos para la eliminación de cargas electrostáticas.
- Emplear con racionalidad los equipos alimentados con electricidad, sin manipular las instalaciones, ni alterar ni retirar las puestas a tierra ni los aislamientos de las partes activas de los diferentes equipos, instalaciones y sistemas.
- Prestar especial atención a los calentamientos anormales de los equipos e instalaciones eléctricas (cables, motores, armarios, etc.), así como cuando comience a oler a quemado, sensación de hormigueo o chispazos. En estos casos desconectarlos de inmediato y notificarlo a tu superior inmediato cuanto antes, colocando el equipo en un lugar seguro y señalizando que está averiado hasta que sea revisado y/o reparado.
- Apagar el interruptor de marcha-paro antes de desconectar un equipo o máquina.
- No hacer uso de alargadores sin conductor de protección para la alimentación de receptores con toma de tierra (de clase 1). En todo caso, evitar el paso de personas o equipos por encima de los cables para evitar tropiezos y el deterioro del aislante; protegerlos con canaletas o pasacables de suficiente resistencia o colocarlos elevados.
- No utilizar instalaciones eléctricas mojadas ni con las manos mojadas.
- Evitar las salpicaduras de líquidos en los aparatos eléctricos. No exponer los aparatos eléctricos al agua de lluvia (al menos que estén diseñados para ello). No mojarlos ni al usarlos o al efectuar su mantenimiento; desconectarlos antes.
- Las puertas de los armarios de los cuadros eléctricos deberán estar permanentemente cerradas, con el fin de evitar sobrecargas o cortocircuitos por la humedad que puede haber en el local en el que están ubicados. Asimismo, en la puerta de dichos armarios se señalará el riesgo eléctrico mediante la señal en forma de panel de advertencia de dicho riesgo.
- Los dispositivos de protección (interruptor diferencial y magnetotérmicos) de los cuadros eléctricos dispondrán de placas o rótulos en los que se indiquen el(los) circuito(s) que protegen.
- Proteger con capuchones aislantes los bornes positivo y negativo de las baterías del grupo electrógeno.

A través del siguiente enlace se puede descargar el díptico que el Servicio de Prevención tiene elaborado asociado al Riesgo eléctrico <https://www.dip-caceres.es/intranet-corporativa/prevencion-de-riesgos-laborales/informacion-en-prevencion.html>

RIESGO: EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS O TÓXICAS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Abrir obligatoriamente los portones del hangar antes de arrancar el motor de los camiones o vehículos, sacándolos cuanto antes al exterior y mantener abierto el citado portón durante al menos 10 minutos incluso después de haberlos extraído, con el fin de favorecer la ventilación natural del ambiente de trabajo y evitar la acumulación de gases de combustión.
- Realizar las prácticas y revisiones realizadas con los motores en marcha de los equipos de trabajo (motosierras, motobombas, grupos electrógenos, tronzadoras, vehículos o camiones, etc.) en el exterior del hangar. Sólo en el caso de que tuviera que estar en marcha durante un tiempo muy reducido, se dejarán dentro, pero con los portones del hangar situados justo delante y detrás del vehículo o equipo, totalmente abiertos. En caso de que no fuera posible, conectar una conducción a la salida del tubo de escape hasta el exterior del hangar.

- En relación a los productos químicos, consultar siempre antes de utilizarlo, especialmente la primera vez, su ficha de datos de seguridad y seguir las recomendaciones/medidas de protección indicadas en la misma. Esta ficha deberá estar en las proximidades de donde se almacenen o se utilicen los productos químicos.

- La toma de aspiración del aire del compresor para la recarga de las botellas de aire comprimido de los Equipos de Respiración Autónoma (ERA), se situará en un lugar que permita garantizar la calidad del aire aspirado.

- Las botellas de aire comprimido deberán almacenarse las llenas separadas de las vacías y deberán identificarse cada una de ellas con un letrero adhesivo en el que se indique "LLENA" o "VACÍA" para no confundirlas.

RIESGO: CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Antes de realizar el trasvase de un recipiente a otro de un producto químico, deberá colocarse en el segundo recipiente una etiqueta de idénticas características que la del recipiente original, con el fin de evitar accidentes por no poder identificar el contenido. Nunca se emplearán recipientes usados habitualmente para contener bebidas (agua, refrescos, vino, etc.).

- Efectuar el trasvase con un manguito provisto de una pera, bomba manual de pie o bomba automática; no realizarlo nunca mediante vertido libre por los riesgos de respirar los vapores y de poderse verter y alcanzar las manos o cualquier otra parte del cuerpo, utilizando los EPI indicados en la Ficha de Seguridad.

RIESGO: EXPLOSIONES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Disponer en la puerta de acceso al local de recarga de baterías de aire comprimido la placa o rótulo identificativo de la instalación de la que se trata: "LOCAL DE RECARGA DE BOTELLAS DE AIRE COMPRIMIDO", la señal en forma de panel de prohibido el paso a toda persona ajena y la señal en forma de panel de advertencia de riesgo de explosión.

RIESGO: INCENDIOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los extintores de incendios estarán siempre colocados sobre soportes fijados a paramentos verticales de forma que su parte superior o asa de transporte esté situada a una altura comprendida entre 0,80 m y 1,20 del suelo. Así mismo, deberá estar indicada su situación mediante una señal en forma de panel específica para este equipo de lucha contra incendios.

- Instrucciones para el uso de extintores:

- Escoger el extintor más adecuado para la clase de fuego. Combustibles sólidos, extintor de clase A; líquidos y sólidos grasos, extintor de clase B; gases y vapores, extintor de clase C.
- Tirar del precinto de seguridad.
- Dirigir el chorro del extintor hacia la base de las llamas en el caso de que sea un fuego de sólidos. Si fuera de líquidos el ángulo de ataque tiene que ser menos pronunciado, para que el agente extintor caiga sobre el líquido que está ardiendo.
- Mover en zigzag la palanca de descarga del extintor.
- Tener disponible otro extintor para poder continuar si fuera necesario.

- Instrucciones que debe facilitar a sus trabajadores para la actuación en caso de emergencia:

- Tener conocimiento de la vía de evacuación más próxima.
- Evitar volver a recoger objetos personales una vez iniciada la evacuación.
- En el caso que la propia ropa ardiera, tirarse al suelo y rodar.
- Guiar a las posibles visitas durante la evacuación.
- Seguir las instrucciones del responsable de emergencia.
- Respetar la señalización de evacuación.

- Mantener en todo momento en los lugares de trabajo en buen estado de orden y la limpieza.

- No situar materiales combustibles, ni productos inflamables próximos a las fuentes de alumbrado o calefacción.

