

manual d'acollida

PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS



GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE SANITAT



AGÈNCIA
VALENCIANA
DE SALUT

Edita: Generalitat. Conselleria de Sanitat

© de la present edició: Generalitat, 2009

© dels textos: els autors

Coordina: Conselleria de Sanitat. Subsecretaria.
Servei de Prevenció de Riscos Laborals

1ª edició

ISBN: 978-84-482-5217-5

Dipòsit Legal: V-2346-2009

Imprimeix: IPL, s.l. Tel. 962 590 036. La Pobla Llarga

Índex

Presentació _____	7
Benvinguda _____	9
Declaració de la política de prevenció de riscos laborals _____	11
Drets i obligacions dels treballadors/es _____	13
Organització de la prevenció Conselleria de Sanitat _____	15
Factors de risc laborals _____	17
Riscos laborals i mesures preventives _____	19
Riscos laborals i mesures preventives amb major repercussió en l'àmbit sanitari _____	21
Altres riscos laborals en l'àmbit sanitari i mesures preventives _____	25
Suggeriments, iniciatives, queixes _____	35
Què fer? _____	37
Normativa bàsica en matèria preventiva _____	38

Presentació

L'article 40.2 de la Constitució Espanyola encomana als poders públics, com un dels principis rectors de la política social i econòmica, vetlar per la seguretat i higiene en el treball.

Per a atendre el mandat constitucional, les Corts Espanyoles van aprovar la Llei 31/1995, de 8 de novembre de Prevenció de Riscos Laborals i, per al seu compliment, pel que fa als treballadors de l'Administració autonòmica, el Consell va aprovar el Decret 123/2001, de 10 de juliol.

Complementàriament, per al desenvolupament del que preveu el Decret respecte dels treballadors del sector públic sanitari de la Generalitat, el conseller de Sanitat va aprovar l'Orde de 6 d'agost del 2001, per la qual s'estructura i organitza el Servei de Prevenció de Riscos Laborals del Sector Sanitari Públic de la Generalitat.

En el preàmbul del Decret, el Consell manifesta la voluntat de considerar la prevenció davant dels riscos laborals com una actuació única, indiferenciada i coordinada, que ha d'arribar a tots els empleats públics sense distinció del règim jurídic que regisca la relació de servici. Açò últim ha de traduir-se en una planificació de l'activitat preventiva integral i integrada en el conjunt d'activitats i decisions de l'Administració de la

Generalitat, la qual cosa es realitzarà amb la participació dels representants legals dels empleats públics.

Per tot això, la integració de treballadors nous en la nostra conselleria necessita que harmonitzen les actituds d'acord amb la política de la nostra empresa en la matèria, i que col·laboren activament en les activitats de prevenció dels riscos laborals, amb pautes d'actuació segures i saludables en la labor quotidiana.

Per a facilitar als treballadors nous el coneixement dels elements i procediments essencials que han de tindre presents respecte d'això, s'ha considerat com a vehicle més adequat la preparació d'este manual d'acollida i s'ha entregat un exemplar a cada treballador en el moment de la seua incorporació.

D'altra banda, esta iniciativa s'orienta cap al compliment d'allò que s'ha requerit en la legislació vigent, respecte de l'obligació empresarial d'informar els treballadors sobre els riscos laborals i les mesures preventives i de protecció a tindre presents en el treball habitual i en cas d'emergència.

Manuel Cervera Taulet
Conseller de Sanitat

Benvinguda

Estimat amic/a:

La incorporació a un centre de treball és un moment important, tant per a la vida de les persones com de les organitzacions, que reben un cabal renovat d'energia, expectatives i il·lusions.

En primer lloc, volem donar-li la nostra benvinguda més cordial a la Conselleria de Sanitat, i comunicar-li que és molt important per a nosaltres aconseguir la seua integració òptima ja que, des d'este mateix moment, ha entrat a formar part del nostre equip humà, que representa el nostre millor patrimoni.

Per això li entreguem un exemplar del nostre manual d'acollida, que conté la informació que considerem de major importància i els aspectes bàsics que, en matèria de prevenció de riscos laborals, han de caracteritzar el nostre treball.

Complementàriament, este manual naix amb la intenció d'informar els nous treballadors sobre les qüestions i dubtes que li puguem sorgir en l'àrea de la Seguretat i Salut en el treball, i donar-li a conèixer els drets i obligacions en matèria de prevenció de riscos laborals.

El nostre desig és que esta informació li servisca d'ajuda.

Estarem encantats/des de comptar amb la seua col·laboració per a millorar les condicions de seguretat i salut en el treball.

Desitgem que l'experiència entre nosaltres siga satisfactòria, així com poder compartir metes tant a nivell professional com humà. Li reiterem la nostra benvinguda.

