



GUIA PREVENTIVA PER A ACTIVITATS QUE ES DESENVOLUPIN FORA DEL CAMPUS

UAB
Universitat Autònoma
de Barcelona



**GUIA
PREVENTIVA
PER A
ACTIVITATS
QUE ES
DESENVOLUPIN
FORA DEL
CAMPUS**

Continguts i redacció:

Universitat Autònoma de Barcelona
Àrea de Prevenció i Assistència
amb la col·laboració de Ferran Mateo Pardo
Edifici A
08193 Bellaterra (Cerdanyola del Vallès)
A/e: a.prevencio.assistencia@uab.cat

Fotografies:

Àrea de Prevenció i Assistència
Servei de publicacions

Edició:

Universitat Autònoma de Barcelona
Servei de Publicacions

Índex

Presentació	7
Introducció.....	7
Quin n'és l'objectiu?	7
Contacte del Servei de Prevenció de la UAB	7
1. Convenis	8
2. Emergències als centres de treball. Pla d'autoprotecció	10
3. Recomanacions preventives bàsiques	13
4. Senyalització de seguretat i emergència.....	16
4.1. Senyals de prohibició	18
4.2. Senyals d'obligació	18
4.3. Senyalització de lluita contra incendis.	18
4.4. Senyals de salvament o socors.....	19
4.5. Senyals d'advertència	19
5. Treball en laboratori.....	20
5.1. Risc químic	20
5.2. Risc biològic.	21
5.3. Risc físic.....	22
6. Riscos específics d'espais crítics	28
6.1. Treballs en alçada	28
6.2. Treball en espais confinats	34

7. Estades en altres universitats o institucions. Planificació preventiva	35
7.1. Per a estades superiors a una setmana	35
8. Sortides amb alumnes. Planificació preventiva.....	38
8.1. Registre d'acceptació de l'alumne/a	41
9. Sortides de camp de personal investigador. Planificació preventiva.....	43
9.1. Normes generals de seguretat	45
10. Maternitat	47
11. Dades d'interès	48
Principals referències legals	48

Presentació

Introducció

S'entén per prevenció el conjunt d'activitats o mesures adoptades o previstes en totes les fases de l'activitat de l'empresa amb la finalitat d'evitar o controlar els riscos derivats del treball.

Per a la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB), la prevenció de riscos laborals constitueix una peça fonamental a l'hora de planificar i dur a terme qualsevol activitat, sigui docent, de recerca, de gestió o d'esbarjo. Per aquest motiu, s'ha realitzat aquesta guia informativa, que pot servir de referent per als empleats/ades de la UAB a l'hora de planificar i dur a terme qualsevol de les activitats abans esmentades fora dels campus de la UAB.

Quin n'és l'objectiu?

Aquesta guia s'adreça a tots aquells treballadors que, mitjançant convenis de col·laboració, portin a terme tasques dins les instal·lacions d'empreses o organitzacions externes a la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB).

L'objectiu d'aquesta guia és assessorar els membres de la institució i facilitar-los les eines per poder millorar les condicions de seguretat i salut del nostre personal (acadèmic, d'administració i serveis, i investigador en formació), durant les seves activitats en altres centres i institucions, dins el marc legal establert (Llei 31/1995, RD 171/04).

D'altra banda i per tal de fer extensiva aquesta guia al màxim de membres de la comunitat universitària,

s'estableix una sèrie de recomanacions per facilitar el desenvolupament segur de les pràctiques de camp o visites a empreses i institucions que puguin realitzar els estudiants fora de les instal·lacions de la UAB.

Per a més informació, sempre podeu contactar amb el Servei de Prevenció (SP) de la UAB a través de:



Contacte del Servei de Prevenció de la UAB

Telèfon: **93 581 19 50**

Adreça electrònica:

a.prevencio.assistencia@uab.cat

Intranet de la UAB:

Espai de treball/Prevenció de Riscos

1. Convenis

Habitualment, les activitats entre la UAB i altres organitzacions es regula mitjançant un conveni de col·laboració.

Quan redacteu un conveni heu de tenir en compte que pot ser convenient introduir-hi un seguit de clàusules que defineixin les responsabilitats en alguns aspectes preventius. Cal tenir present que el marc legal en matèria de prevenció estableix la necessitat de col·laboració entre entitats diferents quan els seus treballadors coincideixen en un mateix centre de treball.

Aquesta responsabilitat recau especialment, però no de manera exclusiva, sobre el titular del centre de treball receptor de treballadors; en aquest cas, de la institució amb qui col·labora la UAB.

