

FICHA DE INFORMACIÓN DE PUESTO

MERCAOLID



UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID, S.A.
AV/ DEL EURO, nº24, VALLADOLID (VALLADOLID)

NOMBRE DEL PUESTO		MERCAOLID	
Secciones que le afectan			
<ul style="list-style-type: none"> · Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.) · Naves de descarga de cajas y punto limpio 		<ul style="list-style-type: none"> · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) · Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID 	
Elementos Estructurales que le afectan			
<ul style="list-style-type: none"> · Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.) : Escalera fija de servicio · Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Local de Aseo · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Muelle de Carga · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Vías de circulación · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Alcantarillado. · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Fosa séptica · Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escala · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escala · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera de caracol · Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Cubierta Transitible 		<ul style="list-style-type: none"> · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera fija de servicio · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Local de Aseo · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Portón vertical · Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escalera fija · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Cubierta Transitible · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Pasarela · Naves de descarga de cajas y punto limpio : Portón vertical · Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera fija · Naves de descarga de cajas y punto limpio : Vías de circulación 	
Equipos que utiliza			
<ul style="list-style-type: none"> · Herramientas manuales y eléctricas 			
Actividades que realiza			
<ul style="list-style-type: none"> · Desplazamientos de vehículos ligeros y pesados · Trabajo a turnos y nocturno 		<ul style="list-style-type: none"> · Tareas de control de accesos 	
Instalaciones que le afectan			
<ul style="list-style-type: none"> · Inst. de Protección contra Incendios. Alumbrado de Emergencia. · Instalación Eléctrica de Baja (Local Pública Concurrencia). · Instalación de Protección contra Incendios. Extintores. · Instalación de agua fría y agua caliente sanitaria · Señalización de evacuación 		<ul style="list-style-type: none"> · Instalación De Aire Acondicionado · Instalación Eléctrica de Baja Tensión · Instalación de Protección contra Incendios.BIEs. · Recorrido de evacuación y salidas de emergencia 	
<p>Observación: Además de los riesgos derivados de la actividad de su puesto cada trabajador está expuesto a los riesgos derivados de las condiciones de su entorno que en su caso estarán contemplados en la correspondiente ficha de riesgos generales de este centro de trabajo o bien deberá ser aportada por la empresa titular del centro donde desarrolle su actividad y los controles asociados a las entidades definidas</p>			
Equipos de protección individual requeridos para las diferentes actividades cuando proceda			
Protectores de la cabeza	<ul style="list-style-type: none"> · Cascos de protección contra choques e impactos 		
Protectores de manos y brazos	<ul style="list-style-type: none"> · Guantes contra las agresiones mecánicas 		
Protectores de pies y piernas	<ul style="list-style-type: none"> · Calzado de protección · Calzado de seguridad 		

Equipos de protección individual requeridos para las diferentes actividades cuando proceda

Anticaídas	<ul style="list-style-type: none"> Equipos de protección contra las caídas de altura: anclaje, conexión, arnés
Protección total del cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> Ropa de protección contra bajas temperaturas Ropa (retroreflectantes, fluorescentes). EN 471 Ropa y accesorios (brazaletes, guantes) de señalización (retroreflectantes, fluorescentes)

PERFIL FORMATIVO DEL PUESTO

- Aula Permanente de Construcción
- Formación específica por oficio: Electricidad
- Prevención de Riesgos en el manejo de máquinas y herramientas
- Riesgos y normas de actuación frente a un atraco
- Curso de formación nivel básico
- Prevención de Riesgos de incendios y planes de emergencia
- Ries.Asoc. a la seguridad vial

CONSIDERACIÓN PARA LA OCUPACION DEL PUESTO POR PARTE DEL COLECTIVO
EMBARAZADAS, LACTANCIA

Causa*	Localización	Observaciones	
No podrá haber riesgo de exposición	Trabajo nocturno	Tareas de control de accesos	El trabajo nocturno puede perturbar las funciones psicofísicas de la trabajadora embarazada por trastornos de sueño y modificación de los hábitos alimentarios, que afectan aparato digestivo y al sistema nervioso. Sobre el feto puede producir riesgo de aborto, bajo peso al nacer y parto prematuro. La OIT (R 95/52), la Directiva 92/85/CEE, y Ley 39/99, recomiendan que la mujer no realice trabajos nocturnos. Requiere valoración.
Puede influir negativamente	Choques, vibraciones o movimientos bruscos	Desplazamientos de vehículos ligeros y pesados	Los efectos patológicos para el embarazo son desprendimientos de placenta, mayor probabilidad de parto pre término y abortos espontáneos.
	Frío y calor extremos	Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.)	La mujer embarazada debe ser retirada de la exposición a condiciones de temperatura extrema (Se debe empezar a valorar por encima de 36° C y por debajo de 0°) desde el inicio de la gestación.
	Movimientos y posturas, carga física dinámica	Herramientas manuales y eléctricas, Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escala, Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera de caracol, Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escala, Trabajo a turnos y nocturno	Requiere adaptación de la actividad al estado de gestación
	Movimientos y posturas, Carga física estática	Tareas de control de accesos	Requiere adaptación del puesto al estado de gestación
	Trabajo en altura	Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escala, Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escala	Riesgo de caída. Limitar en función del estado de gestación.
	Trabajo nocturno	Trabajo a turnos y nocturno	El trabajo nocturno puede perturbar las funciones psicofísicas de la trabajadora embarazada por trastornos de sueño y modificación de los hábitos alimentarios, que afectan aparato digestivo y al sistema nervioso. Sobre el feto puede producir riesgo de aborto, bajo peso al nacer y parto prematuro. La OIT (R 95/52), la Directiva 92/85/CEE, y Ley 39/99, recomiendan que la mujer no realice trabajos nocturnos. Requiere valoración.

MENORES DE EDAD

Causa*	Localización	Observaciones	
Prohibido	Peligro de accidentes	Desplazamientos de vehículos ligeros y pesados, Tareas de control de accesos, Trabajo a turnos y nocturno	Golpes, atrapamientos, incendios, explosión, etc. por falta de experiencia o inmadurez. Art 27 ley 31/95.

MENORES DE EDAD		
Causa*	Localización	Observaciones
Riesgo de caída	Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escala, Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escala	Cualquier trabajo que se efectúe a más de cuatro metros de altura sobre el terreno o suelo, salvo que se realice sobre piso continuo y estable, tal como pasarelas, plataformas de servicios u otros análogos, que se hallen debidamente protegidos. Art 1 D 26/7/57.
Trabajo nocturno	Tareas de control de accesos	Se considera trabajo nocturno el realizado entre las diez de la noche y las seis de la mañana. (prohibición expresa).
Puede influir negativamente	Peligro de accidentes Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.), Herramientas manuales y eléctricas	Golpes, atrapamientos, incendios, explosión, etc. por falta de experiencia o inmadurez. Art 27 ley 31/95.

