

Nombre del puesto:

Conductor de la recogida de enseres en la vía pública, baldeo y riego con cuba.

Equipos que utiliza:

- Camión Cuba de riego y baldeo
- Camión grúa
- Medios auxiliares de elevación: eslingas, cadena

Actividades que realizan:

- Conducción
- Manipulación de cargas suspendidas
- Trabajos en vías de circulación
- Desplazamientos in itinere y en misión
- Tareas de recogida y cargas de enseres y/o materiales

Instalaciones que le afectan

- Instalación eléctrica de baja densidad
- Instalación de protección contra incendios. Extintores
- Recorridos de evacuación y salidas de la entidad

Equipos de protección individual "EPI'S" requeridos para las diferentes actividades:

- Protectores de la cabeza → Cascos de protección contra choques
- Protectores de las vías respiratorias → Mascarilla auto filtrante para partículas
- Protectores de manos y brazos → Guantes contra las agresiones MECANICAS
- Protectores de pies y piernas → Causado de seguridad
- Protección total del cuerpo. → Ropa de protección para bajas temperaturas , Brazaletes fluorescentes y guantes.

Riesgos derivados Almacén:

- ***Caída de objetos por desplome o derrumbamiento:*** Los acopios o apilamientos excesivos o inadecuados pueden provocar el desprendimiento de los mismos.
- ***Incendios:*** Ignición de materiales o elementos presentes.
- ***Choques contra objetos inmóviles:*** Almacenamiento inadecuado de materiales en vías de paso y/o circulación. En caso de desgaste de la señalización de las zonas de almacenamiento.
- ***Pisadas sobre objetos:*** Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.
- ***Caídas de personas al mismo nivel:*** Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.
- ***Exposición a agentes biológicos:*** Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.

Normas preventivas “procedimientos”:

Almacén:

- Al apilar bultos, cuide la estabilidad de la pila, de forma que no represente riesgos para las personas, carretillas o cualquier otro medio de transporte que circulen por sus inmediaciones. Las pilas de materiales no deberán entorpecer el paso, estorbar la visibilidad ni tapar el alumbrado. Siempre que sea posible, se evitara las pilas demasiado altas, para garantizar su estabilidad y facilitar la recuperación del material sin tener que subirse a la pila. Para bajar un bulto de una pila, la persona no debe colocarse nunca delante de ella, sino a un costado.
- Asegure las pilas de materiales que puedan rodar (tubos, postes, troncos, etc.) Mediante cuñas, calzos o cualquier otro medio que impida su desplazamiento. No deben sobresalir aristas vivas hacia lugares de paso.
- Cuidado con las astillas, clavos, ataduras de alambre, rebabas y rebordes cortantes de algunas piezas y materiales. Los flejes pueden ser tan cortantes como cuchillas. Nunca deben manejarse las cargas cogiéndolas por los flejes. Para cortar, retirar o colocar flejes se utilizarán guantes cortantes apropiados y gafas de protección.
- Evite los almacenamientos temporales en zonas de paso, y que se obstaculicen los pasillos de circulación. (pasillos de al menos 1 metro).
- Mantenga orden y limpieza. Elimine el con rapidez a los desperdicios, las manchas de grasa, los residuos de sustancias peligrosas y demás productos residuales que puedan originar accidentes o contaminar el ambiente de trabajo.
- Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento. (huecos, grietas,) del almacén, avise de inmediato para proceder a su reparación.
- Asegúrese de que las unidades de carga utilizadas no sobrepasan los límites perimetrales, altura y peso máximo establecidos en el diseño de la instalación.
- Cuando el tamaño, forma o resistencia de los objetos no permitan obtener cargas de cohesión suficiente como para oponerse a su caída, inmovilícelas con la ayuda de dispositivos de retención de resistencia garantizada (fundas de material plástico retráctil, redes cintas, flejes, etc.) Sitúela preferentemente al nivel del suelo en la estantería.
- Después de un golpe, debe reemplazarse cualquier elemento deformado (con un elemento idéntico al que se deterioró), y verificarse la verticalidad de las escalas. Por ello, en caso de golpe, comuníquelo a su mando y descargue la estantería mientras ésta se repara, dejándola fuera de servicio y debidamente señalizada. Todas las reparaciones o modificaciones a que se den lugar los informes de estado de las estanterías se deberán realizar por personal cualificado del fabricante y con las estanterías vacías de carga.
- Disponga los productos sobre elementos normalizados, preferentemente euro paletas, que resistan la carga depositada sin deformarse y que permitan el almacenado seguro sobre las estanterías.
- Mantenga el local de aseos/vestuarios en correctas condiciones de orden y limpieza.
- Se recomienda el uso de chanclas en la ducha.
- Sí detecta anomalías en el aseo (falta papel higiénico, secamanos estropeado, etc.) informe a su responsable.
- Camine de forma segura, sin prisas, mirando donde pisa.
- Como peatón circule con precaución y esté atento a la circulación de vehículos.
- Mantenga despejadas las zonas de paso.

- Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento (huecos, grietas) avise de inmediato para proceder a su reparación.
- Mantenga el orden y la limpieza del local de descanso/reuniones.
- A la hora de manipular manualmente la puerta, no realice movimientos bruscos y emplee siempre que se os sea posible elementos de agarre auxiliares (pértiga).
- Asegurarse que la puerta está correctamente sujeta cuando circulen bajo la misma, nunca pasé cuando se encuentre semiabierta.
- Las zonas de paso, salidas sin vías de circulación de los lugares de trabajo deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento.
- Preste atención al circular por la puerta cuando sería utilizada a la vez que por vehículos.
- Si la puerta que es de accionamiento manual, preste especial atención para evitar el atrapamiento de cualquier parte del cuerpo. También se ha de verificar nadie le que no hay nadie en la trayectoria de la puerta. En el caso de puertas automáticas está prohibido anular los dispositivos de seguridad.
- Deben circular siempre por los lugares establecidos para ello. Evite el tránsito por las vías de circulación de los medios de transporte, excepto por las zonas habitadas a tal fin, señalizadas adecuadamente y con buena visibilidad.
- Todos los trabajadores son responsables del mantenimiento del orden y limpia en su entorno de trabajo.

Riesgos derivados camión cuba de riego, baldeo y grúa:

- ***Atropellos o golpes con vehículos:*** Circulación de vehículos
- ***Exposición a ambiente interior:*** Condiciones ambientales, ventilación, etc. Di mi
- ***Exposición a agentes biológicos:*** Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.
- ***Incendios:*** Ignición de materiales o elementos presentes.
- ***Sobreesfuerzos:*** Subida/bajada manual del portón.
- ***Exposición a ruido:*** Exposición a ruido propio del equipo y de las vías de circulación
- ***Exposición a vibraciones:*** Transmisión de vibraciones (de cuerpo completo) del vehículo al conductor.
- ***Caídas de objetos desprendidos:*** Paletas o cargas mal dispuestas sobre las baldas o largueros (descuadradas, que sobresalen, cargas sueltas sin retractilado, sin flejes).
- ***Atrapamientos por o entre objetos:*** Puntos de atrapamientos con partes móviles
- ***Atrapamientos por vuelco de máquinas o vehículos:*** Características del terreno (pendientes, zanjas, etc.), no respetar la carga máxima, etc.
- ***Contactos térmicos:*** Contacto accidental con partes del vehículo alta temperatura.
- ***Caídas de personas a distinto nivel:*** Acceder a bajar de la cabina o de la estructura de forma inadecuada.

- ***Golpes /cortes por objetos o herramientas:*** Objetos y herramientas en la cabina de conducción.
- ***Choques contra objetos inmóviles:*** Almacenamiento inadecuado de materiales en vías de paso y/o circulación. En caso de desgaste de la señalización de las zonas de almacenamiento.
- ***Exposición a temperaturas ambientales extremas:*** Trabajos realizados a la intemperie.
- ***Contactos eléctricos:*** situarse cerca o afectar a conducciones eléctricas aéreas.
- ***Proyección de fragmentos o partículas:*** rotura o fallo de los circuitos, manguitos, de aceites u otros líquidos a presión.

Normas preventivas “procedimientos”:

Camión cuba de riego y baldeo:

- Asegúrese de que la carga está correctamente sujeta y bien repartida entre los ejes.
- Compruebe el estado aparente del vehículo antes de hacer uso de mismo: ausencia de fugas de líquidos, funcionamiento de los mandos y los elementos de seguridad, equipamiento completo (elementos de señalización, extintores, etc.).
- Haga uso de los calzos cuando estacione el vehículo en terrenos con pendiente.
- La subida y bajada de la cabina se realizará frontalmente a ésta. Utilice los peldaños y asideros incorporados al efecto, nunca las ruedas o guardabarros ni salte desde la caja o cabina. Mantenga limpios los peldaños.
Las subidas y bajadas la caja se hará por la escalerilla específicas fijadas mediante ganchos.
- No estacione el vehículo a menos de tres metros del borde de zanjas y vaciados, para evitar su caída.
- No sobrepase la carga máxima vehículo.
- Si transportar materiales y puedan ser arrojados al exterior del vehículo asegúrese de cubrir bien la carga y, si fuera necesario, a mojarla.