En aquest sentit, el Servei de Prevenció proposa les clàusules següents, que han de servir de model i que poden adequar-se a les diverses situacions que es puguin donar.

Proposta de clausulat

- ⊗ El titular del centre de treball o de les instal·lacions ha de facilitar a la part nouvinguda la informació rellevant en relació amb els riscos habituals en els espais on es desenvoluparà l'activitat, així com de les mesures de prevenció/ protecció existents. Igualment informarà de qualsevol mesura complementària a les ja implantades per la mateixa empresa que pugui ser necessària.
- ⊗ S'ha de facilitar a la part nouvinguda la informació relativa a les consignes d'emergència establertes al centre receptor/col·laborador.
- ⊗ S'ha de facilitar informació sobre els mètodes, protocols de treball i normatives internes de seguretat existents, incidint especialment en totes aquelles limitacions i prohibicions que puguin existir al centre de treball.
- ⊗ La UAB i l'entitat col·laboradora han d'acordar i establir en el clausulat del conveni, si escau, a qui correspon el lliurament dels equips de protecció individual (EPI) per al desenvolupament de les activitats.

2. Emergències als centres de treball

Pla d'autoprotecció

Tot centre de treball ha de disposar de l'anomenat pla d'autoprotecció. Amb la redacció i la implantació d'aquest document es pretén fer un ús òptim dels mitjans tècnics i organitzatius existents a l'empresa, amb la finalitat de reduir al mínim les possibles conseqüències humanes i econòmiques en cas que es produeixi una emergència al centre de treball.

Per això, és de vital importància que qualsevol membre de la UAB que treballi en centres aliens sigui informat i, per tant, conegui les mesures d'emergència establertes al centre.

A tall informatiu i de forma genèrica, els diferents estadis de les emergències són:



Conat d'emergència

És aquella situació anòmla o accidental que pot ser controlada i dominada de forma senzilla i ràpida pels equips d'intervenció propis del centre. No implica l'actuació d'ajudes externes ni l'evacuació del recinte.

Emergència parcial

Afecta una zona determinada i s'ha d'avisar els bombers o altres ajudes externes si els mitjans propis no són suficients per gestionar l'emergència. Pot obligar a evacuar part de l'edifici (normalment un sector d'incendi).

Emergència general

És la resposta a l'accident que requereix l'actuació de tots els equips d'emergència i mitjans de protecció i l'ajuda de mitjans de socors i salvament externs. Comporta l'evacuació o el confinament total del centre de treball.

Cal exigir la informació relativa a la gestió de les emergències fent especial incidència en:

- ⊗ Com es transmet el senyal d'emergència d'evacuació del centre de treball (sirena acústica, avís lluminós, megafonia, avís telefònic, etc.) als usuaris de l'edifici.
- ⊗ Els equips humans i la infraestructura previstos per a una evacuació correcta i efectiva (retolació, equips humans d'evacuació, extinció...).
- ⊗ Les vies d'evacuació i els punts de trobada exteriors previstos.
- ⊗ Els llocs interiors previstos per a un confinament.
- ⊗ Com podeu comunicar qualsevol incidència o emergència que tingui lloc a les instal·lacions que freqüenteu (telèfon d'emergència, persona de contacte...).



Recordeu que en cas d'evacuació:

- ⊕ Heu de deixar les instal·lacions o els aparells que estiguen utilitzant de forma que no suposin un risc.
- ⊕ És important evitar les corredisses i els crits en el moment de l'evacuació.
- ⊕ No heu de retrocedir ni entretenir-vos a recollir objectes personals.
- ⊕ Un cop arribeu al punt de trobada, heu d'esperar que es dugui a terme el recompte (si és procedent).

Recordeu que en cas de quedar atrapats en una situació d'incendi:

- ⊕ Heu de fer saber on us heu quedat tancats (per telèfon, col·locant un objecte cridaner a la finestra, etc.).
- ⊕ Si hi ha foc o fum darrere la vostra porta, manteniu-la tancada i tapeu les possibles entrades de fum amb draps mullats per refredar-les. Espereu que arribin els bombers.
- ⊕ Avanceu de quatre grapes si la vostra zona és plena de fum: l'atmosfera és més respirable i la temperatura és més baixa.
- ⊕ Protegiu-vos la boca i el nas amb mocadors i tanqueu els ulls sempre que pugueu.