* Cuando la causa de la prohibición sea la producción de vapores o emanaciones tóxicos o de polvos perjudiciales, o bien el peligro de incendio o de explosión, se entenderá en general que no sólo se prohíbe el trabajo activo, sino también la simple permanencia en los locales en que aquel se ejecute.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID				
			PR (B: Bajo M: Medio A: Alto) CO (LD: Ligeramente Dañino D: Dañino ED: Extremadamente Dañino)	
Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.)				
Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Accidentes causados por seres vivos	Picaduras de insectos, mordeduras de animales como perros, roedores, etc. Sobre todo en zonas retiradas de los núcleos urbanos como urbanizaciones en el campo.	B	D	Tolerable
Exposición a agentes químicos	Por mala ventilación, renovación de aire y extracción de gases y humos cuando se trabaje en lugares cerrados; por el polvo del propio entorno de la obra y la circulación de vehículos por terrenos no asfaltados.	-	-	Moderado*
Pisada sobre objetos	Por la presencia de materiales y herramientas sin ordenar ni almacenar adecuadamente sobre el forjado y el propio terreno.	B	D	Tolerable
Caída de objetos por desplome o derrumbamiento	Permanencia junto a paramentos o estructuras recién levantados, acopios excesivos, inestables o junto a bordes de forjado, taludes, etc. En particular, con condiciones meteorológicas adversas.	B	ED	Moderado
Caída de personas al mismo nivel	Por la presencia de materiales y herramientas en la zona de trabajo, irregularidades del suelo en las zonas de tránsito en la obra (barro, encharcamientos, etc.)	B	D	Tolerable
Choques contra objetos inmóviles	Elementos salientes o punzantes en lugares de trabajo o zonas de tránsito.	B	D	Tolerable
Atropellos o golpes con vehículos	Por tránsito de vehículos y maquinaria en obra, o trabajos junto a éstos.	B	ED	Moderado
Caída de objetos desprendidos	Por el trabajo de personal en la misma vertical donde se encuentra el trabajador, por movimiento de cargas suspendidas, etc.	B	D	Tolerable
Exposición a temperaturas ambientales extremas	Durante la realización de trabajos a la intemperie.	B	D	Tolerable
Caída de personas a distinto nivel	Debido a la aparición de huecos sin proteger o deficientemente protegidos (horizontales, bordes de forjados, aberturas en paredes o tabiques, huecos de escaleras, zanjas, vaciados, etc.)	B	ED	Moderado
Incendios	Acumulación de materiales combustibles o inflamables, realización de fuegos para la eliminación de restos de materiales o para calentarse los operarios.	B	ED	Moderado
Exposición a agentes biológicos	Debido a la presencia de aguas negras y residuales en determinadas obras.	B	D	Tolerable
Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.)				
Normas procedimientos				
<ul style="list-style-type: none"> - Antes del inicio de la actividad, compruebe que el entorno es seguro. En caso de observar deficiencias al respecto comuníquelo a su encargado o inmediato superior. Usted debe conocer las medidas preventivas establecidas en el plan de seguridad y salud de la obra. - Atienda a la señalización existente (señalización de la obra y caminos de circulación), especialmente al tránsito de vehículos y utilice ropa reflectante en caso necesario. 				

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
 CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED:
 Extremadamente Dañino)

Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.)

Normas procedimientos

- En épocas estivales, ingiera líquidos (no alcohólicos) frecuentemente. Evite la acción directa del sol en la medida de lo posible. Realice descansos frecuentes. Lleve ropa de trabajo ligera, no permanezca con el torso descubierto y use crema de protección solar.
- Haga uso permanente de casco y calzado de seguridad en el interior de la obra.
- Los acopios de materiales se limitarán a lugares destinados a tal fin. Mantenga las zonas de paso libres de obstáculos.
- Los lugares de trabajo deben estar adecuadamente iluminados. Si detecta alguna deficiencia en la iluminación avise a su encargado. En caso necesario se utilice lámparas portátiles adecuadas.
- Mantenga la obra limpia de materiales y puntas en la medida de lo posible.
- No permanezca bajo cargas suspendidas o en zonas donde se estén realizando trabajos en niveles superiores, a menos que éstos estén adecuadamente protegidos.
- No permanezca junto a paramentos o estructuras recién levantados, acopios excesivos, inestables o junto a bordes de forjado, taludes, etc. En particular, con condiciones meteorológicas adversas.
- No realice fuegos.
- Para el acceso a zonas elevadas (aunque sea a poca altura) se han de emplear elementos adecuados (andamios, escaleras, etc.) Nunca utilice soportes de fabricación improvisada o acceda a zonas que carezcan de protección o se encuentren parcialmente protegidas. En caso de que, por necesidad de su trabajo, deba retirar protecciones colectivas, haga uso de protección personal (arnés anclado a punto de seguridad) y repóngalas cuando termine sus tareas.
- Siempre que no existan medios de protección colectiva tales como redes, barandillas o algún elemento de protección similar con el que se pueda garantizar la seguridad individual de los trabajadores, comuníquese inmediatamente a su encargado o a su inmediato superior, y use protección personal adecuada.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias)

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Choques contra objetos inmóviles	Posible presencia de objetos en zonas de paso. Colocación de las mercancías en las naves.	M	LD	Tolerable
Pisada sobre objetos	Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso. Restos de embalajes, frutas, pescado, etc.	B	D	Tolerable
Incendios	Ignición de materiales o elementos presentes. Instalaciones de climatización u oficinas.	B	D	Tolerable
Caída de personas al mismo nivel	Presencia de materiales u otros elementos en suelo de las zonas de paso. Se debe considerar zona húmeda el suelo de las naves.	B	D	Tolerable

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias)

Normas procedimientos

- Camine de forma segura, sin prisas, mirando dónde pisa.
- Contribuya a mantener ordenado el lugar de trabajo.
- Mantenga despejadas las zonas de paso, salidas de emergencia y el acceso a equipos de emergencia.
- Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento avise de inmediato para proceder a su reparación.

Naves de descarga de cajas y punto limpio

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Atropellos o golpes con vehículos	Maniobras de los vehículos. Color de iluminación y nivel de iluminación inadecuado en zona de punto limpio.	M	D	Moderado
Pisada sobre objetos	Presencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.	B	D	Tolerable
Incendios	Ignición de materiales o elementos presentes.	B	D	Tolerable
Choques contra objetos inmóviles	Posible presencia de objetos en zonas de paso	M	LD	Tolerable
Caída de personas al mismo nivel	Presencia de materiales u otros elementos en suelo de las zonas de paso.	B	D	Tolerable

Naves de descarga de cajas y punto limpio

Normas procedimientos

- Camine de forma segura, sin prisas, mirando dónde pisa.
- Contribuya a mantener ordenado el lugar de trabajo de cajas dejándolas en el área establecida para ello ayudando a los operarios de las naves en el orden de las mismas.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Naves de descarga de cajas y punto limpio

Normas procedimientos

- Cuando se produzca un derrame, desperdicios, plásticos, papeles, éste se recogerá a la mayor brevedad.
- Usará los equipos de protección y visibilidad. Guantes (EN 388), botas o calzado de seguridad (200 J) EN 345 y ropa de alta visibilidad (EN 471)
- Use el carril de carga y descarga para estacionar el vehículo. El vehículo siempre dispondrá la dirección hacia el punto limpio. Descenderá por el lado izquierdo de su puesto de conducción y nunca se dirigirá por el lado izquierdo, dado que se encuentra un carril de paso de vehículos. La descarga se realizará por el lado izquierdo del vehículo o por la parte trasera.
- 01. Antes de la puesta en marcha de la amasadora se deberá verificar que no haya terceras personas en zonas de riesgo de la amasadora, en especial en la operación de ascenso y descenso de la tolva en la misma.

