

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball                                       | SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br>RIESGOS LABORALES DEL<br>PERSONAL PROPIO | CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06<br><br>FECHA: 21/07/15         |
|  | INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br>PREVENCIÓN DE RIESGOS<br>LABORALES        | PÁGINA: 1 de 25<br><br>REVISIÓN:<br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br>TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA. |   |  |

# INSTRUCCIONES OPERATIVAS EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA TRABAJOS ADMINISTRATIVOS

Conselleria de Justicia, Administración  
Pública, Reformas Democráticas y Libertades  
Públicas



|  |   |  |
|--|---|--|
| Fecha: 20/07/2015  | Fecha: 21/07/2015   | Fecha: 21/07/2015  |
| Elaborado por:<br>Yolanda Ureña Ureña<br>Salvador Puigdengolas Rosas   | Revisado por:<br>Salvador Puigdengolas Rosas  | Aprobado por:<br>Salvador Puigdengolas Rosas   |
| <br><br>Firma: | <br>Firma: | <br>Firma: |

**ÍNDICE**

|  | Página |
|--|--------|
| 1.- OBJETO   | 3      |
| 2.- ALCANCE  | 3      |
| 3.- MARCO NORMATIVO                                      | 4      |
| 4.- DEFINICIONES   | 5      |
| 5.- DESARROLLO   | 6      |
| 6.- ANEXOS   | 7      |
| 6.1 Fichas informativas de riesgos y medidas preventivas |        |
| 6.2 Tríptico informativo en materia de seguridad y salud |        |

| FECHA | MODIFICACIONES RESPECTO A LA EDICIÓN ANTERIOR |
|-------|---|
|       |   |
|       |   |
|       |   |
|       |   |
|       |   |

|   |  |  |
|---|--|--|
| <br><b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06</b><br><br><b>FECHA: 21/07/15</b>                   |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA: 3 de 24</b><br><br><b>REVISIÓN:<br/>         SPRL_IOPRL_06_00</b> |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                               |  |  |

## **1.- OBJETO**

La Ley 31/1995 de 8 de noviembre establece los principios generales relativos a la prevención de los riesgos profesionales para la protección de la seguridad y de la salud, la eliminación o disminución de los riesgos derivados del trabajo, la información, la consulta, la participación equilibrada y la formación de los trabajadores en materia preventiva.

Para llevar a cabo el cumplimiento el desarrollo de las actividades preventivas establecidas en dicha Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Personal Propio - INVASSAT, como servicio propio de la Generalitat Valenciana, ha llevado a cabo la elaboración e implantación de instrucciones operativas en base a fichas informativas, que se ponen a disposición de los trabajadores de la GV en el alojamiento web del Instituto (<http://goo.gl/r8Zagt>) en cumplimiento de lo establecido en el artículo 18 de la Ley 31/1995, derivadas de la Evaluación de Riesgos.

## **2.- ALCANCE**

La instrucción operativa (SPRL\_IOPRL\_06) está dirigida al personal propio de la Generalitat Valenciana que realizan actividades administrativas en un centro de trabajo de la Generalitat pertenecientes al ámbito de actuación del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Personal Propio.

Instrucciones operativas que, en cumplimiento de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre y, en particular, por lo establecido en los artículos 15 y 18 de dicha legislación en materia de prevención de riesgos laborales, vienen a dar cumplimiento al deber del empresario a "dar las debidas instrucciones a los trabajadores" (art. 15.1.i de Principios de la acción preventiva de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre).

|  |  |  |
|--|--|--|
| <br><b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06<br><br>FECHA: 21/07/15         |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | PÁGINA: 4 de 24<br><br>REVISIÓN:<br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                              |  |  |

Es por lo que se viene a redactar el presente documento con el fin de aglutinar, para los puestos de trabajo y tareas y/o actividades llevadas por el personal propio que desarrolla labores administrativas, las instrucciones de trabajo seguro que, en conformidad a lo indicado por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Instrucciones operativas que deben establecerse a modo de normas e instrucciones, entendidos estos según lo indicado por el INSHT.

Normas e instrucciones que vienen a identificar riesgos propios del centro de trabajo y asociados a la ejecución de las tareas que puedan afectar a los trabajadores en su qué hacer diario, así como el establecimiento de las medidas de prevención y/o protección referidas a la prevención de tales riesgos, así como las medidas de emergencia del centro de trabajo.

A la vista de las obligaciones establecidas en dicha legislación y derivada de la actividad preventiva recogida en el artículo 16.2 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el presente documento viene a recoger la información sobre los riesgos propios, de carácter general, del centro de trabajo que puedan afectar a las actividades desarrolladas por los trabajadores en el centro de trabajo, medidas referidas a la prevención de los riesgos laborales, y las medidas de emergencia que se deben aplicar en cumplimiento del Art. 29 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre.

### **3.- MARCO NORMATIVO**

Ley 31/1995, de 8 de noviembre de 1995 por la que se aprueba la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (BOE número 269, de 10 de noviembre de 1995).

Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, Reglamento de los Servicios de Prevención.

|   |  |  |
|---|--|--|
| <br><b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06</b><br><br><b>FECHA: 21/07/15</b>                   |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA: 5 de 24</b><br><br><b>REVISIÓN:<br/>         SPRL_IOPRL_06_00</b> |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                               |  |  |

#### **4.- DEFINICIONES**

A los efectos de esta instrucción operativa (SPRL\_IOPRL\_06), se definen los siguientes conceptos:

**Prevención:** el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo.

**Riesgo laboral:** la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. Para calificar un riesgo desde el punto de vista de su gravedad, se valorarán conjuntamente la probabilidad de que se produzca el daño y la severidad del mismo.

**Daños derivados del trabajo:** las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.

**Riesgo laboral grave e inminente:** aquel que resulte probable racionalmente que se materialice en un futuro inmediato y pueda suponer un daño grave para la salud de los trabajadores.

**Procesos, actividades, operaciones, equipos o productos "potencialmente peligrosos"** aquellos que, en ausencia de medidas preventivas específicas, originen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores que los desarrollan o utilizan.

**Equipo de trabajo:** cualquier máquina, aparato, instrumento o instalación utilizada en el trabajo.

|  |  |  |
|--|--|--|
| <br><b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06<br><br>FECHA: 21/07/15         |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | PÁGINA: 6 de 24<br><br>REVISIÓN:<br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                               |  |  |

Condición de trabajo: cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud del trabajador.

Equipo de protección individual: cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin.

## **5.- DESARROLLO**

En cumplimiento de la LPRL (capítulo III de la LPRL y del cuerpo normativo que la complementa) es responsabilidad de cada centro, organismo, etc, previo al inicio de los trabajos, haber llevado a cabo un proceso de identificación y evaluación de riesgos en materia de seguridad y salud en el trabajo de aquellos trabajos o tareas que van a realizar, resultando específica para el lugar de trabajo en el que van a prestar servicio y que sirva de base para llevar a cabo la actividad preventiva, por parte de su empresario.