Normas preventivas “procedimientos”:

Camión grúa:

- Compruebe que las ruedas están calzadas, los estabilizadores totalmente extendidos y en terreno firme y estable.
- Evite el traslado de cargas sobre personas o vehículos.
- La subida y bajada de la cabina se realizará frontalmente a ésta. Utilice los peldaños y asideros incorporados al efecto, nunca las ruedas o guardabarros ni salte desde la caja o cabina. Mantenga limpios los peldaños.
- La subida y bajada a la caja se hará por las escalerillas específicas fijadas mediante ganchos.
- Mantenga siempre una distancia de seguridad respecto a las líneas eléctricas; hasta 66.000 voltios la distancia será como mínimo de 3 m; hasta 220.000 voltios como mínimo de 5 m. y hasta 380.000 voltios como mínimo 7 m.
- No deje una carga suspendida sin vigilancia.

- No eleve la carga hasta que el operario que la está engancho le comunique que ha finalizado y compruebe que está alejado y en una zona segura.
- No estacione el vehículo a menos de dos metros del borde de zanjas y vaciados, para evitar su caída (esta norma puede variar por indicación expresa según estudio geotécnico del terreno o entibaciones y refuerzos usados en la excavación o zanja).
- No permita que ningún trabajador se sitúe, permanezca o realice trabajos durante las maniobras en el radio de acción de la máquina. No debe acceder a la caja o manipular elementos de la grúa ningún trabajador no autorizado.
- No sobrepase la carga máxima del vehículo, brazo, gancho y elementos de sujeción (cadenas, cables, eslingas, etc.)
- No transporte personas colgadas del gancho o sobre la carga transportada.
- Realice lentamente y en vertical (no en oblicuo) y descenso de las cargas. No realice dos maniobras simultáneas, como la elevación o descenso con el desplazamiento.
- Respete los límites del equipo (de carga, pendientes máximas, radio de giro, etc.)
- Revise la carga (buen estado, bien asegurada, bien distribuida, Etc.), los elementos de retención (gancho con pestillo, buen estado de eslingas, flejes, cintas, etc.) y el trayecto (libre de objetos peligrosos, de personas, etc.) antes comenzar el movimiento.
- Si no tiene una visión completa del trayecto y de la zona afectada solicite la ayuda de otros operarios. Nadie (incluido el operario) debe situarse en el radio de acción de las cargas transportadas ni entorno al vehículo (mínimo 5 metros) Señalice la prohibición de acceso.
- Si se produce un contacto con una línea eléctrica no abandone la cabina ni permita que otras personas se acerquen al equipo. Evite a toda costa tocar simultáneamente la estructura de la cabina y el suelo (terreno).
- Utilice siempre que sea posible los accesorios de elevación específicos para cada tipo de carga. Si no es posible analice la situación y aplique la forma que garantice la seguridad (para el transporte de elementos lineales eslingado en "V", etc.) Utilice sólo accesorios y elementos de sujeción (cadenas, cables, eslingas, etc.) certificados para este uso.

Riesgos derivados medios auxiliares de elevación: eslingas, cadenas:

- ***Caídas de objetos desprendidos:*** movimientos de materiales con la pluma (sujeción de materiales o guiado inadecuado, personal en zona de influencia, etc.)
- ***Choques contra objetos inmóviles:*** Almacenamiento inadecuado de materiales en vías de paso y/o circulación. En caso de desgaste de la señalización de las zonas de almacenamiento.
- ***Atrapamientos por o entre objetos:*** Puntos de atrapamientos con partes móviles.
- ***Caídas de personas al mismo nivel:*** Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.

Normas preventivas “procedimientos”:

Medios auxiliares de elevación: eslingas, cadenas:

- Antes de la elevación completa de la carga se deberá tensar suavemente la eslinga y elevar aquélla no más de 10 cm. Para verificar su amarre y equilibrio. Mientras se tensan las eslingas no se deberán tocar la carga ni las propias eslingas.
- Aunque una eslinga trabaje en condiciones óptimas, llega un momento en que sus componentes se han debilitado, siendo necesario retirada del servicio y sustituirla por otra nueva cuando el cable esté agotado.
- Cada uno de los elementos de los medios de elevación (anillas, grilletes, argollas, ganchos, hierros, bridas, etc.) deben ser capaces de soportar la carga máxima estimada para su uso y, los tipos de esfuerzo que tienen que transmitir y su posición, por lo que deberá escogerlos convenientemente y con suficientes garantías. Los ganchos estarán equipados con pestillo u otro dispositivo de seguridad para evitar que la carga pueda desprenderse.
- Cuando desconozca el peso de la carga, solicite ayuda, En geometrías básicas y materiales de un solo tipo, esta se podrá calcular multiplicando su volumen por la densidad del material de que está compuesta. A efectos prácticos conviene recordar las siguientes densidades relativas: Madera: 0,8; Piedra y hormigón: 2.5; Acero, hierro, fundición: 8. En caso de duda, el peso de la carga se deberá estimar por exceso.
- Cuando haya de moverse una eslinga, aflójela lo suficiente para desplazarla sin que roce contra la carga. Nunca se trate de desplazar una eslinga situándose bajo la carga, y no deberá permitir que el cable gire respecto a su eje.
- En caso de empalmarse eslingas, deberá tenerse en cuenta que la carga a elevar viene limitada por la menos resistente.
- En la carga a elevar evite que los enganches o puntos de fijación permitan el deslizamiento de ésta, emplee, de ser necesario, distanciadores, etc. Estos puntos deberán encontrarse convenientemente dispuestos en relación al centro de gravedad.
- En la elevación de piezas de gran longitud es conveniente el empleo de pórticos. Utilícelos cuando disponga de estos.
- La eslinga no deberá estar expuesta al sol o al efecto de temperaturas elevadas, o radiaciones térmicas importantes ni alcanzar una temperatura superior a los 60 ° C. Si la eslinga está constituida exclusivamente por cable de acero, la temperatura que no debería alcanzarse sería de 80° C. No estarán en contacto directo con el suelo, suspendiéndolas de soportes de madera con perfil redondeado o depositándolas sobre estacas o paletas.
- Los ajustes de los ojales estarán provistos de guardacabos resistentes para evitar una doblez excesiva, bajo el efecto de la carga, que llevaría implícito un rápido deterioro del cable. El guardacabo utilizado deberá tener unas características dimensionales acordes al diámetro del cable.
- Los cables de las eslingas no deberán trabajar formando ángulos agudos, debiéndose equipar con guardacabos adecuados. No apoye nunca las eslingas sobre aristas vivas, para lo cual intercale cantoneras o escuadra de protección. Los ramales de dos eslingas distintas no deberán cruzarse, es decir, no montarán unos sobre otros, sobre el gancho de elevación, ya que uno de los cables estaría comprimido por el otro pudiendo, incluso, llegar a romperse.
- Nunca realice cortes en los cables, esta actividad requiere efectuar ligadas a ambos lados del punto de corte, a fin de evitar que el mismo se descabile. En cables de

diámetro superior a los 25 mm. Deben utilizar una varilla o destornillador para apretar bien la ligada, y siempre será preciso dar la forma adecuada a los extremos de los dispositivos.

- Para determinar la carga de trabajo de una eslinga hay que tener en cuenta que, cuando los ramales no trabajan verticales, el esfuerzo que realiza cada ramal crece al aumentar el ángulo que forman los mismos. Para su cálculo se deberá multiplicar la carga que soporta cada ramal por el coeficiente que corresponde al ángulo (ver instrucciones del fabricante). como norma general es recomendable que el ángulo entre ramales no sobrepase los 90º y en ningún caso deberá sobrepasar los 120º. Debiéndose evitar para ello las eslingas cortas. Cuando se utilice una eslinga de tres o cuatro ramales, el ángulo mayor que es preciso tener en cuenta es el formado por los ramales opuestos en diagonal.
- Para el engrase deberán seguirse las instrucciones del fabricante, poniendo especial cuidado para que el alma del cable recupere la grasa perdida.
- Tenga en cuenta que la capacidad de carga de una eslinga viene determinada por la de un elemento más débil. Dicha capacidad de carga máxima deberá estar marcada en la eslinga, en lugar bien visible.

Riesgos derivados de la conducción:

- **Accidentes de tráfico:** conducción de vehículos.
- **Fatiga visual:** deslumbramiento, reflejos, elevada información visual, sequedad de ojos, etc.
- **Carga mental/factores psicosociales:** posible exposición a factores de riesgo psicosocial derivados de la tarea de desplazamiento (Ritmo establecido, tiempos de descanso, duración medios disponibles, atascos, etc.).
- **Carga física:** adoptar posturas forzadas, movimientos repetitivos y manipulación manual de cargas.
- **Atropellos o golpes con vehículos:** realización de trabajos en vías por las que hay tránsito de vehículos.
- **Proyección de fragmentos o partículas:** rotura o fallo de los circuitos, manguitos, de aceites u otros líquidos a presión.