- Realizar los trabajos en emplazamientos con riesgo de incendio siguiendo los procedimientos que se hayan elaborado al objeto de reducir al mínimo este riesgo. Para ello, limita y controla la presencia de sustancias inflamables en la zona de trabajo y evita la aparición de focos de ignición.

- Evitar la producción de llamas y chispas en emplazamientos con riesgo de incendio.

- No utilizar estufas o calefactores de aire de resistencia.
- Vigilar los aparatos eléctricos de calefacción y calentamiento y mantener las sustancias combustibles lejos de los mismos.
- Mantener en perfecto estado la instalación eléctrica.
- Desconectar los equipos eléctricos una vez finalizada la jornada de trabajo, extremando las precauciones con los radiadores eléctricos.
- Recordar que está prohibido fumar en el lugar de trabajo; no arrojar colillas encendidas al suelo, papeleras o contenedores de basura.
- No obstaculizar el acceso a los medios de protección como extintores, cuadros eléctricos, salidas al exterior, tomas de agua, etc. No utilizar los extintores de incendio para otros usos no previstos (como por ejemplo percheros...).
- La distancia mínima libre desde la parte superior de los objetos almacenados en las estanterías a la cubierta del almacén, deberá ser al menos de 1 m.

COCINA

- Limpieza de la cocina para garantizar la higiene, en especial de los fogones y campanas extractoras.
- Extremar las precauciones en el uso de la cocina en el parque. Evitar descuidos en su utilización y cortar los fogones de la cocina siempre después de su uso.
- No accionar la llave de corte de gas de un fogón hasta que no disponga del mechero o las cerillas para poder encenderlo.

A través del siguiente enlace se puede descargar el díptico que el Servicio de Prevención tiene elaborado asociado a este riesgo <https://www.dip-caceres.es/intranet-corporativa/prevencion-de-riesgos-laborales/informacion-en-prevencion.html>

RIESGO: INCENDIO POR FACTORES DE IGNICIÓN

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los recipientes para transportar la gasolina para repostar las motosierras, motobombas, grupos electrógenos..., deberán estar homologados y que, en la codificación indicada en su certificado de homologación, así como en cada uno de los recipientes, la presión de prueba será superior a 110 kPa (presión de vapor de la gasolina a una temperatura de 50 °C), ya que, en caso contrario, deberá disponer de válvula de venteo, con el fin de evitar que puedan reventar por sobrepresión.



- Estos recipientes caducan a los 5 años de su fecha de fabricación la cual debe venir grabada en los mismos (en la foto es septiembre de 2010).

- Todos los recipientes para transportar gasolina en los camiones de intervención deberán estar señalizados con los símbolos o etiquetas establecidos en el apartado 5.2.2 del ADR: la señal de peligro de clase 3: líquido inflamable y la de peligroso para el medio ambiente como las de la figura.



UN 1203

RIESGO: EVACUACIÓN DIFÍCIL EN CASO DE INCENDIO

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los equipos autónomos de alumbrado de emergencia deberán ser revisados cada dos meses, comprobando el correcto funcionamiento de los pilotos de señalización, así como de la luminaria, simulando un corte en el suministro del fluido eléctrico.

Así mismo, mantener el corte de suministro durante al menos 1 hora, para comprobar el buen estado de la batería y así prolongar su vida útil.

- Disponer en todas las dependencias que cuenten con una única puerta de salida, la señal en forma de panel de salvamento o socorro con el texto de "SALIDA DE EMERGENCIA". Esta señal será fotoluminiscente de forma que sean visibles en la oscuridad.

- Mantener las vías y salidas de evacuación libre de objetos que dificulten su tránsito en caso de emergencia- evacuación.

- Es necesario estar al corriente de las medidas de emergencia y evacuación del centro de trabajo incluidas en el documento "Medidas de emergencia".
- Seguir las instrucciones que los diferentes miembros que conforman los equipos de emergencia y evacuación puedan darte ante una situación de emergencia y evacuación.
- Todos los que formen parte de algún equipo de emergencia y evacuación deben conocer bien las funciones a realizar en caso de emergencia y evacuación.

RIESGO: ACCIDENTES DEBIDOS A ANIMALES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Cuando se observe a alguno de los perros de las unidades caninas suelto por el parque sin su cuidador en las proximidades y sin llevar puesto el bozal en la boca, avisar a dicho cuidador cuanto antes de esta situación, y en el caso de que sea un animal que no les conozca, para mayor seguridad, intentar ir cuanto antes al interior de la edificación más próxima para evitar que les pueda morder.
- Siempre antes de ponerse una chaqueta, mono o cubrepantalón lo sacudan una o dos veces y que, asimismo, volteen las botas de protección para evitar que, en el caso de que haya un animal o insecto en su interior, le pueda morder o picar
- En el caso de que el muelle de la puerta de acceso al vestuario de intervención desde el hangar estuviera estropeado, tener la precaución de mantener su puerta de acceso permanentemente cerrada y así evitar la posible entrada de roedores.

RIESGO: ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Tanto en la vía pública como en los accesos al centro, zona exterior y hangar, prestar la mayor atención al tránsito, salida y entrada del vehículo. Andar siempre por las zonas destinadas a peatones. Cruzar por los lugares habilitados y nunca hacerlo por zonas con ángulos muertos.
- Aparcar los vehículos en lugares habilitados para ello, echar el freno de mano del vehículo y calzarlo en el caso de aparcarlo en una zona con pendiente.
- En el caso de que el conductor del vehículo necesite que le ayuden en las maniobras, el compañero que se la proporcione se ubicará en un lugar seguro desde el que el conductor pueda verle en todo momento y seguir sus indicaciones.
- Utilizar chaleco o ropa de alta visibilidad en zonas con tránsito de vehículos.
- El acceso y permanencia en el hangar de vehículos se realizará con chaleco de alta visibilidad o ropa de trabajo con elementos reflectantes.
- En el hangar se circulará como máximo a 10 km/h debiendo estar señalizado.
- Disponer en los accesos exteriores del centro señal en forma de panel de advertencia de entrada y salida de camiones y la señal de tráfico de limitación de velocidad de 20 km/h.
- Evitar el paso de peatones a lo largo de los portones del hangar de camiones y vehículos.
- Delimitar las zonas destinadas a la realización de prácticas con vallas tipo ayuntamiento o similares.

