



BOLUDA
MARITIME TERMINALS

**FICHA
PREVENTIVA**

CENTRO DE OFICINAS

PRL006

RECIBIDO POR

Razón Social

Nombre

Fecha

Firma Sello

EVALUACION DE RIESGOS

CONTROL DE RIESGOS

| Nº | PELIGROS | FACTORES DE RIESGO | NIVEL RIESGO | MEDIDAS PREVENTIVAS | EPI | FORMACION |
|----|---|--|---|--|--|-----------|
| 1. | Caída de personas | Falta de orden y limpieza | T O L E R A B L E | Mantener el area de trabajo en adecuadas condiciones de orden y limpieza. | Es obligatorio la utilización de arnés homologado para la realización de trabajos en altura. | N/A |
| | | Pavimentos y escaleras con superficies deslizantes. | | En pavimentos o suelos deslizantes, procurar utilizar calzado de suela antideslizante y, en terminos generales, evitar tacones demasiado altos. | | |
| | | Utilización incorrecta de suelos y escaleras (con prisas, saltando escalones, etc.) | | Circular por las escaleras sin correr, saltar o precipitarse y, utilizando todos los peldaños. No distraer la vista (p.e. leyendo documentos) mientras se usan las escaleras. | | |
| | | Acceso a puntos elevados de las oficinas (armarios, archivos, etc) sin los medios adecuados. | | Utilizar medios seguros y adecuados a puntos elevados de las oficinas: escaleras de mano, tarimas y/o banquetas previstas para tal fin. Evitarsubirse sobre muebles y similares (mesas, sillas, armarios, etc.). | | |
| | | Utilización incorrecta de sillas. | | No correr en los pasillos, simplemente caminar a velocidad normal. | | |
| | | Uso de andamios. | | Evitar la presencia de cables por el suelo. | | |
| | | Espacios y superficies de trabajo con huecos y desniveles. | | Mantenimiento y conservación de suelos y escaleras. | | |
| | No mecer las sillas de patas fijas. Con sillas giratorias sobre ruedas: no sentarse utilizando solo el borde delantero del asiento,; evitar inclinarse lateralmente. | | | | | |
| | Para trabajos en el andamio deberá solicitar autorización escrita al Coordinador de Seguridad de CAPSA. Está prohibido el uso de plataformas elevadoras en condiciones climatológicas adversas, especialmente en caso de lluvia y viento. El equipo de trabajo constará de dos personas, una en el cesto y la otra próxima a la carretilla. | | | | | |

| 2. | Corte con objetos | Tijeras, cúteres y similares. | T O L E R A B L E | Procurar no utilizar tijeras, cúteres y similares en el centro de trabajo. | N/A | N/A |
|-----------------------|---|--|---|---|---|-----------|
| | | Aristas puntiagudas o cortantes en muebles. | | No tirar a la papelera cristales rotos o materiales cortantes. | | |
| | | Cristales rotos y otros objetos rotos, dañados o cortantes. | | Los muebles deben tener las aristas redondas. | | |
| | | | | | | |
| EVALUACION DE RIESGOS | | | | CONTROL DE RIESGOS | | |
| Nº | PELIGROS | FACTORES DE RIESGO | NIVEL RIESGO | MEDIDAS PREVENTIVAS | EPI | FORMACION |
| 3 | Contactos eléctricos | Equipos con alimentación eléctrica (equipos informáticos, faxes. Fotocopadoras, destructoras de documentos etc.) | M O D E R A D O | No manipular ni tratar de reparar equipos e instalaciones eléctricas de BTMT sin autorización expresa. | N/A | N/A |
| | | Operaciones de soldadura. | | Evitar la utilización de enchufes intermedios (ladrones). | | |
| | | Elementos de la instalación eléctrica (cables, clavijas, bases de enchufes, etc.) | | Para trabajos en caliente (soldadura), se deberá solicitar autorización escrita al Coordinador de Seguridad de BTMT . | | |
| | | | | Utilizar medios mecánicos en el manejo de objetos pesados y/o voluminosos. | | |
| 4. | Incendios | Combustible: Material de oficina, mobiliario, papelería, etc. | M O D E R A D O | Mantener libre el acceso a los medios de lucha contraincendio. | N/A | N/A |
| | | Fuentes de ignición: equipos e instalaciones eléctricas, cigarrillos y similares, etc. | | En caso de emergencia, seguir las consignas de actuación indicadas en el último apartado de esta ficha IP: "Medidas de Emergencia". | | |
| | | | | | | |
| 5. | Proyecciones de partículas | Trabajo de mecanizado de piezas, soldadura, máquinas esmeriladoras, taladro, etc. | MODERADO | No eliminar resguardos ni dispositivos de protección que eviten la proyección de partículas. | Utilización de gafas de seguridad para trabajos donde exista proyección de chispas y partículas | |
| 6. | Contactos mecánicos. Atrapamiento y golpes con objetos móviles e inmóviles | Destructoras de documentos. | T O L E R A B L E | No manipular máquinas y equipos de trabajo de BTMT sin autorización. | Utilización de los EPI'S asignados al uso de cada equipo de trabajo | N/A |
| | | Guillotinas de papel. | | Utilizar equipos de trabajo con marcado CE. | | |
| | | Golpes con puertas. | | Selección, uso, conservación de equipos y herramientas de trabajo. | | |
| | | Otras máquinas y equipos. | | Evitar realizar trabajos en espacios estrechos y en traseras de equipos. | | |
| | | Elementos fijos de instalaciones | | No permanecer en el radio de acción de equipos de trabajo. | | |
| | | Equipos con órganos móviles y/o agresivos accesibles | | No eliminar equipos ni dispositivos de protección | | |
| | | | | Utilizar linternas o luminarias si los niveles de iluminación no son adecuados. | | |
| | | | | Extremar precaución en acceso por zonas saturadas de equipos. | | |
| | | Se utilizaran guantes de protección contra riesgos mecanicos para la manipulación de materiales cortantes o punzantes. | | | | |