Normas preventivas “procedimientos”:

Conducción:

- Antes de iniciar la conducción asegúrese de que el vehículo está en perfectas condiciones.
- Cuando detenga el vehículo siempre apague el motor, retire la llave del contacto e inmovilícelo mediante el freno de estacionamiento. Además, siempre que sea necesario, calce debidamente el vehículo a fin de asegurar su inmovilización.
- Cuando las condiciones ambientales de iluminación lo requieran utilice gafas de sol.
- Cuando sea necesario hinchar los neumáticos, esta actividad se realizará en posición de pie, utilizando una manguera de extensión y manteniéndose lejos de la rueda, no

- situándose nunca frente a ésta. E inflado de los neumáticos deberá realizarse siempre utilizando comprobadores y limitadores de presión.
- Cumpla estrictamente el manual de instrucciones del fabricante del vehículo durante la utilización del mismo.
 - En caso de necesidad de parar en el arcén sitúe el vehículo lo más alejado de la vía de circulación, no salga del vehículo sin el chaleco reflectante y señalice el vehículo según las normas reglamentarias.
 - No lleve nunca objetos o elementos sueltos en el vehículo.
 - No se coloque nunca en puntos de cizallamiento generados por elementos del propio vehículo, ni entre el vehículo y elementos fijos. Guarde siempre una debida distancia de seguridad.
 - No se fumará cuando se esté repostando. Está prohibido el uso del móvil en gasolineras.
 - Regule el asiento, espejos, etc. Para adoptar una posición adecuada, con la espalda recta y los brazos ligeramente flexionados.
 - Respete las normas de circulación y de seguridad vial.
 - Respete los tiempos de conducción y descanso establecidos. Sin perjuicio de los tiempos de conducción y descanso reglamentarios, se recomienda parar cada 2 horas de conducción ininterrumpida saliendo del vehículo para estirar las piernas.
 - Si se está medicando, se consultará al médico o al farmacéutico sobre los posibles efectos secundarios en la conducción.

Riesgos derivados de desplazamientos in itinere y en misión

- ***Carga mental/factores psicosociales:*** posible exposición a factores de riesgo psicosocial derivados de la tarea de desplazamiento (Ritmo establecido, tiempos de descanso, duración medios disponibles, atascos, etc.).
- ***Accidentes de tráfico:*** conducción de vehículos.
- ***Atropellos o golpes con vehículos:*** realización de trabajos en vías por las que hay tránsito de vehículos.

Normas preventivas “procedimientos”:

Desplazamientos in itinere y en misión:

- Como pasajero: No intervenga nunca en la actividad del conductor, permanezca en su asiento; preste especial atención al acceder y abandonar los vehículos (distancia a andenes, altura de accesos, vehículos próximos, etc.); utilice siempre que existan asideros y barandillas.
- Como peatón: Camine siempre por las aceras, evitando los atajos en malas condiciones; al cruzar las calles crúzelas en perpendicular, se deberá evitar hacerlo de forma distraída, y siempre por los pasos señalizados; No camine cerca del bordillo, existe riesgo de atropello; extreme la precaución en los pasos de peatones: aunque tenga referencia, no se confié y no invada la calzada hasta asegurarse de que el vehículo dé muestras de estar deteniéndose, controle el resto de carriles, es posible que pasen otros coches que no le hayan visto: si ha de cruzar y no tiene paso de peatones busque el punto más seguro y donde los vehículos puedan verle fácilmente, evite las curvas o zonas con poca

visibilidad; respete siempre las normas de circulación y de seguridad vial. Preste atención a la circulación de los vehículos (incluyendo motos y bicicletas), al estado del piso, evite pisar charcos o terrenos irregulares. Se desaconseja el uso del móvil mientras circula por la vía pública.

