

MANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD

CONDUCTOR/A

El presente documento se trata de una lista no exhaustiva de los riesgos y medidas preventivas, estando la totalidad en la evaluación de riesgos del puesto de trabajo.

1. RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

1.1. RIESGOS

- Caídas al mismo nivel.
- Caídas a distinto nivel.
- Caída de objetos desprendidos, por desplome o en manipulación.
- Golpes, cortes y atrapamientos.
- Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas, posturas forzadas.
- Accidente de tráfico o atropello.
- Exposición a condiciones atmosféricas adversas.
- Exposición a contaminantes químicos, físicos y biológicos.



1.2. MEDIDAS PREVENTIVAS

- Usar adecuadamente los equipos de protección individual facilitados por la empresa: guantes de protección mecánica, calzado de seguridad y chaleco de alta visibilidad, etc.
- Únicamente se podrá conducir vehículos para los que se haya sido formado y autorizado previamente.
- Seguir las instrucciones de seguridad indicadas por las empresas externas a las que se pueda acceder. Cumplir con la coordinación de actividades empresariales.
- Deben observarse las indicaciones de seguridad y peligro colocadas sobre el equipo y conservar su legibilidad. Deben sustituirse de forma inmediata todas las placas de aviso dañadas o reponerse las ausentes. Informar a la persona responsable.
- Comprobar el estado de la zona de trabajo para evitar posibles accidentes provocados por obstáculos escondidos, como troncos, piedras, latas o vidrios rotos. Mirar siempre en el sentido de la marcha.
- No correr para desplazarse por zonas de tránsito, escaleras o vías de circulación. En el caso de las escaleras, bajar siempre los peldaños en el sentido del descenso.
- Bajar de los vehículos sin saltar; usar los estribos y asideros existentes, revisando y asegurando que la zona de apoyo del pie es adecuada. Subir y bajar de frente al vehículo.
- No usar en ningún caso otra parte del vehículo como medio de transporte que no sean cabina o estribos, específicamente diseñados para la presencia de personas trabajadoras.

- Comprobar y asegurar que las escaleras están en buen estado previamente a su uso: dispositivos antideslizantes en las bases, peldaños, largueros y estructura en general sin deformaciones ni roturas, sistema de limitación de apertura adecuado, apoyo sobre firme estable, resistente e inmóvil.
- El ascenso y descenso de las escaleras de mano se realizará de frente a éstas. Usar la escalera por una persona, no por dos o más personas simultáneamente.
- Asegurarse que no hay ninguna persona trabajadora encima de la plataforma elevadora ni en la caja del camión, antes de realizar cualquier maniobra.
- Antes de comenzar la jornada laboral se deberá verificar que todos los elementos de seguridad y dispositivos se encuentran en buenas condiciones de funcionamiento. Revisar que los estribos de los vehículos estén en perfecto estado.
- Verificar el estado de la grúa y del resto de vehículos previo a su uso.
- En desplazamientos largos o a velocidades superiores a 30 km/h, no se circulará sobre el estribo, sino en el interior de la cabina del vehículo.
- Prohibido acceder al interior de la caja de compactación y a la parte superior de los vehículos, así como a otras zonas elevadas en las que no existiera protección perimetral (barandillas).
- Vigilar que no haya personas en el radio de acción de los dispositivos móviles ni del área de manipulación de los contenedores. PROHIBIDO permanecer debajo de los contenedores mientras se están elevando y descendiendo.
- Antes de proceder al movimiento del ecoparque móvil, comprobar y asegurar que se encuentra perfectamente cerrado y los elementos interiores bloqueados.
- Comprobar el estado de la zona de sujeción del contenedor antes de recogerlo.
- No alterar bajo ningún concepto la protección contra sobrecargas incorporada en los vehículos. Respetar las cargas máximas.
- Comprobar que los elementos auxiliares (eslingas, cables, cadenas, etc.) están en buen estado y disponen de la etiqueta correspondiente. Respetar su carga máxima.
- Para remolcar o transportar un vehículo, siempre hay que instalar las cintas de amarre. Revisarlas previamente a su uso y comunicar cualquier incidencia a la persona encargada (roturas, manchas que puedan ocultar desperfectos, etc.).
- No realizar operaciones de mantenimiento en el vehículo para las que no se esté autorizado/a. Cualquier operación de limpieza, mantenimiento, etc. debe realizarse con el motor parado.
- Está prohibido quitar o anular los dispositivos de seguridad.
- Utilizar la maquina
- Comunicar mediante parte de averías cualquier incidencia detectada en el vehículo.
- Llevar los utensilios de trabajo recogidos o acoplados, en su caso, en el carro destinado a tal fin.
- No introducir las manos en las papeleras o recipientes. Para vaciar los mismos, volcarlos en la

bolsa, en el carro o el contenedor siempre que sean de este tipo.

- En el caso de recoger cristales rotos o similares, envolverlos en cartón o papel y tirarlos a un contenedor.

- No llevar anillos, collares, prendas desatadas, pelo largo suelto, bufandas, etc., que puedan ser atrapados por piezas en movimiento, especialmente del vehículo.

- Mantener las manos alejadas de la zona de cierre de las puertas de los vehículos.

- No lanzar las bolsas de basura desde posiciones alejadas. Se deberá acercarse al contenedor o vehículo para tirarlas.

- En caso de tener que realizar un desplazamiento de una carga, observar que se dispone de espacio suficiente para el manejo de la misma y que el recorrido está libre de obstáculos.

- No usar las máquinas o equipos de trabajo para realizar trabajos distintos para los que han sido diseñados, según la información proporcionada y las instrucciones del fabricante.

- Se recomienda no manipular cargas superiores a 25 kg. para hombres y 15 kg. para mujeres. Pedir ayuda en caso de necesidad, bien sea por peso y/o por volumen.

- Subir los bordillos tirando del carrito, no empujándolo. En desplazamientos sin desniveles, es preferible empujarlo.

- Antes de manejar una carga, observar el estado de su superficie, en especial la existencia de bordes o elementos cortantes y si presenta suciedad o está deteriorada.

- Manipular la carga de manera adecuada: situar el cuerpo cerca de la carga, apoyar firmemente los pies, mantener la espalda recta, flexionar las rodillas, usar los músculos de las piernas, muslos y brazos. Evitar los movimientos bruscos de la espalda, en especial los giros, incluso manejando pesos ligeros.

- Trabajar manteniendo una postura erguida. Al barrer, mantener la escoba lo más cerca posible de los pies y efectuar movimientos tan sólo con los brazos, evitando seguirlos con la cintura.

- Quitar siempre la llave de contacto de la ranura correspondiente durante las tareas de revisión, o cuando vaya a abandonar la cabina del vehículo y este no pueda ser controlado directamente por la persona conductora.

- No usar teléfono móvil durante la conducción, y no manipular el sistema GPS una vez se ha puesto en circulación el vehículo. Hacerlo solo con el vehículo parado.

- Prestar atención al tráfico y a las señales de quienes trabajan alrededor durante la realización de las tareas. En limpiezas que supongan la ocupación de la calzada, extremar la precaución y señalizar su presencia.

- Cruzar las calles por el paso de peatones siempre que sea posible, procurando circular por la zona más alejada de la dirección de los vehículos, ya que es donde menos accidentes se producen. Además, antes de hacerlo, detenerse en la acera sin invadir la calzada. Respetar en todo momento las normas de

circulación para peatones/as y vehículos.

- Nunca atravesar las vías en las curvas y los cambios de rasante por la poca visibilidad que permiten. Son los lugares más peligrosos.
- No cruzar un paso a nivel cuando se divise el tren, aunque éste se encuentre lejos, o cuando ya se encuentran bajadas las barreras.
- Extremar la precaución con los vehículos largos (autobuses, camiones...) al girar, ya que las ruedas traseras se cierran respecto a las delanteras y resulta fácil ser atropellado/a.
- Está prohibido usar auriculares o teléfonos mientras se trabaja en la vía pública.
- Evitar transitar por el carril bici. En caso de ser necesario, permitir el paso a las bicis ya que, en dicho carril, la persona ciclista tiene preferencia.
- Extremar las precauciones al caminar en días de lluvia, zonas mojadas, zonas con pendiente, etc.
- Usar la ropa adecuada, protección solar, protección de la cabeza, en función de las condiciones atmosféricas.
- Siempre que sea posible, mantenerse alejado/a de las zonas de escape de los humos de combustión de máquinas y vehículos.
- Respetar las medidas de limpieza e higiene: no fumar durante la realización del trabajo, lavarse las manos y cara antes de comer, fumar, etc.
- Cubrir las heridas de manera adecuada, para evitar el contacto con elementos contaminantes.