| 7. | Caída de material | lizado de material y equipos. | TOLERABLE | No se circulará bajo el radio de acción de cargas suspendidas y zonas donde se estén realizando trabajos de mantenimiento. | Es obligatorio el calzado de seguridad con puntera reforzada para el personal de almacén | Deberán tener curso de Conducción de Carretillas elevadoras y manipulación de carga. |
|------------------------------|---------------------------------------|--|--------------|---|--|--|
| | | Apilamiento inadecuado de materiales de oficinas. | | No almacenar archivadores en zonas con poca estabilidad. | | |
| | | Almacenamiento inadecuado de materiales. | | Utilizar medios mecánicos en manejo objetos pesados o voluminosos | | |
| | | Caída de cajones de armarios, archivadores, etc. | | Se seguirán normas de actuación para almacenamiento seguro de materiales en almacenes (altura apilamiento, estabilidad, etc.). Se asegurará el almacenamiento de material de forma que se evite el deslizamiento y posible caída de los mismos. | | |
| 8. | Sobreesfuerzos | Manipulación de materiales y equipos | TOLERABLE | Cumplimiento de los requerimientos del Real Decreto 487/1997 del 14 de abril en lo relativo a la manipulación manual de cargas. Evitar posturas incorrectas durante el trabajo. Manipular cargas entre mas de una persona. Audas mecánicas. Introducir descansos o cambios de actividad en la tarea. | N/A | N/A |
| 9. | Exposición a contaminantes biológicos | limpieza y mantenimiento inadecuado del sistema de aire acondicionado. | MODERADO | Revisión y limpieza, según legislación vigente del sistema de aire acondicionado (filtros de aire, aparatos de humectación y enfriamiento evaporativo, unidades de impulsión y retorno de aire, torres de refrigeración. | N/A | N/A |
| EVALUACION DE RIESGOS | | | | CONTROL DE RIESGOS | | |
| Nº | PELIGROS | FACTORES DE RIESGO | NIVEL RIESGO | MEDIDAS PREVENTIVAS | EPI | FORMACION |
| 10. | Exposición al ruido | Equipos ruidosos (impresoras, ventiladores, aire acondicionado). | TOLERABLE | Para tareas difíciles y complejas, el nivel sonoro continuo equivalente que soporte el usuario, no debería exceder los 55 dB. | N/A | N/A |
| | | Conversaciones de puestos de trabajo contiguos. | | Todos los equipos deben ser sometidos a un mantenimiento adecuado. | | |
| | | Timbres. | | | | |
| 11. | Condiciones termo higrométricas. | Temperatura inadecuada. Corrientes de aire. Humedad del aire inadecuada. Electricidad estática. | TOLERABLE | Regular las temperatura a niveles confortables (calefacción - aire acondicionado). Humedad relativa comprendida entre el 30 y el 70%. Evitar corrientes de aire. | N/A | Riesgos Especificos |
| 12. | Radiaciones no ionizantes | Pantallas de visualización de datos. | TOLERABLE | Las investigaciones realizadas hasta el momento en relación con las pantallas que funcionan con tubos de rayos catódicos, están de acuerdo en que los niveles de radiación emitidos se encuentran muy por debajo de los límites que se consideran seguros. | N/A | N/A |
| | | Impresoras láser. | | Utilizar los equipos únicamente para la finalidad concebida por el fabricante de los mismos. | | |
| | | Hornos microondas. | | Todos los equipos deben ser sometidos a un mantenimiento adecuado. | | |
| | | | | | | |

| 13. | Iluminación | Insuficiente, excesiva. | M O D E R A D O | Los niveles de iluminación deben ser adecuados a las exigencias visuales de las tareas. | N/A | N/A |
|------------------------------|--|--|---|--|--|---------------------|
| | | Inadecuada | | Las zonas oscuras deben estar iluminadas adecuadamente (incluidas vías de acceso y zonas de paso) | | |
| | | Contrastes demasiados importantes. | | Eliminar o apantallar las fuentes de luz deslumbrantes. | | |
| | | Deslumbrante | | Limpiar periódicamente las lámparas y luminarias. | | |
| | | Parpadeante (por ejemplo, tubos fluorescentes dañados). | | Limpiar periódicamente los cristales de las ventanas. | | |
| | | Entrada molesta de luz solar por las ventanas. | | Reparar las fuentes de luz parpadeante. | | |
| | | | | Evitar reflejos sobre cristales y pantallas de visualización de datos. | | |
| | Utilizar persianas, cortinas, estores, etc. En las ventanas para impedir el paso de luz solar molesta. | | | | | |
| 14 | Accidente de tráfico | Accidente in itinere (al ir al lugar de trabajo o al volver de éste) | MODERADO | En los desplazamientos en vehículos a centros propios o de clientes, extremar las precauciones durante la conducción, cumpliendo escrupulosamente las normas de circulación. En particular la ley tráfico terrestre. | Utilizar chaleco reflectante al abandonar el vehículo. | N/A |
| EVALUACION DE RIESGOS | | | | CONTROL DE RIESGOS | | |
| Nº | PELIGROS | FACTORES DE RIESGO | NIVEL RIESGO | MEDIDAS PREVENTIVAS | EPI | FORMACION |
| 15. | Peligros de fatiga (física, visual, mental) | Para usuarios de pantallas de visualización de datos (PVD), durante más de 2 horas diarias o 10 horas semanales, posibles peligro de fatiga visual, física y/o mental. | T O L E R A B L E | Para evitar la fatiga visual: | N/A | Riesgos Especificos |
| | | | | Equipos (pantalla, teclado, mesa, asiento). | | |
| | | | | Postura de referencia. | | |
| | | | | Entorno (espacio iluminación, reflejos y deslumbramientos, ruido, condiciones termohigrométricas, emisiones). | | |
| | | Fatiga mental, estrés | | Organización del trabajo. | N/A | Riesgos Especificos |
| | | | | Para evitar la fatiga mental: | | |
| | | | | Distribuir de forma clara las tareas y competencias. | | |
| | | | | Planificar los diferentes trabajos de la jornada teniendo en cuenta una parte para imprevistos. | | |
| | | | | Prever las pausas | | |
| | | | | Dotar de medios y equipos adecuados | | |
| | No prolongar en exceso la jornada habitual de trabajo. Impedir la acumulación de documentos innecesarios a corto plazo sobre las mesas | | | | | |
| | Mejorar el entorno de trabajo con plantas etc. | | | | | |

MEDIDAS DE EMERGENCIA

| | |
|--------------------------------------|---|
| EN CASO DE INCENDIO | 1.- Seguir el procedimiento de acuerdo a la documentación entregada. Este procedimiento lo encontrará en la documentación facilitada a ud. en nuestra página web. Algunas medidas a tener en cuenta: Si conoce el manejo de los extintores, utilizarlos dirigiendo el chorro a la base de las llamas. No utilizar agua en presencia de tensión eléctrica. Evitar en todo caso la propagación del humo y las llamas al resto de la zona cerrando puertas y ventanas, apartando el combustible siempre que se pueda. Colaborar, en su caso, con los equipos de emergencia, siempre que ellos se lo soliciten, servicios de seguridad y/o mandos responsables. |
| EN CASO DE AMENAZA DE BOMBA | 1.- En caso de amenaza telefónica de bomba: mantener la calma e intentar recopilar el mayor número posible de detalles. Tratar esta información como confidencial y evitar su difusión innecesaria entre el resto del personal. En su caso, comunicar al Servicio de Seguridad y/o mando responsable. 2.- En caso de localización de un objeto sospechoso: aislar el paquete, no moverlo, tocarlo o perforarlo. Comprueba la posible existencia de otros objetos sospechosos. No emplear emisoras de radio en las proximidades. Despejar la zona y abrir puertas y ventanas para aliviar la posible onda de expansiva. Comunicar la situación. 3.- Seguir el procedimiento de acuerdo a la documentación entregada. |
| EN CASO DE EVACUACION DE LA TERMINAL | 1.- En su caso, seguir siempre las instrucciones de los equipos de emergencia, Servicio de Seguridad y/o mandos responsables. 2.- No salir con objetos pesados o voluminosos. No retroceder a buscar "objetos olvidados". En presencia de humo, taparse nariz y boca con un pañuelo. Si existe humo avanza agachado. En su caso no utilizar los ascensores ni sacar vehículos del aparcamiento. 3.- En el exterior: evitar obstaculizar las vías de acceso. En su caso, tener cuidado al cruzar la calle. No regresar al lugar de trabajo hasta que se comunique el fin de la emergencia. |
| EN CASO DE EVACUACION ACCIDENTADO | 1.- Analizar la situación del accidentado para poder aplicar las medidas de primeros auxilios oportunas. En caso de duda, abstenerse. 2.- Avisar de lo ocurrido para que puedan localizar a los servicios de ayuda externos. 3.- Una vez lleguen los servicios de ayuda externos, se procederá a evacuar al accidentado al centro hospitalario más próximo. 4.- En caso necesario, por el estado del accidentado o por la situación del emplazamiento, se procederá a la evacuación del mismo en vehículo propio al centro hospitalario más próximo. |