



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B IGUALTAT

INFORMACIÓ PREVENTIVA CATEGORIA PROFESSIONAL: TÈCNIC DE PREVENCIÓ

Descripció del lloc de feina

- Col·laborar amb el cap o la cap de Secció (Psicologia Aplicada, Seguretat i Higiene Industrial) o el cap o la cap del Servei de Salut Laboral en el compliment de les seves funcions.
- Fer visites a les empreses i centres de treball i elaborar informes tècnics, com també assessorar tècnicament i vigilar el compliment de la normativa de prevenció de riscos laborals.
- Proposar campanyes en matèria d'ergonomia, o en matèria de riscos sanitaris o malalties professionals.
- Investigar els accidents laborals i emetre els informes corresponents en matèria d'accidents laborals i malalties professionals.
- Contestar els requeriments de treballadores i treballadors, sindicats i institucions.
- Organitzar i fer formació en matèria d'ergonomia.
- Controlar la sinistralitat en els centres de treball.
- Fer estudis i elaborar estadístiques sobre malalties professionals i la seva prevenció.
- Donar suport als serveis de prevenció i fer el seguiment i el control de la qualitat.
- Dur a terme qualsevol altra funció que li encomani el superior jeràrquic.

EQUIPS DE TREBALL: Escales de mà, fotocopiadores, trituradora de documents, pantalla de visualització de dades, equips de mesuraments.

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL: (Calçat de seguretat, casc de seguretat, ulleres de montura universal, mascareta amb filtre per partícules, mascareta amb filtre per vapors, pantalla facial i protector auditiu.)*

SUBSTÀNCIES O PRODUCTES: No n'aplica.

***No aplica al centre de treball habitual.**

Haurà de valorar-se puntualment la possibilitat d'utilitzar EPI's segons els possibles contaminants físics o químics als quals pugui estar exposat durant les visites als diferents centres de treball objecte de visita.

L'Art. 14 de la Llei 31/1995 de prevenció de riscos laborals i la Llei 54/2003 de reforma de la Llei 31/1995, obliga **salut dels treballadors** l'Administració de la Comunitat Autònoma de les Illes Balears a **garantir la seguretat i la** públics al seu servei en tots els aspectes relacionats amb el treball.

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut .



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B IGUALTAT

Per aconseguir aquest objectiu serà necessària la realització de **l'avaluació de riscos laborals** per centre de feina i dels llocs de feina que hi estan adscrits. També que els treballadors de l'Administració es comprometin a dur a terme les accions i a prendre les mesures que puguin afectar de manera positiva la seva salut laboral.

Riscs del lloc de feina

- Riscs derivats de l'ús de PVD
- Sobreexforços i postures forçades
- Caigudes de persones al mateix nivell
- Caigudes de persones a diferent nivell
- Atropellaments o cops amb vehicles
- Cops o talls per objectes o eines
- Contactes elèctrics i encloses amb elements de màquines
- Incendis
- Altres riscos

Com eliminarem o reduïrem aquests riscos? D'una banda, amb les mesures preventives proposades en l'avaluació de riscos laborals del centre de treball i, de l'altra, amb la col·laboració dels treballadors en l'aplicació d'aquestes mesures de prevenció.

Mesures Preventives

Per **minimitzar aquests riscos**, cal que **els treballadors adoptin les mesures preventives** que es descriuen en aquesta fitxa per a cadascun dels riscos detectats, i que tenguin en compte tota la informació de les fitxes de recomanació següents, que hi ha en la pestanya de formació i informació de la pàgina web del Servei de Prevenció de Riscos Laborals del Govern de les Illes Balears:

- ✓ Fitxa de recomanació d'escaleres de mà
- ✓ Fitxa de recomanació d'extintors
- ✓ Fitxa de recomanació d'incendis
- ✓ Fitxa de recomanació ordre i neteja
- ✓ Fitxa de recomanació de la manipulació manual de càrregues
- ✓ Fitxa de recomanació de seguretat viària

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut.



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B I GUALTAT

A part d'aquesta informació, el **Servei de Prevenció de Riscos Laborals de la CAIB** disposa d'un **pla de formació anual** de temàtica relacionada amb la prevenció de riscos laborals que pot servir com a complement i el podeu trobar a la pestanya de **Novetats** de la pàgina web.

Mesures per prevenir risc derivats de l'ús de PVD

- Col·locau la pantalla, el teclat i el ratolí de manera que pugueu aconseguir un espai de treball adequat per evitar postures forçades.
- Situau la pantalla a la distància adequada (a 400 mm com a mínim) a fi que hagi un espai suficient davant el teclat i el ratolí per donar suport a les mans i als braços (aproximadament 10 cm).
- Regulau l'altura del seient de treball de manera que tant braços com cames formin un angle de 90° amb la superfície de treball i el terra, respectivament, amb la finalitat d'evitar possibles riscos de fatiga muscular.
- Si els peus no arriben còmodament a terra en l'angle de 90°, empraus els reposapeus (fitxa de recomanació "Pantalla de visualització de dades".)