1.2. INFORMACIÓN RELATIVA A LOS PUESTOS DE TRABAJO

Puesto de Trabajo: ADMINISTRATIVO/A –AUXILIAR ADMINISTRATIVO/A

RIESGO: CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Escaleras de mano

- Siempre que se necesite alcanzar alguna parte alta de una estantería o armario, se utilizará una escalera de mano, nunca se efectuará utilizando una silla, mesa, etc. por el riesgo de caída que conlleva.
- No utilizar una escalera que, tras haberla revisado antes de utilizarla, presente algún defecto.
- En el ascenso y descenso las manos estarán libres para agarrarse a los peldaños.
- Se prohíbe el transporte y manipulación de cargas por o desde escaleras de mano cuando por su peso o dimensiones pueda comprometer la seguridad del trabajador. Si fuera necesario subir algún objeto pesado y/o voluminoso, se atará con una cuerda y lo subirá el trabajador que haya ascendido previamente por la escalera.
- Antes de utilizar una escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad. La base de la escalera debe quedar sólidamente asentada. Las escaleras de tijera estarán provistas de dos cadenas, cables o cintas que impidan su apertura total, y se mantendrán completamente abiertas durante su uso.
- No situarse nunca "a caballo" en las escaleras de tijera.
- Cuando se esté trabajando sobre una escalera, no se intentará alcanzar puntos alejados del eje vertical de la escalera por la situación de inestabilidad que se producir. Lo correcto es bajar de la escalera, trasladarla desde el suelo hasta la vertical del punto que se desee trabajar y volver a subir.

RIESGO: CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- No colocar cables cruzando vías de paso. En caso necesario alerta al resto para evitar caídas o enganchones. En instalaciones fijas, recoger los cables con canaletas o salvacables. En la medida de tus posibilidades, si conectas equipos que utilicen energía eléctrica, orienta su cableado de forma que no invada vías de paso.
- Recoger cualquier vertido a la mayor brevedad posible. Señalizar las zonas mojadas mediante señalización de advertencia de peligro de caída.
- La limpieza del centro de trabajo por métodos húmedos se realizará preferentemente cuando no haya gente en las instalaciones; En caso contrario, señalar la presencia de suelo resbaladizo utilizando los carteles existentes en el cuarto de limpieza de "suelo mojado".
- Mantener las zonas de circulación y salidas libres de obstáculos respetando la anchura de los mismos.
- No sobrecargarse al transportar objetos manualmente de forma que le impidan ver por dónde camina.
- En el caso de derrames o presencia de sustancias deslizantes (barro, grasa, hielo, nieve, escarcha, etc.) en el suelo, será necesario que caminen más despacio dando pasos cortos, con la punta de los pies orientadas hacia afuera para tener una mayor base de sustentación y levantándolos poco del suelo.
- Cuando tenga que transportar manualmente equipos de trabajo o cualquier objeto (cajas, carpetas...), deberá efectuar una distribución adecuada de los mismos para evitar que le puedan impedir ver por dónde caminan por tratar de hacer menos "viajes".

RIESGO: CAÍDA DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBE

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Se evitarán los almacenamientos de mucha altura y de base reducida (torre), siendo mucho más seguros los de base de dimensiones mayores que la altura (pirámide), de forma que no coincidan las cuatro esquinas de los objetos, sino que las de los objetos superiores estén a 1/4 de la esquina de los objetos inferiores.
- No trepar nunca por las baldas de una estantería o armario.

- Si una estantería, armario o archivador comienza a caer, no intentar nunca frenarlo.
- Las estanterías, armarios y archivadores estarán arriostrados a la pared o al suelo.
- Es conveniente organizar el almacenamiento en las estanterías en función del peso y volumen de los objetos y su frecuencia de manipulación, de forma que los objetos menos voluminosos, más ligeros y que se manipulen con poca frecuencia se coloquen en los estantes más altos y los más pesados y voluminosos de escasa frecuencia de manipulación en los más bajos, dejando los centrales para los objetos de peso y volumen intermedio que se manipulen con mayor frecuencia.
- Se debe evitar la manipulación de cargas a más de 25 cm de altura sobre la cabeza, siendo conveniente que no sobrepase nunca la altura de los hombros.

RIESGO: CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Antes de manipular manualmente una carga, comprobar si está libre de sustancias resbaladizas, aristas vivas o afiladas y si sus mangos, asas y empuñaduras, en el caso de que disponga de ellos, están en perfecto estado de uso. Usar guantes de seguridad en los casos que presente aristas vivas o afiladas.
- Agarrar siempre las cargas a transportar con la palma de la mano, nunca con la punta de los dedos.
- Transportar las cargas con los brazos extendidos y lo más pegados posible al cuerpo.
- Al transportar materiales y objetos manualmente, evitar sobrecargarse de forma que la carga pueda obstaculizar por dónde se transita por tratar de hacer menos viajes.
- A través del siguiente enlace se puede descargar el díptico que el Servicio de Prevención tiene elaborado asociado a la Manipulación Manual de Cargas. <https://www.dip-caceres.es/intranet-corporativa/prevencion-de-riesgos-laborales/informacion-en-prevencion.html>

RIESGO: CAÍDA DE OBJETOS DESPRENDIDOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- No colocar objetos en la parte superior de las estanterías, armarios, etc.

RIESGO: GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Evitar acopiar materiales u objetos en las zonas de paso, aunque sea de manera temporal.
- Situar las cajoneras de las mesas al lado contrario del acceso a tu puesto. Mantener los cajones cerrados si no puedes modificar la ubicación de las cajoneras.
- Realizar las tareas con calma, dentro de lo posible.
- Mirar siempre antes de iniciar el movimiento en la dirección que vaya a seguirse para evitar los choques o caídas en los desplazamientos.

RIESGO: GOLPES/CORTES POR OBJETO O HERRAMIENTA

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Las grapadoras, tijeras, cúter y demás material de oficina, pueden parecer insignificantes, pero pueden ocasionarte lesiones.
- Utilizar únicamente aquellos útiles de corte que se encuentren en perfecto estado, desecha aquellos que se encuentren mellados, deficientemente afilados y/o cuyo mango se encuentre en mal estado, etc.
- Las tijeras preferentemente dispondrán de puntas redondeadas.
- Los cúteres utilizados contarán con la posibilidad de guardar la cuchilla cuando no se esté utilizando, así como del dispositivo que evite que se pueda salir accidentalmente.
- No dejar cúteres o tijeras abandonados en lugares elevados de los que se puedan caer y lesionar a alguien.
- Informar a tu superior en caso de deterioro o mal estado de los útiles de corte puestos a su disposición, solicitando su sustitución o reparación.



- Verificar que el útil está libre de sustancias deslizantes antes de su uso, en caso contrario, limpiarlo y secarlo correctamente.
- Durante el manejo de útiles de hoja extraíble y ranurada (cúteres) extraer, únicamente, la primera sección de la misma para realizar el corte; en ningún caso presionar la hoja contra una superficie para separar dicha sección, ya que puede ser proyectada.
- Extremar las precauciones durante el empleo de los útiles de corte, realizando un adecuado agarre de los objetos o materiales a cortar, sujetando éstos a una distancia adecuada del punto de corte para evitar sufrir cortes accidentales.
- No emplear este tipo de útiles para otros usos distintos a aquéllos para los que no han sido concebidos.
- Depositar los útiles de corte en los lugares previstos a tal efecto, colocándolos dentro de sus fundas o estuches de protección después de su uso, siempre que se disponga de éstos. Recoger la hoja del cúter después de haberlo utilizado.
- No transportar este tipo de útiles en los bolsillos ya que podría clavarse accidentalmente en caso de golpe o caída.