Todo ello, con el fin de cooperar entre las empresas concurrentes (art. 4 R.D. 171/2004) e informar (art. 9 R.D. 171/2004) a todos los trabajadores de la misma, que vayan a realizar actividades en nuestro centro, según lo dispuesto en el artículo 18.1 de la LPRL.

### **5.1 Fichas informativas de riesgos y medidas preventivas**

Conforme a al proceso de identificación y evaluación realizado, de manera general y de conformidad con las evaluaciones iniciales de riesgo llevadas a cabo en los centros de trabajo de la Generalitat, en el Anexo 1 se exponen los principales riesgos propios de un centro así como las medidas preventivas asociados a los factores de riesgo asociados a la ejecución de las tareas.

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball  | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06</b><br><br><b>FECHA: 21/07/15</b>                   |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA: 7 de 24</b><br><br><b>REVISIÓN:<br/>         SPRL_IOPRL_06_00</b> |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |  |

## **5.2 Trípticos informativos en materia de seguridad y salud**

A nivel informativo y en cumplimiento artículo 18.1 LPRL, se establece un tríptico y un documento informativo derivado de la ER's, de carácter general, asociado a la actividad de los trabajadores con el objeto de informar, haciendo partícipes de las instrucciones operativas frente a los riesgos propios asociados a su actividad y de las medidas preventivas, técnicas, organizacionales y humanas, asociadas a los mismos. Dichos trípticos informativos generales del centro o específicos de alguna tarea se adjuntan en el Anexo 2.

## **6.- ANEXOS**

### **6.1 Fichas informativas de riesgos y medidas preventivas**

### **6.2 Tríptico informativo en materia de seguridad y salud**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball   | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06<br><br>FECHA: 21/07/15         |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | PÁGINA: 8 de 24<br><br>REVISIÓN:<br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |  |

## ANEXO 6.1

### Fichas informativas de riesgos y medidas preventivas

Conforme a lo identificado y evaluado, y de manera general y en conformidad a las evaluaciones iniciales de riesgos llevadas a cabo, a continuación, y en fichas, se exponen los principales riesgos propios de los centros de trabajo y de las actividades administrativas así como las medidas preventivas asociados a los factores de riesgo.

|   |  |
|---|--|
| <b>Factores de riesgo.</b><br><b>S10. Riesgo de caídas de personas a distinto nivel</b>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el propio centro de trabajo: Riesgo de caídas en escaleras interiores y exteriores, así como en escalas fijas exteriores (posibilidad de que el suelo se encuentre húmedo, principalmente durante operaciones en presencia de agua de lluvia, rocío, limpieza,...).</li> <li>- En los aparatos de elevación, plataforma de ascensores que no hayan quedado a nivel de la zona de embarque/desembarque.</li> </ul>   |  |
| <b>Medidas preventivas</b>  |  |
| <b>Medida técnica:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las zonas del centro de trabajo tienen la obligación de observar lo dispuesto en el RD 486/97, de 14 de abril, y, si procediese, adecuar el centro a dicha disposición, en particular al anexo I punto 3 de dicho Real Decreto.</li> <li>- Se recomienda utilizar calzado con suela de goma antideslizante.</li> <li>- Control y vigilancia personal de las condiciones que pudieran presentar las escaleras y escalas fijas exteriores (agua de lluvia, rocío, barro...).</li> </ul> |  |
| <b>Medida organizacional:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se deberán seguir las normas e instrucciones del lugar de trabajo establecidas en el presente documento.</li> <li>- Prohibido aproximarse a los bordes de las terrazas o cubiertas de los edificios que no dispongan de protección perimetral o esta sea inferior a los 90 cm de altura.</li> </ul>  |  |
| <b>Medida humana:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Información acerca de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo (art.18 LPRL)</li> </ul>   |  |

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball   | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15<br><br><b>PÁGINA:</b> 9 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        |  |
| <b>TÍTULO: INTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |  |

|   |   |
|---|---|
| <b>Factores de riesgo.</b><br><b>S20. Caídas de personas al mismo nivel</b>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caídas por resbalón o tropiezo en desplazamientos por la totalidad del centro de trabajo, si bien el riesgo es más significativo en áreas exteriores y en las zonas de entrada/salida en días lluviosos.</li> <li>- Posibilidad de presencia de suelos húmedos (en labores de limpieza, pequeños derrames, fugas,...).</li> <li>- Por tropiezos con obstáculos (mobiliario, cableado...) principalmente en áreas o lugares con gran densidad de equipos de trabajo.</li> <li>- Por irregularidades en el suelo (baldosas, tapas de alcantarillado o desagües rotos, discontinuidades del firme, desniveles...).</li> </ul>   |  |
| <b>Medidas preventivas</b>  |   |
| <b>Medida Técnica:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Control y supervisión del orden en el entorno de trabajo.</li> <li>- Inspección visual de las zonas de paso y de trabajo.</li> <li>- Señalizar el suelo húmedo por parte del Servicio de Limpieza.</li> <li>- Se recomienda utilizar calzado con suela de goma antideslizante.</li> </ul> <b>Medida Organizacional:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De carácter personal, consistente en el control del orden en el entorno de trabajo por parte del propio personal que lleve a cabo labores en el centro.</li> <li>- Avisar a un responsable inmediato del centro en caso de observar alguna irregularidad en el suelo.</li> <li>- Prestar atención a la señalización de suelo húmedo y extremar la precaución durante los desplazamientos por las vías exteriores y accesos en días lluviosos.</li> <li>- No correr en los lugares de trabajo, salvo caso de urgencia vital.</li> <li>- Mantener el orden y limpieza en las áreas de trabajo asignadas.</li> </ul> <b>Medida de carácter humano:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)</li> </ul> |   |

|  |   |
|--|---|
| <b>Factores de riesgo.</b><br><b>S30.- Caída de objetos por desplome o derrumbamiento</b>  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Durante la realización de trabajos en proximidad a elementos de almacenamiento (armarios, módulos de estanterías, estanterías de almacén,...) debiéndose prestar especial atención a las condiciones del mismo por si pudiera presentar deficiencias puntuales de estabilidad.</li> <li>- En caso de detectar dichas deficiencias, se evitará la presencia en la proximidad de las zonas críticas y se comunicará la situación al responsable inmediato del centro de trabajo.</li> </ul>   |  |
| <b>Medidas preventivas</b>   |   |
| <b>Medida Técnica:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De carácter personal, consistente en controlar la manipulación de elementos, enseres o instrumentación en las tareas propias de la actividad.</li> </ul> <b>Medida Organizacional:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No permanezca ni circule por debajo de zonas en las que haya personal trabajando.</li> <li>- En días con presencia de fuertes vientos, evite la proximidad a zonas de trabajo sobre la vertical, fachadas u árboles durante los desplazamientos exteriores.</li> <li>- Cuando se esté realizando la carga y descarga de material, no se sitúe bajo cargas</li> </ul> |   |

**TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA  
TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.**

suspendidas ni en la proximidad de las mismas.

