

**FICHA DE INFORMACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO**

EMPRESA:	<b>ROGASA CONSTRUCCIONES Y CONTRATAS, S.A.U.</b>
PUESTO DE TRABAJO:	<b>ENCARGADO DE EQUIPO DE ASFALTO</b>

**FUNCIONES DEL PUESTO DE TRABAJO**

--

**EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL OBLIGATORIOS**



**IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS**

CAÍDA DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES QUÍMICOS	EXPOSICIÓN A RADIACIONES NO IONIZANTES
CAÍDA DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS	CAÍDA DE PERSONAS POR TRABAJOS EN ALTURA
CONTACTOS TÉRMICOS	EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS AMBIENTALES EXTREMAS	FATIGA FÍSICA. ESFUERZO
EXPOSICIÓN A RUIDO	ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS	FATIGA FÍSICA. MANEJOS DE CARGAS
PISADAS SOBRE OBJETOS		INSATISFACCIÓN
CHOQUES CONTRA OBJETOS INMÓVILES		FATIGA FÍSICA. POSICIÓN
GOLPES/CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS		FATIGA MENTAL

Nombre: Guerra Quintanilla, Manuel  
 DNI: 80043825F  
 Fecha: 13.11.20

Recibido:

**CONSIGNAS PREVENTIVAS**

FACTOR DE RIESGO	CAÍDA DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL
Se realizan trabajos junto a zanjas o zonas no protegidas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las zanjas estarán provistas de escaleras metálicas que rebasen 1 metro sobre el nivel superior del corte. Habrá una disponible por cada 30 metros o fracción. Está prohibido el descenso a las excavaciones o vaciados a través de la entibación o taludes.</li> <li>Cuando sea necesario atravesar una zanja se instalará una pasarela no inferior a 60 centímetros de ancha, dotada de las pertinentes barandillas.</li> <li>Si en las proximidades de la excavación o zanja hay circulación de personas y de vehículos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Se instalarán barandillas resistentes de 90 centímetros de altura mínima que evite la caída del personal.</li> <li>Se dispondrán de topes o barreras para evitar la caída de vehículos.</li> <li>Por la noche habrá una señalización de peligro con luces rojas cada 10 metros.</li> <li>En los períodos que no se trabaje las zanjas deben ser cubiertas con paneles o bastidores.</li> </ul> </li> <li>Las bocas de los pozos y galerías de inclinación peligrosa, deben ser convenientemente protegidas con sólidas barandillas de 0,90 metros de altura y rodapiés que impidan la caída de personas y materiales</li> <li>Se acotará la zona de excavación de zanjas y pozos a través de vallas, siempre que sea previsible el paso de peatones o de vehículos.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	CAÍDA DE PERSONAS AL MISMO NIVEL
Puede haber falta de orden y/o limpieza en el lugar de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> <li>No arrojar objetos al suelo.</li> <li>Colocar los equipos de trabajo en lugar donde no entorpezcan la circulación.</li> <li>Mantener las zonas de paso libres de obstáculos.</li> </ul>
Se trabaja en obras de construcción	<ul style="list-style-type: none"> <li>No arrojar objetos al suelo.</li> <li>Colocar los equipos de trabajo en lugar donde no entorpezcan la circulación.</li> <li>Mantener las zonas de paso libres de obstáculos.</li> </ul>

**ROGASA**  
 ROGASA CONSTRUCCIONES  
 Y CONTRATAS, S.A.U.  
 N.I.E. 280220000  
 C/I. Orona, 1  
 Parc de l'Indústria "El Clau"  
 08901 L'Hospitalet del Llobregat  
 Tel. 93 337 28 72