RIESGO: CONTACTOS ELÉCTRICOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Al desenchufar un aparato o receptor eléctrico hacerlo siempre tirando del enchufe, nunca del cable.
- Revisar periódicamente el buen estado del aislamiento de los conductores de alimentación, no repararlos nunca con cinta aislante, ya que ésta con el tiempo se seca, pierde su poder adhesivo y absorbe la humedad constituyendo un peligro aún mayor.
- Cuando un aparato eléctrico empiece a oler a quemado, se caliente demasiado y al tocarlo sintiera un hormigueo en los dedos, apagarlo cuanto antes, desenchufarlo de la toma de corriente y avisar a su superior jerárquico para que se lo sustituya y lo envíe a reparar.
- No trate nunca de reparar un aparato o receptor eléctrico si no cuenta con la capacitación suficiente para ello.
- Para sustituir una bombilla, desconectar siempre la corriente accionando el interruptor o, mejor aún, desenchufando la lámpara de la toma de corriente.

RIESGO: INCENDIO POR FACTORES DE IGNICIÓN

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- No abusar de los multienchufes tratando de enchufar demasiados aparatos eléctricos a una misma toma de corriente.
- Antes de finalizar la jornada, desenchufe todos los aparatos eléctricos que haya estado utilizando.
- No utilice estufas o calefactores eléctricos. Sólo están permitidos los radiadores de aceite como aparatos de calefacción.
- Evitar dejar materiales combustibles tales como papeles, cartones, plásticos etc. en las proximidades de focos de calor.

RIESGO: ACCIDENTE EN MISIÓN/GESTIÓN

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Las medidas para evitar accidentes en misión o desplazamiento de un centro de trabajo a otro son:
 - Respetar siempre las normas del código de la circulación.
 - No es suficiente ser prudente. Hay que tener en cuenta las posibles imprudencias de los demás.
 - Una buena planificación del itinerario, puede evitar trayectos con alta densidad de tráfico.
 - El mantenimiento periódico del automóvil garantiza su correcto funcionamiento.
 - Antes de iniciar el trayecto, comprobar que las partes críticas del vehículo tales como dirección, frenos, ruedas, bocina, etc. están en perfecto estado, no comenzando el desplazamiento hasta que no haya sido corregido.
 - Mirar siempre antes en la dirección del movimiento antes de iniciarlo.
 - No fiarse en los cruces sin buena visibilidad, aunque tenga preferencia de paso. Así se evitará el accidente que pueda provocar el imprudente.
 - En las rotondas, glorietas y plazas, circular de la misma forma que en las vías rectas de doble carril: puede

circular por el carril de la izquierda, pero cuando vaya a llegar a la salida prevista, ir señalizando con antelación la maniobra para pasar al carril derecho y tomarla.

- *No utilizar el móvil mientras conduzca a no ser que disponga en el vehículo del dispositivo de manos libres, siendo conveniente no atender todas las llamadas sino sólo las que sean relevantes; la falta de atención por este motivo ha ocasionado numerosos accidentes, así como encender un cigarrillo o sintonizar la radio del coche.*
- *No conducir si se han ingerido medicamentos que produzcan somnolencia o reduzcan los reflejos o la capacidad de respuesta.*
- *No salir del vehículo sin ponerse un chaleco reflectante de alta visibilidad cuando se le presente una emergencia y tenga que detenerse en la calzada o el arcén de las vías interurbanas. Es conveniente que lo lleven todos los ocupantes.*

RIESGO: ACCIDENTES IN ITINERE

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Las medidas para evitar accidentes in itinere al ir o al volver del domicilio al trabajo son:

- *Siempre que sea posible, utilizar medios de transporte colectivos.*
- *Respetar siempre las normas del código de la circulación, tanto si se desplaza en vehículo, motocicleta, bicicleta o andando como peatón.*
- *Salir siempre con el tiempo suficiente para ir sin prisas.*
- *Cuando vaya caminando prestar mayor atención al transitar por zonas con baches, resaltes... o por zonas de terreno natural o de piedra con irregularidades, al bajar o al subir de las aceras o por escaleras fijas, presencia de bolidos o cualquier otro obstáculo con los que se pueda tropezar y caer.*
- *No utilizar el móvil mientras camina; la falta de atención por este motivo ha ocasionado numerosos accidentes.*
- *En zonas de bajo nivel de iluminación o al atardecer o por la noche deberá llevar alguna prenda provista de una banda reflectante o, en caso contrario, atarse un pañuelo de color blanco en uno de los antebrazos.*
- *Al cruzar la calle deberá hacerlo en línea recta para que el trayecto sea el más corto.*

RIESGO: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Adaptar previamente el puesto de trabajo a la función a desarrollar (mobiliario, distancias de alcance de los objetos y materiales a utilizar, iluminación, etc.) favoreciendo una posterior ejecución cómoda y exenta de posturas forzadas.

- En la medida de lo posible, realizar las tareas evitando las posturas incómodas, procurando mantener las manos alineadas con los antebrazos (sin desviaciones de muñeca), la espalda recta (sin flexionar el tronco), el cuello recto (sin inclinar o girar la cabeza) y los hombros en posición de reposo.

- El teclado y la alfombrilla para el ratón dispondrán de un apoyamuñecas o reposamanos con una almohadilla de gel para que la muñeca esté alineada con el antebrazo.

- La pantalla se colocará de frente.

- Evitar los reflejos mediante el acondicionamiento del entorno. La pantalla se colocará perpendicular con respecto a las luminarias y a las fuentes de luz diurna y lo más alejada posible de éstas. En caso contrario, bajar las persianas o los estores para evitar los reflejos molestos, así como la adopción de posturas forzadas para poder ver los caracteres en la pantalla.

- Cambiar frecuentemente de postura para que los músculos posturales se relajen y así evitar daños irreversibles en la columna vertebral (cervicalgias o lumbalgias, introduciendo pausas activas cada cierto tiempo, realizando otras tareas distintas, pero también necesarias (ordenar la mesa, archivar documentos, etc.).

- Los brazos y los antebrazos formarán un ángulo recto o ligeramente superior.

- Los antebrazos, muñecas y manos deben permanecer alineados y relajados.

- Ajustar la altura del asiento para que los muslos estén horizontales con respecto al suelo y los codos a la altura de la mesa con los brazos formando un ángulo de 90° o algo superior. En caso contrario, usar reposapiés.

