



manual d'acollida

PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS



manual de acogida

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES



GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE SANITAT



AGÈNCIA
VALENCIANA
DE SALUT

Edita: Generalitat. Conselleria de Sanitat

© de la presente edición: Generalitat, 2009

© de los textos: los autores

Coordina: Conselleria de Sanitat. Subsecretaria.
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

1ª edición

ISBN: 978-84-482-5217-5

Depósito Legal: V-2346-2009

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

Índice

Presentación _____	7
Bienvenida _____	9
Declaración de la política de prevención de riesgos laborales _____	11
Derechos y obligaciones de los trabajadores/as _____	13
Organización de la prevención Conselleria de Sanitat _____	15
Factores de riesgo laboral _____	17
Riesgos laborales y medidas preventivas _____	19
Riesgos laborales y medidas preventivas con mayor repercusión en al ámbito sanitario _____	21
Otros riesgos laborales en el ámbito sanitario y medidas preventivas _____	25
Sugerencias, iniciativas, quejas _____	35
¿Qué hacer? _____	37
Normativa básica en materia preventiva _____	38

Presentación

El artículo 40.2 de la Constitución Española encomienda a los poderes públicos, como uno de los principios rectores de la política social y económica, velar por la seguridad e higiene en el trabajo.

Para atender el mandato constitucional, las Cortes Españolas aprobaron la Ley 31/1995, de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales y, para su cumplimiento respecto de los trabajadores de la Administración autonómica, el Consell aprobó el Decreto 123/2001, de 10 de julio.

Complementariamente, para el desarrollo de lo previsto en el citado Decreto respecto de los trabajadores del sector público sanitario de la Generalitat, el Conseller de Sanitat aprobó la Orden de 6 de agosto de 2001, por la que se estructura y organiza el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Sector Sanitario Público de la Generalitat.

En el preámbulo del Decreto, el Consell manifiesta su voluntad de considerar la prevención frente a los riesgos laborales como una actuación única, indiferenciada y coordinada, que debe llegar a todos los empleados públicos sin distinción del régimen jurídico que rija su relación de servicio. Esto último debe traducirse en una planificación de la actividad preventiva integral e integrada en el conjunto de actividades y decisio-

nes de la Administración de la Generalitat, lo que se realizará con la participación de los representantes legales de los empleados públicos.

Por todo ello, la integración de nuevos trabajadores en nuestra Consejería precisa que los mismos armonicen sus actitudes en consonancia con la política de nuestra empresa en la materia colaborando activamente en las actividades de prevención de los riesgos laborales, con pautas de actuación seguras y saludables en su labor cotidiana.

Para facilitar a los nuevos trabajadores, el conocimiento de los elementos y procedimientos esenciales que deben tener presentes al respecto, se ha considerado como vehículo más adecuado la preparación del presente manual de acogida, entregándose un ejemplar del mismo a cada trabajador, en el momento de su incorporación.

Por otra parte, esta iniciativa se orienta hacia el cumplimiento de lo requerido en la legislación vigente, respecto de la obligación empresarial de informar a los trabajadores sobre los riesgos laborales y las medias preventivas y de protección a tener presentes en su trabajo habitual y en caso de emergencia.

Manuel Cervera Taulet
Conseller de Sanitat

Bienvenida

Estimado amigo/a:

La incorporación a un centro de trabajo es un momento importante, tanto para la vida de las personas como de las organizaciones, que reciben un caudal renovado de energía, expectativas e ilusiones.

En primer lugar, darle nuestra más cordial bienvenida a la Conselleria de Sanitat, siendo muy importante para nosotros conseguir su óptima integración en la misma ya que, desde este mismo momento, ha entrado a formar parte de nuestro equipo humano, que representa nuestro mejor patrimonio.

Por ello le hacemos entrega de este ejemplar de nuestro manual de acogida, que contiene la información que consideramos de mayor importancia y los aspectos básicos que, en materia de prevención de riesgos laborales, deben caracterizar nuestro trabajo.

Complementariamente, este manual nace con la intención de informar a los nuevos trabajadores sobre las cuestiones y dudas que le puedan surgir en el área de la Seguridad y Salud en el trabajo, y darle a conocer sus derechos y obligaciones en materia de prevención de riesgos laborales.

Nuestro deseo es que esta información le sirva de ayuda.

Estaremos encantados/as de contar con su colaboración para mejorar las condiciones seguridad y salud en el trabajo.

Deseando que su experiencia entre nosotros sea satisfactoria, así como que podamos compartir metas tanto a nivel profesional como humano, le reiteramos nuestra bienvenida.