3. Recomanacions preventives bàsiques

- ⊗ Durant les tasques que dugueu a terme, comporteu-vos de manera que no interfereu en el correcte i normal desenvolupament de l'activitat de l'empresa.
- ⊗ No feu activitats no autoritzades pels responsables assignats.
- ⊗ Tingueu cura dels materials i les eines proporcionats per fer els treballs i utilitzeu-los correctament.
- ⊗ Pregunteu als vostres interlocutors/responsables qualsevol dubte que tingueu a l'hora de dur a terme la vostra activitat.
- ⊗ Seguiu sempre les consignes que us doni l'empresa en relació amb possibles emergències.
- ⊗ Estudieu la naturalesa del treball, el temps i el lloc on el fareu per poder identificar els riscos que comporta.
- ⊗ Utilitzeu sempre els equips de protecció individual (EPI) adequats als riscos de l'activitat.
- ⊗ Utilitzeu roba i calçat adequats a les tasques que heu de fer. Si és a l'exterior, considereu les condicions climatològiques previstes, el terreny, etc.
- ⊗ En cas de dubte amb productes químics perillosos, pregunteu als vostres interlocutors/responsables.

- ⊗ En cas de treballar en vies de trànsit o a prop d'aquestes, cal col·locar la delimitació física i utilitzar armilles reflectores d'identificació.
- ⊗ A l'hora de desenvolupar la tasca heu de tenir en compte si patiu alguna al·lèrgia o malaltia que pugui incidir en la feina i comunicar-ho al vostre responsable.
- ⊗ Transporteu, emmagatzemeu i mantingueu correctament els equips de treball seguint l'establert en els manuals dels equips.
- ⊗ No obstaculitzeu les zones de pas, sortides i vies de circulació dels llocs de treball i, en especial, les sortides de circulació previstes per a l'evacuació en casos d'emergència.
- ⊗ Mantingueu en bon estat d'ordre i neteja el vostre espai de treball.
- ⊗ Feu sempre un bon ús dels equips de treball utilitzant-los per a allò per al que es van dissenyar, manteniu-los adequadament i contacteu amb el vostre responsable/interlocutor si us en falta algun.
- ⊗ No anulleu dispositius ni resguards de protecció dels equips de treball.
- ⊗ No manipuleu cap font de tensió ni cap quadre elèctric.
- ⊗ Comuniqueu immediatament l'existència de qualsevol equip o material defectuós al vostre interlocutor o responsable.
- ⊗ Comuniqueu immediatament qualsevol accident/incident que ocorri al vostre interlocutor/responsable. Posteriorment podeu fer la comunicació al Servei de Prevenció de la UAB mitjançant el registre específic: «Investigació d'accident/incident», que trobareu a la intranet de la UAB a l'enllaç del Servei de Prevenció (espai de treball/prevenció riscos/comunicat accident o incident).

- ⊗ En finalitzar la jornada de treball, deixeu els equips de forma que no suposin cap risc per a les persones ni per als béns.
- ⊗ En cas d'haver de manipular càrregues elevades demaneu ajuda. Quan les desplaceu, porteu-les apropades al cos i no feu rotacions del tronc. Utilitzeu carros o carretons sempre que sigui possible. En dipositar-les al terra, flexioneu les cames i no el tronc. Planifiqueu sempre els desplaçaments abans d'agafar les càrregues.
- ⊗ Adopteu postures correctes quan treballeu amb l'ordinador: mantingueu l'esquena recolzada al respatllet de la cadira i els braços reposant damunt la taula, eviteu reflexos sobre el monitor i feu pauses de treball cada hora.
- ⊗ En el supòsit d'haver de treballar amb ordinador portàtil, recordeu que aquest no està destinat a un treball continu, i quan necessiteu fer-ne un ús perllongat, utilitzeu l'ordinador de taula. Per a més informació, consulteu la intranet del Servei de Prevenció.
- ⊗ Eviteu haver d'utilitzar el PDA o el telèfon intel·ligent com a eina per introduir dades o treballs durant estones perllongades i sempre que sigui possible feu un buidatge en l'ordinador de taula.

4. Senyalització de seguretat i emergència

Els pictogrames són símbols internacionals que comuniquen informacions elementals mitjançant un codi de formes, colors i figures.



Exemples de retolació de seguretat en instal·lacions.

- ⊗ Senyals de prohibició: pictograma negre sobre fons blanc, amb els marges i la banda transversal vermells. Forma rodona.
- ⊗ Senyals d'obligació: pictograma blanc sobre fons blau. Forma rodona.
- ⊗ Senyals contra incendis: pictograma blanc sobre fons vermell. Forma rectangular o quadrada.
- ⊗ Senyals d'advertència: pictograma negre sobre fons groc. Forma triangular.
- ⊗ Senyals de salvament o socors: pictograma blanc sobre fons verd. Forma rectangular o quadrada.