- Cuando circule con vehículos: Cumpla estrictamente con las normas de circulación y seguridad vial; antes de iniciar la conducción asegúrese de que el vehículo está en perfectas condiciones, regule el asiento, espejos, etc. Para adoptar una posición adecuada; mantenga la espalda recta y los brazos ligeramente flexionados; abróchese el cinturón de seguridad siempre, incluso en los pequeños trayectos; pare cada 2 horas de conducción ininterrumpida; en caso de necesidad de parar en el arcén, sitúe el vehículo lo más alejado de la vía de circulación, no salga del vehículo sin el chaleco reflectante y señalice el vehículo según las normas reglamentarias; si se está medicando, consulte al médico o al farmacéutico sobre los posibles efectos secundarios en la conducción: no fume cuando se esté repostando; está prohibido el uso del móvil en gasolineras y durante la conducción, así como cualquier otro aparato que le pueda distraer (GPS); debe mantener el coche en perfecto estado, realice un mantenimiento preventivo y pase todas las revisiones obligatorias; adecue su conducción a las condiciones meteorológicas y del tráfico; mantener el orden y la limpieza en el vehículo y no llevar cargas que puedan entorpecer la circulación. Evaluar la carga a transportar colocándola de forma equilibrada, repartiendo los pesos y evitando sobrecargas.
- En los desplazamientos al centro de trabajo y de vuelta a casa: Utilice preferentemente medios públicos; adelante o retrase la salida cuando le sea posible para evitar las horas de mayor concentración de vehículos, evite las prisas y tenga en cuenta las condiciones meteorológicas; si utiliza medios propios lleve un adecuado mantenimiento del mismo.
- En todos sus desplazamientos: Organícelos con antelación evitando las horas punta, planificando el tiempo para evitar prisas y nerviosismo, teniendo en cuenta obras o zonas conflictivas según el horario; priorice siempre que sea posible el uso del transporte público frente al coche propio.
- Normas adicionales para el desplazamiento en motocicletas: El uso del casco es obligatorio; utilice ropa adecuada y resistente; el mantenimiento del vehículo es indispensable para unos niveles óptimos de seguridad; no se debe serpentear entre el tráfico; la motocicleta es un vehículo más pequeño y mucho más frágil que el automóvil, por lo que el conductor de la motocicleta debe estar alerta ante cambios repentinos del tráfico.
- Si se desplaza en bicicleta siga las siguientes normas: Si existe carril bici, circule siempre por él; se recomienda el uso del casco; En la calzada, las bicicletas circularán ocupando la parte central del carril; En las vías con más de un carril circularán siempre por el carril de la derecha. De existir carriles reservados a otros vehículos, circularán en las mismas condiciones por el carril continuo al reservado, salvo que la señalización permitiera circular por ellos; por la noche es obligatorio el uso de una luz amarilla o blanca en la parte delantera y una roja o reflectante en la trasera; debe indicar con antelación cualquier maniobra o cambio de dirección; respete la señalización (semáforos, policía, etc.); realice un buen mantenimiento de su bicicleta, prestando especial atención a las ruedas, frenos y luces.

Riesgos derivados de la manipulación de cargas:

- ***Golpes /cortes por objetos o herramientas:*** Objetos y herramientas en la cabina de conducción.
- ***Caídas de objetos desprendidos:*** movimientos de materiales con la pluma (sujeción de materiales o guiado inadecuado, personal en zona de influencia, etc.)
- ***Caídas de personas al mismo nivel:*** Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.
- ***Choques contra objetos inmóviles:*** Almacenamiento inadecuado de materiales en vías de paso y/o circulación. En caso de desgaste de la señalización de las zonas de almacenamiento.
- ***Atrapamientos por o entre objetos:*** Puntos de atrapamientos con partes móviles.

Normas preventivas “procedimientos”:

Manipulación de cargas suspendidas:

- Antes de izar la carga, observe que está correctamente enganchada, Si no, se bajará la carga para arreglo.
- Cargue por igual todos los ramales de las eslingas. Si las cargas o piezas son de forma muy irregular, el peso no se distribuye por igual entre todos los ramales; en estos casos cada ramal deberá ser tan sólido, que él solo sea capaz de soportar todo el peso de la carga.
- Compruebe el estado de los cables y los ganchos antes de su uso.
- Compruebe la inexistencia sobre el equipo de elevación de piezas sueltas u objetos que pudieran caer.
- Conozca el peso de la carga a transportar para elegir adecuadamente los elementos de amarre.
- Cuando haga uso eslingas de ramales múltiples, tenga en cuenta que a medida que aumenta el ángulo de apertura de los ramales, disminuye la resistencia de la eslinga. Deberá por lo tanto elegirse eslingas de suficiente longitud, con objeto de evitar ángulos amplios entre los ramales.
- Eleve las cargas sólo verticalmente. No eleve oblicuamente la carga, ya que el balanceo que produce podría accidentar a un compañero, además de producir sobrecargas. El cable del equipo de elevación debe trabajar siempre en vertical.
- Está prohibida la permanencia o paso de cualquier persona bajo las cargas o ganchos.
- Está prohibido el transporte de trabajadores sobre las cargas elevadas.
- Haga uso de cantoneras y/o guardacabos cuando las cargas a suspender tengan aristas o cantos vivos.
- Inspeccione el terreno en la zona de carga/descarga. Retire cualquier obstáculo que interrumpa el uso. Cuando existan charcos y/o barro, coloque planchas de madera o de otro material para asegurar unas buenas condiciones del suelo.
- Mantenga una distancia de seguridad durante la elevación y desplazamiento de la carga.