- Evite golpear sobre la base de estanterías, armarios,... o cualquier mueble que pueda provocar la caída de objetos en ellos colocados.
- Colocar adecuadamente sobre las estanterías, armarios,... o cualquier mueble los objetos o materiales en ellos colocados.

**Medida de carácter humano:**

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.****S40. Caída de objetos en manipulación**

- Por manipulación de elementos, enseres o instrumentación en las tareas propias de la actividad.
- Por manipulación de elementos, enseres o instrumentación de difícil agarre o por ser voluminosos.

**Medidas preventivas****Medida Técnica:**

- De carácter personal, consistente en controlar la manipulación de elementos, enseres o instrumentación en las tareas propias de la actividad.

**Medida Organizacional:**

- Prestar atención en la manipulación de elementos, enseres o instrumentación de difícil agarre o por ser voluminosos.
- Evitar golpear sobre la base de estanterías, armarios, bases de andamios... o cualquier elemento de almacenamiento que pueda provocar la caída de objetos en ellos colocados.

**Medida de carácter humano:**

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.****S50. Caída de objetos por desplome o derrumbamiento**

- Durante la realización de trabajos en proximidad a elementos de almacenamiento (armarios, módulos de estanterías, estanterías de almacén, ...) se prestará especial atención a las condiciones del mismo por si pudiera presentar deficiencias puntuales de estabilidad. En caso de detectar dichas deficiencias, se evitará la presencia en la proximidad de las zonas críticas y se comunicará la situación al responsable inmediato del Centro de Trabajo.

**Medidas preventivas****Medida Técnica:**

- De carácter personal, consistente en no permanecer ni circular por debajo de zonas en las que haya personal trabajando, o la estabilidad de los objetos no esté garantizada.
- En días con presencia de fuertes vientos, evite la proximidad a fachadas u árboles durante los desplazamientos exteriores.

**-Medida Organizacional:**

- Prestar atención en la manipulación de elementos, enseres o instrumentación de difícil agarre o por ser voluminosos y en las condiciones de almacenamiento de estos.
- Evitar golpear sobre la base de estanterías, armarios, bases de andamios... o cualquier elemento de almacenamiento que pueda provocar la caída de objetos en ellos colocados.

**Medida de carácter humano:**

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball  | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15          |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA:</b> 11 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |   |

### Factores de riesgo.

#### S60. Pisadas sobre objetos

De objetos desprendidos o de manipulación que puedan haber quedado en el suelo de las áreas de trabajo, y principalmente en cuartos recintos de almacenamiento de materiales.



### Medidas preventivas

#### Medida Técnica:

- De carácter personal, consistente en el orden en el entorno de trabajo.

#### Medida Organizacional:

- Control del orden en el entorno de trabajo por parte del propio personal que lleve a cabo el trabajo en el centro.  
 - Prestar atención a los posibles objetos que puedan encontrarse o que discurran por el suelo de las áreas de trabajo.

#### Medida de carácter humano:

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

### Factores de riesgo.

#### S70. Golpes / Choques contra objetos inmóviles.

#### S80. Golpes / Choques contra objetos móviles.

- Golpes o choques contra elementos del mobiliario (mesas, sillas, archivadores, estanterías,...), equipos de trabajo (PVD's, fotocopiadoras,...), etc. especialmente en áreas con escasa superficie libre o con una densidad elevada de objetos (áreas administrativas, almacenes diversos, laboratorios,...).  
 - Golpes o choques contra equipos que son manipulados en el centro de trabajo durante desplazamientos internos (carros, carritos,...). El riesgo resulta más significativo en recorridos a través de pasillos que implican giros con escasa o nula visibilidad.  
 - Golpes contra puertas de tipo vaivén, oscilobatientes o correderas.



### Medidas preventivas

#### Medida Técnica:

- Orden en el entorno de trabajo

#### Medida Organizacional:

- Control del orden en el entorno de trabajo por parte del propio personal que lleve a cabo el trabajo.  
 - Inspeccionar visualmente el área de trabajo y las vías de circulación por las que se transite.  
 - Los desplazamientos se realizarán sin celeridad y, principalmente, sin correr.  
 - Tener especial cuidado durante la realización de trabajos en áreas con escasa superficie libre o con una densidad elevada de objetos (mobiliario, equipos de trabajo...).  
 - Prestar especial atención a los posibles objetos manipulados y/o transportados por las vías de circulación del centro de trabajo, de forma que se evite la proximidad excesiva y la interferencia en la accesibilidad de los mismos.  
 - Extremar la precaución en pasillos que impliquen giros con escasa o nula visibilidad, así como en las salidas de recinto y ascensores.  
 - Se deberá extremar la precaución a la hora de atravesar puertas de tipo vaivén oscilobatientes o correderas, especialmente si se circula detrás de otras personas.

#### Medida de carácter humano:

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA  
TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.****Factores de riesgo.****S90. Golpes/ Cortes por objetos o herramientas**

- Golpes contra objetos móviles e inmóviles.
- Cortes causados por objetos/enseres en tránsito que posean aristas vivas.
- Cortes en la manipulación de elementos propios de la realización de trabajos propios de la actividad administrativa (tijeras, cutter, grapadoras,...)
- Pinchazos o cortes con elementos y/o equipos de trabajo durante la realización de labores administrativas,...

**Medidas preventivas****Medida Técnica:**

- De carácter personal, consistente en el orden en el entorno de trabajo/ de carácter individual, consistente en el control visual de los elementos, enseres y elementos mobiliarios para evitar aristas vivas.

**Medida Organizacional:**

- Control del orden en el entorno de trabajo.
- Prestar atención en la manipulación de elementos, enseres o instrumentación de difícil agarre o por ser voluminosos.
- Prestar atención en la manipulación de elementos punzantes.
- Prestar atención a los contenedores con residuos y/u objetos punzantes que puedan estar mal cerrados o que se hayan llenado en exceso y sobresalga algún elemento cortante.
- No manipular bolsas de basura. Si fuera necesario, antes de manipular las bolsas de basura se examinarán éstas por si presentasen roturas, objetos punzantes, etc. .

**Medida de carácter humano:**

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.****S110.- Atrapamiento por o entre objetos**

- Riesgo de atrapamiento ocasionado por equipos transportados por las vías de circulación del establecimiento (carros de limpieza, camas, etc.).
- Posibilidad de atrapamiento por puertas de aparatos elevadores, puertas correderas automáticas, puertas tipo vaivén...

**Medidas preventivas****Medida técnica:**

- Si procediese, se bloquearán, con botón habilitado o tapando el sensor, las puertas de los ascensores al entrar o salir de los mismos para evitar el cierre intempestivo.

**Medida organizacional:**

- No realizar trabajos con equipos de trabajo de los que no se está autorizado.
- Está terminantemente prohibido anular protecciones en cualquier equipo de trabajo.
- Antes de utilizar una máquina o equipo por primera vez, solicite la información correspondiente a las condiciones de seguridad relativas a la utilización, así como el manual de instrucciones.
- El manual de instrucciones de los distintos equipos de trabajo utilizados estará a disposición de los/as trabajadores/as para cuantas consultas estimen oportuno realizar.
- No correr, e inspeccionar visualmente el área de trabajo y las vías de circulación por las que se transite. Prestar especial atención a los posibles objetos manipulados y/o transportados por las vías de circulación del recinto de trabajo de forma que se evite la proximidad excesiva y la interferencia en la accesibilidad de los mismos.
- Extremar la precaución en pasillos de circulación que impliquen giros con escasa o nula visibilidad, así como en las salidas de locales próximos y ascensores.
- Circular con precaución a través de puertas automáticas, algunas de las cuales disponen de sistema de apertura por detector de movimiento, mientras que otras deben abrirse operando manualmente el correspondiente pulsador, para cerrarse posteriormente de forma automática.

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball  | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15          |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA:</b> 13 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |   |

- Se deberá extremar la precaución a la hora de atravesar puertas de tipo vaivén y especialmente si se circula detrás de otras personas.

**Medida de carácter humano:**

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.**

**S150.- Contactos térmicos**

**Con superficies calientes**

Riesgo de contactos térmicos con elementos a alta temperatura en equipos propios de determinados Servicios (fotocopiadoras,...).



**Medidas preventivas**

**Medida técnica:**

- No manipular ni abrir las tapas de los equipos de trabajo presentes en el centro (fotocopiadoras...).
- En caso de que los trabajos de mantenimiento impliquen su manipulación, el trabajo será realizado exclusivamente por el técnico competente.

**Medida organizacional:**

- Prestar especial atención y no manipular equipos de trabajo

**Medida de carácter humano:**

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.**

**S161. Contactos eléctricos directos.**

**S162. Contactos eléctricos indirectos.**

- Directos con cables de alimentación de los equipos eléctricos por posibles pérdidas de aislamiento (cableado de equipos e instalaciones distribuidos por las mesas de trabajo, por el suelo e incluso cableado distribuido a través de falsos techos y suelos técnicos (cableado de equipos informáticos, líneas de baja y media tensión que discurren por falsos techos o suelos técnicos para alimentar equipos e instalaciones diversas...) producidas por entalladuras con mesas, equipos informáticos, mobiliario, etc.
- Indirectos causado por derivación de alguna de las instalaciones existentes (PVD, fotocopiadoras,...).



**Medidas preventivas**

**Medida Técnica**

- La instalación se mantendrá acorde a las especificaciones del REBT, con dispositivo de corte diferencial, corte automático y TT. Se deberá llevar a cabo las inspecciones reglamentarias establecidas por el R.D. 842/2002. Los cuadros se encuentran cerrados con elementos de bloqueo.
- De carácter individual, consistente en la desconexión de la fuente de energía de los equipos que presenten irregularidades.
- Los cuadros eléctricos deben permanecer cerrados prohibiéndose la manipulación al personal no autorizado.

**Medida Organizacional**

- Verificación visual por parte de los usuarios del estado de las instalaciones y aparatos eléctricos, solicitando el cambio del mismo al personal competente (R.D. 614/2003) correspondiente en caso de observarse pérdida de aislamiento.
- Está totalmente prohibido a realizar cualquier manipulación eléctrica si no se está autorizado ni capacitado.

**TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA  
TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.**

- No tocar interruptores ni equipos eléctricos con las manos húmedas. No manipular conexiones, cuadros, equipos eléctricos, etc.
- Siempre que el trabajo asignado se realice con equipos eléctricos o en zonas próximas al cableado de alimentación, se comprobará el estado tanto de dichos equipos como de cables y conexiones, en previsión de posibles defectos de aislamiento, etc.

**Medida de carácter humano**

Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.****S170.- Exposición a sustancias nocivas o tóxicas.****S180.- Contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas.**

- Riesgo de exposición a productos tóxicos procedentes de tóner,...
- Riesgo de exposición a productos de limpieza y desinfección en todos los centros.

**Medidas preventivas****Medida Técnica**

Cubrir los cortes/heridas con apósitos

No manipular ningún envase que pueda contener productos químicos.

No manipular los tóner.

En caso de un contacto accidental lavar inmediatamente la zona afectada con abundante agua durante 10-15 min.

**Medida de carácter humano**

Si han de emplearse, lea los marcados y etiquetas de seguridad existentes en los envases de sustancias químicas utilizadas, y siga de forma estricta las recomendaciones y medidas incluidas en éstas. Si el producto se lo ha puesto a su disposición el centro solicite las fichas de datos de seguridad al responsable del servicio.

No comer, beber ni fumar durante la realización de trabajos de limpieza con exposición a productos químicos.

Lavarse las manos frecuentemente, particularmente antes de las comidas.

**Medida de carácter humano**

Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)

**Factores de riesgo.****S211. Incendios. Factores de inicio. / S212. Incendios. Propagación****S213. Incendios. Medios de lucha. / S214. Incendios. Evacuación**

El riesgo de incendio que existe en todas las áreas en las que se realizan trabajos, valorándose como alto, medio y de nivel bajo, los locales y zonas de riesgo especial de incendio se resumen en:

- cuarto de cuadro eléctrico; sala de grupo electrógeno;
- almacenes de enseres administrativos;
- archivo de expedientes,...



|  |  |   |
|--|--|---|
| <br><b>INSTITUT VALÈNCIÀ DE<br/>SEGURETAT I SALUT EN EL TREBALL</b> | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>RIESGOS LABORALES DEL<br/>PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15          |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>LABORALES</b>        | <b>PÁGINA:</b> 15 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                             |  |   |

#### Medidas preventivas

##### Medida Técnica

- Implantación, si procede, del Documento Autoprotección en conformidad R.D. 393/2007.
- Mantenimiento del Plan en conformidad reglamentación/ de carácter individual consistente en no obstaculizar las puertas de emergencia y salidas de recinto y planta con elementos temporales.
- No utilizar locales con depósitos de combustible para equipos auxiliares (Grupos Electrónicos, etc.) como lugares de almacenamiento auxiliar.
- No sobrecargar los enchufes.
- No acercarse a focos de calor a materiales combustibles.
- No depositar vasos con líquido sobre ordenadores, impresoras u otros aparatos eléctricos.

##### Medida Organizacional

- Está prohibido fumar en los centros de trabajo.
- Verificación visual del entorno de trabajo para verificar la disposición de los medios de extinción/Respetar la señalización de emergencia acorde R.D. 485/1997.
- Mantenimiento del orden y limpieza de la zona de trabajo, asegurándose de desconectar adecuadamente los equipos de trabajo tanto en las pausas de la actividad como al finalizar ésta.
- Extremar la precaución en locales con depósitos de combustible para equipos auxiliares (Grupos Electrónicos, etc.). No utilizar dichos habitáculos como lugares de almacenamiento auxiliar.
- No sobrecargar los enchufes. Si se utilizan regletas o alargaderas, para conectar diversos aparatos eléctricos a un mismo punto de la red, consulta previamente a personal cualificado.
- Si detectas cualquier anomalía en las instalaciones eléctricas o de protección contra incendios, comunícalo al responsable inmediato del centro de trabajo.

##### Medida de carácter humano

- Información de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo. (art. 18 LPRL)/ Formación del personal (IVAP)
- No obstaculizar en ningún momento los recorridos y salidas de evacuación, así como la señalización y el acceso a extintores, bocas de incendio, cuadros eléctricos, etc.

#### Factores de riesgo.

##### S230. Atropellos o golpes con vehículos./ S240. Otros riesgos: Seguridad Vial

Riesgo de atropellos o golpes con vehículos en las vías de circulación (vehículos de personal; vehículos particulares; etc.).



#### Medidas preventivas

##### Medida Técnica

- Verificar el estado del vehículo a motor (elementos de protección pasiva y activa) y llevar a cabo el mantenimiento establecido por el fabricante.
- Verificar el estado del vehículo (bicicleta) y llevar a cabo el mantenimiento establecido por el fabricante (estado frenos, ruedas,...)

##### Medida Organizacional

- Mantener conductas acordes al Código de circulación, respetando la señalización existente.
- Transitar únicamente por las zonas destinadas a tal fin y evitar la presencia en áreas con circulación intensa de vehículos.
- Respetar la señalización, en particular de las zonas y vías correspondientes al paso de vehículos y las reservadas a los peatones.

##### Medida de carácter humano.

- Información y formación de los factores de riesgo evaluado en su puesto de trabajo y de la seguridad vial. (art. 18 y 19 LPRL)

TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA  
TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.

**Factores de riesgo.****Usuario de pantalla de visualización de datos (PVD's)**

- Carga física debido al estatismo postural.
- Fatiga visual.

**Medidas preventivas**

Las recomendaciones para la prevención de riesgos laborales por utilización de PVD's, se circunscriben a:

**POSICIÓN RESPECTO AL ORDENADOR**

Cuando la utilización del ordenador es continuada debe estar colocado, en la zona donde el manejo sea más cómodo.

- Asegúrese que el **monitor se encuentre frente a Ud.**, con una distancia de visión entre la pantalla y el ojo no menor de 450 mm con un máximo de 700 mm, con una altura, coincidiendo el borde superior de la pantalla con la altura de los ojos, para evitar torsiones del cuello y cabeza.
- La **pantalla del ordenador**, recomendablemente, debe ser móvil en las tres direcciones, lo que permitirá orientar la pantalla con relación a las demás fuentes luminosas y evitar reflejos.
- El **ángulo visual óptimo** para que el operador/a de P.V.D. trabaje en posición sentado debe estar comprendido entre 10º y 20º respecto a la colocación del ordenador.
- El **teclado móvil**, independiente de la pantalla, los símbolos fácilmente visibles, debe estar colocado al mismo nivel de los codos y levemente inclinado entre 0º y 25º respecto a la horizontal, para mantener las muñecas relajadas, y dejar una distancia entre el teclado y el borde libre de la mesa entre 5 –10 cm.
- Coloque el **ratón** de manera que pueda utilizarse sin forzar las muñecas. Recuerde que puede programarse para el uso tanto de la mano izquierda como derecha.
- Se recomienda colocar los documentos en un **atril o portadocumentos**, para evitar el cansancio de ojos y cuello. Este debe de regularse en altura y permitir la inclinación entre 30º y 70º, se colocará a su misma altura al lado de la pantalla, pues de esta forma se acerca el documento escrito a la vista del operador sin obligarse a adoptar posturas incorrectas.

**CONJUNTO MESA- ASIENTO**

- **Mesa** o superficie de trabajo: las dimensiones deben ser suficientes para permitir la colocación flexible de la pantalla, teclado, documentos y material accesorio (recomendable una superficie y altura de 90x120x75cm) Con un espacio libre suficiente para la colocación de las piernas. De color claro, mate.
- **Asiento**: la silla debe ser estable con cinco ruedas para su desplazamiento, asiento flexible, revestimiento transpirable, con o sin reposabrazo, en caso de tener que sean regulables, la altura relativa entre la silla y la mesa de trabajo debe ser tal que las manos queden a la altura del teclado con un ángulo en la articulación del codo entre 90-100º, por lo que deberá ser regulable en altura, el respaldo será ligeramente convexo para un buen apoyo lumbar y medirá entre 20-30 cm.
- **Reposapiés**: Se podrá utilizar cuando la altura de la silla no permita descansar los pies en el suelo, de altura regulable, las dimensiones adecuadas 45 cm de ancho x 35 cm de profundo, superficie antideslizante y con un ángulo de inclinación de 20º:

|  |  |  |
|--|--|--|
| <br><b>INSTITUT VALENCIÀ DE<br/>SEGURETAT I SALUT EN EL TREBALL</b> | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>RIESGOS LABORALES DEL<br/>PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06</b><br><br><b>FECHA: 21/07/15</b>           |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>LABORALES</b>        | <b>PÁGINA: 17 de 24</b><br><br><b>REVISIÓN:<br/>SPRL_IOPRL_06_00</b> |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                             |  |  |

#### **UBICACIÓN DEL ORDENADOR**

- Ubicar los terminales lo más alejados de las fuentes de luz diurna y paralelos a las mismas, de manera que las ventanas no queden justo detrás de la pantalla, ni tampoco enfrente de la misma.
- Es importante reducir los reflejos en la pantalla de su ordenador. Conviene cerrar las persianas de las ventanas o mover la mesa de trabajo lejos de la luz directa.
- Apantallar el espacio de trabajo de modo que impida la reflexión de las fuentes de luz en la pantalla o el deslumbramiento que éstas pudieran provocar.
- Situar los puestos de trabajo entre las filas de luminarias del techo
- El trabajo con PVD requiere una iluminación no demasiado brillante para evitar deslumbramientos, los niveles aceptables entre 300 y 500 Lux.
- El eje principal de su cuerpo debe ser paralelo a la línea de las ventanas
- Unos niveles de iluminación muy superiores a los dados, así como una errónea repartición de las luminarias provocaría fatiga visual

#### **RECOMENDACIONES GENERALES**

- Es de capital importancia que el operador /a, pueda variar la postura a voluntad a lo largo de la jornada, a fin de reducir el estatismo postural.
- Deben evitarse los giros e inclinaciones frontales o laterales del tronco. Se recomienda que el tronco este hacia atrás unos 110 a 120°, posición en que la actividad muscular y la presión intervertebral es menor.
- La cabeza no estará inclinada más de 20°, evitando los giros frecuentes de más de 30°.
- Los brazos deben estar próximos al tronco y el ángulo del codo no ser mayor de 90°. Las muñecas no deben flexionarse, ni desviarse lateralmente más de 20°
- Los muslos deben permanecer horizontales y piernas verticales, con los pies bien apoyados en el suelo
- La planta del pie en ángulo recto respecto a la pierna
- Para reducir el estatismo, los antebrazos deben contar con el apoyo en la mesa y las manos en el teclado o en la mesa . Muy importante es procurar un buen apoyo de la espalda en el respaldo , sobre todo en la zona lumbar
- Regule la altura del asiento de manera que pueda poner firmemente los pies en el suelo sin apreciar una excesiva presión en la parte inferior de los muslos cerca de las rodillas.- No deje el asiento demasiado bajo: los muslos deben tener contacto con el asiento
- Acérquese a la mesa y compruebe que la altura del tablero es cómoda para trabajar en ella. Si es Ud. bajo, la mesa es probable que la encuentre demasiado alta, la mejor solución es aumentar la altura del asiento de la silla y prevenir las molestias en muslos y piernas usando un reposapiés.
- Ajuste la altura del respaldo de la silla de manera que quede espacio suficiente entre el asiento y el respaldo para que quepan las nalgas y obtengan un buen soporte en la parte baja de la espalda.
- La columna vertebral recta.
- La línea de visión paralela al plano horizontal

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball  | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO: SPRL_IOPRL_06</b><br><br><b>FECHA: 21/07/15</b>                    |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA: 18 de 24</b><br><br><b>REVISIÓN:<br/>         SPRL_IOPRL_06_00</b> |
| <b>TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |   |

- La línea de los hombros paralela al plano frontal, sin torsión del tronco.
- El ángulo de la línea de visión menor de 60º bajo la horizontal

Recomendación:

Si apareciesen trastornos del tipo:

Sensación de vista cansada, hipersensibilidad a la luz, picores, escozor, irritación, enrojecimiento de la conjuntiva y párpados, lagrimeo, visión borrosa, dolor de cabeza, pueden ser causados por fatiga visual

se recomienda acudir al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, área de Medicina del Trabajo, para someterse a un control médico del estado de salud.

|   |  |   |
|---|--|---|
| <br><b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15          |
|   | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA:</b> 19 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b>                                |  |   |

## **MEDIDAS DE ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA**

### **TELÉFONOS DE INTERÉS**

En los documentos de autoprotección o manuales de emergencia (R.D. 393/2007) debe constar el teléfono de emergencia del centro y del área de trabajo.

Ante cualquier emergencia, póngase en contacto con:

Servicio de Emergencias 112

### **Medidas preventivas**

#### **CONSIGNAS DE PREVENCIÓN DE INCENDIOS**

MANTENER los locales lo más ordenados y limpios posibles.

NO ACUMULAR trapos, residuos, cartones, plásticos impregnados de grasa.

NO efectuar conexiones o adaptaciones eléctricas sin aprobación de un técnico competente.

NO manipular las instalaciones eléctricas si no está autorizado para ello.

NO sobrecargar las instalaciones eléctricas.

NO colocar trapos, telas, etc., sobre aparatos eléctricos o focos de calor.

ALMACENAR posibles materiales inflamables en recinto aislado y limpio y en la menor cantidad posible.

ELIMINAR la presencia de residuos inflamables

Programar limpiezas frecuentes en los lugares donde se puedan acumular y disponer de recipientes herméticos para que se depositen los residuos.

NO ACUMULAR cantidades excesivas de papel. Programar limpiezas frecuentes

PROHIBIDO fumar en centros de trabajo y, en especial, en zonas con riesgo de incendio (Archivos o almacenes)

NO DEPOSITAR vasos con líquido sobre ordenadores, impresoras u otros aparatos eléctricos

INSPECCIONAR los puestos de trabajo al acabar el trabajo, procurando no dejar aparatos eléctricos encendidos ni conectados

CONOCIMIENTO por parte de los Equipos de Emergencia, de los trabajos que se realicen, y que entrañen un alto riesgo de incendio

NO OBSTACULIZAR recorridos y salidas de evacuación

Los extintores y Bocas de Incendio Equipadas deben estar ACCESIBLES para su utilización en caso de emergencia

#### **CONSIGNAS DE DETECCIÓN Y ALARMA**

Si descubre un incendio, COMUNÍQUELO inmediatamente al Centro de Control del centro de trabajo mediante teléfono interno de emergencias ó pulsador de alarma.

HAGA una rápida y juiciosa valoración del incendio.

INFORMAR claramente del tipo de emergencia y lugar en el cual se ha producido.

NUNCA trate de extinguir un fuego solo, sin antes haber comunicado su existencia

COMUNIQUE la existencia del incendio al Centro de Control del centro de trabajo

Si el humo le impide valorar la importancia del incendio, NO SE INTERNE en él sin la debida protección y/o ayuda Si es posible, y está capacitado, utilice un extintor para apagar el fuego, actuando preferiblemente con otro compañero.

JAMAS ponga en peligro su vida al recibir una alarma de incendio, ACTUE con rapidez, pero sin precipitación.

EVITE el pánico y su generación

NO corra

CUMPLA todas las consignas recibidas.

OBEDEZCA las órdenes del Servicio del Seguridad

**TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA  
TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.**

### **CONSIGNAS PARA LA EVACUACIÓN**

La señal de evacuación se efectuará por medio del teléfono, megafonía o personalmente.

SE REALIZARA de forma ordenada, siguiendo estas consignas y las órdenes impartidas por los miembros de los Equipos de Alarma y Evacuación

El personal se ARRIMARA lo más posible a las paredes, y si existen humos, es muy conveniente taparse la boca con un pañuelo, a ser posible húmedo, y andar lo más agachado posible

ACTUE con serenidad y calma, pero sin pausa

MANTÉNGASE en silencio. NO CHILLE nunca

SIGA al pié de la letra las instrucciones recibidas

SIGA la señalización de las vías de evacuación, hasta alcanzar la correspondiente salida.

NO UTILICE los ascensores

CAMINE con rapidez, pero sin precipitación. NUNCA retroceda en su recorrido

NO se detenga cerca de las puertas de salida

DIRÍJASE rápidamente al Punto de Reunión (si no lo conoce pregunte en el servicio).