- Regular la altura de los apoyabrazos de forma que estén alineados con la mesa y así evitar que se fatiguen los brazos y las cervicales.

- Mantener la espalda siempre en contacto con el respaldo de la silla.

- En los puestos de trabajo en los que haya que permanecer en bipedestación (de pie) durante largos períodos de

tiempo, si fuera posible, alternar el trabajo en posición sentado y de pie con una mesa de una altura algo inferior a la de los codos con respecto al suelo con los brazos formando un ángulo recto y una silla alta tipo taburete de bar. En caso contrario, hacer uso de un apoyo para poder mantener un pie más elevado que el otro alternativamente cada cierto tiempo.

- Situar la pantalla a una distancia superior a 40 cm respecto de los ojos y su borde superior a una altura algo por debajo de la línea horizontal del eje de visión. Orientar la pantalla a voluntad evitando los reflejos directos e indirectos. Ésta debe ser mate y permitir la regulación de la luminosidad. La imagen será estable, sin parpadeos ni reflejos molestos.

- Mantener la pantalla limpia de polvo y suciedad para evitar la pérdida de nitidez de los caracteres. No se consultarán y/o introducirán los datos de los documentos introducidos en fundas de plástico por los reflejos.

- El teclado debe ser móvil e inclinable. Dispondrá de Si no existe un soporte para las manos, debes dejar espacio suficiente de, al menos, 10 cm en la mesa para reducir la tensión estática de tu espalda y brazos.

- La silla del puesto de PVD contará con:

- Asiento regulable en altura, estable, flexible de tejido transpirable.
- Respaldo regulable en profundidad entre 38 y 44 cm, con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar, con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación 2º hacia adelante y 14º hacia atrás y de tejido transpirable.
- Apoyabrazos regulables en altura, profundidad y orientación.
- 5 apoyos en su base provistos de ruedas.

- Cuando no se pueda regular la altura de la mesa y/o la del asiento de la silla para poder descansar los pies en el suelo y que los muslos sean horizontales con respecto al suelo, se solicitará un reposapiés.

- A través del siguiente enlace se puede descargar el díptico que el Servicio de Prevención tiene elaborada asociado al Riesgo de utilización de PVD <https://www.dip-caceres.es/intranet-corporativa/prevencion-de-riesgos-laborales/informacion-en-prevencion.html>.

RIESGO: CARGA DE TRABAJO MENTAL

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Realizar descansos o pausas activas de 5 minutos por cada hora de trabajo efectivo continuado, para cambiar de postura levantándose del asiento para colocar libros o documentos que se hayan consultado, archivar los documentos generados, efectuar llamadas telefónicas, mirar a lo lejos para que los ojos descansen...

- Solicitar formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se vaya a trabajar.

- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica, evitando tareas innecesarias o duplicadas.

RIESGO: FATIGA VISUAL POR CONDICIONES DE ILUMINACIÓN

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Es muy importante pasar reconocimientos oftalmológicos periódicamente para mantener una vista sana y así utilizar las lentes con la corrección óptica más adecuada.

- Evitar los deslumbramientos directos producidos por la luz solar mediante la utilización de persianas, cortinas... en las ventanas o mediante el cambio de ubicación u orientación del puesto de trabajo.

- En el entorno de la pantalla debe haber la menor intensidad lumínica posible, por lo que se evitará colocar la pantalla en la proximidad de ventanas por las que entre luz natural para evitar reflejos. En caso de no ser posible, se actuará de la forma indicada anteriormente.

- No utilizar sistemas o fuentes de luz que te puedan producir deslumbramientos o que perjudiquen la percepción de los objetos.

- Hacer pequeñas pausas para que los mecanismos de la función visual puedan recuperarse.

- Configurar adecuadamente los parámetros de la pantalla (brillo, contraste...).

1.3. INFORMACIÓN RELATIVA A LOS PRODUCTOS QUÍMICOS

Producto Químico: DESINFECTANTE, BACTERICIDA Y DETERGENTE BIOMAN

RIESGO: CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Ficha de Datos de Seguridad (FDS)

- Disponer en las inmediaciones del/los recipiente/s del desinfectante, bactericida y detergente de superficies BIOMAN su Ficha de Datos de Seguridad (FDS).

Equipos de Protección Individual (EPI)

- Utilizar los siguientes EPI cada vez que tengan que repostar el depósito de este producto en el vehículo:
- Guantes de protección de Nitrilo, preferiblemente de manga larga.
 - Gafas de seguridad con montura integral. Protección salpicaduras (marcado con el número 3, 4 o 5). Preferiblemente con protección antivaho (marcado letra N).

Manipulación y primeros auxilios

- Deberán observar los siguientes consejos siempre que manipulen este producto químico y las medidas de primeros auxilios a aplicar a los afectados:

- Evitar el contacto con los ojos, piel o ropa debiendo llevar los EPI indicados anteriormente. En caso de que la ropa se impregne, cambiársela cuanto antes y lavar con agua y jabón la parte afectada. Nunca utilizar disolventes o diluyentes.
- En caso de contacto con los ojos, enjuagarlos con abundante agua a temperatura ambiente al menos durante 10 minutos tirando de los párpados hacia arriba. Si se dispone del kit de primeros auxilios compuesto por un recipiente de lavaojos y un spray para la piel o, en caso contrario, dos botellas lavaojos de suero fisiológico de 1 litro cada una, lavarlos con los mismos. Posteriormente, acudir al médico cuanto antes y mostrarle la FDS de este producto.
- Si hubiera inhalado gases o vapores, situar al afectado al aire libre, manteniéndole caliente y en reposo. Si la respiración es irregular o se detiene, practicar respiración artificial. No administrar nada por la boca. Si perdiera la consciencia, ponerle en posición de seguridad y buscar ayuda médica.
- En caso de ingestión accidental, buscar inmediatamente atención médica. Mantenerle en reposo. NUNCA provocar el vómito.
- No beber, comer o fumar mientras que se esté manipulando.
- Lavarse las manos y la cara con agua y jabón y enjuagarse la boca con agua después de haberlo manipulado y siempre antes de beber, comer o fumar.

Etiquetado de los envases

Todos los envases que contengan algún producto químico que en su composición lleve una sustancia o mezcla de sustancias consideradas por la normativa que le afecta como peligrosa, deberá disponer de una etiqueta en la que, entre otras, se recoja la siguiente información:

- Fabricante su razón social, dirección y número de teléfono
- Nombre químico conocido y porcentaje de las sustancias o mezclas de sustancias peligrosas
- Frases H de peligros
- Frases S de consejos de prudencia
- Símbolos o pictogramas indicando los peligros derivados de su uso

Operaciones de trasvase

- Para trasvasar productos químicos de este tipo de un recipiente de mayor capacidad (5 litros) a otro de menor capacidad (1 litro), deberán proceder de la forma siguiente:

- Colocar en el recipiente más pequeño una etiqueta similar a la del envase de más grande, pero de dimensiones más reducidas.
- Efectuar el trasvase con un manguito provisto de una pera para bombear el producto; no realizarlo nunca mediante vertido libre por los riesgos de respirar los vapores y de poderse verter y alcanzar las manos o cualquier otra parte del cuerpo.
- Utilizando los EPI indicados.