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Choques contra objetos inmóviles	Golpes con mobiliario, cajones abiertos, etc.	M	LD	Tolerable
Caída de personas al mismo nivel	Por la presencia de materiales o derrames en el suelo.	B	D	Tolerable
Incendios	Ignición de materiales o elementos presentes.	B	ED	Moderado
Caída de objetos desprendidos	Posible caída de materiales desde mobiliario.	B	D	Tolerable

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID

Normas procedimientos

- Cerrar siempre los cajones y archivadores después de utilizarlos.
- Los materiales y objetos en estanterías se colocarán de forma que lo más pesado y voluminoso se sitúe en las zonas inferiores de las mismas.
- Mantener el orden y la limpieza. No dejar materiales en zonas de paso.
- No se sobrecargarán los enchufes.
- No sobrecargar las estanterías. Vigilar la verticalidad del almacenamiento.
- Usar los medios de climatización adecuadamente. La temperatura en invierno debería mantenerse entre 17 °C y 24°C y en Verano entre 23°C y 27°C. (RD486/97)

Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.) : Escalera fija de servicio

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Uso inadecuado de la escalera: no utilizar pasamanos de barandillas, subir o bajar con prisas, distraído, con cargas voluminosas...	B	ED	Moderado

Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.) : Escalera fija de servicio

Normas procedimientos

- No obstaculice la escalera por materiales, almacenamientos temporales, etc.
- Se recomienda utilizar calzado plano y con suela antideslizante.
- Si observa deficiencias de: iluminación, limpieza, desperfectos, avise al responsable.
- Utilice la escalera con precaución. No correr, no saltar, no llevar cargas de dimensiones o peso excesivos, etc.
- Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Alcantarillado.

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Posibilidad de entrada a alcantarilla desprotegida. Solicitud de autorización a la UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID.	B	ED	Moderado
Riesgos diversos	Entrada/permanencia en la alcantarilla, lo que implica la posible exposición a riesgos como: agentes biológicos, contacto con sustancias peligrosas, caídas al mismo o distinto nivel, ahogamiento, explosiones e incendios, choques, accidentes causados por seres vivos, etc.	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Alcantarillado.

Normas procedimientos

- Está prohibido el acceso al alcantarillado. Acceda únicamente si está formado y autorizado para ello, y tras haber comprobado que: dispone de las instrucciones operativas para el desarrollo del trabajo, así como de los medios necesarios para poder ejecutarlo (equipamiento, EPIs); no se encuentra solo; hay planificadas unas medidas de emergencia; se ha valorado la peligrosidad de la atmósfera interior y se han decidido las medidas preventivas pertinentes.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

 PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
 CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED:
 Extremadamente Dañino)

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Alcantarillado.
Normas procedimientos

- Evite el paso o la permanencia junto a la boca de la alcantarilla con ésta sin tapar o sin proteger contra caídas, en caso necesario se hará uso de sistema anticaídas.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Cubierta Transitable

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas al mismo nivel	Presencia de hielo, charcos, humedades, etc. o materiales u objetos sobre sobre la cubierta. Solicitud de autorización a la UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID.	M	LD	Tolerable
Caída de personas a distinto nivel	Al aproximarse al borde o en aberturas que pudieran existir. Solicitud de autorización a la UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID.	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Cubierta Transitable
Normas procedimientos

- Cuando la iluminación natural resulte insuficiente, haga uso de la instalación de alumbrado disponible o, a falta de ésta, utilice sistemas de iluminación portátiles.

- En ningún caso se aproxime y/o realice trabajos en la proximidad de huecos o desniveles que carezcan de la debida protección, sin antes haber adoptado las medidas necesarias para evitar el riesgo de caída (uso de equipos de trabajo, empleo de medios de protección colectiva y/o utilización de equipos de protección individual adecuados).

- En ningún momento se sitúe sobre elementos (tales como claraboyas, lucernarios, etc.) que no ofrezcan sobradas garantías de resistencia y estabilidad.

- Extreme las precauciones durante la permanencia y/o circulación sobre la cubierta, prestando especial atención a la posible presencia de desniveles, así como de elementos estructurales, canalizaciones, etc., tanto sobre los suelos, como por encima de las zonas de paso.

- Haga uso del casco de protección para la cabeza durante la circulación y/o permanencia sobre la cubierta siempre que exista riesgo de golpes contra elementos estructurales, canalizaciones, etc., que discurran sobre las zonas de paso, así como en los casos en que exista riesgo de caída de materiales (desprendidos, en manipulación, etc.) sobre la cubierta.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escala

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Uso inadecuado (Subir o bajar con prisas, llevando cargas, saltar desde algún escalón, sacar el cuerpo entre protecciones, con calzado inseguro, tacones, etc), o por estado inadecuado derivado de la acumulación de barro, hielo, etc. Solicitud de autorización a la UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID.	B	ED	Moderado
Caída de objetos desprendidos	Derivados del uso de la escala con personal que lleva herramientas u objetos	B	D	Tolerable
Golpes/cortes por objetos o herramientas	Rebabas metálicas, desperfectos.	B	D	Tolerable

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escala
Normas procedimientos

- Compruebe que la escala no presenta defectos y está libre de sustancias resbaladizas, como pueden ser barro, grasa, aceite, hielo

- Cualquier deficiencia que detecte en las escalas debe comunicarlo de inmediato a su superior

- No la utilice con objetos o herramientas en los bolsillos, de modo que se evite la caída de objetos

- No salte desde cualquiera de los escalones de una escala

- No suba o baje cargado de herramientas o materiales. Los materiales y/o herramientas necesarios se deberán subir o bajar utilizando algún sistema manual de izado y/o un portaherramientas apropiado

- No utilice calzado con tacones y revisarlo antes de utilizar una escala cerciorándose de que no tiene grasa, barro o cualquier otra sustancia deslizante. Usará los Epis recomendados: Calzado de seguridad y cuándo proceda, sistema anti caídas, guantes de seguridad, casco de protección..

- No utilice la escala si presenta antecedentes médicos sobre problemas de corazón, vértigos, mareos u otros impedimentos físicos que puedan hacer que la utilización de escalas fijas sea particularmente peligrosa.

- Sitúe el pie firmemente sobre cada escalón antes de transferir todo el peso a cada uno de los pies

- Suba o baje tranquilamente sin prisas evitando hacerlo corriendo o deslizándose sobre los largueros

- Subida de cara a la escala utilizando ambas manos para sujetar firmemente los escalones o largueros laterales.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera fija de servicio

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Uso inadecuado de la escalera: no utilizar pasamanos de barandillas, subir o bajar con prisas, distraído, con cargas voluminosas...	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera fija de servicio

Normas procedimientos

- No obstaculice la escalera por materiales, almacenamientos temporales, etc.
- Se recomienda utilizar calzado plano y con suela antideslizante.
- Si observa deficiencias de: iluminación, limpieza, desperfectos, avise al responsable.
- Utilice la escalera con precaución. No correr, no saltar, no llevar cargas de dimensiones o peso excesivos, etc.
- Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera fija

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Uso inadecuado de la escalera: no utilizar pasamanos de barandillas, subir o bajar con prisas, distraído, con cargas voluminosas...	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera fija

Normas procedimientos

- No obstaculice la escalera por materiales, almacenamientos temporales, etc.
- Se recomienda utilizar calzado plano y con suela antideslizante.
- Si observa deficiencias de: iluminación, limpieza, desperfectos, avise al responsable.
- Utilice la escalera con precaución. No correr, no saltar, no llevar cargas de dimensiones o peso excesivos, etc.
- Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Fosa séptica