- No acompañe la carga con las manos y/o cuerpo durante el desplazamiento de la misma y/o eslingado. Si fuese necesario, utilice elementos auxiliares tales como cuerdas y cabos.
- No acorte o empalme cadenas de izar insertando tornillos entre eslabones, atando éstos con alambre, etc. Nunca debe repararse una cadena (soldando eslabones, por ejemplo).
- No haga uso de los equipos de elevación en días de fuerte viento o de viento racheado (salvo que se tenga la absoluta seguridad de que una posible racha de viento no afectará para nada los movimientos normales de la carga).
- No permita el izado o mueva pesos que sobrepasen la carga máxima indicada en el equipo de elevación. Es preciso conocer, para ello, el peso de la carga que va a elevarse.
- Preste la máxima atención durante los desplazamientos de los equipos de elevación, tanto cargados como en vacío.
- Use viseras y/o gafas de sol en zonas donde haya deslumbramiento.
- Verifique, a ras del suelo, el equilibrio de la carga suspendida, antes de iniciar el movimiento.

Riesgos derivados de la recogida y carga de enseres y/o materiales:

- ***Accidentes causados por seres vivos:*** mordeduras por perros, gatos, roedores, etc.
- ***Carga física:*** adoptar posturas forzadas, movimientos repetitivos y manipulación manual de cargas.
- ***Golpes /cortes por objetos o herramientas:*** Objetos y herramientas en la cabina de conducción.
- ***Atropellos o golpes con vehículos:*** realización de trabajos en vías por las que hay tránsito de vehículos.
- ***Caídas de personas al mismo nivel:*** Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.
- ***Exposición a agentes biológicos:*** Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.

Normas preventivas “procedimientos”:

Tareas de recogida y carga de enseres y/o materiales:

- A modo de indicación general, el peso máximo que no se recomienda sobrepasar, en condiciones ideales de manipulación, es decir, con la carga pegada al cuerpo, a la altura entre el codo y los nudillos, espalda derecha, sin giros ni inclinaciones, una sujeción firme del objeto con una posición neutra de la muñeca, levantamientos suaves y espaciados y condiciones ambientales favorables, es de 25 kg (15 kg en el caso de mujeres o de menores).
- Al finalizar la jornada cuide su higiene personal. Antes de realizar ingesta de comida y/o fumar, deberá proceder a la limpieza de manos, brazos y cara.
- Cuando no sea posible la realización de las tareas dentro de unos rangos de temperatura confortable, evite el efecto negativo de las mismas. Si la temperatura es elevada, establezca pausas apropiadas. Cuando las temperaturas sean bajas, abriguese

- convenientemente y procure no hacer movimientos bruscos o violentos antes de haber calentado y desentumecido los músculos.
- Debe evitarse elevar cargas por encima de los hombros.
 - El levantamiento de la carga se hará colocando los pies a ambos lados de la carga, realizando un buen agarre en función de las características del objeto o manipular, realizando el esfuerzo de levantamiento con las piernas y manteniendo la espalda recta. La carga a manipular se deberá mantener pegada al cuerpo lo más posible para reducir el peso real manipulado.
 - En condiciones generales, observe bien la carga prestando especial atención a su forma y tamaño, posible peso, zonas de agarre, posibles puntos peligrosos, etc. Probar a alzar primero un lado, ya que no siempre el tamaño de la carga ofrece una idea exacta de su peso real.
 - En el caso de ser mordidos por algún animal, insecto, etc., debe comunicárselo a un médico.
 - En vías de circulación de vehículos, preste especial atención a los vehículos que arrancan o aparcan cerca de usted, puede que no haya sido visto por sus conductores.
 - Es conveniente que realice pausas adecuadas, preferiblemente flexibles, ya que las fijas y obligaciones suelen ser menos efectivas para aliviar la fatiga.
 - Extreme la atención ante la posible existencia de irregularidades, desniveles, huecos en la vía. Intente evitar pasar sobre ellos con el fin de evitar posibles caídas o tropiezos.
 - Inspecciones visualmente los enseres, materiales y objetos a manipular antes de proceder a su acarreo. Realice la manipulación de ellos cuidadosamente, utilizando guantes resistentes al corte. En caso de pinchazo o corte con objetos presentes en la basura o enseres a retirar, se intentará identificar el objeto causante de la lesión, acudiendo al médico para recibir tratamiento si es necesario.
 - La superficie de la carga no tendrá elementos peligrosos que generen riesgos de lesiones. En caso contrario, se aconseja la utilización de guantes para evitar lesiones en las manos.
 - Los equipos de protección individual no deberán interferir en la capacidad de realizar movimientos, no impedirán la visión ni disminuirán la destreza manual. De evitarán los bolsillos, cinturones, u otros elementos fáciles de enganchar. La vestimenta deberá ser cómoda y no ajustada.
 - No utilice auriculares conectados a reproductores de sonido, podrá evitar que escuche bocinas u otra señal de advertencia de peligro.
 - Si se tiene algún tipo de herida en manos o cualquier otra parte del cuerpo que pudiera entrar en contacto con bacterias, virus, etc., debe cubrirse adecuadamente antes de comenzar a los trabajos para evitar infecciones.
 - Siempre que sea posible utilice ayudas mecánicas.
 - Solicite ayuda de otras personas si el peso de la carga es excesivo o se deben adoptar posturas incómodas durante el levantamiento y no se puede resolver por medio de la utilización de ayudas mecánicas.
 - Suspenda el trabajo cuando las condiciones climáticas sean adversas (fuertes vientos con riesgo de caída y/o golpes por objetos arrastrados por la fuerza del viento, lluvias, etc.).
 - Utilice la ropa o chalecos con dispositivos reflectantes, o bien elementos de señalización, siempre que trabaje en zonas donde haya tránsito de vehículos.

