

**GUIA FORMATIVA DE
PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
PARA LOS TRABAJADORES
DE
CONSERVACIÓN DE CARRETERAS.**



**DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE HUELVA
SERVICIO DE PREVENCIÓN.**

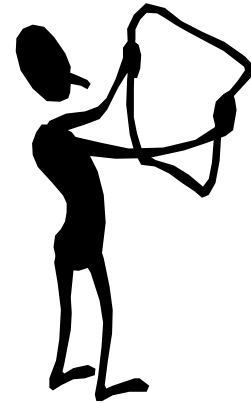
AUTORA: ANA MERCEDES DÍAZ RODRÍGUEZ

INDICE.-

- 1.- Objetivo.
- 2.-Ámbito de aplicación.
- 3.- Recomendaciones para ser Operario del Departamento de Conservación de Carreteras.
- 4.- Riesgos y prevención.
- 5.-Recomendaciones generales
 - 5.1.- Orden y Limpieza.
 - 5.2.- Herramientas manuales.
 - 5.3.- Trabajos en pendiente o altura.
 - 5.4.- Manipulación de carga.
 - 5.5.- Equipos de protección individual.
 - 5.6.- Asfaltado de las carreteras.
 - 5.7.- Excavaciones. Construcción de zanjas.
 - 5.8.-Señalización.

1.- OBJETIVO.

Informar de los riesgos laborales de su puesto de trabajo y formar a los trabajadores en hábitos de trabajo seguros, definiendo procedimientos laborales adecuados y mantenimiento periódico de los equipos de trabajo, para conseguir un mayor grado de seguridad.



2.- AMBITO DE APLICACIÓN

Todos los operarios del Departamento de Conservación de Carreteras.

3.- RECOMENDACIONES PARA SER OPERARIO DEL DEPARTAMENTO DE CONSERVACIÓN DE CARRETERAS.



1.- Se recomienda a los candidatos tener una formación básica en trabajos de construcción.

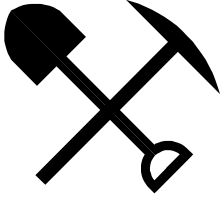



2.- Los seleccionados pasarán un reconocimiento médico pre-laboral.


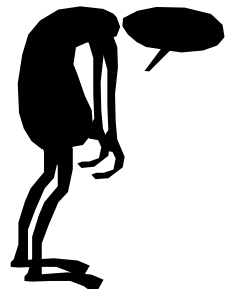

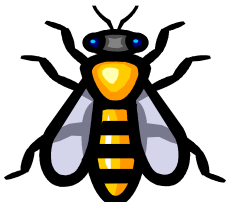
3.- La empresa informará a los trabajadores sobre los riesgos de su puesto de trabajo y su prevención.

4.- Recibirá cursos de formación continuada relacionados con los trabajos en Conservación y Construcción de Carreteras.

5.- Previamente al inicio de cada obra, el Capataz le informará del Plan de Seguridad y Salud de la misma, le informará de las características y riesgos de cada obra en particular, y de las medidas preventivas adoptadas.

4.- RIESGOS Y PREVENCIÓN

	RIESGOS	PREVENCIÓN
	Golpes y cortes por herramientas manuales, máquinas y objetos en manipulación	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener orden y limpieza en el puesto de trabajo. • Utilizar los equipos de protección adecuados.
	Caída al mismo nivel	<ul style="list-style-type: none"> • Usar calzado antideslizante y mantener limpia las zonas de tránsito
	Caída a distinto nivel.	<ul style="list-style-type: none"> • Usar calzado antideslizantes. • En trabajos a más de 2 metros de altura, utilizar andamios o arnes / cinturón anticaída según tarea.
	Caída de objeto por desplome	<ul style="list-style-type: none"> • Respetar las zonas de tránsito y maniobra de las maquinas. • Utilizar los Epis apropiados • En construcción de zanjas, cumplir las normas de seguridad.
	Sustancias que pueden inhalarse. Polvo, Asfalto.	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar mascarilla antipolvo . • Utilizar mascarilla con filtro químico cuando queme los rociadores de la cisterna asfáltica. • Humedecer el tajo para evitar formación de polvo.

	RIESGOS	PREVENCIÓN
	Afecciones de la piel por productos químicos (cemento, asfalto..) y por exposición solar.	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar los guantes de protección adecuado en el manejo de productos químicos. • Utilizar protectores solares, y cubrir la cabeza y el cuerpo. ◆ Lavesse las manos antes de fumar,beber o comer , tras manejar productos químicos.
	Proyección de partículas ojos	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar los equipos de protección ocular, ante el riesgo de proyección de partículas, objetos o salpicaduras.
	Transtornos musculoesqueleticos por manejo de carga y derivado de movimientos repetitivos.	<ul style="list-style-type: none"> • Correcto manejo de carga y postural.
	Ambiente Térmico inadecuado	<ul style="list-style-type: none"> • Protección de frío y lluvia. • Protección solar de cabeza y cuerpo. Usar cremas protectoras en zonas descubiertas.
	Atropello, choque y golpes con maquinas en movimiento y otros vehículos que conduzcan por la carretera.	<ul style="list-style-type: none"> • Respetar las zonas de tránsito. • Utilizar chaleco fluorescente con bandas retroreflectantes. • Respetar las indicaciones del bandera.
	Lesiones de la piel por sol o animales	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar la ropa de trabajo adecuada. • Emplear repelentes frente insectos.

5.- RECOMENDACIONES GENERALES.

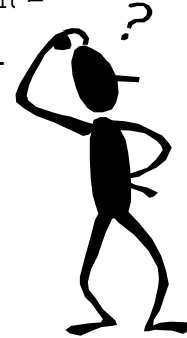
5.1.- Orden y limpieza en el lugar de trabajo.

- ¿ Permite que su casa este desordenada y sucia?
- ¿ Por qué su lugar de trabajo, sí?

ε El desorden y la suciedad llaman al accidente

Si el lugar de trabajo esta limpio y ordenado.-

- ☞ Sus tareas serán más seguras.
- ☞ Será más fácil, pues dispondrá antes de las herramientas y útiles de trabajo.
- ☞ Gastará menos energía al no tener que buscar y tenerlo todo a mano

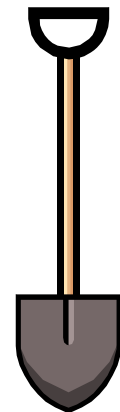


Para conseguirlo.-

- ☞ No amontone las herramientas, ni las deje en cualquier sitio que puedan ocasionar caída o golpe, a usted o al compañero.
- ☞ No acumule escombros, materiales, tablas etc. Elimine correctamente todos los elementos innecesarios. *Puede dar lugar a caída de los trabajadores.*
- ☞ En el traslado de las herramientas manuales, procure cierto orden y fijación. *Para evitar golpes.*
- ☞ Cuando se produzca cualquier derrame o vertido, coménteselo al capataz y recójalo con rapidez y adecuadamente. *Puede ocasionar accidentes.*
- ☞ Los materiales de trabajo, ladrillos, sacos, tablas etc, deberán apilarse correctamente.

5.2.- Herramientas manuales.

- ☞ Seleccionar la herramienta adecuada para cada tarea.
- ☞ Mantener las herramientas en buen estado.
- ☞ Manejarlas en la forma debida.
- ☞ Guardarlas limpias, ordenadas y en lugar seguro
- ☞ En caso de desperfecto de la herramienta, comuníquese a su Capataz.



5.3.- Trabajos en pendientes o altura superior a 2 metros.

Si utiliza el cinturón de seguridad al conducir. ¿ Por qué no utiliza los equipos de protección frente a caídas, para trabajar en altura?



☞ Cuando realice trabajos a más de dos metros de altura, será preciso montar un andamio. **No improvise el montaje del andamio.**

☞ Cuando este realizando "el desmonte", tras fuertes lluvias, utilice arnés o cinturón anticaída, **puede hacerse mucho daño al caerse.**

☞ En zonas al aire libre, evite trabajar con viento fuerte.

☞ Utilice calzado antideslizante, y equipos de protección frente caídas como arnés de seguridad , cinturón anticaída, y casco de seguridad.

5.4.-Manipulación de cargas.

Durante su trabajo, va a manipular carga, y fundamentalmente va a adoptar posturas de flexión del tronco, de forma repetidas, ocasionándole dolores musculoesqueleticos. Siga las siguientes instrucciones:

Estos dolores van a limitar su calidad de vida, Ej el ocio con sus hijos.

☞ Mantenga la carga cerca del cuerpo.

☞ Al levantar la carga, aproxímese lo máximo a la carga, asegure el apoyo de los pies, manteniendo la espalda recta, utiliza la fuerza de las piernas doblando las rodillas.



☞ Evite levantar la carga por encima de los hombros y la cabeza.

☞ Al levantar la carga, no gire su cuerpo, muévase.

☞ Al manipular cargas pesadas, utilice los medios mecánicos a su alcance o téngala con un compañero.

☞ Nivele los pesos de cada mano.

☞ Levante la carretilla doblando las piernas y manteniendo la espalda recta.

5.5.- Equipos de Protección Individual.

Si utiliza los guantes para protegerse del frío, un día desapacible de Invierno.

¿ Por qué no utiliza los guantes para protegerse de los riesgos mecánicos (Ej poner una alambrada) o de riesgos químicos Ej.- cuando manipule el asfalto)?. Puede ocasionarle accidente.

⇒ Los equipos de protección individual no le van a evitar el accidente, pero si amortiguan las consecuencias del mismo.

⇒ Los Equipos de Protección Individual aconsejados para su trabajo, vienen determinados por los riesgos presenten en las tareas que realice, en cada momento.



◆ Protección de la cabeza.- Si realiza una tarea que exista peligro de caída de objetos o golpe en la cabeza, utilice un casco de seguridad, Ej .- obras de fábrica o desmante. Cuando sólo pretenda protegerse del riesgo solar, utilizar un sombrero de ala ancha.

◆ Protección de las manos.- Utilizará guantes frente a riesgos mecánicos y frente a riesgos químicos (cuando manipule el asfalto).

◆ Protección respiratoria.- cuando en el ambiente exista polvo, use la mascarilla antipolvo, y cuando queme los rociadores de la cisterna asfáltica, utilice la mascarilla para riesgos químicos. *El polvo y el asfalto pueden provocarle lesiones importantes en sus pulmones. Le puede impedir jugar un partido de futbol con sus hijos en la playa.*

◆ Protección del cuerpo.- Cuando riegue, protéjase el cuerpo del asfalto con delantal y polainas. Para advertir a los conductores de su presencia, utilice los chalecos fluorescentes con bandas retroreflectantes. Su trabajo es al aire libre y tendrá que soportar el frío y la lluvia, use la ropa para protegerse de estas inclemencias.

◆ Protección de los pies.- Utilice calzado de seguridad. *Puede caérsele una herramienta u objeto que manipule en un pie.*



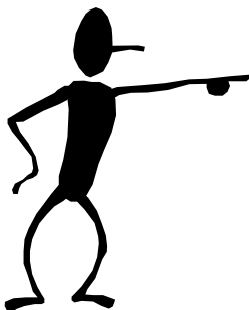
5.6.- Asfaltado de las carreteras.

☞ El operario que maneje la cisterna asfáltica, estará familiarizado con la máquina, estará especialmente atento a la producción de incendio y conocerá perfectamente el manejo de un extintor, el cual estará en un lugar asequible. Cuando este vertiendo los barriles a la caldera, pondrá cuidado en evitar enganches de dedos, esfuerzos violentos o torceduras.

☞ Cuando maneje asfalto siempre debe utilizar guantes frente riesgos químicos. *El asfalto se absorbe por la piel, produce irritaciones y cáncer. No coma, fume o beba, mientras manipule el asfalto. Lávese las manos tras la manipulación.*



5.7.- Excavaciones. Construcción de zanjas.



☞ Toda zanja, pozo o trinchera etc. de más de 1,20 m de profundidad, deberá entibarse, para evitar derrumbamiento del terreno.

☞ Los escombros serán amontonados a más de 50 cm del borde de la zanja.

☞ Las maderas empleadas en el entibado serán de buena calidad y sobresaldrá 15 cm del borde de la zanja.

☞ Se prohibirá que en las cercanías de la zanja maniobren o trabajen máquinas, que por su peso o vibraciones puedan producir derrumbamientos.

☞ Antes de abrir la zanja, será informado por su Capataz de las posibles conducciones de agua, gas o electricidad. Información recogida en el estudio de seguridad y salud de la obra.

☞ Cualquier zanja será señalizada mediante barandillas o avisos, etc.

5.8.- Señalización.

En las obras de construcción de carreteras la señalización es fundamental.

¿ Por qué es necesaria la señalización?



- ☞ Para advertir de su presencia.
¿Puede usted ver lo que existe tras una curva? El conductor de un vehículo, tampoco. Además va a una determinada velocidad con su coche y debe avisarlo con tiempo para poder maniobrar, sin costarle la vida a usted o a él.
- ☞ Debe informarse a los conductores de la vía pública de las condiciones de la carretera. Para poder estar alerta.

- ☞ En el tajo, hay trabajando maquinaria pesada de movimiento de tierra, apisonadoras, camiones volquetes etc. Los conductores de estas máquinas no tienen una visión total del terreno, por impedírselo la misma máquina. *Respete siempre las zonas de recorrido de las máquinas y este siempre atento a las bocinas de marcha de las mismas y a las indicaciones de la persona encargada dirigir las maniobras.*



Recomendaciones generales

- ☞ Cualquier obra en la carretera, por simple que sea, estará señalizada, según las normas de seguridad vial. La señal de preaviso estará situada como mínimo a 150 m del comienzo de la obra, la distancia entre señales será inferior a 100 m, y la señal de posición estará en el entorno inmediato de la obra.



- ☞ Las señales estarán homologadas y en buen estado de conservación.
- ☞ Estará acotada toda la zona de maniobras de las máquinas.

- ☞ Esté siempre atento y vigilante en la obra, asegúrese que su recorrido esté libre.

Cualquier estado de embriaguez o bajo los efectos de drogas, le impedirán estar expectante.

Persona encargada de la bandera.

- ☞ Su contacto con el público es frecuente, por tanto será seleccionada entre los operarios de trato agradable, con buenas condiciones físicas, vista y oído y de inteligencia normal.



- ☞ **Nunca puede abandonar su puesto hasta no ser relevado.**
- ☞ Siempre debe mirar hacia el tráfico, mientras permanece de pie, en el borde de una carretera.
- ☞ Estará situado a 50-80 m del final de la zona de trabajo, en un lugar donde pueda ser visto por los conductores desde por lo menos 170m.
- ☞ Las señales serán precisas, nunca debe ondearse una bandera.
- ☞ El abanderado tendrá casco blanco y chaleco rojo fluorescente.

“Con esta guía pretendemos mejorar su salud laboral. Si sigue las instrucciones, también conseguirá disminuir los accidentes de otros compañeros y de tráfico en general.”