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Posibilidad de entrada a fosa desprotegida. Solicitud de autorización a la UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID.	B	ED	Moderado
Riesgos diversos	Entrada/permanencia en la fosa séptica, lo que implica la posible exposición a riesgos como: agentes biológicos, contacto con sustancias peligrosas, caídas al mismo o distinto nivel, ahogamiento, explosiones e incendios, choques, accidentes causados por seres vivos, etc.	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Fosa séptica

Normas procedimientos

- Está prohibido el acceso a la fosa. Acceda únicamente si está formado y autorizado para ello, y tras haber comprobado que: dispone de las instrucciones operativas para el desarrollo del trabajo, así como de los medios necesarios para poder ejecutarlo (equipamiento, EPIs); no se encuentra solo; hay planificadas unas medidas de emergencia; se ha valorado la peligrosidad de la atmósfera interior y se han decidido las medidas preventivas pertinentes.
- Evite el paso o la permanencia junto a la boca de la fosa con ésta sin tapar o sin proteger contra caídas, en caso necesario se hará uso de sistema anticaídas.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Local de Aseo

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.	B	D	Tolerable

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Local de Aseo

Normas procedimientos

- Mantenga el local de aseo en correctas condiciones de orden y limpieza.
- Si detecta anomalías en el aseo (falta papel higiénico, secamanos estropeado, etc.) informe a su responsable.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Muelle de Carga

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Atropellos o golpes con vehículos	Tránsito de vehículos o equipos que circulan por el muelle.	B	ED	Moderado
Riesgos asociados a iluminación inadecuada	Condiciones de iluminación.	B	D	Tolerable
Caída de personas a distinto nivel	Realización de trabajos cerca de los bordes del muelle.	B	ED	Moderado
Choques contra objetos inmóviles	Presencia de obstáculos en la zona de trabajo.	B	D	Tolerable

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Muelle de Carga

Normas procedimientos

- Mantenga la distancia de seguridad con respecto a vehículos o equipos próximos, evite quedar atrapado entre los elementos fijos del muelle y los vehículos.
- Manténgase alejado del borde del muelle, mientras éste se encuentre desprotegido. Las protecciones se retirarán únicamente cuando el hueco vaya a estar protegido por el vehículo a cargar/descargar.
- Mientras permanezca en el muelle, mire antes de iniciar cualquier movimiento para no caer al vacío; esté atento a la distancia a la que se encuentra del borde del muelle.
- Tenga especial precaución cuando las condiciones climatológicas no sean favorables: lluvia, nieve, viento o bien cuando la actividad en el muelle sea intensa (varias cargas/descargas simultáneamente, poco tiempo disponible para las cargas/descargas, acumulación de materiales...).
- Transite por la zona sin prisas, no corra. Evite invadir las vías de circulación establecidas para vehículos.
- Utilice ropa acorde a las condiciones climatológicas.
- Utilice ropa de alta visibilidad durante su permanencia en el muelle de carga.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Pasarela

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Tránsito por una pasarela en condiciones desfavorables (inestabilidad, deterioro de la misma, presencia de materiales, etc.)	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Pasarela

Normas procedimientos

- Camine de forma segura, sin prisas, mirando dónde pisa.
- No obstaculice la pasarela con materiales, almacenamientos temporales, etc.
- Se recomienda utilizar calzado plano y con suela antideslizante.
- Si detecta algún tipo de desperfecto en el suelo, barandillas, etc. avise de inmediato para proceder a su reparación.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Portón vertical

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de objetos por desplome o derrumbamiento	Caída del portón, golpes con el mismo al pasar por debajo sin estar adecuadamente abierto.	B	D	Tolerable
Caída de personas al mismo nivel	Posible presencia de objetos, materiales en la zona de paso.	B	D	Tolerable
Sobreesfuerzos	Subida/bajada manual del portón.	B	D	Tolerable

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Portón vertical

Normas procedimientos

- A la hora de manipular manualmente la puerta, no realice movimientos bruscos y emplee siempre que sea posible elementos de agarre auxiliares (pértiga).
- Asegúrese que la puerta está correctamente sujeta cuando circule bajo la misma, nunca pase cuando se encuentre semiabierta.
- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento.
- Preste atención al circular por la puerta cuando sea utilizada a la vez que por vehículos.
- Si la puerta es de accionamiento manual, preste especial atención para evitar el atrapamiento de cualquier parte del cuerpo. También se ha de verificar que no hay nadie en la trayectoria de la puerta. En el caso de puertas automáticas está prohibido anular los dispositivos de seguridad.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Vías de circulación

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Atropellos o golpes con vehículos	Accidentes ocasionados por circulación de vehículos.	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Vías de circulación

Normas procedimientos

- Cuando detecte deficiencias en el pavimento de las vías circulación: agujeros, fisuras, hundimientos, irregularidades, falta de continuidad, falta de adherencia, informará de inmediato a su responsable para su subsanación.
- Cuando detecte deficiencias en la señalización, espejos, protecciones, iluminación, interferencias en vías, intersecciones, informará de inmediato a su responsable para su subsanación.
- Debe circular siempre por los lugares establecidos para ello. Evite el tránsito por las vías de circulación de los medios de transporte, excepto por las zonas habilitadas a tal fin, señalizadas adecuadamente y con buena visibilidad.
- Todos los trabajadores son responsables del mantenimiento del orden y limpieza en su entorno de trabajo.

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera de caracol

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Uso de la escalera de caracol.	B	ED	Moderado

Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) : Escalera de caracol

Normas procedimientos

- Evite circular por las escaleras cuando se encuentren mojadas.
- Extreme la precaución al circular con cargas por las escaleras. Mantenga la visibilidad.
- No suba ni baje con prisas, en grupo o charlando.
- No use la escalera de caracol como salida en caso de emergencia o evacuación.
- Procure llevar siempre calzado seguro (evite tacones, plataformas, chanclas)
- Use siempre el pasamanos y/o barandillas.

Naves de descarga de cajas y punto limpio : Portón vertical

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas al mismo nivel	Posible presencia de objetos, materiales en la zona de paso.	B	D	Tolerable
Caída de objetos por desplome o derrumbamiento	Caída del portón, golpes con el mismo al pasar por debajo sin estar adecuadamente abierto.	B	D	Tolerable
Sobreesfuerzos	Subida/bajada manual del portón.	B	D	Tolerable

Naves de descarga de cajas y punto limpio : Portón vertical

Normas procedimientos

- A la hora de manipular manualmente la puerta, no realice movimientos bruscos y emplee siempre que sea posible elementos de agarre auxiliares (pértiga).
- Asegúrese que la puerta está correctamente sujeta cuando circule bajo la misma, nunca pase cuando se encuentre semiabierta.
- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento.
- Preste atención al circular por la puerta cuando sea utilizada a la vez que por vehículos.
- Si la puerta es de accionamiento manual, preste especial atención para evitar el atrapamiento de cualquier parte del cuerpo. También se ha de verificar que no hay nadie en la trayectoria de la puerta. En el caso de puertas automáticas está prohibido anular los dispositivos de seguridad.