Declaració de la política de prevenció de riscos laborals

Amb l'objecte d'aconseguir els nivells més alts de seguretat i salut en el treball, la Conselleria de Sanitat de la Generalitat es compromet a aplicar en la seua gestió els principis bàsics següents:

1. Concedir un interès màxim a la seguretat i la salut en el treball, com a mitjà per a protegir la integritat i la salut de les persones, les instal·lacions, el medi ambient i la qualitat dels servicis que hi presta.
2. Considerar que les funcions de millora de les condicions de treball en este àmbit tenen el mateix nivell d'importància i transcendència que qualsevol altre tipus de funcions operatives o de gestió.
3. Complir amb la reglamentació existent en matèria de Prevenció de Riscos Laborals o altres acords que l'organització subscriga.
4. Avançar en la millora contínua de les nostres accions en matèria de Prevenció de Riscos Laborals.
5. Garantir que els treballadors/es i els seus representants seran consultats/des i estimulats/des a participar activament en les accions de Prevenció de Riscos Laborals.

6. Garantir la formació del personal per a permetre el desenvolupament de la política en matèria de Prevenció de Riscos Laborals.
7. Garantir el manteniment de la política de Prevenció de Riscos Laborals en el nivell màxim de coneixement, comprensió, desenvolupament i actualització per tot el personal.
8. Acceptar que la integració de la seguretat i la prevenció és un dels pilars bàsics en la nostra gestió diària.
9. Reconèixer que la salut dels nostres treballadors és un bé màxim a protegir i, d'acord amb això, que els nostres treballadors tinguen la màxima qualitat de vida.
10. La política de la Conselleria de Sanitat és dur a terme les nostres operacions de forma apropiada quant a la seguretat i la salut en el treball, així com el control de danys materials en tota la nostra activitat.

Alfonso Bataller Vicent

Subsecretari de la Conselleria de Sanitat

Drets i obligacions dels treballadors/es

DRETS DEL TREBALLADOR/A. A continuació es relacionen els drets de major importància, que la Llei 31/1995, de Prevenció de Riscos Laborals, reconeix per als treballadors:

1. Una protecció eficaç en matèria de seguretat i salut en el treball.
2. Una informació sobre els riscos existents, tant els que afecten l'empresa en conjunt, com a cada tipus de treball o funció, així com sobre les mesures i activitats de protecció o prevenció aplicables.
3. Ser informat/da sobre les situacions i mesures d'emergència, els primers auxilis i l'evacuació.
4. Ser consultat/da i participar en totes les qüestions que afecten la seguretat i la salut en el treball.
5. Rebre una formació teòrica i pràctica, suficient i adequada, tant en el moment de la contractació com quan es produïsquen canvis en les funcions o les tecnologies.
6. Disposar d'equips de treball adequats a les tasques que fan.

7. Rebre gratuïtament els equips de protecció individual necessaris per a l'exercici de les funcions.

En la nostra Conselleria s'ha constituït, en cada Departament de Salut, un Comitè de Seguretat i Salut, en les reunions periòdiques del qual es troben presents amb caràcter paritari, representants de la Conselleria i dels treballadors, esta última representació és assumida pels delegats de prevenció. Este comitè és l'òrgan per excel·lència per a vehicular; d'una banda l'obligació de la Conselleria d'informar sobre la planificació en la matèria als treballadors i d'una altra, que estos exercisquen el dret de consulta i participació que la llei els reconeix.

OBLIGACIONS DEL TREBALLADOR/A

A continuació es relacionen les obligacions de major importància, que la Llei 31/1995, de Prevenció de Riscos Laborals, reconeix per als treballadors:

1. Vetlar per la seguretat pròpia i la d'aquells/es treballadors/es que poden veure's afectats pel seu treball.
2. Usar adequadament les màquines, les ferramentes, els equips, etc.
3. Utilitzar correctament els equips de protecció individual facilitats per l'empresa.
4. Utilitzar correctament els dispositius de seguretat existents en els mitjans de treball.
5. Informar als superiors i als treballadors/es designats/des o, si és el cas, al servei de prevenció, de les situacions de risc per a la seguretat i salut dels treballadors/es.
6. Contribuir al compliment de les obligacions establides per l'autoritat competent.
7. Cooperar amb l'empresari/a per a garantir unes condicions segures que no comporten riscos per a la salut dels treballadors/es.

Organització de la prevenció Conselleria de Sanitat

Per al compliment de la legislació vigent de caràcter estatal i autonòmic, el conseller de Sanitat va aprovar l'Orde de 6 d'agost del 2001 per la qual s'estructura i s'organitza el Servei de Prevenció de Riscos Laborals del Sector Sanitari de la Generalitat.

D'acord amb esta orde, este servici ha sigut creat i està plenament operatiu, disposa en l'actualitat d'una Unitat Central i 8 unitats perifèriques, les dades més significatives de les quals es relacionen a continuació:

Ubicació de les unitats

Unitat	Departaments assignats	Ubicació de la unitat	Nº Telèfon
UC	Servicis Centrals	C/ Joan Reglà, 6 46010 València	96 393 74 64
UP núm. 1	Departaments 1-2-3	Hospital General de Castelló	96 472 67 82
UP núm. 2	Departaments 4-5-6	Hospital Clínic Universitari	96 398 76 68
UP núm. 3	Departament 7	Hospital La Fe	96 197 34 17
UP núm. 4	Departaments 8-9-10	Hospital Doctor Peset	96 358 16 96
UP núm. 5	Departaments 12-14	Hospital de Xàtiva	96 228 96 33
UP núm. 6	Departaments 13-15-16	Gerència d'Alcoi Plaça d'Espanya, 2 03801 Alcoi	96 652 89 10
UP núm. 7	Departaments 17-19	Hospital General d'Alacant	96 593 83 00
UP núm. 8	Departaments 18-20-21-22	C.S. Altabix C/ Antonio Mora Ferrández, 51 03202 Elx	96 667 96 07
UP núm. 9	Departament 11 Mancomunat	Hospital de la Ribera Ctra. de Corbera, km. 1 46600 Alzira	96 245 81 00

La participació dels tècnics del Servei de Prevenció en les reunions dels comitès de Seguretat i Salut permetrà, d'una banda, el coneixement de la marxa de les actuacions del servei per part dels treballadors a través dels representants i d'una altra, recollir les iniciatives i suggeriments de l'òrgan de representació.

Factors de risc laboral

El dany sobre la salut, derivat de l'activitat laboral, que pot patir un treballador depén d'una sèrie de factors que incidixen directament sobre ell i que, atenent al seu origen, podem agrupar en:

Factors de seguretat: referits a les condicions materials que influixen sobre l'accidentabilitat com són la maquinària i els equips de treball, les instal·lacions, els aparells, l'espai o lloc de treball, el risc d'incendi, etc.

Factors ambientals:

- **Físics:** referits a contaminants físics com ara condicions termohigromètriques, soroll, vibracions, radiacions, il·luminació, etc.
- **Químics:** referits a contaminants químics que poden estar presents en l'aire en forma sòlida (pols, fums), líquida (boires, aerosols...) i gasosa (gas, vapor) i que poden produir sobre la salut efectes cancerígens, mutagens, corrosius, teratogens...
- **Biològics:** referits a contaminants biològics, com són els microorganismes que causen malalties professionals.

Factors derivats de sobreexforços: que poden donar lloc a fatiga, entesa com la disminució de la capacitat física i/o mental del treba-

llador després de desenvolupar una activitat durant un període de temps.

- **Carrega física:** referits a l'exigència física de la tasca, com són manipulació de càrregues i els moviments repetitius.
- **Carrega mental:** referits a l'exigència mental o psíquica de la tasca.

Factors psicosocials: els seus efectes són els mas difícils de quantificar, es poden manifestar com a problemes d'estrés, de fatiga i d'insatisfacció laboral.

- **Referits a l'organització temporal:** com els horaris, els torns de treball i el ritme de treball.
- **Referits a factors dependents de la tasca:** com l'automatització, la complexitat, la monotonia, la comunicació, la iniciativa, etc.
- **Referits a factors relacionats amb les relacions interpersonals:** l'estil de comandament, la promoció professional, l'estabilitat de l'ocupació, la formació, la participació i les relacions professionals.

Riscos laborals i mesures preventives

En les pàgines següents d'este manual, s'enumeren els riscos professionals que, amb major probabilitat, poden presentar-se en l'àmbit sanitari.

L'enumeració dels riscos s'ha subdividit en dos parts amb el contingut següent:

1. En la primera part s'han inclòs els riscos que, d'acord amb l'experiència, tenen una repercussió major per la seua gravetat i freqüència (sobreesforços, caigudes, xocs o colps i exposició a agents biològics).
2. En la segona part s'han inclòs els riscos que, d'acord amb l'experiència, es troben també presents en el nostre àmbit, però que, habitualment, comporten una menor perillositat.

Riscos laborals i mesures preventives amb major repercussió en l'àmbit sanitari

▶▶▶▶▶ 1. CAIGUDES DE PERSONES A DISTINT NIVELL

Originades per:

La realització de treballs, encara que siga molt ocasionalment, en zones elevades sense protecció adequada en els accessos i en buits existents en pisos i zones de treball, com per exemple en escales fixes i de mà, entresolats, plataformes, passarel·les, obertures en pisos, buits de muntacàrregues, etc.