Recogida y eliminación de los posibles derrames

- En el caso de que dispongan de un almacenamiento de más de un recipiente de 5 litros de este producto, deberán disponer de kit de limpieza para recoger los derrames, compuesto por cepillo, recogedor, recipiente para echar los



derrames, un saco de material absorbente (sepiolita) para recoger correctamente los posibles derrames que se produzcan de este producto químico.

- Mantener el vertido alejado de los desagües, aguas superficiales y subterráneas y del suelo, evitando que pueda alcanzarlos mediante el empleo de cojines, mangas, retenes obturadores, etc. de materiales absorbentes.

- Los restos del material absorbente (sepiolita) impregnados del derrame de este producto, deben echarlos a un recipiente adecuado y, al tratarse de un residuo peligroso según el Anexo I de La Ley 22/2011 de Residuos, retirarlo para su eliminación por una empresa autorizada para la gestión de este tipo de residuos.

- Los EPI a utilizar para recoger y eliminar los derrames son los mismos que hemos indicado a la hora utilizar este producto.

Eliminación de los recipientes y/o su contenido

- Eliminar los recipientes y/o su contenido de acuerdo con la normativa sobre envases y residuos de envases y/o residuos peligrosos, respectivamente, por una empresa de gestión de este tipo de residuos.

Producto Químico: DESCOL DESINFECTANTE HIDROALCOHÓLICO

RIESGO: CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Ficha de Datos de Seguridad (FDS)

- Disponer en las inmediaciones del recipiente del desengrasante su Ficha de Datos de Seguridad (FDS).

Equipos de Protección Individual (EPI)

- Utilizar los siguientes EPI cada vez que tengan que utilizar este desinfectante hidroalcohólico DESCOL, siempre que no se haya diluido o no se trabaje con un sistema de dosificación que evite el riesgo de salpicaduras y el contacto directo con él:

- Mascarilla con filtro/s de cartucho químico recambiable, tipo A2P2 (color marrón).
- Guantes de protección frente al riesgo químico de Nitrilo, preferiblemente de manga larga, fabricados según las normas UNE-EN ISO 21420:2020 y UNE-EN 374-4:2013.
- Gafas de seguridad con montura integral (UNE-EN 166). Protección salpicaduras (marcado con el número 3, 4 o 5). Preferiblemente con protección antivaho (marcado letra N).
- Ropa de protección con propiedades antiestáticas.

Manipulación y primeros auxilios

- Deberán observar los siguientes consejos siempre que manipulen este producto químico y las medidas de primeros auxilios a aplicar a los afectados:

- Evitar el contacto con los ojos, piel o ropa debiendo llevar los EPI indicados anteriormente. En caso de que la ropa se impregne, cambiársela cuanto antes y lavar con agua y jabón la parte afectada. Nunca utilizar disolventes o diluyentes.
- En caso de contacto con los ojos, quitar lentes de contacto si las llevara puestas, enjuagar los ojos con abundante agua limpia y fresca al menos durante 10 minutos tirando hacia arriba de los párpados. Si se dispone del kit de primeros auxilios compuesto por un recipiente de lavaojos y un spray para la piel o, en caso contrario, dos botellas lavaojos de suero fisiológico de 1 litro cada una, lavar los ojos con los mismos. Posteriormente, llevar cuanto antes al médico.
- No beber, comer o fumar mientras que se esté manipulando.
- Lavarse las manos y la cara con agua y jabón y enjuagarse la boca con agua después de haberlo manipulado y siempre antes de beber, comer o fumar.
- En caso de ingestión accidental, buscar inmediatamente atención médica. Mantenerle en reposo. NUNCA provocar el vómito.
- Si hubiera inhalado gases o vapores, situar al afectado al aire libre, manteniéndole caliente y en reposo. Si la respiración es irregular o se detiene, practicar respiración artificial. No administrar nada por la boca. Si perdiera la consciencia, ponerle en posición de seguridad y buscar ayuda médica

Recogida y eliminación de los posibles derrames

- Eliminar los posibles puntos de ignición y cargas electroestáticas, ventilar la zona. No fumar. Evitar respirar los vapores.

- En el caso de que dispongan de un almacenamiento de más de 5 litros de este producto, deberán disponer de kit de limpieza para recoger los derrames, compuesto por cepillo, recogedor, recipiente para echar los derrames, un saco de material absorbente (sepiolita, vermiculita o tierras diatomeas) para recoger correctamente los posibles derrames que se produzcan de este producto químico.

- Mantener el vertido alejado de los desagües, aguas superficiales y subterráneas y del suelo, evitando que pueda alcanzarlos mediante el empleo de cojines, mangas, retenes obturadores, etc. de materiales absorbentes.

- Los restos del material absorbente (sepiolita) impregnados del derrame de este producto, deben echarlos a un recipiente adecuado y, al tratarse de un residuo peligroso según el Anexo I de La Ley 22/2011 de Residuos, retirarlo para su eliminación por una empresa autorizada para la gestión de este tipo de residuos.

- Los EPI a utilizar a la hora de recoger y eliminar los derrames son los mismos que hemos indicado antes para cuando se utilice sin estar diluido.

Etiquetado de los envases

Todos los envases que contengan algún producto químico que en su composición lleve una sustancia o mezcla de sustancias consideradas por la normativa que le afecta como peligrosa, deberá disponer de una etiqueta en la que, entre otras, se recoja la siguiente información:

- Fabricante su razón social, dirección y número de teléfono
- Nombre químico conocido y porcentaje de las sustancias o mezclas de sustancias peligrosas
- Frases H de peligros



- Frases S de consejos de prudencia
- Símbolos o pictogramas indicando los peligros derivados de su uso

Eliminación de los recipientes y/o su contenido

- Eliminar los recipientes y/o su contenido de acuerdo con la normativa sobre envases y residuos de envases y/o residuos peligrosos, respectivamente, por una empresa de gestión de este tipo de residuos.

Operaciones de trasvase

- Efectuar el trasvase con un manguito provisto de una pera para bombear el producto; no realizarlo nunca mediante vertido libre por los riesgos de respirar los vapores y de poderse verter y alcanzar las manos o cualquier otra parte del cuerpo, utilizando los EPI indicados anteriormente cuando no está diluido.