Declaración de la política de prevención de riesgos laborales

Con el objeto de alcanzar los niveles más altos de seguridad y salud en el trabajo, la Consellería de Sanitat de la Generalitat, se compromete a aplicar en su gestión los siguientes principios básicos:

1. Conceder un interés máximo a la seguridad y salud en el trabajo, como medio para proteger la integridad y salud de las personas, instalaciones, medio ambiente y calidad de los servicios que presta.
2. Considerar que las funciones de mejora de las condiciones de trabajo en este ámbito, tienen el mismo nivel de importancia y trascendencia que cualquier otro tipo de funciones operativas o de gestión.
3. Cumplir con la reglamentación existente en materia de Prevención de Riesgos Laborales u otros acuerdos que la organización suscriba.
4. Avanzar en la mejora continua de nuestras acciones en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
5. Garantizar que los/as trabajadores/as y sus representantes serán consultados/as y estimulados/as a participar activamente en las acciones de Prevención de Riesgos Laborales.

6. Garantizar la formación del personal para permitir el desarrollo de la política en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
7. Garantizar el mantenimiento de la política de Prevención de Riesgos Laborales en el máximo nivel de conocimiento, comprensión, desarrollo y actualización por todo el personal de la misma.
8. Aceptar que la integración de la seguridad y prevención es uno de los pilares básicos en nuestra gestión diaria.
9. Reconocer que la salud de nuestros trabajadores es un bien máximo a proteger y, en consonancia, que nuestros trabajadores tengan la máxima calidad de vida.
10. La política de la Conselleria de Sanidad es llevar a cabo nuestras operaciones de forma apropiada en cuanto a la seguridad y salud en el trabajo así como el control de daños materiales en toda nuestra actividad.

Alfonso Bataller Vicent

Subsecretario de la Conselleria de Sanitat

Derechos y obligaciones de los trabajadores/as

DERECHOS DEL TRABAJADOR/A. A continuación se relacionan los derechos de mayor importancia, que la Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales, reconoce para los trabajadores:

1. Una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo.
2. Una información sobre los riesgos existentes, tanto los que afecten a la empresa en su conjunto, como a cada tipo de trabajo o función, así como sobre las medidas y actividades de protección o prevención aplicables.
3. Ser informado/a acerca de las situaciones y medidas de emergencia, primeros auxilios y evacuación.
4. Ser consultado/a y participar en todas las cuestiones que afecten a su seguridad y salud en el trabajo.
5. Recibir una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, tanto en el momento de la contratación como cuando se produzcan cambios en las funciones o tecnologías.
6. Disponer de equipos de trabajo adecuados a las tareas a realizar.

7. Recibir gratuitamente los equipos de protección individual necesarios para el desempeño de sus funciones.

En nuestra Conselleria se ha constituido en cada Departamento de Salud un Comité de Seguridad y Salud, en cuyas reuniones periódicas se encuentran presentes con carácter paritario, representantes de la Conselleria y de los trabajadores, siendo asumida esta última representación por los Delegados de Prevención. Dicho comité es el órgano por excelencia para vehicular; por una parte la obligación de la Conselleria de informar sobre la planificación en la materia a los trabajadores y por otra, que éstos ejerzan el derecho de consulta y participación que la ley les reconoce.

OBLIGACIONES DEL TRABAJADOR/A

A continuación se relacionan las obligaciones de mayor importancia, que la Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales, reconoce para los trabajadores:

1. Velar por su propia seguridad y la de aquellos/as trabajadores/as que pueden verse afectados por su trabajo.
2. Usar adecuadamente las máquinas, herramientas, equipos, etc.
3. Utilizar correctamente los equipos de protección individual facilitados por la empresa.
4. Utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes en los medios de trabajo.
5. Informar a los/as superiores/as y a los trabajadores/as designados/as o, en su caso, al servicio de prevención, de las situaciones de riesgo para la seguridad y salud de los/as trabajadores/as.
6. Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente.
7. Cooperar con el/la empresario/a para garantizar unas condiciones seguras que no entrañen riesgos para la salud de los/as trabajadores/as.

Organización de la prevención Conselleria de Sanitat

Para el cumplimiento de la legislación vigente de carácter estatal y autonómico, el conseller de Sanitat aprobó la Orden de 6 de agosto de 2001 por la que se estructura y organiza el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Sector Sanitario de la Generalitat.

De acuerdo con la misma, este servicio ha sido creado y está plenamente operativo, disponiendo en la actualidad de una Unidad Central y 8 Unidades Periferias, cuyos datos más significativos se relacionan a continuación:

Ubicación de las unidades

Unidad	Departamentos asignados	Ubicación de la unidad	Nº teléfono
UC	Servicios Centrales	C/ Joan Reglà, 6 46010 Valencia	96 393 74 64
UP nº 1	Dptos. 1-2-3	Hospital General de Castellón	96 472 67 82
UP nº 2	Dptos. 4-5-6	Hospital Clínico Universitario	96 398 76 68
UP nº 3	Dpto. 7	Hospital La Fe	96 197 34 17
UP nº 4	Dptos. 8-9-10	Hospital Doctor Peset	96 358 16 96
UP nº 5	Dptos. 12-14	Hospital de Xàtiva	96 228 96 33
UP nº 6	Dptos. 13-15-16	Gerencia de Alcoi Plaza de España, 2 03801 Alcoi	96 652 89 10
UP nº 7	Dptos. 17-19	Hospital General de Alicante	96 593 83 00
UP nº 8	Dptos. 18-20-21-22	C.S. Altabix C/ Antonio Mora Ferrández, 51 03202 Elche	96 667 96 07
UP nº 9	Dpto. 11 Mancomunado	Hospital de la Ribera Ctra. Corbera, km. 1 46600 Alzira	96 245 81 00

La participación de los técnicos del Servicio de Prevención, en las reuniones de los Comités de Seguridad y Salud permitirá, por una parte, el conocimiento por los trabajadores a través de sus representantes de la marcha de las actuaciones del servicio y por otra, recoger las iniciativas y sugerencias del citado órgano de representación.

Factores de riesgo laboral

El daño sobre la salud que puede sufrir un trabajador, derivado de su actividad laboral, depende de una serie de factores que inciden directamente sobre él y que, atendiendo a su origen, podemos agrupar en:

Factores de seguridad: Referidos a las condiciones materiales que influyen sobre la accidentabilidad como son la maquinaria y equipos de trabajo, las instalaciones, los aparatos, el espacio o lugar de trabajo, el riesgo de incendio, etc.

Factores ambientales:

- **Físicos:** Referidos a contaminantes físicos tales como condiciones termohigrométricas, ruido, vibraciones, radiaciones, iluminación, etc.)
- **Químicos:** Referidos a contaminantes químicos que pueden estar presentes en el aire en forma sólida (polvos, humos), líquida (nieblas, aerosoles...) y gaseosa (gas, vapor) y que pueden producir sobre la salud efectos cancerígenos, mutagénicos, corrosivos, teratogénicos...
- **Biológicos:** Referidos a contaminantes biológicos, como son los microorganismos causantes de enfermedades profesionales.

Factores derivados de sobreesfuerzos: Que pueden dar lugar a "fatiga" entendida como la disminución de la capacidad física y/o mental del trabajador después de desarrollar una actividad durante un periodo de tiempo.

- **Carga física:** Referidos a la exigencia física de la tarea, como son manipulación de cargas y los movimientos repetitivos
- **Carga mental:** Referidas a la exigencia mental o psíquica de la tarea.

Factores psicosociales: Sus efectos son los mas difíciles de cuantificar, pudiéndose manifestar como problemas de estrés, fatiga e insatisfacción laboral.

- **Referidos a la organización temporal:** como horarios o turnos de trabajo, ritmo de trabajo.
- **Referidos a factores dependientes de la tarea:** como automatización, complejidad, monotonía, comunicación, iniciativa, etc.
- **Referidos a factores relacionados con las relaciones interpersonales:** estilo de mando, la promoción profesional, la estabilidad en el empleo, la formación, la participación y las relaciones profesionales.

Riesgos laborales y medidas preventivas

En las páginas siguientes del presente manual, se enumeran los riesgos profesionales que, con mayor probabilidad, pueden presentarse en el ámbito sanitario.

La enumeración de los riesgos se ha subdividido en dos partes con el siguiente contenido:

- 1.- En la primera parte se han incluido los riesgos que, de acuerdo con la experiencia, tienen una mayor repercusión por su gravedad y frecuencia (sobreesfuerzos, caídas, choques o golpes y exposición a agentes biológicos).
- 2.- En la segunda parte se han incluido los riesgos que, de acuerdo con la experiencia, se encuentran también presentes en nuestro ámbito, pero que, habitualmente, entrañan una menor peligrosidad.

Riesgos laborales y medidas preventivas con mayor repercusión en el ámbito sanitario

▶▶▶▶▶ 1. CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL

Originados por:

La realización de trabajos, aunque sea muy ocasionalmente, en zonas elevadas sin protección adecuada en sus accesos y en huecos existentes en pisos y zonas de trabajo, como por ejemplo en: escaleras fijas y de mano, altillos, plataformas, pasarelas, aberturas en pisos, huecos de montacargas, etc.

Medidas preventivas:

Barandillas, señalización, equipos de trabajo adecuados, Equipos de Protección Individual (EPI), etc.

▶▶▶▶▶ 2. CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL

Originados por:



La existencia en el suelo de obstáculos o sustancias que pueden provocar una caída por tropiezo o resbalón, como por ejemplo: objetos abandonados en los pisos (cajas, herramientas, materiales, trapos, recortes...), cables y/o tubos cruzando pasillos o zonas de paso (cables eléctricos, mangueras, cadenas, eslingas, cuerdas...), alfombras o moquetas sueltas, pavimento con desniveles, resbaladizo o irregular. Presencia de agua, aceite, grasa, detergentes, cera, etc.

Medidas preventivas:

Orden y limpieza, mantenimiento de suelos, señalización y/o suelas de zapato antideslizantes.

▶▶▶▶▶▶ **3. PISADAS SOBRE OBJETOS**

Originados por:



Los objetos abandonados o irregularidades del suelo que producen lesiones (torceduras, esguinces, pinchazos, etc.), sin producir caídas, como por ejemplo: herramientas, materiales, residuos, bordillos, desniveles, regletas, cables, etc.

Medidas preventivas:

Orden y limpieza, delimitar zonas de paso y pasillos manteniéndolos libres de obstáculos.

▶▶▶▶▶▶ **4. CHOQUES Y GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES**



Originados por:

Situaciones de encontronazos, choques y/o golpes contra objetos estáticos o inmóviles, como por ejemplo: mesas, sillas con cantos o esquinas en ángulos rectos, carros de curas, camas, camillas, instalaciones o materiales, estrechamiento de zonas de paso, elementos o conductos a baja altura, etc.

Medidas preventivas:

Orden y limpieza, delimitar pasillos suficientemente anchos y mantenerlos libres de obstáculos, evitar colocar objetos salientes y con cantos vivos en zonas de paso.

▶▶▶▶▶▶ **5. CHOQUES Y GOLPES CONTRA OBJETOS MÓVILES**



Originados por:

Situaciones de encontronazos, choques y golpes por partes móviles de objetos o materiales en manipulación o transporte, como

por ejemplo: partes móviles de aparatos, carros deslizantes, transporte de materiales, camillas, etc.

Medidas preventivas:

Orden, delimitar pasillos suficientemente anchos y mantenerlos libres de obstáculos, mantener la distancia de seguridad de los movimientos de traslación de los equipos de trabajo, señalar las partes móviles o salientes de los mismos.

▶▶▶▶▶ 6. GOLPES Y CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS (Salvo que comporten riesgos biológicos)

Originados por:



Los trabajos con objetos cortantes, punzantes o abrasivos, herramientas y útiles manuales, máquina, como por ejemplo: destructoras de papel, tijeras, destornilladores, aristas vivas, cristales, herramientas accionadas, taladros, etc.

Medidas preventivas:

Hacer buen mantenimiento de las herramientas manuales, utilizar destructoras de papel con protectores adecuados, utilización con seguridad de tijeras, grapadoras, no echar a la papelera objetos con aristas vivas o cristales, utilizar guantes de protección.

▶▶▶▶▶ 7. SOBRESFUERZOS. CARGA FÍSICA

Originados por:

Desequilibrio entre las exigencias de la tarea y la capacidad física del individuo, como por ejemplo: manipulación manual de pacientes y otras cargas, trabajos en posturas inadecuadas, con movimientos repetitivos, etc.

Medidas preventivas:

Utilizar, si es posible, medios mecánicos (grúas, sillas de ruedas, camillas...) levantar las cargas flexionando las rodillas, manteniendo la columna recta, y con la carga pegada al cuerpo evitando giros e inclinaciones, reducir el peso de la carga disminuyendo el número de objetos que se desplazan a la vez, establecer pau-

sas cortas. Evitar posturas inadecuadas que supongan inclinación frontal y giros del tronco manteniendo siempre la espalda apoyada en el respaldo. Evitar el trabajo repetitivo alternando tareas diferentes durante la jornada, solicitar ayuda de terceros, utilizar ropa y calzado adecuado.

▶▶▶▶▶ 8. DAÑOS CAUSADOS POR AGENTES BIOLÓGICOS

Originados por:



La exposición a microorganismos que puedan dar lugar a enfermedades, motivada por la actividad laboral. Su transmisión puede producirse por vía respiratoria, cutáneo-mucosa, digestiva, y/o percutánea, provocada esta última por cortes, pinchazos, etc. con herramientas o útiles (agujas, bisturís, pinzas,...) contaminados, como por ejemplo: en trabajos en laboratorios, urgencias, quirófanos..., contacto con animales, mordeduras, etc.

Medidas preventivas:

Utilizar las medidas de protección adecuadas (mascarillas, pantallas faciales, gafas, guantes y ropa de protección y en general el material de bioseguridad y las normas de protección universal frente a riesgo biológico). Señalizar las instalaciones.

Otros riesgos laborales en el ámbito sanitario y medidas preventivas

▶▶▶▶▶ 1. CAÍDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO

Originados por:



El desplome o derrumbamiento de estructuras, elementos constructivos o de decoración, objetos almacenados, como por ejemplo: estructuras elevadas, estanterías, pilas de materiales, tabiques, hundimiento de pisos por sobrecarga, etc.



Medidas preventivas:

Anclaje de estanterías a la pared, orden y apilamientos estables, colocar las estanterías con mucha carga cerca de los muros de carga y no en el centro de la sala.

▶▶▶▶▶ 2. CAÍDAS DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN

Originados por:



La ejecución de trabajos o en operaciones de transporte y elevación por medios manuales o mecánicos, como por ejemplo: en la manipulación de las herramientas manuales, bandejas, cajas o palets de material, contenedores, bidones, etc.

Medidas preventivas:

Limpiar las herramientas o materiales resbaladizos, utilizar guantes para mayor agarre, calzado de seguridad, etc.

▶▶▶▶▶ **3. CAÍDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS**

Originados por:



La deficiente fijación o colocación de aquellos objetos que no se están manipulando y se desprenden de su situación original, como por ejemplo: materiales depositados en estanterías, piezas cerámicas en fachadas, lámparas y aparatos suspendidos, conductos, objetos y herramientas dejados en puntos elevados, barandillas sin rodapié sobre zonas de trabajo o paso, etc.



Medidas preventivas:

Barandillas con rodapié, buen estado de la estructura de los techos, lámparas o aparatos colgados con buen agarre, almacenamiento adecuado en las estanterías.

▶▶▶▶▶ **4. PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS O PARTÍCULAS**

Originados por:



La proyección de piezas, fragmentos o pequeñas partículas de material ocasionadas por una máquina, herramienta o acción mecánica en laboratorios o quirófanos, como por ejemplo: esquirlas, astillas, etc.

Medidas preventivas:

Uso de protecciones colectivas y/o individuales (pantallas, gafas, etc.).

▶▶▶▶▶ **5. ATRAPAMIENTO POR O ENTRE OBJETOS**



Originados por:

El atrapamiento o aplastamiento de cualquier parte del cuerpo por mecanismos de máquinas o entre objetos, piezas o ma-

teriales, como por ejemplo: engranajes, rodillos, correas de transmisión, árboles de transmisión, ruedas y turbinas, transportadores, mecanismos en movimiento, cadenas de arrastre, piezas, etc.

Medidas preventivas:

Los equipos de trabajo dispondrán de las medidas de seguridad adecuadas, asegurando un mantenimiento adecuado.

▶▶▶▶▶ 6. ATRAPAMIENTO O APLASTAMIENTO POR VUELCO DE MÁQUINAS O VEHÍCULOS

Originados por:



El vuelco de máquinas al estar mal ancladas al suelo, carretillas elevadoras, carros de transporte durante su desplazamiento, como por ejemplo: giros de carretillas, excesos de velocidad, desniveles, etc.

Medidas preventivas:

No girar en rampas con carretillas elevadoras, respetar la velocidad, anclaje adecuado de las grúas, etc.

▶▶▶▶▶ 7. EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS EXTREMAS (CALOR O FRÍO)

Originados por:



El contacto o exposición a cuerpos calientes o fríos. Cambios bruscos de temperatura ambiental como por ejemplo: hornos, calderas, cámaras frigoríficas, gases licuados (nitrogeno, extintores de CO₂), líquidos calientes, etc.



Medidas preventivas:

Manejar con útiles adecuados las piezas calientes o frías. Proteger mediante aislamientos los elementos excesivamente calientes o fríos que estén al alcance de los trabajadores. Disminuir el tiempo de exposición. Utilizar ropa y protección personal adecuada.

▶▶▶▶▶ 8. CONTACTOS ELÉCTRICOS

Originados por:



Los contactos directos con partes activas de la instalación o contactos indirectos por defecto de aislamiento, como por ejemplo: partes activas de los materiales y equipos (cables, clavijas, bases de enchufes en mal estado, etc.) o al contactar con masas puestas accidentalmente en tensión (maquinaria, herramientas de accionamiento eléctrico, etc.).

Medidas preventivas:

Comprobar el buen estado de los cables, enchufes, conexiones, etc.; no sobrecargar los enchufes, comprobar periódicamente los diferenciales y magneto térmicos; hacer uso de la toma de tierra.