Naves de descarga de cajas y punto limpio : Vías de circulación

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Atropellos o golpes con vehículos	Accidentes ocasionados por circulación de vehículos.	B	ED	Moderado

Naves de descarga de cajas y punto limpio : Vías de circulación

Normas procedimientos

- Cuando detecte deficiencias en el pavimento de las vías circulación: agujeros, fisuras, hundimientos, irregularidades, falta de continuidad, falta de adherencia, informará de inmediato a su responsable para su subsanación.
- Cuando detecte deficiencias en la señalización, espejos, protecciones, iluminación, interferencias en vías, intersecciones, informará de inmediato a su responsable para su subsanación.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

 PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
 CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED:
 Extremadamente Dañino)

Naves de descarga de cajas y punto limpio : Vías de circulación
Normas procedimientos

responsable para su subsanación.

- Debe circular siempre por los lugares establecidos para ello. Evite el tránsito por las vías de circulación de los medios de transporte, excepto por las zonas habilitadas a tal fin, señalizadas adecuadamente y con buena visibilidad.
- Todos los trabajadores son responsables del mantenimiento del orden y limpieza en su entorno de trabajo.

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Cubierta Transitible

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas al mismo nivel	Presencia de hielo, charcos, humedades, etc. o materiales u objetos sobre la cubierta.	M	LD	Tolerable
Caída de personas a distinto nivel	Al aproximarse al borde o en aberturas que pudieran existir	B	ED	Moderado

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Cubierta Transitible
Normas procedimientos

- Cuando la iluminación natural resulte insuficiente, haga uso de la instalación de alumbrado disponible o, a falta de ésta, utilice sistemas de iluminación portátiles.
- En ningún caso se aproxime y/o realice trabajos en la proximidad de huecos o desniveles que carezcan de la debida protección, sin antes haber adoptado las medidas necesarias para evitar el riesgo de caída (uso de equipos de trabajo, empleo de medios de protección colectiva y/o utilización de equipos de protección individual adecuados).
- En ningún momento se sitúe sobre elementos (tales como claraboyas, lucernarios, etc.) que no ofrezcan sobradas garantías de resistencia y estabilidad.
- Extreme las precauciones durante la permanencia y/o circulación sobre la cubierta, prestando especial atención a la posible presencia de desniveles, así como de elementos estructurales, canalizaciones, etc., tanto sobre los suelos, como por encima de las zonas de paso.
- Haga uso del casco de protección para la cabeza durante la circulación y/o permanencia sobre la cubierta siempre que exista riesgo de golpes contra elementos estructurales, canalizaciones, etc., que discurran sobre las zonas de paso, así como en los casos en que exista riesgo de caída de materiales (desprendidos, en manipulación, etc.) sobre la cubierta.

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escala

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de objetos desprendidos	Derivados del uso de la escala con personal que lleva herramientas u objetos	B	D	Tolerable
Golpes/cortes por objetos o herramientas	Rebabas metálicas, desperfectos.	B	D	Tolerable
Caída de personas a distinto nivel	Uso inadecuado (Subir o bajar con prisas, llevando cargas, saltar desde algún escalón, sacar el cuerpo entre protecciones, con calzado inseguro, tacones, etc.), o por estado inadecuado derivado de la acumulación de barro, hielo, etc.	B	ED	Moderado

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escala
Normas procedimientos

- Compruebe que la escala no presenta defectos y está libre de sustancias resbaladizas, como pueden ser barro, grasa, aceite, hielo
- Cualquier deficiencia que detecte en las escalas debe comunicarlo de inmediato a su superior
- No la utilice con objetos o herramientas en los bolsillos, de modo que se evite la caída de objetos
- No salte desde cualquiera de los escalones de una escala
- No suba o baje cargado de herramientas o materiales. Los materiales y/o herramientas necesarios se deberán subir o bajar utilizando algún sistema manual de izado y/o un portaherramientas apropiado
- No utilice calzado con tacones y revisarlo antes de utilizar una escala cerciorándose de que no tiene grasa, barro o cualquier otra sustancia deslizante. Usará los Epis recomendados: Calzado de seguridad y cuándo proceda, sistema anti caídas, guantes de seguridad, casco de protección..
- No utilice la escala si presenta antecedentes médicos sobre problemas de corazón, vértigos, mareos u otros impedimentos físicos que puedan hacer que la utilización de escalas fijas sea particularmente peligrosa.
- Sitúe el pie firmemente sobre cada escalón antes de transferir todo el peso a cada uno de los pies
- Suba o baje tranquilamente sin prisas evitando hacerlo corriendo o deslizándose sobre los largueros
- Subida de cara a la escala utilizando ambas manos para sujetar firmemente los escalones o largueros laterales.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escalera fija

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Caída de personas a distinto nivel	Uso inadecuado de la escalera: no utilizar pasamanos de barandillas, subir o bajar con prisas, distraído, con cargas voluminosas...	B	ED	Moderado

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Escalera fija

Normas procedimientos

- No obstaculice la escalera por materiales, almacenamientos temporales, etc.
- Se recomienda utilizar calzado plano y con suela antideslizante.
- Si observa deficiencias de: iluminación, limpieza, desperfectos, avise al responsable.
- Utilice la escalera con precaución. No correr, no saltar, no llevar cargas de dimensiones o peso excesivos, etc.
- Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Local de Aseo

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.	B	D	Tolerable

Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID : Local de Aseo

Normas procedimientos

- Mantenga el local de aseo en correctas condiciones de orden y limpieza.
- Si detecta anomalías en el aseo (falta papel higiénico, secamanos estropeado, etc.) informe a su responsable.

Herramientas manuales y eléctricas

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Proyección de fragmentos o partículas	Proyección de partículas en operaciones con herramientas manuales de percusión (mazos, martillos) o determinadas herramientas eléctricas. Rotura de la herramienta.	B	D	Tolerable
Exposición a ruido	Generación de ruido por la propia herramienta.	-	-	Moderado*
Golpes/cortes por objetos o herramientas	Manipulación inadecuada de las herramientas manuales y/o eléctricas.	M	D	Moderado
Sobreesfuerzos	Sobreesfuerzos o gestos violentos a la hora de manipular las herramientas.	B	D	Tolerable
Exposición a vibraciones	Generación de vibraciones por la herramienta eléctrica, transmitidas al eje mano-brazo.	-	-	Moderado*
Contactos eléctricos	Contactos directos o indirectos por deficientes condiciones de la herramienta o uso en zonas húmedas.	M	D	Moderado

Herramientas manuales y eléctricas

Normas procedimientos

- Evite la presencia de herramientas en las zonas de paso, mantenga la limpieza y el orden.
- Guarde las herramientas en los sitios destinados específicamente a tal fin.
- Las herramientas eléctricas deberán conectarse siempre a bases normalizadas que cuenten con toma de tierra y protección diferencial, a menos que el equipo trabaje con voltajes de seguridad (24-50 V) y cuente con doble aislamiento, no siendo obligatorio por consiguiente que disponga de toma a tierra de sus masas.
- Mantenga limpias y en buen estado las herramientas eléctricas. Cualquier operación de mantenimiento la deberá realizar personal especializado evitando en todo caso efectuar reparaciones provisionales. Para el mantenimiento se deberán seguir las instrucciones del fabricante.
- Mantenga limpias y en buen estado las herramientas manuales (hojas correctamente afiladas, mangos adecuadamente sujetos, etc.). La reparación, afilado, templado o cualquier otra operación la deberá realizar personal especializado evitando en todo caso efectuar reparaciones provisionales. En general para el tratado y afilado de las herramientas se deberán seguir las instrucciones del fabricante.
- No utilice herramientas eléctricas convencionales o que produzcan llama o chispa en lugares con riesgo de explosión (lugares que contengan o hayan contenido líquidos, gases o sólidos combustibles, tales como depósitos, silos, almacenamientos de productos químicos, conducciones de gases inflamables, etc.). No utilice herramientas eléctricas conectadas a la red en lugares mojados.
- Transporte las herramientas en cajas, bolsas o cinturones especialmente diseñados para ello. Las herramientas no se deben llevar en los bolsillos sean punzantes o cortantes o no. Cuando suba escaleras o realice maniobras de ascenso o descenso, las herramientas se llevarán de forma que las manos queden libres.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
 CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Herramientas manuales y eléctricas

Normas procedimientos

- Una vez finalizado el uso de las herramientas se guardarán en un lugar para ello, en una funda u otro dispositivo que impida el corte al cogerlo.

Desplazamientos de vehículos ligeros y pesados

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Carga mental/factores psicosociales	Alto grado de atención, condiciones desfavorables atmosféricas, de tráfico, del estado de las calzadas, etc.	-	-	Moderado*
Fatiga visual	Deslumbramientos, reflejos, elevada información visual, sequedad de ojos, etc.	A	LD	Moderado
Carga física	Estatismo, movimientos repetitivos de miembros superiores e inferiores, posturas inadecuadas, etc.	-	-	Moderado*
Accidentes de tráfico	Conducción de vehículos	B	D	Tolerable
Atropellos o golpes con vehículos	Operaciones realizadas junto a la calzada	B	D	Tolerable

Desplazamientos de vehículos ligeros y pesados

Normas procedimientos

- Antes de iniciar la conducción asegúrese de que el vehículo está en perfectas condiciones.
- Cuando las condiciones ambientales de iluminación lo requieran utilice gafas de sol.
- En caso de necesidad de parar en el arcén sitúe el vehículo lo más alejado de la vía de circulación, no salga del vehículo sin el chaleco reflectante y señalice el vehículo según las normas reglamentarias.
- No fume cuando se esté repostando. Está prohibido el uso del móvil en gasolineras.
- Regule el asiento, espejos, etc. para adoptar una posición adecuada, con la espalda recta y los brazos ligeramente flexionados.
- Respete las normas de circulación y de seguridad vial.
- Se recomienda parar cada 2 horas de conducción ininterrumpida saliendo del vehículo para estirar las piernas.
- Si se está medicando, se consulte al médico o al farmacéutico sobre los posibles efectos secundarios en la conducción.

Tareas de control de accesos

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Accidentes causados por seres vivos	Agresiones causadas por personas (peleas, riñas, etc.) producidas en el desempeño de sus funciones.	B	D	Tolerable
Carga mental/factores psicosociales	Posibilidad de desarrollar un ritmo de trabajo elevado y/o bajo, en condiciones de aislamiento y/o monotonía, condicionado por las características técnicas de los centros de trabajo de los clientes.	-	-	Moderado*
Exposición a temperaturas ambientales extremas	En caso de trabajo a la intemperie expuesto a condiciones climáticas adversas (frío, calor, viento, lluvia), variables a lo largo del día o de la noche, así como en función de la época del año.	M	LD	Tolerable
Carga física	Debido a la posibilidad de permanecer en posición de pie o sentado tiempos superiores a dos horas, controlando la entrada de vehículos y/o personas en el centro de trabajo.	-	-	Moderado*
Atropellos o golpes con vehículos	Posibilidad de que se produzca un atropello durante el control de entrada de vehículos	B	ED	Moderado

Tareas de control de accesos

Normas procedimientos

- Alterne posturas de pie y sentado. Es recomendable realizar descansos de 5 a 10 minutos o llevar a cabo alguna otra actividad diferente, que no sea una posición estática sin movimiento.
- Cuando realice rondas, lleve consigo una linterna y un comunicador o móvil para avisar de situaciones adversas.
- En verano, siempre que sea posible, busque lugares con sombra y haga uso, siempre que el trabajo lo permita, de sombrillas y asientos.
- Evite situarse en zonas de circulación, detrás de vehículos, delante de vehículos para intentar pararlos. Haga uso de chalecos reflectantes.
- Haga uso de linternas en caso de trabajos en lugares de escasa iluminación

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Tareas de control de accesos

Normas procedimientos

- La manipulación de las puertas de acceso (eléctricas o manuales) sólo la realizarán personal específicamente capacitado, siguiendo las instrucciones del fabricante o importador.
- Manténgase en contacto con otros compañeros de forma que se minimice la sensación de aislamiento y monotonía.
- Nunca se enfrente con atracadores, personas en actitud agresiva, con animales ¿
- Solicite ayuda en caso de que se den situaciones violentas.
- Use siempre que sea posible se usarán elementos mecánicos auxiliares (carritos, etc.).

Trabajo a turnos y nocturno

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Carga mental/factores psicosociales	Por alteración de los ritmos biológicos de vigilia-sueño y alimentación, así como las relaciones familiares y sociales.	-	-	Moderado*

Trabajo a turnos y nocturno

Normas procedimientos

- Debe aumentar el número de períodos en los que se pueda dormir de noche, realizar descanso después de hacer el turno de noche, o acumular días de descanso y ciclos de rotación distintos a lo largo del año.
- Evite realizar tareas que supongan una elevada atención en la franja horaria entre las 3 y las 6h. de la madrugada.
- Haga ejercicio regularmente.
- Intente conseguir espacios oscuros y silenciosos para dormir.
- Procure mantener un horario regular de comidas. Evite ingerir comidas pesadas, tomar alcohol, cafeína y estimulantes en general dos o tres horas antes de acostarse.
- Se recomienda desarrollar una estrategia de adaptación. Conseguir el soporte de familiares y amigos.

Inst. de Protección contra Incendios. Alumbrado de Emergencia.

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Riesgos diversos	Aparición de deficiencias en los sistemas de iluminación de emergencia.	B	ED	Moderado

Inst. de Protección contra Incendios. Alumbrado de Emergencia.

Normas procedimientos

- Avise a su superior directo cuando detecte un fallo en la instalación de iluminación de emergencia.
- No manipule los interruptores ni diferenciales correspondientes a la iluminación de emergencia.