Mesures preventives:

Baranes, senyalització, equips de treball adequats, Equips de Protecció Individual (EPI), etc.

▶▶▶▶▶ 2. CAIGUDES DE PERSONES AL MATEIX NIVELL

Originades per:



L'existència en el sòl d'obstacles o substàncies que poden provocar una caiguda per entropessó o esvaró, com per exemple: objectes abandonats en els pisos (caixes, ferramentes, materials, draps, retalls...), cables i/o tubs que creuen corredors o zones de pas (cables elèctrics, mànregues, cadenes, eslingues, cordes...), estores o moquetes soltes, paviment amb desnivells, esvarós o irregular. Presència d'aigua, oli, greix, detergents, cera, etc.

Mesures preventives:

Orde i neteja, manteniment de sòls, senyalització i/o soles de sabata antilliscants.

▶▶▶▶▶▶ **3. XAFADES SOBRE OBJECTES**

Originades per:



Els objectes abandonats o irregularitats del sòl que produeixen lesions (torcements, esquinços, punxades, etc.), sense produir caigudes, com per exemple: ferramentes, materials, residus, vorades, desnivells, regletes, cables, etc.

Mesures preventives:

Orde i neteja, delimitar zones de pas i corredors i mantindre-les lliures d'obstacles.

▶▶▶▶▶▶ **4. XOCS I COLPS CONTRA OBJECTES IMMÒBILS**



Originats per:

Situacions de topades, xocs o colps contra objectes estàtics o immòbils, com per exemple taules, cadires amb cantells en angles rectes, carretons de cures, llits, lliteres, instal·lacions o materials, estretiment de zones de pas, elements o conductes a baixa altura, etc.

Mesures preventives:

Orde i neteja, delimitar corredors prou amples i mantindre'ls lliures d'obstacles, evitar col·locar objectes ixents i amb cantells vius en zones de pas.

▶▶▶▶▶▶ **5. XOCS I COLPS CONTRA OBJECTES MÒBILS**



Originats per:

Situacions de topades, xocs i colps per parts mòbils d'objectes o materials en manipulació o transport, com per exemple:

parts mòbils d'aparells, carretons, transport de materials, lli-teres, etc.

Mesures preventives:

Orde, delimitar corredors prou amples i mantindre-les lliures d'obstacles, mantindre la distància de seguretat dels moviments de translació dels equips de treball, senyalitzar-ne les parts mòbils o ixents.

▶▶▶▶▶ 6. COLPS I TALLS PER OBJECTES O FERRAMENTES (Llevat que comporten riscos biològics)

Originats per:



Els treballs amb objectes tallants, punxants o abrasius, ferramentes i útils manuals, màquina, com per exemple: destructores de paper, tisores, tornavisos, arestes vives, vidres, ferramentes accionades, trepants, etc.

Mesures preventives:

Fer un bon manteniment de les ferramentes manuals, utilitzar retràctils, destructores de paper amb protectors adequats, utilització amb seguretat de tisores, grapadores, no tirar a la paperera objectes amb arestes vives o vidres, utilitzar guants de protecció.

▶▶▶▶▶ 7. SOBRESFORÇOS. CÀRREGA FÍSICA

Originats per:

El desequilibri entre les exigències de la tasca i la capacitat física de l'individu, com per exemple: la manipulació manual de pacients i altres càrregues, els treballs en postures inadequades amb moviments repetitius, etc.

Mesures preventives:

Utilitzar, si és possible, mitjans mecànics (grues, cadires de rodes, lliteres...), alçar les càrregues flexionant els genolls, mantenint la columna recta, i la càrrega pegada al cos evitant girs i inclinacions, reduir el pes de la càrrega i disminuir el nombre d'objectes que es desplacen al mateix temps, establir pauses curtes. Evitar postures inadequades que suposen inclinació

frontal i girs del tronc, mantenir sempre l'esquena recolzada en el respatler. Evitar el treball repetitiu i alternar tasques diferents durant la jornada, sol·licitar ajuda de tercers, utilitzar roba i calçat adequat.

▶▶▶▶▶ 8. DANYS CAUSATS PER AGENTS BIOLÒGICS

Originats per:



L'exposició a microorganismes que poden donar lloc a malalties, motivada per l'activitat laboral. Esta transmissió pot produir-se per via respiratòria, cutània, mucosa, digestiva, i/o percutània. Esta última està provocada per talls, punxades, etc. amb ferramentes o útils (agulles, bisturís, pinces...) contaminats, com per exemple en treballs en laboratoris, urgències, quiròfans..., contacte amb animals, mossegades, etc.