FACTOR DE RIESGO	PISADAS SOBRE OBJETOS
Se trabaja en obras de construcción	<ul style="list-style-type: none"> <li>No arrojar objetos al suelo.</li> <li>Colocar los equipos de trabajo en lugar donde no entorpezcan la circulación.</li> <li>Mantener las zonas de paso libres de obstáculos.</li> </ul>
Puede haber falta de orden y/o limpieza en el lugar de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> <li>No arrojar objetos al suelo.</li> <li>Colocar los equipos de trabajo en lugar donde no entorpezcan la circulación.</li> <li>Mantener las zonas de paso libres de obstáculos.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	CHOQUES CONTRA OBJETOS INMÓVILES
Puede haber falta de orden y/o limpieza en el lugar de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> <li>No arrojar objetos al suelo.</li> <li>Colocar los equipos de trabajo en lugar donde no entorpezcan la circulación.</li> <li>Mantener las zonas de paso libres de obstáculos.</li> </ul>
Se trabaja en obras de construcción	<ul style="list-style-type: none"> <li>No arrojar objetos al suelo.</li> <li>Colocar los equipos de trabajo en lugar donde no entorpezcan la circulación.</li> <li>Mantener las zonas de paso libres de obstáculos.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	GOLPES/CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
Se utilizan herramientas manuales (Palas, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizar las herramientas eligiendo siempre el adecuado a cada operación a realizar.</li> <li>Cuando dejen de utilizarse, guardar las herramientas en lugar específico para tal fin.</li> <li>Al finalizar la tarea, colocar las herramientas correctamente en la caja de herramientas.</li> <li>Transportar las herramientas en cajas o bolsas, nunca en los bolsillos.</li> <li>Utilizar las herramientas cortantes de forma que el recorrido de corte se realice en dirección contraria al cuerpo.</li> <li>No utilizar las herramientas para otros fines, ni sobrepasar las prestaciones para las que han sido concebidas.</li> <li>No dejar las herramientas detrás o encima de órganos de máquinas en movimiento.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS AMBIENTALES EXTREMAS
El trabajo requiere la exposición a la intemperie junto a asfalto a 160°C	<ul style="list-style-type: none"> <li>No exponerse al sol entre las 11 y las 16 horas que es cuando los rayos del sol son más dañinos.</li> <li>Utilizar prendas de vestir adecuadas y llevar gorra para protegerse del sol. Se deben extremar las precauciones en las zonas más sensibles del cuerpo: cara, cuello, calva, orejas, escote y empeine. Se deben proteger los labios.</li> <li>Utilizar gafas de sol que absorban la radiación UVA.</li> <li>Utilizar el protector solar adecuado sobre la piel expuesta al sol.</li> <li>Beber abundante cantidad de líquidos para compensar la pérdida de agua debida al sudor</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	CONTACTOS TÉRMICOS
Se utiliza asfalto a altas temperaturas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizar ropa de protección y equipos de protección individual para evitar los contactos térmicos.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS O TÓXICAS
Se utilizan/generan productos químicos tóxicos o nocivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>El almacenamiento de productos químicos debe reducirse al máximo, procurando el mínimo imprescindible para el trabajo diario.</li> <li>No se deben almacenar productos químicos en pasillos ni lugares de paso de vehículos, en huecos de escaleras, en vestíbulos de acceso general, salas de visitas y lugares de descanso.</li> <li>Los recipientes más grandes se colocarán en las zonas más bajas y preferentemente en armarios. Todos los armarios de seguridad deben de estar convenientemente señalizados.</li> <li>Actuar conforme lo indicado en el etiquetado de los productos que utilices y la ficha de seguridad del producto</li> <li>No cambiar un producto químico de su envase original, ni dejar productos en envases sin identificar o en lugares inadecuados. Al realizar un trasvase, colocar las etiquetas correspondientes en todos los recipientes nuevos.</li> <li>No comer, fumar ni beber en el lugar de trabajo, los vapores tóxicos se pueden mezclar con la comida y la bebida. No beber alcohol ya que ciertas sustancias potencian su acción (efecto antabus).</li> <li>Lavarse siempre las manos, antebrazos y cara antes de comer.</li> <li>Mantener los recipientes cerrados, almacenados, etiquetados y en lugares ventilados</li> <li>Utilizar los elementos de protección personal adecuados al tipo de producto a manipular.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS
El trabajo requiere la exposición a la intemperie	<ul style="list-style-type: none"> <li>No exponerse al sol entre las 11 y las 16 horas que es cuando los rayos del sol son más dañinos.</li> <li>Utilizar prendas de vestir adecuadas y llevar gorra para protegerse del sol. Se deben extremar las precauciones en las zonas más sensibles del cuerpo: cara, cuello, calva, orejas, escote y empeine. Se deben proteger los labios.</li> <li>Utilizar gafas de sol que absorban la radiación UVA.</li> <li>Utilizar el protector solar adecuado sobre la piel expuesta al sol.</li> <li>Beber abundante cantidad de líquidos para compensar la pérdida de agua debida al sudor</li> </ul>