Instalación De Aire Acondicionado

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Atrapamientos por o entre objetos	Posible atrapamiento con elementos móviles	B	ED	Moderado
Proyección de fragmentos o partículas	Posible rotura o proyección de elementos sometidos a esfuerzos	B	ED	Moderado
Exposición a ambiente interior	Disconfort debido a la posible existencia esporádica de olores molestos. Aire viciado, difusión de olores de zonas colindantes, etc.	B	D	Tolerable
Incendios	Debido a posibles sobrecargas o sobrecalentamientos de los equipos de la instalación	B	ED	Moderado
Explosiones	Posible estallido de elementos a presión de la instalación	B	ED	Moderado
Exposición a ambiente interior	Disconfort térmico debido a una mala regulación ocasional de la instalación (condiciones de temperatura y humedad)	M	D	Moderado
Contactos eléctricos	Posibles defectos de conservación de los equipos	B	ED	Moderado
Proyecciones	Fugas eventuales debidas a fallos del equipo, falta de mantenimiento, u otras causas.	B	ED	Moderado
Exposición a ambiente interior	Disconfort debido a la eventual no renovación de aire (concentraciones elevadas de dióxido de carbono)	M	D	Moderado

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Instalación De Aire Acondicionado

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Exposición a agentes biológicos	Debido a la posible proliferación de microorganismos en los elementos de la instalación. Falta de limpieza o mantenimiento	B	D	Tolerable
Vibraciones	Posible transmisión de vibraciones mecánicas desde los elementos móviles de la instalación a elementos estructurales del edificio. Falta de un correcto mantenimiento de la instalación	M	D	Moderado
Exposición a ruido	Por ocasionales deficiencias en la instalación o el aislamiento acústico de los equipos	B	D	Tolerable
Contactos térmicos	Posible contacto con elementos a temperaturas extremas o con el gas refrigerante	B	ED	Moderado

Instalación De Aire Acondicionado

Normas procedimientos

- Con el fin de prevenir riesgos por sobrecalentamiento de la instalación y maximizar la eficiencia energética, no fuerce el funcionamiento de los equipos de acondicionamiento de aire. Con esta finalidad, debe hacerse un uso racional de la energía mediante una regulación adecuada del sistema, de manera que no se deberían programar temperaturas inferiores a los 23°C en verano ni superiores a esa cifra en invierno. En caso de equipos dotados de sistemas de humectación, su programación debe estar comprendida entre el 40% y el 60% de la humedad relativa. No mantenga el equipo funcionando con ventanas u otros huecos abiertos.
- La renovación de aire es esencial para conseguir unas condiciones saludables del ambiente interior. Con este fin, regulé la instalación de manera que se mantengan tasas de ventilación adecuadas de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de Instalaciones Térmicas en los Edificios. Para las instalaciones que no disponen de sistema de ventilación, deberá renovar periódicamente el aire interior abriendo las ventanas u otros elementos que permitan la entrada de aire exterior.
- No accederá a las zonas destinadas a los equipos de climatización (cuartos de máquinas, cubiertas, etc.) si no está autorizado para ello y conoce las medidas de seguridad a seguir en estos recintos. Respete toda la señalización existente que prohíbe la entrada a estas zonas. Si eventualmente necesita acceder para alguna comprobación visual, lo hará siempre acompañado del responsable de la instalación y siempre siguiendo sus instrucciones relativas a las medidas de prevención a tomar.
- No obstaculice nunca el movimiento del aire en los difusores o rejillas de los equipos. Comunique cualquier situación de disconfort al responsable de la instalación para su subsanación.
- Notifique al responsable de la instalación cualquier anomalía, desperfecto o deficiencia que observe en el sistema de climatización.
- Regule el sistema de climatización de forma que se mantengan unas condiciones adecuadas de confort para los usuarios de la instalación. Estas condiciones se adaptarán, en función de las actividades desarrolladas en el interior del área climatizada, a lo establecido en el RD 486/97 sobre condiciones de seguridad y salud en lugares de trabajo. En ningún caso se excederán los rangos de 17-27°C para la temperatura seca y de 30-70% para la humedad relativa.
- Utilice los equipos de acondicionamiento de aire siguiendo en todo momento las instrucciones del fabricante. Podrá realizar únicamente las operaciones y/o revisiones correspondientes al usuario, según la información del fabricante. El resto de operaciones las realizará el personal de la empresa mantenedora responsable de la instalación.

Instalación Eléctrica de Baja (Local Pública Concurrencia).

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Contactos eléctricos	Contacto con partes activas de la instalación eléctrica por uso inadecuado, defectos en la misma, o en los equipos conectados.	B	ED	Moderado
Incendios	Calor, chispas o arco eléctrico generado por defectos en la instalación o mal uso de la misma.	B	ED	Moderado

Instalación Eléctrica de Baja (Local Pública Concurrencia).

Normas procedimientos

- Manipule siempre la instalación y los aparatos eléctricos con las manos y pies secos.
- Mantenga cerrados los cuadros eléctricos y no almacene objetos en su interior.
- No conecte cables manteniéndolos enrollados para evitar el calentamiento de los mismos.
- No manipule la instalación eléctrica si no está autorizado para ello y no tiene formación específica.
- No tire directamente de los cables para la desconexión de los equipos, hágalo sujetando la base y tirando de la clavija.
- No utilice ladrones o clavijas múltiples para hacer conexiones en un mismo enchufe. Si es necesario, utilice bases múltiples, respetando siempre la limitación de potencia indicada en las mismas y en su caso, la continuidad eléctrica de la toma de tierra.
- Nunca conecte a la red ni utilice aparatos eléctricos con cables pelados, clavijas y enchufes rotos.
- Si un equipo eléctrico le da "calambre" es porque hay una derivación indeseada de corriente. Desconecte el equipo y avise al responsable de mantenimiento o a su superior.

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
 CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Instalación Eléctrica de Baja Tensión

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Incendios	Calor, chispas o arco eléctrico generado por defectos en la instalación o mal uso de la misma.	B	ED	Moderado
Contactos eléctricos	Contacto con partes activas de la instalación eléctrica por uso inadecuado, defectos en la misma, o en los equipos conectados.	B	ED	Moderado

Instalación Eléctrica de Baja Tensión

Normas procedimientos

- Manipule siempre la instalación y los aparatos eléctricos con las manos y pies secos.
- Mantenga cerrados los cuadros eléctricos y no almacene objetos en su interior.
- No conecte cables manteniéndolos enrollados para evitar el calentamiento de los mismos.
- No manipule la instalación eléctrica si no está autorizado para ello y no tiene formación específica.
- No tire directamente de los cables para la desconexión de los equipos, hágalo sujetando la base y tirando de la clavija.
- No utilice ladrones o clavijas múltiples para hacer conexiones en un mismo enchufe. Si es necesario, utilice bases múltiples, respetando siempre la limitación de potencia indicada en las mismas y en su caso, la continuidad eléctrica de la toma de tierra.
- Nunca conecte a la red ni utilice aparatos eléctricos con cables pelados, clavijas y enchufes rotos.
- Si un equipo eléctrico le da "calambre" es porque hay una derivación indeseada de corriente. Desconecte el equipo y avise al responsable de mantenimiento o a su superior.

Instalación de Protección contra Incendios. Extintores.

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Incendios	Carencias o inadecuado uso y mantenimiento de los extintores.	B	ED	Moderado

Instalación de Protección contra Incendios. Extintores.

Normas procedimientos

- De forma general, utilice los extintores de agua o polvo ABC para apagar sólidos, y los de CO2 para fuegos en proximidad de instalaciones eléctricas o elementos en tensión (cuadros eléctricos, equipos eléctricos, etc.).
- No bloquee el acceso a los extintores.
- No manipule los extintores cuando no sea estrictamente necesario.

Instalación de Protección contra Incendios.BIEs.

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Incendios	Carencias o inadecuado uso y mantenimiento de las Bocas de Incendio Equipadas (BIE).	B	ED	Moderado

Instalación de Protección contra Incendios.BIEs.

Normas procedimientos

- No bloquee el acceso a las BIEs.
- No manipule las BIEs cuando no sea estrictamente necesario.

Instalación de agua fría y agua caliente sanitaria

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de la bacteria legionela	B	ED	Moderado

Instalación de agua fría y agua caliente sanitaria

Normas procedimientos

- El usuario de la instalación debe avisar a un profesional cualificado ante la detección de cualquier anomalía.
- No se manipule elementos de la instalación (tales como llaves, válvulas, etc.), cuya manipulación no esté destinada al usuario.