Mesures per prevenir sobreesforços i postures forçades

- Manipulau les càrregues amb ajuda mecànica (carretons, maleta amb rodes, ...) o amb ajuda de persones.
- Quan s'han de manipular manualment, s'ha d'adoptar una postura correcta: esquena recta i cames flexionades.
- No gireu mai la cintura per agafar un objecte o quan tingueu una càrrega a les mans, la columna sempre ha d'estar recta (fitxa de recomanació "Manipulació manual de càrregues".)

Mesures per prevenir caigudes de persones al mateix nivell

- Les zones de pas i les sortides haurien de mantenir-se sempre degudament buides i convenientment senyalitzades.
- Netejau ràpidament qualsevol abocament o vessament que s'hi faci.
- Comprovau l'estat del sòl en l'interior dels edificis: si està mullat, si és relliscós, si hi ha escales...
- Evitau córrer pel centre de treball.

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut .



Mesures per prevenir caigudes de persones a distint nivell

- A les escales fixes no circuleu amb presses i extremau les precaucions (per exemple, inspeccionau l'estat de la superfície dels esglaons: si està mullada o si és relliscosa, utilitzau els passamans...)
- Si hi ha alguna situació potencialment perillosa, comunicar-la immediatament al cap.
- Si feis servir escales de mà, teniu en compte aquestes recomanacions:
 - No substituïu les escales per altres elements, com ara cadires, caixes, etc. Usau les escales de mà amb suports antilliscants i amb l'angle correcte de col·locació (75°).
 - Les escales de tisoires han de tenir un sistema que eviti que s'obrin (cadena o similar). No us hi poseu mai "a cavall".
 - L'ascens, el descens i el treball amb l'escala de mà sempre s'han de fer de cara a la feina per fer, mai d'esquena.
 - No les han d'emprar simultàniament dos treballadors (fitxa de recomanació "Esglaons de mà")

Mesures per prevenir cops o talls per objectes o eines

- Les prestatgeries han d'estar fixades a la paret o una amb l'altra. No s'han d'omplir excessivament els calaixos superiors dels arxivadors, ni s'ha d'obrir més d'un calaix al mateix temps.
- No s'han de carregar en excés armaris o prestatgeries, ni col·locar objectes pesats en la part superior.
- Entre llocs de treball hi ha d'haver una distància suficient per accedir-hi fàcilment.
- No retireu ni anul·leu la protecció dels equips de treball (guillotina manual). Llegiu el manual d'instruccions de les màquines abans d'utilitzar-les.
- Utilitzau els equips i les eines exclusivament en la forma i per a la tasca que han estat concebuts (tisoires, cúter, etc.).
- Guardau els objectes punxants o tallants després de fer-los servir.

Mesures per prevenir contactes elèctrics i encloses amb elements de màquines

- No introduïu les mans a la màquina trituradora de documents. Abans de netejar-la, apagueu-la i desconnecteu-la.
- No sobrecarregueu els endolls. Emprau bases d'endoll i clavilles amb presa a terra. No utilitzeu bases allargadores en mal estat; no s'han d'usar amb entroncaments deficients particularment pel sòl o zones humides. En desconnectar un equip elèctric, no estireu mai el cable, sinó la clavilla.
- S'ha de comunicar al servei de manteniment qualsevol anomalia observada en la instal·lació elèctrica, i no manipular-la.

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut.



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B IGUALTAT

Mesures per prevenir incendis

- S'ha de mantenir el lloc de treball net i ordenat (fitxa de recomanació "Ordre i neteja").
- No s'han de sobrecarregar els endolls; no connecteu diversos receptors de potència elevada en una sola presa.
- S'ha de conèixer la ubicació dels extintors en el centre de treball i la manera d'emprar-los (fitxes de recomanació "Incendis " i "Extintors").
- S'han de conèixer les sortides d'emergència; heu d'informar de les deficiències detectades a la persona responsable (sortides d'emergència tancades amb clau o obstaculitzades).

Mesures per prevenir altres riscos

- Tots els derivats de les zones o centres de treball que visiten. Adopció de totes aquelles mesures atenent a la zona o centre de treball a visitar (coordinacions d'activitats empresarials, epis, etc..)

Mesures per atropellaments o cops amb vehicles

- Conduïu prudentment i respectau el codi de circulació en els desplaçaments amb vehicle o motocicleta. Per evitar accidents de trànsit, controlau els factors següents: velocitat adequada, senyals de trànsit i bon manteniment del cotxe. Utilitzau l'armilla reflectora en baixar del vehicle.
- Quan camineu per la vorera, parau esment a l'entrada i sortida de vehicles dels garatges.
- Circulau sempre per la dreta, sense impedir la marxa de la resta de vianants. Quan hàgiu de travessar una calçada, abans de baixar de la vorera, mira a banda i banda per comprovar que tots els vehicles estan aturats (Vegeu la fitxa de recomanació "Seguretat viària")

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut .