

FICHA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS.
EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL
CENTRO: GSS
SECCIÓN: LIMPIEZA
PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES
FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014
TRABAJADORES AFECTADOS: Ver tabla adjunta
DESCRIPCIÓN DE TAREAS

Mopeado, barrido y fregado de pavimentos.
 Limpieza de despachos (mobiliario y elementos de decoración).
 Recogida de papeleras.
 Limpieza puestos teleoperadores.
 Limpieza oficce.
 Limpieza y desinfección de aseos.

RECURSO PREVENTIVO	SÍ	NO	NP
▪ Riesgos especialmente graves de caída desde altura.		X	
▪ Riesgo sepultamiento o hundimiento.		X	
▪ Actividades en las que se utilicen máquinas que carezcan de declaración CE de conformidad, pertenecientes al anexo IV del Real Decreto 1644/2008, cuando la protección del trabajador no esté suficientemente garantizada, habiéndose adoptado las medidas del Real Decreto 1215/1997.		X	
▪ Trabajos en espacios confinados.		X	
▪ Trabajos con riesgo de ahogamiento por inmersión.		X	

Cuando se produzcan en la empresa cambios que impliquen la presencia de recurso preventivo, según se indica en la tabla superior, se deberán comunicar a esta Sociedad de Prevención para su inclusión en la presente evaluación de riesgos.

MAQUINARIA Y EQUIPOS UTILIZADOS

- Escobas, fregonas, recogedores, cubos, mopas, rasquetas ...

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

-

FICHA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS.**EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL****CENTRO: GSS****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y
LOCALES****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****TRABAJADORES AFECTADOS: Ver tabla adjunta**

PRODUCTOS UTILIZADOS	CLASIFICACIÓN	COMPONENTES	CONSEJOS DE PRUDENCIA		INDICADORES DE PELIGRO	
			FRASES S	FRASES P	FRASES R	FRASES H
Productos de limpieza de uso doméstico	■	■				

Según la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, Sociedad de Prevención de MAZ Seguridad Laboral, S.L.U. le informa de la incorporación de sus datos a un fichero cuyo fin es la gestión de evaluación de riesgos. Asimismo le informamos de la opción de ejercer el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, dirigiendo un escrito al responsable del fichero: Sociedad de Prevención de MAZ Seguridad Laboral, S.L.U., C/ Monasterio de Samos, 31-33, 50013 Zaragoza.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEDIDAS PREVENTIVAS.****Espacios y superficies de trabajo**

Caídas de personas al mismo nivel

Las operaciones de limpieza no deben constituir una fuente de riesgo para los trabajadores que las realicen ni para terceros, realizándose en los momentos, de la forma y con los medios adecuados.

Al fregar los suelos, se dejarán lo más secos posible. Se evitará en la medida de lo posible pisar sobre superficies mojadas. Cuando no sea posible, hacerlo con precaución (pasos cortos y sin prisa).

Trabajar con zapato plano, cerrado y con suela antideslizante

Cuando las operaciones de limpieza del suelo supongan el empleo de métodos húmedos, que puedan hacer que el pavimento resulte deslizante mientras se encuentra húmedo, se señalizará adecuadamente la zona (¡Peligro! suelo resbaladizo) y se realizará preferentemente fuera del horario normal de trabajo y sino fuera posible en horas en las que no haya un tránsito elevado de personas.

Barrer siempre en sentido de avance para detectar posibles obstáculos, cables, etc.

Al finalizar las tareas, evitar dejar materiales o útiles de limpieza en los lugares de paso.

Objetos en torno al puesto de trabajo

Caídas de objetos en manipulación

Cuando se transporten objetos o bolsas de residuos, especialmente si son pesados, voluminosos o de difícil sujeción, asegurarse previamente del peso y dimensiones de los mismos. Utilizar siempre que se pueda ayuda mecánica o solicitar el apoyo de algún compañero.

Trasladar las bolsas de residuos cerradas para un mejor agarre.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEDIDAS PREVENTIVAS.****Otros factores de riesgo**

Golpes/cortes por objetos o herramientas

Vaciar las papeleras y cubos de basura sin meter las manos dentro.

Transportar la bolsa de basura y otros residuos con guantes, mantenerlas alejadas de los brazos y las piernas. No arrastrarlas cerca del cuerpo.

Seleccionar el útil de trabajo adecuado a las tareas a realizar y usarlo solo para las funciones que fue diseñado.

Antes de utilizar cualquier herramienta, inspeccionar su estado y si se observa cualquier anomalía se comunicará al responsable.

En el caso de útiles de corte, observar que las hojas están bien afiladas y no se encuentran deterioradas.

Evitar limpiar los utensilios cortantes con la ropa. Se limpiarán manteniendo el filo de corte hacia fuera de la mano que lo limpia.

Utilizar cutters con dispositivo de hoja retráctil, ocultándola al finalizar su uso.

Los útiles cortantes o punzantes no se llevarán en los bolsillos.

Utilizar guantes.

Incendios

Si se ha producido un incendio, procurar mantener la calma y, en caso de duda no actuar. No arriesgarse innecesariamente. Si no se apaga el fuego salir del lugar del incendio y siga las normas de evacuación.

Utilización de extintores:

Coger el extintor de su emplazamiento

Soltar el precinto de la empuñadura y presionar la palanca de funcionamiento, manteniendo el extintor en posición vertical y dirigiendo la boquilla a la base del fuego.

Los extintores solo son útiles en la primera fase del incendio

Su duración útil ronda los 60 segundos, y en algunos casos, no alcanza los 30, por lo que se utilizará con presiones cortas, sobre la base del incendio y moviendo la boquilla en zig-zag

Se dispondrá del plan de emergencias.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEDIDAS PREVENTIVAS.**

Atropellos o golpes con vehículos

Mantenimiento del vehículo en las mejores condiciones técnicas: frenos, ruedas, luces, etc.

- Cumplir con la obligación de pasar el vehículo por la Inspección Técnica (I. T. V.).
- No conducir bajo los efectos del alcohol, drogas, fármacos u otras sustancias que puedan disminuir las facultades.
- Si se utilizan gafas, se llevarán otras de repuesto con la misma graduación.
- Llevar gafas de sol para evitar deslumbramientos.
- Ajustar bien el asiento, reposacabezas y volante
- Mantener la temperatura del vehículo entre 20 y 22º
- Conducir prudentemente y respetar el Código de la Circulación.
- Adaptarse a la velocidad del tráfico y extremar las precauciones al viajar en condiciones climáticas adversas como: lluvia, hielo, niebla, etc.
- Utilizar siempre el cinturón de seguridad.
- Prestar la mayor atención cuando conduzcas. Evitar distraerse con aspectos ajenos a la conducción.
- Mientras conduzcas, no utilizar teléfonos móviles. Si es urgente la comunicación, separará el vehículo en un lugar seguro.
- No conducir con los auriculares puestos

Si se circula en motocicleta:

- No ir en mangas de camisa, falda o pantalón corto, aunque haga calor.
- Usar casco reglamentario.

Si se circula en bicicleta:

Si existe una pista habilitada para los ciclistas, circule por ella.

Se debe circular siempre por el lado derecho, en el sentido de la marcha lo más pegado posible al arcén o a las aceras.

Por la noche es obligatorio el uso de una luz amarilla o blanca en la parte delantera y una roja o reflectante en la trasera.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEDIDAS PREVENTIVAS.**

Circular por la acera:

- Prestar atención a la salida y entrada de vehículos de los garajes.
- Circular siempre por la derecha, sin impedir la marcha de los demás.
- Al cruzar una calzada:
 - * Antes de bajar de la acera mira a ambos lados para comprobar que todos los vehículos están detenidos.
 - * Atiende las indicaciones del agente de tráfico.
 - * Es peligroso cruzar por lugares donde hay vehículos aparcados si éstos ocultan a los que circulan por la calzada

Otros aspectos ó riesgos: Riesgos generales del centro de trabajo

Respetar en todo momento la señalización del centro de trabajo donde se realizan las tareas de limpieza (obligaciones, prohibiciones, etc.). En caso de que se produzca una emergencia seguir las normas de evacuación de la empresa.

Ante cualquier situación anómala que se observe informar inmediatamente al encargado de mantenimiento de las instalaciones.

Los trabajadores recibirán información de los riesgos generales de las instalaciones donde realizan su trabajo y del plan de emergencias.

Exposición a contactos eléctricos

No limpiar aparatos eléctricos con manos húmedas o mojadas.

Evitar salpicaduras sobre los equipos conectados a la corriente eléctrica.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE HIGIENE. MEDIDAS PREVENTIVAS.****Contaminantes biológicos**

Exposición a contaminantes biológicos

Las enfermedades más frecuentes asociadas al riesgo biológico son las causadas por la existencia de hongos, bacterias o virus en el lugar de trabajo, ocasionando cualquier tipo de infección, alergia o toxicidad, principalmente en la piel por contacto.

Hay que tener especial cuidado cuando la piel presenta lesiones o heridas, debido a que en estas situaciones la posibilidad de entrada de microorganismos es mayor, siendo necesario proteger las zonas lesionadas con guantes de protección (látex, vinilo) manguitos si el daño fuera en los brazos.

No introducir las manos en papeleras o recipientes. Para vaciarlos, volcarlos en la bolsa, carro o contenedor.

No recoger los residuos con las manos. Utilizar útiles como recogedores o cepillos.

No introducir las manos en cisternas.

No comer ni beber en el puesto de trabajo.

Lavarse las manos antes y después de las tareas con abundante agua y jabón.

Contaminantes químicos

Exposición a contaminantes químicos

Los productos de limpieza en mayor o en menor medida son peligrosos, así que no se usará ningún producto de limpieza sin saber sus características y sus riesgos.

Consulte siempre la etiqueta del producto y/o ficha de datos de seguridad.

Los envases deben estar debidamente etiquetados. En caso de trasvase a otro recipiente identificar adecuadamente el recipiente de destino. No introduzca nunca productos de limpieza en envases que puedan llevar a confusión como botellas de agua, etc.

No deben mezclarse productos de limpieza, pueden formarse gases peligrosos o reacciones con desprendimiento de calor que originan salpicaduras que pueden producir quemaduras.

Se utilizarán guantes cuando se manipulen este tipo de productos.

P: Probabilidad; A: Alta; M: Media; B: Baja**VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.****C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; D: Dañino; ED: Extremadamente dañino.**

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE HIGIENE. MEDIDAS PREVENTIVAS.**

Mantener una ventilación continua en la zona de trabajo, en especial cuando se trate de aseos o vestuarios,, para evitar la concentración de vapores de productos químicos.

No retirar los tapones con la boca o forzando los botes.

No utilizar el olfato para identificar productos.

Cuando se manipulen productos de limpieza no comer, beber o fumar sin antes de haber realizado una adecuada higiene (lavar las manos con abundante agua y jabón).

Guarde los envases de los productos bien cerrados y ordenados y alejados de fuentes de calor.

P: Probabilidad; A: Alta; **M:** Media; **B:** Baja**VALORACIÓN:** TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.**C: Consecuencias; LD:** Ligeramente dañino; **D:** Dañino; **ED:** Extremadamente dañino.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. MEDIDAS PREVENTIVAS.****Medidas preventivas del puesto**

Trastornos músculo-esqueléticos: Levantamiento manual de cargas

Utilizar, si es posible, carros de transporte de elementos de limpieza.

Si se utiliza el carro, se empujará en vez de tirar de él y se llevará al lugar de la carga y no al revés.

Se evitará mover cargas excesivamente pesadas. Si es necesario mover algún mueble o bulto para realizar la limpieza y es demasiado pesado se pedirá ayuda.

Cuando se transporten objetos o bolsas de residuos, especialmente si son pesados, voluminosos o de difícil sujeción, primero habrá de asegurarse cual es su peso y dimensiones y siempre que sea posible se utilizarán ayudas mecánicas o el apoyo de compañeros.

En caso de tener que realizar un desplazamiento de una carga, se observará primero si se dispone de espacio suficiente para el manejo de la misma y que el recorrido está libre de obstáculos.

Antes de manejar una carga observar el estado de la superficie, en especial la existencia de bordes cortantes o elementos cortantes en su interior o si presenta suciedad o está deteriorada. En caso necesario usar guantes de protección mecánica.

Las bolsas de residuos se trasladarán cerradas, para un mejor agarre. Además se evitará comprimirlas y acercarlas al cuerpo o las piernas.

Durante la manipulación de cargas se observarán las siguientes pausas:

- Aproximar la carga al cuerpo lo máximo posible
- Asegurar un buen apoyo de los pies, situándolos ligeramente separados
- Agacharse flexionando las rodillas, manteniendo la espalda recta.
- Agarra la carga firmemente con las manos y levantarla utilizando los músculos de las piernas y no con la espalda.
- Mantener la carga equilibrada y próxima al cuerpo.
- Evitar movimientos bruscos de espalda, en especial giros. Se moverán los pies en vez de la cintura.

Otras recomendaciones:

- No llenar hasta arriba las bolsas de basura grandes o utilizar bolsas y contenedores de tamaño más pequeño.
- Limitar el llenado de los cubos a unos 5 litros de agua.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. MEDIDAS PREVENTIVAS.**

Trastornos músculo-esqueléticos: Movimientos repetitivos de las extremidades superiores

El mal uso de la bayeta puede producir lesiones en los codos y en las muñecas. Realizar correctamente las acciones de escurrido mediante la torsión horizontal de la bayeta con ambas manos y la limpieza con la mano extendida y la bayeta plegada. Las dimensiones de las bayetas deben ser las mínimas necesarias para permitir una correcta limpieza, evitando las de grandes dimensiones que van a requerir de más fuerza para su escurrido.

Los cubos estarán dotados de prensas accionadas mediante palanca (u otro mecanismo) que faciliten el escurrido de las fregonas.

Se recomienda realizar una alternancia de tareas de forma que se vayan empleando grupos musculares distintos, permitiendo la recuperación de los utilizados en la tarea anterior.

Sería aconsejable alternar tareas altamente repetitivas con otras que no lo sean (vaciado de papeleras, limpieza de barandillas, etc.).

Se deben proporcionar tiempos de descanso adecuados para minimizar el riesgo de exposición a movimientos repetitivos.

Trastornos músculo-esqueléticos: Posturas y movimientos forzados

En la medida de lo posible, utilizar mangos telescópicos para fregonas, escobas, etc. que permitan su adecuación a la variedad de alturas de los trabajadores. En su defecto, los mangos de escoba y fregona deben tener una altura suficiente para que permitan ser cogidos manteniendo las manos entre el nivel del pecho y la espalda (unos 140 cm.)

En el caso del recogedor la altura adecuada sería aproximadamente al nivel de los codos (100-105 cm.)

Los mangos deberían permitir un agarre amplio de la mano (3 y 4,5 cm.) y una longitud mínima de la zona de agarre de 10-13 cm. la zona de agarre debería tener forma ovalada o cilíndrica y estar recubierta de material antideslizante. la forma del mango debe permitir poder realizar la tarea sin tener que adoptar posturas forzadas de la mano o la muñeca.

Trabajar manteniendo una postura erguida. Al barrer o fregar, mantener la escoba o la fregona lo más cerca posible de los pies y efectuar movimiento solo con los brazos, evitando seguirlo con la cintura.

En caso de tener que escurrir fregonas por torsión, no forzar las muñecas, ni volcar el peso al girarla.

Evitar realizar movimientos bruscos y la inclinación de la cabeza, doblando las rodillas en lugar de la espalda.

Sustituye la posición "de rodillas" por la postura de rodilla alterna en el suelo con la otra semiflexionada, a fin de conseguir la espalda recta.

Procurar llevar el porta-cubos en el carro, de tal modo que pueda ser fácilmente accesible sin esfuerzos.

EMPRESA: SDAD TRATAM AGUAS RESIDUALE SL**CENTRO: GSS****FECHA EVALUACIÓN: 02/06/2014****SECCIÓN: LIMPIEZA****PUESTO: LIMPIADOR OFICINAS Y LOCALES****CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. MEDIDAS PREVENTIVAS.**

El peso de los utensilios de trabajo debe ser el mínimo posible de forma que no contribuya a la sobrecarga de la extremidad superior.

Estrés

Algunas acciones para prevenir o reducir el estrés que podemos adoptar son:

- Organizar las tareas de la mejor forma posible, teniendo en cuenta las pausas.
- Mejorar el tiempo de trabajo:
 - * Establecer objetivos y prioridades
 - * Dejar márgenes para evitar imprevistos
 - * Anticipar las tareas para evitar posteriores aglomeraciones
 - * No prolongar en exceso la jornada habitual de trabajo y completarla con descanso adicional
- Asegurar una adecuación entre el nivel de responsabilidad del trabajador y de control sobre su trabajo.
- Formación e información para adquirir los conocimientos, las capacidades y las habilidades necesarias para desempeñar las tareas correctamente
- Mejorar los niveles de comunicación para que se facilite la participación de los trabajadores en la toma de decisiones y en el desarrollo de su trabajo.
- Individualmente, desarrollar técnicas de afrontamiento de estrés a través de técnicas de relajación

Fatiga mental

Enriquecer el trabajo. Procurar en la medida de lo posible, que los trabajadores realicen un mayor número de operaciones o actividades, para aumentar el contenido de su trabajo.

Adecuar la cualificación y experiencia de los trabajadores a las tareas de su puesto, y al nivel de carga de trabajo.

Reducir el apremio de tiempos. Para ello se debe programar el volumen de trabajo y el tiempo necesario para ejecutarlo de acuerdo a los recursos humanos y materiales.

Proporcionar al trabajador estrategias de protección psicológica (formación, etc.)