▶▶▶▶▶ 9. EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES QUÍMICOS AMBIENTALES

Originados por:



Los trabajos en ambientes contaminados (inhalación, contacto) y/o ingestión de sustancias perjudiciales para la salud, como por ejemplo: cuando se usan o manipulan productos químicos como pinturas, disolventes, polvo de sílice, amianto, vapores ácidos, monóxido de carbono, cloruro de vinilo, fluidos frigoríficos, productos de limpieza, humos de electro bisturí, preparación y administración de citostáticos (farmacia, oncología), gases anestésicos, centrales de esterilización, manipulación de sustancias químicas en anatomía patológica, laboratorios y centros de investigación, formaldehído, humos de soldadura, biocidas, etc.

Medidas preventivas:

Leer las etiquetas y pedir las fichas de seguridad de los productos a manipular, no realizar mezclas incontroladas de productos químicos, seguir los procedimientos de trabajo, hacer una correcta instalación, uso y mantenimiento de los equipos y sistemas, hacer uso de las medidas de protección colectiva (ventilación, etc.) y, en su caso, utilizar el EPI adecuado (mascarilla de protección, etc.).

▶▶▶▶▶ 10. CONTACTO CON SUSTANCIAS CÁUSTICAS O CORROSIVAS



Originados por:

La manipulación o utilización de sustancias corrosivas, como por ejemplo: actividades o trabajos donde se utilicen productos químicos como ácidos, álcalis, sales metálicas.



Medidas preventivas:

Leer las etiquetas y pedir las fichas de seguridad de los productos a manipular, no realizar mezclas incontroladas de productos químicos, utilizar mascarilla, guantes y ropa de protección adecuada a las sustancias manipuladas.



▶▶▶▶▶ 11. EXPOSICIÓN A RADIACIONES IONIZANTES

Originados por:



La exposición a fuentes generadoras de radiaciones ionizantes como por ejemplo: instalaciones y trabajos donde se empleen Rx y fuentes radioactivas, como por ejemplo: instalaciones de Rx, radioterapia y medicina nuclear.

Medidas preventivas:

Utilizar las medidas de protección colectivas e individuales adecuadas (apantallamientos, máscara, gafas, guantes y ropa de protección). Gestionar adecuadamente los residuos contaminados. Señalizar las instalaciones.

▶▶▶▶▶ 12. EXPOSICIÓN A RADIACIONES NO IONIZANTES

Originados por:



La exposición a fuentes generadoras de radiaciones no ionizantes, como por ejemplo: trabajos en instalaciones de rehabilitación (microondas, láser, onda corta, ondas de radar...).

Medidas preventivas:

Utilizar las medidas de protección colectivas e individuales adecuadas (apantallamientos, gafas). Señalizar las instalaciones y evitar objetos metálicos y marcapasos en aquellas zonas de trabajo donde se generen campos magnéticos estáticos (resonancia magnética).



▶▶▶▶▶ 13. EXPOSICIÓN A CAMPOS MAGNETICOS ESTATICOS

Originados por:



La exposición a campos magnéticos estáticos como son aquellas zonas de trabajo en instalaciones de Resonancia Magnética.

Medidas preventivas:

Señalizar las instalaciones y evitar objetos metálicos y marcapasos en aquellas zonas de trabajo donde se generen campos magnéticos estáticos (resonancia magnética).

▶▶▶▶▶ 14. EXPLOSIÓN

Originados por:



El estallido de recipientes a presión como por ejemplo: calderas, calderines, aerosoles, botellas de gases comprimidos, etc. o por la explosión de una mezcla de aire con gases o sustancias inflamables como por ejemplo: oxígeno, hidrógeno, disolventes, etc.

Medidas preventivas:

Evitar la formación de atmósferas explosivas, controlar las posibles fugas y derrames y, en caso de presentarse el riesgo, no provocar chispas, descargas de electricidad estática, etc. Mantenimiento de los recipientes a presión y vigilancia de las condiciones de uso y funcionamiento y señalización.

▶▶▶▶▶ 15. INCENDIO

Originados por:



El uso inadecuado de combustibles, inflamables y focos de ignición. La propagación es debida a la inutilización o mal uso de la sectorización de incendio.

Mantenimiento defectuoso de los medios de extinción o formación inadecuada del personal que debe manejarlos de acuerdo con el plan de emergencia. En actividades relacionadas con el uso de inflamables y otros locales. Frecuentemente en trabajos de mantenimiento con uso de fuentes energéticas.

Medidas preventivas:

Evitar llamas abiertas, disponer de los medios humanos y materiales adecuados para la extinción, tener un plan de emergencia. Señalización. Permisos de trabajo para actividades y riesgos con especial peligrosidad. Mantenimiento de los medios de extinción y del plan de emergencia.

