


REGISTRO DE FIRMAS
ENTREGA FICHA INFORMATIVA
Según artículo 18 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales 31/1995


PUESTO DE TRABAJO:
Operario maquinaria movimiento de tierras

AUTÓNOMO: Javier Luque Garrido

RELACIÓN DE TRABAJADORES

NOMBRE Y APELLIDOS	NIF/NIE	FECHA	FIRMA
Javier Luque Garrido	47617845W	4/OCTUBRE/2020	


Firmado:



SIS Prevenció, S.L.
C.I.F. B-4407301
C/ Sant Joan, 2 Local 1
08520 Les Franqueses del Vallès

Susanna Alarcón Amella

Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales

	Fitxa d'informació de Riscos del lloc de treball Conductor Retroexcavadora	
--	--	--

RIESGOS ESPECÍFICOS DEL PUESTO DE TRABAJO

- Caigudes al mateix nivell.
- Caigudes a diferent nivell.
- Cops i talls amb objectes o eines.
- Projeccions de partícules.
- Atropellaments de persones.
- Atrapament per bolcada de maquinària.
- Atrapament per objecte despresos.
- Xocs amb altres equips mòbils.
- Xocs amb obstacles inmòbils.
- Accident de trànsit.
- Fatiga física, postural y sobreesforços.
- Contactes elèctrics.
- Explosió i incendis.
- Atrapament por partes mòbils de la màquina.
- Exposició a contaminants químics, productes tòxics y corrosius.
- Soroll.
- Vibracions.
- Contactes tèrmics.
- Exposició de temperatures a la intempèrie.

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL:

- Casc de seguretat.
- Calçat de seguretat.
- Guants de seguretat.
- Ulleres de protecció antipartícules.
- Mascareta antipols de protecció.
- Armilla reflectant de seguretat.
- Protecció auditiva.

NORMES GENERALS DE SEGURETAT:

- Respectar les normes de seguretat de les obres.
- Senyalitzar la delimitació de la zona de descàrrega i de les zones de treball.
- Ús exclusiu de màquines amb marcat CE.
- Per a evitar els riscos per mal estat dels camions de transport intern d'obra, s'exigeix que els vehicles dedicats al transport de materials, hauran d'estar en perfectes condicions d'ús.
- Per a evitar el risc cops amb el vehicle rodant fora de possible control, està previst que l'encarregat obligui a posar material antilliscants, en aquells casos d'estacionament del vehicle en pendents. Es prohibeix, l'abandonament del vehicle amb el motor en marxa.
- Respectar l'ordre i la neteja en el lloc de treball.
- Queda prohibit treballar amb el vehicle o màquina en situació d'averia o semiaveria. Primer repara-la i després reiniciar el treball.
- Sempre circular amb una marxa, mai en punt mort.
- Si per qualsevol circumstància el vehicle hagués de parar-se en una rampa, aquest quedarà frenat i calçat amb topes.

	Fitxa d'informació de Riscos del lloc de treball Conductor Retroexcavadora	
--	---	--

CAIGUDES AL MATEIX NIVELL

- Mantenir la zona de treballs lliure d'obstacles i runes i ben il·luminat.
- Delimitar zones de pas.
- Mantenir l'ordre i la neteja.
- Treballar sempre amb la il·luminació necessària. Utilitzar lluminàries portàtils.
- Ús obligatori del calçat de seguretat amb sola antilliscant.

CAIGUDES A DIFERENT NIVELL

- Protegir tots els punts que presentin risc de caiguda d'alçada mitjançant baranes. En cas contrari senyalitzar i utilitzar el arnés de seguretat. L'accés a rases profundes es realitzarà amb escales adequades.
- Pujar y baixar de la màquina mitjançant les escales de l'equip.
- Queda prohibit per ser un risc de caiguda a distint nivell, penjar-se en els laterals de la caixa del vehicle durant les operacions de càrrega.
- Mantenir les escales d'accés al vehicle nets d'obstacles i de grasses o líquids.