Recorrido de evacuación y salidas de emergencia

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Incendios	Condiciones inadecuadas de la vías de evacuación y salidas de emergencia (presencia de obstáculos, iluminación,etc.)	B	ED	Moderado

RIESGOS DERIVADOS: MERCAOLID

PR (B: Bajo | M: Medio | A: Alto)
 CO (LD: Ligeramente Dañino | D: Dañino | ED: Extremadamente Dañino)

Recorrido de evacuación y salidas de emergencia

Normas procedimientos

- Evite los almacenamientos temporales en zonas de paso. Se deberá evitar en todo momento que existan elementos que obstaculicen los recorridos de evacuación y puertas de emergencia.
- Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento de los recorridos de evacuación (huecos, grietas) y/o salidas de emergencia, avise de inmediato para proceder a su reparación.

Señalización de evacuación

Riesgo	Causa	PR	CO	NR
Incendios	Condiciones inadecuadas de señalización (poca visibilidad, iluminación, etc.)	B	ED	Moderado

Señalización de evacuación

Normas procedimientos

- Avise a su superior directo cuando detecte la falta o caída de la señalización.
- No manipule ni tape la señalización de evacuación.
- Si detecta algún tipo de desperfecto en la señalización de evacuación avise de inmediato para proceder a su reparación.

*Requiere Evaluación Complementaria/Estudio Específico para su valoración definitiva. Ver anexos de la evaluación de riesgos. Una vez realizados los Estudios Específicos, consultar el documento correspondiente para conocer la valoración definitiva del nivel de riesgo.





UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID, S.A.

AV/ DEL EURO, nº24, VALLADOLID (VALLADOLID)

Concierto: 11510 / R1

FICHA DE INFORMACIÓN DE PUESTO

Código IDCI: 20020000000602

Código EPRL: 20170606222513



NORMAS DE ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA



NORMAS DE ACTUACIÓN ANTE PICADURAS Y MORDEDURAS DE ANIMALES

PICADURAS POR INSECTOS (abejas, avispas, abejorros, hormigas, etc.)



ACTUACION: en alérgicos **ACTIVAR sistema de emergencias (112)**

- Extraer el aguijón, si existiese, con ayuda de unas pinzas
- Limpiar la herida con agua y jabón y aplicar povidona yodada (betadine)
- Aplicar sobre la picadura una gasa empapada en agua fría o hielo
- Si no se puede extraer el aguijón, aplicar sobre la picadura bicarbonato con agua.
- Si las picaduras son múltiples, sumergir la parte del cuerpo afectada en agua fría mezclada con bicarbonato, al menos durante 15 minutos.
- Derivar a centro médico en caso de picaduras múltiples o reacción local importante

QUE NO HACER:

- Aplicar barro, saliva, pasta de dientes u otros remedios caseros
- Rascarse, frotar la parte afectada

MORDEDURAS POR SERPIENTES



ACTUACION: **Traslado urgente al hospital**

Mientras tanto:

- Tumbarse y tranquilizar a la víctima
- Disminuir el flujo sanguíneo de la zona con un pañuelo
- Presionar en el punto de la mordedura para provocar sangrado
- Aplicar frío local

QUE NO HACER:

- Incisión de la piel
- Succionar (chupar) la zona de la mordedura
- Tomiquetes

MORDEDURAS POR ANIMALES POTENCIALMENTE RABIOSOS (perros, gatos, roedores ...)



ACTUACION: **Acudir rápidamente a un centro sanitario**

- Si es un **perro**, ponerse en contacto con el dueño para certificar que el animal se halla vacunado durante el último año. El perro se pondrá en cuarentena y será sometido a observación. Es necesario observarlo y vigilar la conducta del perro para precisar si está o no, rabioso.
Para el resto de **animales domésticos**, se les pondrá en cuarentena y serán sometidos a observación.
Si se trata de una **rata u otro animal silvestre**, intentar matarlo, introducirlo en una bolsa de plástico y meterlo en una cámara frigorífica para posible estudio.
- Lavar la herida con agua y jabón abundante

QUE NO HACER:

- Lavar la herida con alcohol o agua oxigenada
- Aplicar pomada antiséptica, espere a que le sea prescrita por personal sanitario



UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID, S.A.

AV/ DEL EURO, nº24, VALLADOLID (VALLADOLID)

Concierto: 11510 / R1

FICHA DE INFORMACIÓN DE PUESTO

Código IDCI: 20020000000602

Código EPRL: 20170606222513



MEDIOS HUMANOS: EQUIPOS DE EMERGENCIA



MEDIOS HUMANOS: EQUIPOS DE EMERGENCIA

JEFE DE EMERGENCIAS		OBSERVACIONES
TITULAR:	JOSE ANDRES HERNANZ ZURRO	
SUSTITUTO:	DAVID PEREZ CONESA	
SUSTITUTO:	JAVIER PASTOR ANTOLIN	

OBSERVACIONES GENERALES

EL LUGAR DE CONCENTRACION LO DEFINIRA EL DIRECTOR DE SEGURIDAD CONFORME A LAS INDICACIONES QUE RESULTEN DE LA ACTUACIÓN CONCRETA.

TELÉFONOS DE URGENCIA

Ambulancias	061	Bomberos	080
Centro de coordinación de Emergencias	112	Cuerpo nacional de policía	091
Guardia civil	062	Ibermutuamur (24h-900506070)	983 333 108
Policía municipal	092	Urgencias toxicológicas	915 620 420

PUNTO DE CONCENTRACIÓN

Frente a puerta principal de entrada a oficinas de la Unidad Alimentaria de Valladolid

MAPA DE SITUACIÓN



REGISTRO DE ENTREGA DE INFORMACION

NOMBRE DEL TRABAJADOR	
PUESTO DE TRABAJO	MERCAOLID

Tal y como indica la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales y, en cumplimiento de su artículo 18, hacemos entrega, al trabajador arriba mencionado de la siguiente información; además ponemos en su conocimiento que tiene a su disposición el plan de prevención de riesgos laborales

Información entregada

Actividades	Equipos
<ul style="list-style-type: none"> - Desplazamientos de vehículos ligeros y pesados - Tareas de control de accesos - Trabajo a turnos y nocturno 	<ul style="list-style-type: none"> - Herramientas manuales y eléctricas
	Normas de actuación
<p style="text-align: center;">Secciones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Accesos Torre Mercaolid (Luminosos, baliza, etc.) - Mercaolid (Pescado, Frutas y Hortalizas y Actividades Complementarias) - Naves de descarga de cajas y punto limpio - Oficina UNIDAD ALIMENTARIA DE VALLADOLID 	<ul style="list-style-type: none"> - Normas de actuación frente a emergencias por picaduras o mordeduras
<p style="text-align: center;">Instalaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inst. de Protección contra Incendios. Alumbrado de Emergencia. - Instalación De Aire Acondicionado - Instalación Eléctrica de Baja (Local Pública Concurrencia). - Instalación Eléctrica de Baja Tensión - Instalación de Protección contra Incendios. Extintores. - Instalación de Protección contra Incendios.BIEs. - Instalación de agua fría y agua caliente sanitaria - Recorrido de evacuación y salidas de emergencia - Señalización de evacuación 	

Fecha de entrega	
Firma	