FACTOR DE RIESGO	ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS
Se trabaja junto a vehículos en movimiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siempre que una máquina o vehículo parado inicie un movimiento brusco o simplemente el arranque, lo anunciará con una señal acústica.</li> <li>• En las marchas atrás y cuando el conductor no tenga visibilidad estará auxiliado por otro operario en el exterior del vehículo</li> <li>• Los vehículos y máquinas no se abandonarán con el motor en marcha o con la cuchara subida</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES QUÍMICOS
Se utilizan productos químicos cancerígenos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En las áreas de trabajo con cancerígenos estará prohibido fumar, beber, comer, aplicarse cosméticos y tendrán que utilizarse las protecciones adecuadas.</li> <li>• Los compuestos cancerígenos no deben tocarse directamente, ni con las manos desnudas ni utilizando guantes; se debe utilizar siempre la espátula, las pinzas u otros utensilios adecuados.</li> <li>• Las heridas abiertas favorecen la penetración de los tóxicos, por lo que si se tiene una herida en las manos o lugar visible, no se deberá trabajar con estos productos. Durante el proceso se tendrá especial cuidado en no tocarse la cara con las manos, rascarse, etc..</li> <li>• Después de toda manipulación deben lavarse las manos con los guantes puestos, vigilando no contaminar los grifos innecesariamente, posteriormente se quitarán los guantes y se lavarán las manos, preferiblemente, con un líquido detergente y abundante agua. Deberá evitarse la utilización de disolventes orgánicos, ya que favorecen la penetración del tóxico a través de la piel.</li> <li>• Antes de abandonar el área de trabajo, el personal deberá ducharse o al menos lavarse adecuadamente las manos, brazos y cara. La ropa y el equipo de protección utilizado, deberá descontaminarse antes de salir de área y ser enviado al servicio de limpieza o lavandería.</li> <li>• Todo el material y equipos utilizados deberán ser convenientemente etiquetados al objeto de que puedan ser perfectamente identificados</li> </ul>
Se trabaja en ambientes con polvo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siempre que la naturaleza de la operación lo permita, trabajar por vía húmeda.</li> <li>• Para aquellos trabajos que, por la naturaleza del riesgo y/o su duración, la evaluación de riesgos así lo determine, hay que adoptar medidas organizativas de rotación en el puesto de trabajo.</li> <li>• Reducir al mínimo el número de trabajadores expuestos.</li> <li>• Reducir al mínimo la duración y la intensidad de las exposiciones al polvo.</li> <li>• Humedecer el suelo antes de su limpieza.</li> <li>• Disponer de instalaciones apropiadas para la higiene personal.</li> <li>• Los trabajadores han de adoptar medidas higiénicas adecuadas, tanto personales como de orden y limpieza en el área de trabajo. Antes de comer, beber o fumar, los trabajadores expuestos a polvo o fibras tienen que lavarse las manos, la cara y la boca.</li> <li>• Prohibir la preparación y la consumición de alimentos, así como beber y fumar en las áreas de trabajo donde haya exposición a polvo o fibras.</li> <li>• La ropa de trabajo es de uso obligatorio durante la jornada laboral, y hay que sustituirla por la ropa de calle al finalizar la jornada laboral.</li> <li>• La limpieza de esta ropa de trabajo tiene que realizarse, como mínimo, una vez por semana.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	EXPOSICIÓN A RUIDO
Se trabaja en ambiente ruidoso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitar la exposición innecesaria a ambientes ruidosos.</li> <li>• Utilizar protectores auditivos cuando así lo establezca la evaluación de riesgos del puesto de trabajo y siempre que se utilicen equipos cuyas instrucciones lo aconsejen o se trabaje en las proximidades del lugar donde se estén utilizando dichos equipos.</li> <li>• Realizar mantenimiento preventivo de las máquinas y herramientas con objeto de mantenerlas en buenas condiciones y, por tanto, reducir el nivel de ruido generado por las mismas</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	EXPOSICIÓN A RADIACIONES NO IONIZANTES
El trabajo requiere la exposición a la intemperie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No exponerse al sol entre las 11 y las 16 horas que es cuando los rayos del sol son más dañinos.</li> <li>• Utilizar prendas de vestir adecuadas y llevar gorra para protegerse del sol. Se deben extremar las precauciones en las zonas más sensibles del cuerpo: cara, cuello, calva, orejas, escote y empeine. Se deben proteger los labios.</li> <li>• Utilizar gafas de sol que absorban la radiación UVA.</li> <li>• Utilizar el protector solar adecuado sobre la piel expuesta al sol.</li> <li>• Beber abundante cantidad de líquidos para compensar la pérdida de agua debida al sudor</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	FATIGA FÍSICA. ESFUERZO
El trabajo requiere esfuerzo físico dinámico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reparto del tiempo de trabajo. Tiempo de reposo, ritmo, etc</li> <li>• Establecer medidas organizativas, como pueden ser, la rotación de puestos de trabajo, alternar tareas pesadas con otras más ligeras, etc</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	FATIGA FÍSICA. MANEJOS DE CARGAS
Se manipulan cargas superiores a 3 Kg manualmente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar guantes que mejoren el agarre y calzado con puntera reforzada.</li> <li>• No manipular cargas con las manos mojadas o grasientas.</li> <li>• Disminuir en lo posible el peso de las cargas a transportar manualmente.</li> <li>• Alzar y transportar cargas pesadas con ayuda de otras personas.</li> <li>• Para coger cargas pesadas, flexionar las rodillas, no la espalda, mantenerlas pegadas al cuerpo y evitar movimientos bruscos duante el transporte.</li> </ul>