▶▶▶▶▶ 16. ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS

Originados por:

El golpe o atropello por un vehículo (perteneciente o no a la empresa) durante la jornada de trabajo, como por ejemplo: trabajos en emergencias sanitarias y atención domiciliaria, manejo de ambulancias, carros de transporte interior y vehículos en general. Incluye los accidentes de tráfico en jornada de trabajo. Excluye los accidentes al ir o volver del trabajo *in itinere*.

Medidas preventivas:

Utilizar ropa de alta visibilidad, señalizar pasillos para peatones y vehículos, evitar circular o trabajar en las inmediaciones de maquinaria en movimiento, disponer en la maquinaria móvil de espejos retrovisores que eviten los puntos muertos y espejos convexos en zonas de paso. Disponer de luz girofaro en las máquinas en movimiento próximas a peatones. Observar las normas de tráfico. Señalizar y establecer una zona de seguridad alrededor del trabajador.

▶▶▶▶▶ 17. EXPOSICIÓN A RUIDO

Originados por:

La exposición a un nivel de ruido superior a los límites admisibles. Este riesgo se evalúa por medición y cálculo del nivel equivalente, para ello se puede utilizar un sonómetro y/o un dosímetro.

Medidas preventivas:

Apantallar las fuentes generadoras de ruido, aislarlas o reubicarlas, utilizar orejeras o tapones de protección, señalizar, adecuar tiempos de exposición, etc.

▶▶▶▶▶ 18. EXPOSICIÓN A VIBRACIONES

Originados por:



Los movimientos oscilatorios o periódicos que pueden producir alteraciones en el equilibrio (con vómitos, mareos, etc.), en las articulaciones de la mano - brazo y/o en el cuerpo completo.



Medidas preventivas:

Aislar la fuente de generación de las vibraciones (interposición de materiales aislantes y/o absorbentes), revisar y mantener la maquinaria adecuadamente, utilizar protección personal antivibraciones, señalar los lugares de trabajo y adecuar tiempos de exposición.

▶▶▶▶▶ 19. CONDICIONES DE ILUMINACION

Originados por:

La iluminación inadecuada, demasiado baja o excesiva, en función del trabajo a realizar. También puede ocurrir en casos donde la iluminación no es correcta por el exceso de deslumbramientos o reflejos, como por ejemplo: pantallas de ordenador, las luminarias del techo, ventanas sin cortinas o persianillas que producen deslumbramientos en los ojos o reflejos en superficies brillantes como mesas, cuadros, etc.

Medidas preventivas:

Utilizar protección de luminarias (difusores) para evitar deslumbramientos. Mantenimiento adecuado de las luminarias. Disponer de niveles de iluminación adecuados y en su caso: aumentar el nivel general de iluminación y/o complementar con iluminación localizada. Evitar contrastes excesivos de luz. Dotar a todas las ventanas de elementos mediante los cuales se puedan controlar las radiaciones solares.

▶▶▶▶▶ 20. CARGA MENTAL

Originados por:

Los trabajos que exigen una elevada concentración, rapidez de respuesta y un esfuerzo prolongado de atención, a los que la persona no puede adaptarse. Aparece la fatiga nerviosa y la posibilidad de trastornos emocionales y alteraciones psicosomáticas, como por ejemplo: atención al público, trabajos de control de calidad, control de procesos automáticos, conducción de vehículos, introducción de datos, tareas administrativas, etc.

Medidas preventivas:

Organizar el trabajo y los tiempos (determinar ritmos y establecer pausas, etc). Alternar trabajos. Practicar la relajación.

▶▶▶▶▶ 21. RIESGOS DERIVADOS DE FACTORES PSICOSOCIALES U ORGANIZACIONALES

Originados por:

Las condiciones derivadas de la interacción del trabajador con el medio ambiente laboral y la organización del trabajo, y/o la satisfacción del trabajador con repercusión en su salud, como por ejemplo: trabajos que exijan jornadas especiales (turnicidad, nocturnidad, exceso de horas), ritmo de trabajo excesivo, trabajo monótono, incomunicación, malas relaciones laborales, etc.

Medidas preventivas:

Realizar turnos adaptándose al ciclo circadiano, cuidar las relaciones con los compañeros, claridad de rol, alternar los trabajos monótonos, mejora de la comunicación y de la organización del trabajo.

Sugerencias, iniciativas, quejas

Si, en alguna ocasión, observa que existe una situación de riesgo laboral para Vd. o para otro/a trabajador/a...

Si tiene una idea o sugerencia para mejorar las condiciones de trabajo y reducir los riesgos laborales ...

Si tiene alguna queja en relación con las condiciones de trabajo que puedan comportar una merma en la seguridad y salud laboral...

Transmita sus quejas, sugerencias, iniciativas, etc. por una de las siguientes vías:

- Informe a su mando directo de tal circunstancia.
- Informe del hecho o de la sugerencia a los/as delegados/as de Prevención.
- Informe al/la coordinador/a de la Unidad Periférica responsable del Servicio de Prevención de su departamento.