COPS I TALLS AMB OBJECTES O EINES

- Ús obligatori de guants de seguretat.
- Utilitzar correctament les eines manuals, tal i com indica el seu fabricant. No donar-les un altre us pel qual no han estat dissenyades.
- Conservar les eines en bones condicions, netes i ordenades.
- Abans d'utilitzar una eina comprovar el seu estat de conservació.
- Si no hi ha risc d'atrapament, utilitzar guants de seguretat.

PROJECCIONS DE PARTÍCULES

- Ús d'ulleres de seguretat.
- Delimitar les zones de treball on hi hagi aquest risc, perquè cap persona pugui accedir a la zona.

ATROPELLAMENTS DE PERSONES


- Sempre que no disposi de visibilitat (sobretot anat marxa enrere) per fer maniobres, demani ajuda a un senyalista. Es farà ús de la botzina i de la senyalització lumínica per indicar el seu moviment.
- Respectar SEMPRE la senyalització de carretera i de l'interior de l'obra.
- Si estaciona el vehicle en pendents, s'haurà de calçar a més de posar el fre de mà.
- Ús obligatori de l'armilla reflectant.
- Sempre circular amb les llums enceses, ja que la pols dificulta la visibilitat.
- L'entrada i sortida de vehicles a obra es farà amb precaució respectant la senyalització de l'obra.
- Circular amb precaució per respectar la circulació peatonal.

ATRAPAMENT PER BOLCADA DE MAQUINÀRIA

- No circular per terrenys poc estables o per camins estrets.
- Abans d'iniciar els treballs, observar l'estat del terreny.
- Per a evitar riscos per fatiga o trencament de la suspensió, les caixes es carregaran de manera uniformement evitant descàrregues brusques, que desnivellin l'horitzontalitat de la càrrega.
- No realitzar buidats de caixa amb moviments simultanis d'avanç o la reculada amb la caixa en moviment ascendent o descendent.
- Guardar la distància de seguretat (4 m) respecte als rases obertes, a talussos o altres excavacions.
- Respectar sempre la càrrega màxima de la màquina o vehicle.
- Es treballarà amb gats recolzats.
- En cas de conduir camió, la caixa es baixarà immediatament després de descarregar i abans de posar-se en marxa.

ATRAPAMENT PER OBJECTE DESPRESOS O PER DESPLOM

- Durant el treball en obra, no situar-se en radi d'acció d'altres màquines ni sota de càrregues suspeses (grues).

	Fitxa d'informació de Riscos del lloc de treball Conductor Retroexcavadora	
--	--	--

- La maquinària transportada i carregada, anirà sempre ben subjectada amb les cadenes o eslingues necessàries.
- Durant la càrrega del vehicle, el conductor romandrà a cabina. La carrega no sobre passarà l'alçada de la caixa.
- En cas d'apilar materials, s'haurà de realitzar en les zones destinades per a aquest fi, i la superfície de recolzament haurà de ser estable i sense irregularitats. No s'apilarà més de dos nivells de palets o més de 2 m d'altura.
- En cas de treballar en rases o en talussos:
 - Inspeccionar el tall en el que hagi de treballar, abans de l'inici o represa dels treballs, per detectar possibles esquerdes o moviments del terreny que avisin del risc de desprendiments de terra.
 - En temps de pluja o de nivell freàtic alt, es vigilarà el comportament dels talussos en prevenció d'esfondraments sobre els operaris.
 - Estrebar i apuntalar sempre les rases que tinguin una profunditat que superi els 1,3 m, o si amb menys altura són inestables.
 - No acumular productes del buidat just al costat de la rasa o del buidat, ni permetre la proximitat de maquinària amb la fi d'evitar sobrecarregues.