EMPRESA  
 Y CONTRATACIONES S.L.  
 N.I.F. A-08011111  
 C/I. Otona, 1  
 Parc de Nauja "Les Dins"  
 08901 L'Hospitalet del Penitenciar  
 Tel. 93 337 28 72

FACTOR DE RIESGO	FATIGA FÍSICA. POSICIÓN
Se requiere permanecer en bipedestación gran parte de la jornada	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptar a la altura del plano de trabajo las dimensiones del individuo evitando la inclinación del tronco y la elevación de los brazos que en tareas ordinarias tendrán un ángulo de 90°.</li> <li>• Mantenerse estirado y recto.</li> <li>• Situarse con los hombros hacia atrás, la cabeza arriba y la pelvis hacia delante.</li> <li>• Colocar un pie en lugar elevado si se está largo tiempo en un sitio y cambiar de pie periódicamente.</li> <li>• Evitar la inclinación del tronco.</li> <li>• Realizar pausas en el trabajo para cambiar de postura.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	FATIGA MENTAL
Se trabaja a un ritmo muy elevado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El desarrollo y mantenimiento de un buen estado físico tiene buenos efectos en la prevención del estrés; para ello, es aconsejable la realización de ejercicio de manera habitual. En general, el ejercicio aumenta la resistencia física del individuo a los efectos del estrés pero además aumenta también la resistencia psicológica: la realización de ejercicio nos obliga a desplazar la atención de los problemas psicológicos y nos permite el descanso y la recuperación de la actividad mental desarrollada anteriormente</li> <li>• El desarrollo de buenos hábitos alimentarios que condicionan el estado nutricional del individuo constituye una medida aconsejable para la prevención del estrés. Las demandas energéticas que actualmente recibimos de nuestro entorno determinan la necesidad de tener un equilibrio energético adecuado para responder a esas demandas y para no desarrollar problemas carenciales</li> <li>• Fomentar la distracción y buen humor constituye una buena medida para prevenir situaciones de ansiedad o para aliviarlas, pues además de facilitar el desplazamiento de la atención de los problemas, contribuye a relativizar la importancia de esos problemas</li> <li>• Utilizar técnicas de relajación física, control de la respiración y de relajación mental.</li> </ul>
FACTOR DE RIESGO	INSATISFACCIÓN
Se trabaja de noche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El desarrollo y mantenimiento de un buen estado físico tiene buenos efectos en la prevención del estrés; para ello, es aconsejable la realización de ejercicio de manera habitual. En general, el ejercicio aumenta la resistencia física del individuo a los efectos del estrés pero además aumenta también la resistencia psicológica: la realización de ejercicio nos obliga a desplazar la atención de los problemas psicológicos y nos permite el descanso y la recuperación de la actividad mental desarrollada anteriormente</li> <li>• El desarrollo de buenos hábitos alimentarios que condicionan el estado nutricional del individuo constituye una medida aconsejable para la prevención del estrés. Las demandas energéticas que actualmente recibimos de nuestro entorno determinan la necesidad de tener un equilibrio energético adecuado para responder a esas demandas y para no desarrollar problemas carenciales</li> <li>• Fomentar la distracción y buen humor constituye una buena medida para prevenir situaciones de ansiedad o para aliviarlas, pues además de facilitar el desplazamiento de la atención de los problemas, contribuye a relativizar la importancia de esos problemas</li> <li>• Utilizar técnicas de relajación física, control de la respiración y de relajación mental.</li> </ul>