Su participación y colaboración es fundamental

¿Qué hacer?

▶▶▶▶▶ 1. EN CASO DE ACCIDENTE

Nuestra Conselleria tiene un procedimiento de notificación, registro e investigación de accidentes, esencial para la corrección de los riesgos que los provocan, evitando la probabilidad de que se produzcan nuevamente. Es por ello que:

Si es Vd. el/la accidentado/a:

- Si fuera necesario, acuda al servicio de urgencias más próximo.
- Tanto si el accidente se produce en jornada de trabajo como *in itinere*, comuníquelo a su mando directo.

Si el accidentado/a es un compañero/a de trabajo:

- Si procede, pida asistencia médica y ayuda inmediatamente.
- Valore la situación. La visión global del conjunto le permitirá aplicar las prioridades.
- Libere al/a accidentado/a de máquinas o materiales que puedan agravar su estado.
- Mantenga a la persona accidentada en posición adecuada.
- No mueva a la persona accidentada a no ser que fuera preciso.
- En caso de accidente grave, avise a los servicios médicos de urgencia.
- Comunicar al mando directo, el accidente.

Para la adopción de las medidas preventivas adecuadas es importante que, además de los accidentes con baja, se comuniquen los accidentes sin baja que causen una alteración significativa de la actividad laboral o precisen atención sanitaria. (Se deberán comunicar especialmente los accidentes o incidentes relacionados con una posible contaminación biológica o con una agresión al trabajador en el desempeño de su trabajo, provocado por pacientes, usuarios, familiares, que causen daño físico y/o psicológico).

▶▶▶▶▶ 2. EN CASO DE INCENDIO Y/O EMERGENCIAS

- Mantenga la calma.
- Siga al pie de la letra lo indicado en el Plan de Emergencias.
- En caso de poseer los conocimientos necesarios, utilice los extintores adecuados más próximos.
- Si se ve bloqueado/a por el humo, agáchese para respirar aire fresco y salga a una zona segura.
- Cuando reciba la orden de evacuación, siga las instrucciones del personal encargado de la misma.
- Una vez en el exterior, no vuelva a entrar, hasta que se lo indiquen, por ningún motivo.

Medidas generales:

- Mantengan libres las vías de evacuación: pasillos, puertas, etc.
- Mantengan libres los accesos a los extintores de incendios y las bocas de incendio.
- Comunique a su superior/a cualquier anomalía en los medios de protección.
- Mantenga su zona de trabajo en perfecto estado de orden y limpieza.

▶▶▶▶▶ 3. EN CASO DE RIESGO GRAVE E INMINENTE

- Informe a su mando directo de tal situación, con el fin de informar al resto del personal afectado por tal circunstancia.
- Comunique a los /as Delegados de Prevención la existencia de dicho riesgo a fin de que se pueda tomar una decisión al respecto.
- En el caso de que se considere que la actividad entraña un riesgo personal grave e inminente, tendrá derecho a interrumpir su actividad y abandonar el trabajo.

Normativa básica en materia preventiva

Relación no exhaustiva de normativa en materia de prevención de riesgos laborales.

De ámbito estatal:

- Ley 31/1995, Prevención de Riesgos Laborales. (Ley 54/2003, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales).
- R.D. 39/1997, Reglamento de los Servicios de Prevención. (R.D. 604/2006, de 19 de mayo, por el que se modifica el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención).
- R.D. 485/1997, Señalización de Seguridad.
- R.D. 486/1997, Lugares de trabajo.
- R.D. 487/1997, Manipulación manual de cargas.
- R.D. 488/1997, Pantallas de visualización.
- R.D. 664/1997, Agentes biológicos.
- R.D. 665/1997, Agentes cancerígenos.
- R.D. 349/2003, Agentes cancerígenos y mutágenos, modifica al R.D. 665/1997
- R.D. 773/1997, Equipos de protección individual.
- R.D. 1215/1997, Equipos de trabajo.

- R.D. 1627/1997, Obras de construcción.
- R.D. 374/2001, Agentes químicos.
- R.D. 614/2001, Riesgo eléctrico.
- R.D. 681/2003, Atmósferas explosivas.
- R.D. 286/2006, Exposición al ruido.

De ámbito autonómico:

- Decreto 123/2001 del Gobierno Valenciano por el que se aprueba el reglamento de los Servicios de Prevención de la Generalitat.
- Orden 6 de agosto del Conseller de Sanitat por la que se estructura y organiza el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Sector Sanitario de la Generalitat.

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 puguen 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 influïxen 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, mànegues, 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, lliteres, 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'atrapament 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 líquuats (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).



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.