RIESGO: INCENDIOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los agentes extintores indicados en la Ficha de Datos de Seguridad del desinfectante hidroalcohólico DESCOL, que hay que utilizar en el caso de que hubiera que extinguir un fuego en las proximidades de los recipientes de este producto, son polvo ABC o Anhídrido Carbónico (CO₂). En caso de incendios más graves también espuma resistente al alcohol y agua pulverizada.

RIESGO: PROPAGACIÓN DE INCENDIOS POR MATERIAS INFLAMABLES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los recipientes de los productos químicos muy inflamables, como sucede con desinfectante hidroalcohólico DESCOL, deberán almacenarse en un armario metálico de seguridad acorde con la norma UNE-EN 14470-1:2005, de doble tabique de acero, ventilación permanente, sistema automático de cierre de las puertas, puesta a tierra y cubeto de recogida para los derrames.

Producto Químico: DISOLIM - E118/A AEROSOL HIGIENIZANTE ALCOHÓLICO PARA AMBIENTES

RIESGO: CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Ficha de Datos de Seguridad (FDS)

- Disponer en las inmediaciones del recipiente del desengrasante su Ficha de Datos de Seguridad (FDS).

Equipos de Protección Individual (EPI)

- Utilizar los siguientes EPI cada vez que tengan que utilizar este higienizante alcohólico para ambientes DISOLIM E118/A, siempre que no haya buena ventilación o no se pueda utilizar o manipular correctamente de acuerdo con lo indicado en sus instrucciones:

- Mascarilla con filtro/s de cartucho recambiable tipo P2 en el caso de que se formen aerosoles o nieblas.
- Guantes de protección frente al riesgo químico de Nitrilo, preferiblemente de manga larga, fabricados según las normas UNE-EN ISO 21420:2020 y UNE-EN 374-4:2013.
- Gafas de seguridad con montura integral (UNE-EN 166). Protección salpicaduras (marcado con el número 3, 4 o 5). Preferiblemente con protección antivaho (marcado letra N).
- Ropa de trabajo.

Manipulación y primeros auxilios

- Deberán observar los siguientes consejos siempre que manipulen este producto químico y las medidas de primeros auxilios a aplicar a los afectados:

- Evitar el contacto con los ojos, piel o ropa debiendo llevar los EPI indicados anteriormente. En caso de que la ropa se impregne, cambiársela cuanto antes y lavar con agua y jabón la parte afectada. Nunca utilizar disolventes o diluyentes.
- En caso de contacto con los ojos, quitar lentes de contacto si las llevara puestas, enjuagar los ojos con abundante agua limpia y fresca al menos durante 10 minutos tirando hacia arriba de los párpados. Si se dispone del kit de primeros auxilios compuesto por un recipiente de lavajos y un spray para la piel o, en caso contrario, dos botellas lavajos de suero fisiológico de 1 litro cada una, lavar los ojos con los mismos. Posteriormente, llevar cuanto antes al médico.
- No beber, comer o fumar mientras que se esté manipulando.
- Lavarse las manos y la cara con agua y jabón y enjuagarse la boca con agua después de haberlo manipulado y siempre antes de beber, comer o fumar.
- En caso de ingestión accidental, buscar inmediatamente atención médica. Mantenerle en reposo. NUNCA provocar el vómito.
- Evitar respirar los aerosoles. Si hubiera inhalado gases o vapores, situar al afectado al aire libre, manteniéndole caliente y en reposo. Si la respiración es irregular o se detiene, practicar respiración artificial. No administrar nada por la boca. Si perdiera la consciencia, ponerle en posición de seguridad y buscar ayuda médica.

Recogida y eliminación de los posibles derrames

- Eliminar los posibles puntos de ignición y cargas electroestáticas, ventilar la zona. No fumar. Evitar respirar los vapores.

- En el caso de que dispongan de un almacenamiento de más de 5 litros de este producto, deberán disponer de kit de limpieza para recoger los derrames, compuesto por cepillo, recogedor, recipiente para echar los derrames, un saco de material absorbente (sepiolita, vermiculita o tierras diatomeas) para recoger correctamente los posibles derrames que se produzcan de este producto químico.

- Mantener el vertido alejado de los desagües, aguas superficiales y subterráneas y del suelo, evitando que pueda alcanzarlos mediante el empleo de cojines, mangas, retenes obturadores, etc. de materiales absorbentes.

- Los restos del material absorbente (sepiolita) impregnados del derrame de este producto, deben echarlos a un recipiente adecuado y, al tratarse de un residuo peligroso según el Anexo I de La Ley 22/2011 de Residuos, retirarlo para su eliminación por una empresa autorizada para la gestión de este tipo de residuos.

- Los EPI a utilizar a la hora de recoger y eliminar los derrames son los mismos que hemos indicado antes para cuando se utilice sin estar diluido.

Etiquetado de los envases

Todos los envases que contengan algún producto químico que en su composición lleve una sustancia o mezcla de sustancias consideradas por la normativa que le afecta como peligrosa, deberá disponer de una etiqueta en la que, entre otras, se recoja la siguiente información:

- Fabricante su razón social, dirección y número de teléfono

- Nombre químico conocido y porcentaje de las sustancias o mezclas de sustancias peligrosas
- Frases H de peligros
- Frases S de consejos de prudencia
- Símbolos o pictogramas indicando los peligros derivados de su uso

Eliminación de los recipientes y/o su contenido

- Eliminar los recipientes y/o su contenido de acuerdo con la normativa sobre envases y residuos de envases y/o residuos peligrosos, respectivamente, por una empresa de gestión de este tipo de residuos.

Operaciones de trasvase

- Efectuar el trasvase con un manguito provisto de una pera para bombear el producto; no realizarlo nunca mediante vertido libre por los riesgos de respirar los vapores y de poderse verter y alcanzar las manos o cualquier otra parte del cuerpo, utilizando los EPI indicados anteriormente cuando no está diluido.

RIESGO: EXPLOSIONES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Mantener alejado del calor, de superficies calientes, de chispas, de llamas abiertas y de cualquier otra fuente de ignición. No fumar.

- No pulverizar sobre una llama abierta u otra fuente de ignición.
- No perforar ni quemar, incluso después de su uso.
- Proteger de la luz del sol. No exponer a temperaturas superiores a 50 °C.

RIESGO: INCENDIOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los agentes extintores indicados en la Ficha de Datos de Seguridad del higienizante alcohólico para superficies DISOLIM E118/A., que hay que utilizar en el caso de que hubiera que extinguir un fuego en las proximidades de los recipientes de este producto, es polvo polivalente ABC o de Anhídrido Carbónico (CO₂). En caso de incendios más graves también espuma resistente al alcohol y agua pulverizada.