Riesgos derivados de los trabajos en vías de circulación:

- **Atropellos o golpes con vehículos:** realización de trabajos en vías por las que hay tránsito de vehículos.
- **Exposición a agentes biológicos:** Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.
- **Exposición a temperaturas ambientales extremas:** Trabajos realizados a la intemperie.
- **Accidentes causados por seres vivos:** mordeduras por perros, gatos, roedores, etc.

Normas preventivas “procedimientos”:

Trabajos en vías de circulación:

- En vías de circulación de vehículos, preste especial atención a los vehículos que arrancan o aparcen cerca de este, puede que no haya sido visto por sus conductores.
- No utilice auriculares conectados a reproductores de sonido, podría evitar que escuche bocinas u otra señal de advertencia de peligro.
- Si las vías se encuentran mojadas debido a la lluvia u otras causas extreme la atención durante sus desplazamientos para evitar caídas.
- Siga las instrucciones facilitados por la empresa a la hora de trabajar en zonas de circulación, coloca los conos, vallas, señales y/o luces.
- Utilice la ropa o chalecos con dispositivos reflectante, o bien elementos de señalización, siempre que trabaje en zonas donde haya tránsito de vehículos.

Riesgos derivados de la Instalación Eléctrica de Baja Tensión:

- **Contactos eléctricos:** Contacto con partes activas de la instalación eléctrica por uso inadecuado, defectos en la misma, o en los equipos conectados.

Normas preventivas “procedimientos”:

Instalación Eléctrica de Baja Tensión:

- Manipule siempre la instalación y los aparatos eléctricos con las manos y pies secos.
- Mantenga cerrados los cuadros eléctricos y no almacene objetos en su interior.
- No conecte cables manteniéndolos enrollados para evitar el calentamiento de los mismos.
- No manipule la instalación eléctrica si no está autorizado para ello y no tiene formación específica.
- No tire directamente de los cables para la desconexión de los equipos, hágalo sujetando la base y tirando de la clavija.
- No utilice ladrones o clavijas múltiples para hacer conexiones en un mismo enchufe. Si es necesario, utilice bases múltiples, respetando siempre la limitación de potencia indicada en las mismas y en su caso, la continuidad eléctrica de la toma de tierra.

Riesgos derivados de la Instalación de Protección contra Incendios. Extintores:

- **Incendios:** Carencias o inadecuado uso y mantenimiento de los extintores.

Normas preventivas “procedimientos”:

Instalación de protección contra Incendios. Extintores:

- De forma general, utilice los extintores de agua o polvo ABC para apagar sólidos, y los de CO2 para fuegos en proximidad de instalaciones eléctricas o elementos en tensión (cuadros eléctricos, equipos eléctricos, etc.).
- No bloquee el acceso a los extintores.
- No manipule los extintores cuando no sea estrictamente necesario.

Riesgos derivados de evacuación y salidas de emergencia:

- **Incendios:** Condiciones inadecuadas de la vía de evacuación y salidas de emergencia (presencia de obstáculos, iluminación etc.)

Normas preventivas “procedimientos”:

Evacuación y salidas de emergencia:

- Evite los almacenamientos temporales en zonas de paso. Se deberá evitar en todo momento que existan elementos que obstaculicen los recorridos de evacuación y puertas de emergencia.
- Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento de los recorridos de evacuación (huecos, grietas) y/ salidas de emergencia, avise de inmediato para proceder a su reparación.