Mesures preventives:

Utilitzar les mesures de protecció adequades (mascaretes, pantalles facials, ulleres, guants i roba de protecció i en general, el material de bioseguretat i les normes de protecció universal davant de risc biològic). Senyalitzar les instal·lacions.

Altres riscos laborals en l'àmbit sanitari i mesures preventives

▶▶▶▶▶ 1. CAIGUDES D'OBJECTES PER ENSORRAMENT O AFONAMENT

Originades per:



L'ensorrament o afonament d'estructures, d'elements constructius o de decoració, d'objectes emmagatzemats, com per exemple estructures elevades, prestatgeries, piles de materials, barandats, afonament de pisos per sobrecàrrega, etc.



Mesures preventives:

Ancoratge de prestatgeries a la paret, orde i apilaments estables, col·locar les prestatgeries amb molta càrrega prop dels murs de càrrega i no en el centre de la sala.

▶▶▶▶▶ 2. CAIGUDES D'OBJECTES EN MANIPULACIÓ

Originades per:



L'execució de treballs o en operacions de transport i elevació per mitjans manuals o mecànics, com per exemple en la manipulació de les ferramentes manuals, safates, caixes o palets de material, contenidors, bidons, etc.

Mesures preventives:

Netejar les ferramentes o els materials esvarosos, utilitzar guants per a una millor adherència, calçat de seguretat.

▶▶▶▶▶ 3. CAIGUDES D'OBJECTES DESPRESOS

Originades per:



La fixació deficient o col·locació d'aquells objectes que no s'estan manipulant i es desprenen de la seua situació original, com per exemple materials depositats en prestatgeries, peces ceràmiques en fatxadades, llums i aparells suspesos, conductes, objectes i ferramentes deixades en punts elevats, baranes sense sòcol sobre zones de treball o pas, etc.



Mesures preventives:

Baranes amb sòcol, bon estat de l'estructura dels sostres, llums o aparells penjats amb adherència bona, emmagatzemament adequat en les prestatgeries.

▶▶▶▶▶ 4. PROJECCIÓ DE FRAGMENTS O PARTÍCULES

Originada per:



La projecció de peces, fragments o partícules de material ocasionades per una màquina, ferramenta o acció mecànica, com per exemple en laboratoris o quiròfans, borumballes, resquills, estelles, etc.

Mesures preventives:

Ús de proteccions col·lectives i/o individuals (pantalles, ulleres, etc.).

▶▶▶▶▶ 5. ATRAPAMENT PER OBJECTES O ENTRE OBJECTES



Originats per:

L'atrancament o xafada de qualsevol part del cos per mecanismes de màquines o entre objectes, peces o materials, com per

exemple engranatges, corrons, corretges de transmissió, arbres de transmissió, rodes i turbines, transportadors, mecanismes en moviment, cadenes d'arrossegament, peces, etc.

Mesures preventives:

Els equips de treball disposaran de les mesures de seguretat adequades per a assegurar un manteniment adequat.

▶▶▶▶▶ 6. ATRAPAMENT O XAFADA PER BOLCADA DE MÀQUINES O VEHICLES

Originats per:



La bolcada de màquines en estar mal ancorades al sòl, carretons elevadors, carros de transport durant el desplaçament, com per exemple els girs de carretons, excessos de velocitat, desnivells, etc.

Mesures preventives:

No girar en rampes amb carretons elevadors, respectar la velocitat, ancoratge adequat de les grues, etc.

▶▶▶▶▶ 7. EXPOSICIÓ A TEMPERATURES EXTREMES (CALOR O FRED)

Originades per:



El contacte o l'exposició a cossos calents o freds. Canvis bruscos de temperatura ambiental com per exemple en forns, calderes, càmeres frigorífiques, gasos líquats (nitrogen, extintors de CO2), líquids calents, etc.



Mesures preventives:

Manejar amb ferramentes adequades les peces calentes o fredes. Protegir per mitjà d'aïllaments els elements excessivament calents o freds que estiguen a l'abast dels treballadors. Disminuir el temps d'exposició. Utilitzar roba i protecció personal adequada.

8. CONTACTES ELÈCTRICS

Originats per:



Els contactes directes amb parts actives de la instal·lació o contactes indirectes per defecte d'aïllament, com per exemple les parts actives dels materials i equips (cables, clavilles, bases d'endolls en mal estat, etc.) o en contactar amb masses posades accidentalment en tensió (maquinària, ferramentes d'accionament elèctric, etc.).

Mesures preventives:

Comprovar el bon estat dels cables, endolls, connexions, etc. I no sobrecarregar els endolls, comprovar periòdicament els diferencials i magnetotèrmics, fer ús de la presa de terra.