RIESGO: PROPAGACIÓN DE INCENDIOS POR MATERIAS INFLAMABLES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los recipientes de los productos químicos muy inflamables, como sucede con higienizante alcohólico para superficies DISOLIM E118/A, deberán almacenarse en un armario metálico de seguridad acorde con la norma UNE-EN 14470-1:2005, de doble tabique de acero, ventilación permanente, sistema automático de cierre de las puertas, puesta a tierra y cubeto de recogida para los derrames.

Producto Químico: DISOLIM AG/A AEROSOL HIGIENIZANTE ALCOHÓLICO PARA SUPERFICIES

RIESGO: CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Ficha de Datos de Seguridad (FDS)

- Disponer en las inmediaciones del recipiente del desengrasante su Ficha de Datos de Seguridad (FDS).

Equipos de Protección Individual (EPI)

- Utilizar los siguientes EPI cada vez que tengan que utilizar este higienizante alcohólico para ambientes DISOLIM E118/A, siempre que no haya buena ventilación o no se pueda utilizar o manipular correctamente de acuerdo con lo indicado en sus instrucciones:

- Mascarilla con filtro/s de cartucho recambiable tipo P2 en el caso de que se formen aerosoles o nieblas.
- Guantes de protección frente al riesgo químico de Nitrilo, preferiblemente de manga larga, fabricados según las normas UNE-EN ISO 21420:2020 y UNE-EN 374-4:2013.
- Gafas de seguridad con montura integral (UNE-EN 166). Protección salpicaduras (marcado con el número 3, 4 o 5). Preferiblemente con protección antivaho (marcado letra N).
- Ropa de trabajo.

Manipulación y primeros auxilios

- Deberán observar los siguientes consejos siempre que manipulen este producto químico y las medidas de primeros auxilios a aplicar a los afectados:

- Evitar el contacto con los ojos, piel o ropa debiendo llevar los EPI indicados anteriormente. En caso de que la ropa se impregne, cambiársela cuanto antes y lavar con agua y jabón la parte afectada. Nunca utilizar disolventes o diluyentes.
- En caso de contacto con los ojos, quitar lentes de contacto si las llevara puestas, enjuagar los ojos con abundante agua limpia y fresca al menos durante 10 minutos tirando hacia arriba de los párpados. Si se dispone del kit de primeros auxilios compuesto por un recipiente de lavajos y un spray para la piel o, en caso contrario, dos botellas lavajos de suero fisiológico de 1 litro cada una, lavar los ojos con los mismos. Posteriormente, llevar cuanto antes al médico.
- No beber, comer o fumar mientras que se esté manipulando.
- Lavarse las manos y la cara con agua y jabón y enjuagarse la boca con agua después de haberlo manipulado y siempre antes de beber, comer o fumar.
- En caso de ingestión accidental, buscar inmediatamente atención médica. Mantenerle en reposo. NUNCA provocar el vómito.
- Evitar respirar los aerosoles. Si hubiera inhalado gases o vapores, situar al afectado al aire libre, manteniéndole caliente y en reposo. Si la respiración es irregular o se detiene, practicar respiración artificial. No administrar nada por la boca. Si perdiera la consciencia, ponerle en posición de seguridad y buscar ayuda médica.

Recogida y eliminación de los posibles derrames

- Eliminar los posibles puntos de ignición y cargas electroestáticas, ventilar la zona. No fumar. Evitar respirar los vapores.

- En el caso de que dispongan de un almacenamiento de más de 5 litros de este producto, deberán disponer de kit de limpieza para recoger los derrames, compuesto por cepillo, recogedor, recipiente para echar los derrames, un saco de material absorbente (sepiolita, vermiculita o tierras diatomeas) para recoger correctamente los posibles derrames que se produzcan de este producto químico.

- Mantener el vertido alejado de los desagües, aguas superficiales y subterráneas y del suelo, evitando que pueda alcanzarlos mediante el empleo de cojines, mangas, retenes obturadores, etc. de materiales absorbentes.

- Los restos del material absorbente (sepiolita) impregnados del derrame de este producto, deben echarlos a un recipiente adecuado y, al tratarse de un residuo peligroso según el Anexo I de La Ley 22/2011 de Residuos, retirarlo para su eliminación por una empresa autorizada para la gestión de este tipo de residuos.

- Los EPI a utilizar a la hora de recoger y eliminar los derrames son los mismos que hemos indicado antes para cuando se utilice sin estar diluido.

Etiquetado de los envases

Todos los envases que contengan algún producto químico que en su composición lleve una sustancia o mezcla de sustancias consideradas por la normativa que le afecta como peligrosa, deberá disponer de una etiqueta en la que, entre otras, se recoja la siguiente información:

- Fabricante su razón social, dirección y número de teléfono

- Nombre químico conocido y porcentaje de las sustancias o mezclas de sustancias peligrosas
- Frases H de peligros
- Frases S de consejos de prudencia
- Símbolos o pictogramas indicando los peligros derivados de su uso

Eliminación de los recipientes y/o su contenido

- Eliminar los recipientes y/o su contenido de acuerdo con la normativa sobre envases y residuos de envases y/o residuos peligrosos, respectivamente, por una empresa de gestión de este tipo de residuos.

Operaciones de trasvase

- Efectuar el trasvase con un manguito provisto de una pera para bombear el producto; no realizarlo nunca mediante vertido libre por los riesgos de respirar los vapores y de poderse verter y alcanzar las manos o cualquier otra parte del cuerpo, utilizando los EPI indicados anteriormente cuando no está diluido.

RIESGO: EXPLOSIONES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

Mantener alejado del calor, de superficies calientes, de chispas, de llamas abiertas y de cualquier otra fuente de ignición. No fumar.

- No pulverizar sobre una llama abierta u otra fuente de ignición.
- No perforar ni quemar, incluso después de su uso.
- Proteger de la luz del sol. No exponer a temperaturas superiores a 50 °C.

RIESGO: INCENDIOS

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los agentes extintores indicados en la Ficha de Datos de Seguridad del higienizante alcohólico para superficies DISOLIM E118/A., que hay que utilizar en el caso de que hubiera que extinguir un fuego en las proximidades de los recipientes de este producto, es polvo polivalente ABC o de Anhídrido Carbónico (CO₂). En caso de incendios más graves también espuma resistente al alcohol y agua pulverizada.

RIESGO: PROPAGACIÓN DE INCENDIOS POR MATERIAS INFLAMABLES

CONSIGNAS INFORMATIVAS:

- Los recipientes de los productos químicos muy inflamables, como sucede con higienizante alcohólico para superficies DISOLIM E118/A, deberán almacenarse en un armario metálico de seguridad acorde con la norma UNE-EN 14470-1:2005, de doble tabique de acero, ventilación permanente, sistema automático de cierre de las puertas, puesta a tierra y cubeto de recogida para los derrames.