### OBLIGACIONES EN MATERIA PREVENTIVA DEL TRABAJADOR

- El trabajador velará por su propia seguridad y salud y por la de los demás, cumpliendo con las medidas de prevención adoptadas, de acuerdo con su formación y con las instrucciones del empresario
- Se usarán adecuadamente máquinas, aparatos, herramientas y, cualquier medio con el que desarrolle su actividad.
- No deben poner fuera de funcionamiento y utilizarán correctamente los dispositivos de seguridad existentes.
- Se informará de inmediato a su superior jerárquico directo sobre cualquier situación sospechosa de riesgo para la seguridad y la salud.
- Cooperará con su superior jerárquico para garantizar unas condiciones de trabajo seguras.
- El trabajador debe mantener limpio y ordenado el puesto de trabajo.
- Se debe sugerir las medidas que consideren oportunas para mejorar la seguridad y las condiciones de trabajo

### CONSIGNAS DE EMERGENCIAS

#### PREVENTIVAS

- No eche los envases de productos químicos agotados en las papeleras.
- No bloquear las puertas y salidas de emergencia
- No obstaculizar los recorridos de evacuación
- No acerque focos de calor intensos a materiales combustibles.
- No sobrecargue las tomas de corriente. Ante cualquier duda consulte con el superior jerárquico.
- Al final de la jornada no dejar conectados innecesariamente equipos eléctricos.

#### ACTUACIÓN ANTE UN ACCIDENTE

##### LESIÓN LEVE ( lesión de pequeña importancia)

Acudir al botiquín y realizar las primeras curas con el material disponible y por parte de personal autorizado

##### LESIÓN DE MAYOR IMPORTANCIA (lesiones de mayor importancia que precisen atención medica )

Realizar la primera cura o asistencia con los medios adecuados y personal autorizado, facilitando el traslado del accidentado al centro sanitario establecido, cuando sea necesario. Para ello:

1. Alertar al resto de trabajadores.
2. Pedir una ambulancia.
3. Evitar mover al trabajador.

**ACTUACIÓN ANTE UN INCENDIO**

1º) Comunicar inmediatamente a los mandos superiores,

2º) Intentar apagarlo, si se sabe y se puede, sin poner en peligro la integridad física, con el extintor más próximo.

**ACTUACIÓN ANTE UNA EVACUACIÓN**

· Iniciar la evacuación sin perder la serenidad. No correr.

· No utilizar ascensores ni montacargas.

· Seguir las instrucciones de los equipos de evacuación existentes y de acuerdo con la dirección de las flechas que indican las salidas de emergencia.

· Una vez iniciada la evacuación, no intentar volver.

· Dirigirse a la zona asignada de reunión en el exterior

**ROGASA**  
ROGASA FORMACIONES  
Y CONSULTORIA S.L.  
N.I.F. 46121201  
C/ Girona, 1  
Parc de Noies "Mas Blau"  
08821 Sant Joan de Vilatorrada  
Tel: 93 512 14 66