9. EXPOSICIÓ A CONTAMINANTS QUÍMICS AMBIENTALS



Originades per:

Els treballs en ambients contaminats (inhalació, contacte) i/o ingestió de substàncies perjudicials per a la salut, com per exemple quan s'usen o manipulen productes químics com pintures, dissolvents, pols de sílice, amiant, vapors àcids, monòxid de carboni, clorur de vinil, fluids frigorífics, productes de neteja, fums d'electrobisturí, preparació i administració de citostàtics (farmàcia, oncologia), gasos anestèsics, centrals d'esterilització, manipulació de substàncies químiques en anatomia patològica, laboratoris i centres d'investigació, formaldehid, fums de soldadura, biocides, etc.



Mesures preventives:

Llegir les etiquetes i demanar les fitxes de seguretat dels productes a manipular, no realitzar mesclades incontrolades de productes químics, seguir els procediments de treball, fer una correcta instal·lació, ús i manteniment dels equips i sistemes, fer ús de les mesures de protecció col·lectiva (ventilació, etc.) i, si és el cas, utilitzar l'EPI adequat (mascareta de protecció, etc.).

▶▶▶▶▶ 10. CONTACTE AMB SUBSTÀNCIES CÀUSTIQUES O CORROSIVES



Originats per:

La manipulació o utilització de substàncies corrosives, com per exemple en activitats o treballs on s'utilitzen productes químics com àcids, àlcalis, sals metàl·liques.



Mesures preventives:

Llegir les etiquetes i demanar les fitxes de seguretat dels productes a manipular, no realitzar mesclades de productes químics, utilitzar màscara, guants i roba de protecció adequada a les substàncies manipulades.



▶▶▶▶▶ 11. EXPOSICIÓ A RADIACIONS IONIZANTS

Originades per:



L'exposició a fonts generadores de radiacions ionizants, com per exemple en les instal·lacions i els treballs on s'empren Rx i fonts radioactives, com per exemple les instal·lacions de Rx, radioteràpia i medicina nuclear.

Mesures preventives:

Utilitzar les mesures de protecció col·lectives i individuals adequades (apantallaments, màscara, ulleres, guants i roba de protecció). Gestionar adequadament els residus contaminats. Senyalitzar les instal·lacions.

▶▶▶▶▶ 12. EXPOSICIÓ A RADIACIONS NO IONIZANTS

Originades per:



L'exposició a fonts generadores de radiacions no ionizants, com per exemple en treballs en instal·lacions de rehabilitació (microones, làser, ona curta, ones de radar,...).

Mesures preventives:

Utilitzar les mesures de protecció col·lectives i individuals adequades (apantallaments, ulleres). Senyalitzar les instal·lacions i evitar objectes metàl·lics i marcapassos en aquelles zones de treball on es generen camps magnètics estàtics (ressonància magnètica).



▶▶▶▶▶ 13. EXPOSICIÓ A CAMPS MAGNÈTICS ESTÀTICS

Originades per:



L'exposició a camps magnètics estàtics com són les d'aquelles zones de treball en instal·lacions de ressonància magnètica.

Mesures preventives:

Senyalitzar les instal·lacions i evitar objectes metàl·lics i marca-passos en aquelles zones de treball on es generen camps magnètics estàtics (ressonància magnètica).

▶▶▶▶▶ 14. EXPLOSIÓ

Originades per:



L'esclat de recipients a pressió com per exemple: calderes, calderins, aerosols, botelles de gasos comprimits, etc. o per l'explosió d'una mescla d'aire amb gasos o substàncies inflamables com per exemple butà, propà, oxigen, hidrogen, dissolvents, etc.

Mesures preventives:

Evitar la formació d'atmosferes explosives, controlar les possibles fuites i vessaments i, en cas de presentar-se el risc, no provocar espurnes, descàrregues d'electricitat estàtica, etc. Manteniment dels recipients a pressió i vigilància de les condicions d'ús, funcionament i senyalització.

▶▶▶▶▶ 15. INCENDI

Originats per:



L'ús inadequat de combustibles, inflamables i focus d'ignició. La propagació és deguda a la inutilització o el mal ús de la sectorització d'incendi.



Manteniment defectuós dels mitjans d'extinció o formació inadequada del personal que ha de manejar-los d'acord amb el pla d'emergència. En activitats relacionades amb l'ús d'inflamables i altres locals. Sovint en treballs de manteniment amb ús de fonts energètiques.

Mesures preventives:

Evitar flames obertes, disposar dels mitjans humans i materials adequats per a l'extinció, tindre un pla d'emergència. Senyalització. Permisos de treball per a activitats i riscos amb especial perillositat. Manteniment dels mitjans d'extinció i del pla d'emergència.

▶▶▶▶▶ 16. ATROPELLAMENTS O COLPS AMB VEHICLES

Originats per:

El colp o atropellament per un vehicle (pertanyent o no a l'empresa) durant la jornada de treball, com per exemple en treballs en emergències sanitàries i atenció domiciliària, maneig d'ambulàncies, carros de transport interior i vehicles en general. Inclou els accidents de trànsit en jornada de treball. Exclou els accidents en anar o tornar del treball *in itinere*.

Mesures preventives:

Utilitzar roba d'alta visibilitat, senyalitzar corredors per a vianants i vehicles, evitar circular o treballar en les voltants de maquinària en moviment, disposar en la maquinària mòbil d'espills retrovisors que eviten els punts morts i espills convexos en zones de pas. Disposar de llum giratori en les màquines en moviment prop de vianants. Observar les normes de trànsit. Senyalitzar i establir una zona de seguretat al voltant del treballador.

▶▶▶▶▶ 17. EXPOSICIÓ AL SOROLL

Originades per:

L'exposició a un nivell de soroll superior als límits admissibles. Este risc s'avalua per mesurament i càlcul del nivell equivalent, per a això es pot utilitzar un sonòmetre i/o un dosímetre.

Mesures preventives:

Apantallar les fonts generadores de soroll, aïllar-les o reubicar-les, utilitzar orelles o taps de protecció, senyalitzar, adequar el temps d'exposició, etc.

▶▶▶▶▶ 18. EXPOSICIÓ A VIBRACIONS

Originades per:



Els moviments oscil·latoris o periòdics que poden produir alteracions en l'equilibri (amb vòmits, marejos, etc.), en les articulacions de la mà, del braç i/o en el cos complet.

Mesures preventives:



Aïllar la font de generació de les vibracions (interposició de materials aïllants i/o absorbents), revisar i mantindre la maquinària adequadament, utilitzar protecció personal antivibracions, senyalitzar els llocs de treball i adequar el temps d'exposició.

▶▶▶▶▶ 19. CONDICIONS D'IL·LUMINACIÓ

Originades per:

La il·luminació inadequada, massa baixa o excessiva, en funció del treball a realitzar. També pot ocórrer en casos on la il·luminació no és correcta per l'excés d'enlluernaments o reflexos, com per exemple en les pantalles d'ordinador, les llumeneres del sostre, finestres sense cortines o persianetes que produeixen enlluernaments als ulls o reflexos en superfícies brillants com taules, quadres, etc.

Mesures preventives:

Utilitzar protecció de llumeneres (difusors) per a evitar enlluernaments. Manteniment adequat de les llumeneres. Disposar de nivells d'il·luminació adequats i si és el cas augmentar el nivell general d'il·luminació i/o complementar amb il·luminació localitzada. Evitar contrastos excessius de llum. Dotar totes les finestres d'elements per mitjà dels quals es puguin controlar les radiacions solars.

▶▶▶▶▶ 20. CÀRREGA MENTAL

Originades per:

Els treballs que exigixen una elevada concentració, rapidesa de resposta i un esforç prolongat d'atenció, als quals la persona no pot adaptar-se. Apareix la fatiga nerviosa i la possibilitat de trastorns emocionals i alteracions psicossomàtiques, com per exemple atenció al públic, treballs de control de qualitat, control de processos automàtics, conducció de vehicles, introducció de dades, tasques administratives, etc.

Mesures preventives:

Organitzar el treball i els temps (determinar ritmes i establir pauses, etc.). Alternar treballs. Practicar la relaxació.

▶▶▶▶▶ 21. RISCOS DERIVATS DE FACTORS PSICOSOCIALS O D'ORGANITZACIÓ

Originats per:

Les condicions derivades de la interacció del treballador amb el medi ambient laboral i l'organització del treball, la satisfacció del treballador amb repercussió en la salut, com per exemple en treballs que exigisquen jornades especials (torns, nocturnitat, excés d'hores), ritme de treball excessiu, treball monòton, incomunicació, males relacions laborals, etc.

Mesures preventives:

Realitzar torns adaptant-se al cicle circadiari, cuidar les relacions amb els companys, claredat de rol, alternar els treballs monòtons, millora de la comunicació i de l'organització del treball.

Suggeriments, iniciatives, queixes

Si, en alguna ocasió, observa que hi ha una situació de risc laboral per a vosté o per a un altre/a treballador/a...

Si té una idea o suggeriment per a millorar les condicions de treball i reduir els riscos laborals ...

Si té alguna queixa en relació amb les condicions de treball que puguen comportar una minva en la seguretat i la salut laboral...

Transmeta les seues queixes, suggeriments, iniciatives, etc. per una de les vies següents:

- Informe al cap directe de la circumstància.
- Informe del fet o del suggeriment als/es delegats/des de Prevenció.
- Informe al coordinador/a de la Unitat Perifèrica responsable del Servei de Prevenció del seu departament.