NO abandone el Punto de Encuentro hasta confirmar claramente su presencia.

NO obstaculice el trabajo de los Bomberos si es necesaria su actuación

NO se concentre en los accesos al edificio

NO entre de nuevo en el edificio sin la autorización de los Bomberos o del Jefe de Emergencia

Procure CONOCER de antemano las vías de evacuación.

Al evacuar el edificio en caso de INCENDIO deje tras de sí puertas y ventanas CERRADAS

En caso de amenaza de BOMBA, déjelas abiertas.

### **CONSIGNAS DE EXTINCIÓN DE INCENDIOS**

Si descubre un incendio, antes de tratar de extinguirlo, COMUNÍQUELO de inmediato al personal encargado de la extinción de los mismos (Equipo de primera intervención de la zona o área donde se encuentre).

Si no los localiza o se encuentra sólo, NO corra riesgos inútiles.

Si una puerta está caliente NO la abra.

Si está capacitado y formado por su empresa, intente apagar el conato de incendio con el AGENTE EXTINTOR más adecuado al fuego declarado.

NO descargue el extintor a ciegas ni a gran distancia, ya que es ineficaz

RETIRE los materiales combustibles próximos al fuego con cuidado y prudencia.

CONOZCA donde están ubicados y la clase de extintor que tiene en las cercanías de su puesto de trabajo.

|  |  |   |
|--|--|---|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball   | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15          |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        | <b>PÁGINA:</b> 21 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
| <b>TÍTULO: INTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |   |

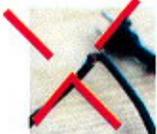
## ANEXO 6.2

### Tríptico informativo

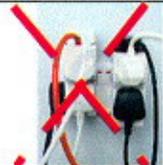
A nivel informativo y en cumplimiento artículo 18.1 Ley 31/1995, se establece un tríptico informativo derivado de la ER's, de carácter general, asociado a la actividad administrativa, con el fin de informar a los trabajadores implicados, haciéndoles partícipes, de los riesgos propios asociados a su actividad y de las medidas preventivas asociadas a los mismos.

| Trabajos de mantenimiento                 |   | SEGURIDAD EN EL TRABAJO   |  |
|---|---|---|--|
| Factores de Riesgo                        | Causa   | Consignas actuación   |  |
| <u>Caida de personas a distinto nivel</u> | -Por utilización equipos de trabajo tales como escaleras de mano, banquetas de dos peldaños,... para alcanzar las partes superiores de las estanterías modulares.<br>- Por acceso a zonas no autorizadas.   | - <b>No utilizar</b> los equipos de trabajo en condiciones contraindicadas por el fabricante.<br>- <b>Prohibido el acceso</b> a zonas a las que no se esté autorizado.<br>- <b>Prohibido anular protecciones</b> , salvo en caso de imperiosa necesidad, haciéndose preceptivo el uso de EPI's.<br><i>Riesgos con las escaleras</i><br> |   |
| <u>Caida de personas al mismo nivel</u>   | - <b>Tropezo y/o resbalón</b> con objetos depositados en el suelo de los pasillos o zonas de trabajo, tal como cajas, carros, carritos y otros elementos,...o en desplazamientos por la totalidad del centro de trabajo.<br>- Resbalón por suelo húmedo o mojado. | - <b>No correr</b> en los lugares de trabajo, salvo caso de urgencia vital.<br>- <b>Prestar atención</b> a las condiciones del entorno.<br>- <b>No transitar por zonas mojadas</b> .<br>- <b>Mantener el orden</b> en el entorno de trabajo.  | <br><br> |
| <u>Caida de objetos en manipulación</u>   | - Por manipulación de <b>elementos, enseres o instrumentación de difícil agarre</b> o por ser voluminosos, en las tareas propias de la actividad asociada al puesto de trabajo.   | - <b>Mantener la atención</b> en la manipulación y transporte de elementos.<br>- <b>Asir los elementos por los puntos de agarre</b> .<br>- <b>No correr</b> mientras se transportan objetos, salvo caso de urgencia vital.  | <br>  |
| <u>Caida de objetos desprendidos</u>      | - Por caída de objetos en manipulación o que puedan haber quedado en el suelo.<br>- Por <b>almacenamientos inestables</b> .   | - <b>Prestar atención</b> a las condiciones del entorno.<br>- <b>Mantener el orden</b> en el entorno de trabajo.  | <br>   |

TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><u>Pisadas sobre objetos</u></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Existencia de material diverso a ras de zona de tránsito como cajas, carros, carritos y otros elementos,... que queden sobre o a ras del suelo.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestar atención a las condiciones del entorno.</li> <li>- Mantener el orden en el entorno de trabajo.</li> </ul>  |    |
| <p>Factores de Riesgo</p>   | <p>Causa</p>  | <p>Consignas actuación</p>  |   |
| <p><u>Choques contra objetos inmóviles y/o móviles</u></p>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Choque contra objetos depositados en el suelo de los pasillos o de la zona de trabajo, tal como cajas, carros, carritos y otros elementos,... o que se encuentren en tránsito.</li> <li>- Choques con puertas tipo vaivén, automáticas,...</li> <li>- Choques con puertas de aparatos de elevación.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestar atención a las condiciones del entorno.</li> <li>- Mantener el orden en el entorno de trabajo</li> <li>- No correr en los lugares de trabajo, salvo caso de urgencia vital.</li> <li>- Extremar la precaución en pasillos que impliquen giros con escasa o nula visibilidad, así como en las salidas de recinto y ascensores.</li> <li>- Se deberá extremar la precaución a la hora de atravesar puertas de tipo vaivén, de ascensor, y especialmente si se circula detrás de otras personas.</li> </ul>   |  <p>CAMINE NO CORRA</p>  |
| <p><u>Golpes/cortes por objetos o herramientas</u></p>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cortes en la manipulación de elementos propios de la realización de trabajos propios de la actividad administrativa</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestar atención en la manipulación de elementos, enseres o instrumentación de difícil agarre.</li> <li>- Seguir las normas de actuación en la manipulación de elementos, objetos y/o instrumentación de carácter administrativo (tijeras, grapadoras,...)</li> </ul>  |    |
| <p><u>Proyección de fragmentos o partículas</u></p>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- En la manipulación de instrumentación y/o herramientas</li> <li>- En la manipulación de sustancias o agentes químicos en los trabajos propios de la actividad administrativa</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestar atención.</li> <li>- Seguir las normas de actuación en la manipulación de elementos, objetos y/o instrumentación.</li> </ul>   |    |
| <p><u>Atrapamiento por o entre objetos</u></p>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riesgo de atrapamiento ocasionado por equipos transportados por las vías de circulación del establecimiento (carros, sillas de ruedas, camas, etc.).</li> <li>- Posibilidad de atrapamiento por puertas de aparatos elevadores, puertas correderas automáticas, puertas tipo vaivén...</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestar atención a las condiciones del entorno.</li> <li>- Mantener el orden en el entorno de trabajo.</li> <li>- No correr en los lugares de trabajo, salvo caso de urgencia vital.</li> <li>- Extremar la precaución en pasillos que impliquen giros con escasa o nula visibilidad, así como en las salidas de recinto y ascensores.</li> <li>- Se deberá extremar la precaución a la hora de atravesar puertas de tipo vaivén, de ascensores y especialmente si se circula detrás de otras personas.</li> </ul> |    |
| <p><u>Contactos eléctricos directos/ indirectos o cargas electrostáticas.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Directos con cables de alimentación de los equipos eléctricos por posibles pérdidas de aislamiento producidas por entalladuras con mesas, equipos informáticos, mobiliario, etc.</li> <li>- Indirectos causado por derivación de alguna de las instalaciones existentes (PVD, equipos de radiodiagnóstico,...).</li> <li>- Por carga electrostática</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desconectar los equipos que presenten irregularidades y reparar</li> <li>- Prohibido manipular cuadros eléctricos, bases de enchufes, conductores eléctricos,... si no es personal autorizado, y más con las manos húmedas.</li> <li>- No sobrecargar bases de enchufes.</li> </ul>  |    |