XOCS AMB ALTRES EQUIPS MÒBILS

- Quan hi pugui haver circulació de més d'una màquina o vehicle, organitzar prèviament els treballs i les vies de circulació de tal manera que s'evitin les possibles interferències i els xocs entre ells.
- Sempre que no disposi de visibilitat per fer maniobres, demani ajuda a un senyalista.
- L'entrada i sortida de vehicles a obra es farà amb precaució respectant la senyalització de l'obra.

XOCS AMB OBSTACLES INMÒBILS

- Vigilància del compliment de normes preventives; utilització d'un senyalista de maniobres.
- Sempre que no disposi de visibilitat per fer maniobres, demani ajuda a un senyalista.
- Ús obligatori del casc de seguretat, al sortir del vehicle i de la màquina i transitar per l'obra, o si aquesta no disposa de cabina de protecció.

ACCIDENT DE TRÀNSIT

- Respectar les normes de circulació i seguretat vial. Acomodar-se a la velocitat de la via per on es circula.
- Evitar menjars copiosos abans o durant un desplaçament.
- Queda prohibit el consum d'alcohol abans o durant un desplaçament.
- S'aconsella realitzar revisions periòdiques del vehicle per garantir el seu bon estat.
- Porta sempre a mà la targeta d'assistència en viatges, així com tots els elements necessaris (armilla, triangles, llanterna, mòbil, etc...).
- Si els recorreguts a realitzar són superiors a 2 hores, s'ha de parar a descansar.

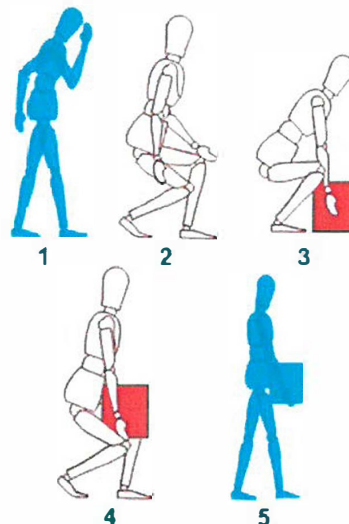
FATIGA FÍSICA, POSTURAL Y SOBRESFORÇOS (Manipulació manual de càrregues)

- Afermi bé els peus abans de realitzar un esforç, evitarà caure o patir lumbàlgies i estirades.
- Assentar-se amb una postura correcta, recolçant la part lumbar i mantenint l'esquena recta. El maluc i els genolls formaran angle recte.
- Es recomana no recolzar el braç en la finestra, per evitar la inclinació de la columna vertebral i les possibles lesions musculoesquelètiques.
- Evitar les postures forçades.
- Sempre que sigui possible, manipular càrregues amb mitjans mecàniques
- No manipular més de 25 Kg. En cas de que la càrrega sigui molt pesada, es demanarà ajuda a un company.

Manipular correctament les càrregues, seguint les següents pautes:

Recolzar els peus fermament en el sòl.

1. Postura estable i equilibrada.
2. Separar els peus 50 cm aprox.
3. Flexionar les cames per agafar la càrrega. (3)
4. Mantenir la càrrega el més a prop possible del cos, aixecant-la gradualment, estirant les cames i mantenint l'esquena recta.(4)
5. El cap sempre aixecat.
6. Distribuir la càrrega a les dues mans. (4)
7. Evitar la inclinació i torsió de la columna durant l'aixecament. (3 i 4)
8. Per girar una càrrega: moure els peus, no girar la cintura.
9. Utilització dels músculs de les cames que són més potents que els de l'esquena.
10. Aprofitar el moviment del cos per iniciar un moviment horitzontal de la càrrega.



CONTACTES ELÈCTRICS

- Quan es treballi en proximitat a una línia elèctrica aèria, es circularà a menor velocitat de l'habitual. Evitar el contacte amb les línies aèries, per evitar el contacte directe i els arcs elèctrics.
- Quan es produeix un contacte amb la línia, el perill no es limita solament al conductor, sinó que s'estén a tot el personal situat en la seva proximitat. Si succeeix un contacte amb elements en tensió l'operari es quedarà dins del vehicle sense tocar cap element metàl·lic i avisant del succés.
- Respectar les distàncies de seguretat respecte a les línies elèctriques (3m si la tensió nominal està entre 1 y 66kv, 5 m si la tensió nominal està entre 110 y 220 kv, 7 m si la tensió nominal és superior a 380 kv).
- Mai intentar manipular elèctricament un equip, es trucarà al servei de reparació.
- Es prohibeix el conexionat de cables elèctrics en els quadres d'alimentació sense la utilització de regletes i clavilles.

EXPLOSIÓ I INCENDIS

- Les màquines i vehicles disposen d'extintor.
- Prohibit fumar en les zones de treball. Mai tirar una cigarreta sobre material inflamable

ATRAPAMENT POR PARTES MÒBILS DE LA MÀQUINA (durant tasques de mecànic)


- Evitar la roba de treball ample, així com l'ús de polseres o altres que puguin produir un atrapament amb parts mòbils de la màquina.

EXPOSICIÓ A CONTAMINANTS QUÍMICS, PRODUCTES TÒXICS Y CORROSIUS. INHALACIÓ DE POLS

- Quan hi hagi ambients amb pols, es tancaran les portes i finestres.
- Les terres es regaran sense entollar per evitar la pols.
- Ús de mascaretes autofiltrans i de guants.
- En cas d'utilitzar productes químics, consultar sempre la seva etiqueta o la seva fitxa de seguretat.
- No menjar ni veure ni fumar mentre es manipulin aquests productes. Després de manipular-los, rentar les mans, cara i braços.
- Mantenir la higiene personal.

SOROLL

- En cas de trobar-se exposat a un ambient sorollós, utilitzar les proteccions auditives.
- Es recomana treballar amb les finestres tancades.

	Fitxa d'informació de Riscos del lloc de treball Còndcutòr Retròexcavadòra	
--	--	--

VIBRACIONS

- Realització de pauses i fer exercici físic en el temps lliure.
- Es recomana, quan fa fred, abrigar-se.
- Les màquines i equips es revisen periòdicament.

CONTACTES TÈRMICS

- Sempre que sigui possible, esperar a que la part calenta es refredi per treballar sobre ella.
- Ús obligatori de guants de protecció tèrmica quan, durant les tasques de manteniment i de reparació, puguin haver contactes tèrmics amb parts calentes de la màquina.

EXPOSICIÓ DE TEMPERATURES A LA INTEMPÈRIE

- En condicions ambientals extremes es suspendran els treballs.
- En temperatures altes (calor):
 - És necessari ingerir abundant aigua, preferentment begudes isotòniques, per compensar la pèrdua soferta durant l'exposició solar. Beure periòdicament encara que no tingui set.
 - No realitzar menjars pesats, copiosos i amb grasses.
 - En la condimentació dels aliments, afegir una mica més de sal de l'habitual.
 - No ingerir alcohol ni begudes amb cafeïna.
 - Limitar la durada i intensitat de l'exposició, realitzar les pauses adequades.
 - Evitar les tasques de major esforç físic en l'horari de màxima càrrega solar, així com les més pesades i en solitari. Adaptar el ritme de treball a la tolerància del calor: en cas de trobar-se malament, finalitzar l'activitat i descansar en un lloc fresc.
 - Utilitzar roba transpirable, ample, lleugera i de color clar.
 - Protegir el cap de l'exposició solar directa: casc, gorro, ... i utilitzar cremes solars.
- En temperatures baixes (fred):
 - Consumir menjars calòrics.
 - Limitar la durada i intensitat de l'exposició, realitzar les pauses adequades.
 - Utilitzar robes d'abric, es recomana vestir amb varies capes de roba que faciliti l'evaporació de la suor.
 - Utilitzar robes paravents.
 - Ingerir líquids calents.
 - No consumir cafè ni alcohol, ja que modifiquen la circulació sanguínia.
 - Protegir especialment les extremitats: mans i peus.