La seua participació i col·laboració és fonamental

Què fer?

▶▶▶▶▶ 1. EN CAS D'ACCIDENT

La nostra Conselleria té un procediment de notificació, registre i investigació d'accidents, essencial per a la correcció dels riscos que els provoquen, que evite la probabilitat que es produïsqen novament. És per això que:

Si és vosté l'accidentat/da:

- Si fóra necessari, acudisca al servici d'urgències més pròxim.
- Tant si l'accident es produïx en jornada de treball com *in itinere*, comuniqui-ho al seu cap directe.

Si l'accidentat/da és un company/a de treball:

- Si és necessari, demane assistència mèdica i ajuda immediatament.
- Valore la situació. La visió global del conjunt li permetrà aplicar les prioritats.
- Allibere l'accidentat/da de màquines o materials que puguen agreujar el seu estat.
- Mantinga la persona accidentada en posició adequada.
- No moga la persona accidentada llevat que fóra necessari.
- En cas d'accident greu, avise els servicis mèdics d'urgència.
- Comuniqui al comandament directe l'accident.

Per a l'adopció de les mesures preventives adequades és important que, a més dels accidents amb baixa, es comuniquen els accidents sense baixa que causen una alteració significativa de l'activitat laboral o necessiten atenció sanitària. (S'hauran de comunicar especialment els accidents o incidents relacionats amb una possible contaminació biològica o amb una agressió al treballador mentre fa el seu treball, provocat per pacients, usuaris, familiars, que causen dany físic i/o psicològic).

▶▶▶▶▶ 2. EN CAS D'INCENDI I/O EMERGÈNCIES

- Mantinga la calma.
- Seguisca al peu de la lletra allò que s'ha indicat en el Pla d'emergències.
- En cas de posseir els coneixements necessaris, utilitze els extintors adequats més pròxims.
- Si es veu bloquejat/da pel fum, acatxe's per a respirar aire fresc i isca a una zona segura.
- Quan reba l'orde d'evacuació, seguisca les instruccions del personal encarregat.
- Una vegada en l'exterior no torne a entrar per cap motiu fins que li ho indiquen.

Mesures generals:

- Mantinguen lliures les vies d'evacuació: corredors, portes, etc.
- Mantinguen lliures els accessos als extintors d'incendis i les boques d'incendi.
- Comunique al seu superior qualsevol anomalia en els mitjans de protecció.
- Mantinga la zona de treball en perfecte estat d'orde i neteja.

▶▶▶▶▶ 3. EN CAS DE RISC GREU I IMMINENT

- Informe el seu comandament directe de la situació, per a informar a la resta del personal afectat per la circumstància.
- Comunique als delegats de Prevenció l'existència del risc, perquè es pugui prendre una decisió .
- En el cas que es considere que l'activitat comporta un risc personal greu i imminent, tindrà dret a interrompre l'activitat i abandonar el treball.

Normativa bàsica en matèria preventiva

Relació no exhaustiva de normativa en matèria de Prevenció de riscos laborals.

D'àmbit estatal:

- Llei 31/1995, Prevenció de Riscos Laborals. (Llei 54/2003, de reforma del marc normatiu de la prevenció de riscos laborals).
- Reial Decret 39/1997, Reglament dels Servicis de Prevenció. (Reial Decret 604/2006, de 19 de maig, pel qual es modifica el Reial Decret 39/1997, de 17 de gener, pel qual s'aprova el Reglament dels Servicis de Prevenció).
- Reial Decret 485/1997, Senyalització de Seguretat.
- Reial Decret 486/1997, Llocs de treball.
- Reial Decret 487/1997, Manipulació manual de càrregues.
- Reial Decret 488/1997, Pantalles de visualització.
- Reial Decret 664/1997, Agents biològics.
- Reial Decret 665/1997, Agents cancerígens.
- Reial Decret 349/2003, Agents cancerígens i mutàgens, modifica el Reial Decret 665/1997
- Reial Decret 773/1997, Equips de protecció individual.
- Reial Decret 1215/1997, Equips de treball.

- Reial Decret 1627/1997, Obres de construcció.
- Reial Decret 374/2001, Agents químics.
- Reial Decret 614/2001, Risc elèctric.
- Reial Decret 681/2003, Atmosferes explosives.
- Reial Decret 286/2006, Exposició al soroll.

D'àmbit autonòmic:

- Decret 123/2001 del Govern Valencià pel qual s'aprova el reglament dels Servicis de Prevenció de la Generalitat.
- Orde de 6 d'agost del conseller de Sanitat per la qual s'estructura i s'organitza el Servici de Prevenció de Riscos Laborals del Sector Sanitari de la Generalitat.