|  |  |   |
|--|--|---|
| <b>INVASSAT</b><br>Institut Valencià de<br>Seguretat i Salut en el Treball   | <b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE<br/>         RIESGOS LABORALES DEL<br/>         PERSONAL PROPIO</b> | <b>CÓDIGO:</b> SPRL_IOPRL_06<br><br><b>FECHA:</b> 21/07/15<br><br><b>PÁGINA:</b> 23 de 24<br><br><b>REVISIÓN:</b><br>SPRL_IOPRL_06_00 |
|  | <b>INSTRUCCIÓN OPERATIVA DE<br/>         PREVENCIÓN DE RIESGOS<br/>         LABORALES</b>        |   |
| <b>TÍTULO: INTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA<br/>         TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.</b> |  |   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | proveniente del rozamiento de<br>ruedas de sillas, carros,... con el<br>suelo.<br>- Por arco voltaico.  | - Desconectar y consignar<br>equipos.   |  |
| <u>Exposición a sustancias<br/>         nocivas o tóxicas</u>   | - Manipulación sustancias y<br>elementos propios de trabajos<br>propios de la actividad<br>administrativa   | - Prudencia y cuidado en la<br>realización de trabajos<br>administrativos<br>- Seguir las normas del<br>etiquetado del envase.  |  |
| <u>Contactos con<br/>         sustancias cáusticas y/o<br/>         corrosivas</u>                                    | - Sustancias y elementos propios<br>en la realización de trabajos<br>propios de la actividad<br>administrativa  | - Prudencia y cuidado en la<br>realización de trabajos con<br>manipulación de tóner,...<br>- Seguir las normas del<br>etiquetado del envase.  |   |
| <u>Incendios. Factores de<br/>         inicio/ Propagación/<br/>         Medios de Lucha/<br/>         Evacuación</u> | - Por sobreintensidades en la inst.<br>eléctrica (cortocircuitos, posibles<br>sobrecargas de bases de<br>enchufe), etc.<br>- Por la existencia de focos de<br>calor.<br>- Por la realización de fuegos. | - No sobrecargar los enchufes.<br>- No acercar focos de calor a materiales combustibles.<br>- No depositar vasos con líquido sobre ordenadores, impresoras<br>u otros aparatos eléctricos.<br>- No obstaculizar los medios de extinción.<br>- No obstruir las vías de evacuación.<br>- Prohibido fumar o hacer fuego. |  |
| <u>Atropellos o golpes con<br/>         vehículos Otros:<br/>         Seguridad Vial.</u>                             | - En zonas de circulación exterior<br>y/o en viales interiores.<br>- En desplazamientos in itinere/en<br>misión.  | - Mantener conductas acordes al Código de circulación,<br>respetando la señalización existente y las vías de tránsito.<br>- Verificar el estado del vehículo (elementos de protección pasiva<br>y activa) y llevar a cabo el mantenimiento establecido por el<br>fabricante.  |   |

## MEDIDAS DE EMERGENCIA

Medidas de actuación en caso de incendio y/o evacuación.

|   |   |
|---|---|
| <b>NORMAS DE ACTUACIÓN para los trabajadores:</b>   | <b>Medios de extinción portátiles:</b>  |
| - Si descubre un incendio o emergencia grave, <b>AVISE</b> a un responsable de la unidad.<br>- Recibida la orden de evacuación, <b>acompañará a las personas ajenas</b> al sector de incendio asignado o a una zona segura del exterior del centro.<br>- La evacuación se efectuará de <b>forma ordenada, sin correr</b> y utilizando sólo palabras tranquilizadoras.<br>- <b>Verificarán que no queda nadie</b> por avisar tras las puertas cerradas, especialmente los aseos.<br>- <b>Esperarán en zona segura</b> del sector de incendio asignado o del exterior, las instrucciones de los responsables.<br>- <b>NO PERDER</b> el tiempo recogiendo los efectos personales.<br>- Si tiene que atravesar una zona de humo procure ir agachado. La atmósfera es más respirable y la temperatura más baja.<br>- En caso de conato de incendio, <b>NO se intentará</b> | <b>ACCIONAMIENTO:</b><br>1. <b>Descolgar</b> el extintor.<br>2. <b>Quitar el pasador</b> de seguridad.<br>3. <b>Asir la boquilla</b> y <b>efectuar un disparo de prueba</b> (en la dirección del viento en zonas exteriores)<br>4. <b>Asir la boquilla</b> dirigiéndola bien sea a la base de las llamas.<br>5. <b>Apretar la maneta</b> y <b>dirigir el agente extintor</b> contra las llamas. |

**TÍTULO: INSTRUCCIÓN OPERATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD PARA  
TRABAJADORES DE LA GENERALITAT VALENCIANA.**

controlar con medios de extinción salvo que  
haya recibido formación específica. Se cerrarán  
las puertas. y se avisará a un responsable.



1. Despegar el seguro abriendo por la manija o así fij y abriendo sobre el fuego en posición vertical.
2. Añir el depósito de la manguera del extinguidor, en todo que evita, que la presión a él sea de seguridad. (1) está en posición de seguridad en el momento.
3. Presionar la palanca de la cabeza del extinguidor en caso de que exista alguna palanca de la cabeza manteniendo una posición adecuada de compensación.



4. Dirigir el extinguidor a la base de las llamas del movimiento de barrido. En caso de presencia de llamas proceder a utilizarlo en el punto inferior abatiendo el fondo de la misma para evitar que se propague. Aproximarse lentamente al fuego hasta un máximo de 1 metro de él.