4.1. Senyals de prohibició

Un senyal que prohibeix un comportament susceptible de provocar un perill.
Alguns exemples:



Prohibit el pas sense autorització



Prohibit menjar



Prohibit el pas amb marcapassos

4.2. Senyals d'obligació

Un senyal que obliga a un comportament determinat.



Obligatori l'ús de guants



Obligatori l'ús d'ulleres



Protecció obligatòria del cos

4.3. Senyalització de lluita contra incendis

Senyals que indiquen l'emplaçament i la localització d'equips de lluita contra incendis.



Extintor



Mànega



Manta ignífuga

4.4. Senyals de salvament o socors

Senyals que proporcionen indicacions relatives a les sortides de socors, als primers auxilis o als dispositius de salvament.



Dutxa d'emergència



Primers auxilis



Rentaüells

4.5. Senyals d'advertència

Un senyal que adverteix d'un risc o perill.



Materials tòxics



Camp magnètic



Risc radioactiu

5. Treball en laboratori

5.1. Risc químic

El contacte amb productes químics mentre es manipulen i utilitzen o bé una exposició no controlada a aquests agents pot produir lesions (cremades, irritacions, intoxicacions, etc.) i fins i tot l'aparició de malalties. Així doncs, és important conèixer les característiques fisicoquímiques i toxicològiques dels productes que manipuleu, seguir els processos, mètodes i protocols de treball i utilitzar correctament les instal·lacions.

Recordeu que les principals vies d'entrada a l'organisme són:

- ⊗ via respiratòria
- ⊗ via parenteral
- ⊗ via digestiva

No oblideu tampoc que un emmagatzematge inadequat de substàncies químiques constitueix un risc potencialment perillós (explosions, incendis, etc.), per la qual cosa s'han de guardar en instal·lacions adequades tenint en compte les possibles incompatibilitats de productes.

En aquest sentit, adreceu-vos als vostres responsables si teniu cap dubte sobre l'emmagatzematge dels productes que habitualment manipuleu o sobre els llocs específics per a l'emmagatzematge de productes i residus (armaris de seguretat, búnquer, etc.).

Si teniu cap dubte, poseu-vos en contacte amb el Servei de Prevenció de la UAB.

5.2. Risc biològic

Entenem per risc biològic l'exposició a un agent biològic capaç de produir qualsevol tipus d'infecció, al·lèrgia o toxicitat.

El RD 664/1997 regula les condicions mínimes (nivells de biocontenció) amb què s'han de manipular els agents biològics dels diferents grups (estipulant els diferents nivells de contenció dins els laboratoris).

A la UAB, la gestió relativa a la bioseguretat es porta a terme de forma coordinada entre el Servei de Prevenció i l'Oficina de Medi Ambient (OMA, tel. 93 581 34 80).



Senyal de risc biològic

Les principals vies d'entrada d'agents biològics són les següents:

- ⊗ via respiratòria
- ⊗ via parenteral
- ⊗ via digestiva

Les estratègies generals de prevenció davant aquest tipus de risc es basen, entre d'altres, en la creació de barreres físiques (disseny específic d'instal·lacions, treballs en cabines de seguretat biològica, ús d'EPI, etc.) i normes de comportament i manipulació, com ara una higiene personal correcta i acurada, precaució en la manipulació d'objectes tallants o punxants, senyalització del risc, eliminació correcta dels residus...

Recordeu que heu de seguir sempre les indicacions del vostre responsable o interlocutor en l'empresa i els procediments establerts en aquest tipus de laboratori.

En cas de dubte o suggeriments podeu posar-vos en contacte amb l'OMA o amb el Servei de Prevenció.

5.3. Risc físic

Les fonts energètiques poden ser motiu de risc. Dependrà principalment de la freqüència d'emissió, de la potència i del temps d'exposició.

Entre les fonts energètiques més freqüents als laboratoris hi ha les radiacions no ionitzants (radiació ultraviolada, fonts làser, camps magnètics estàtics, etc.).

Les estratègies generals de prevenció i protecció es basen sobretot en la utilització de materials de protecció col·lectiva o individual, i en el manteniment de distàncies de seguretat respecte del focus emissor, així com també en una correcta informació i formació dels treballadors exposats a aquest tipus de risc.

En el cas de treballs en camps magnètics, és important recordar que s'han d'evitar aquests treballs si es porten pròtesis metàl·liques o marcapassos cardíacs, ja que els camps magnètics poden provocar-hi interferències.

En el cas de les radiacions ionitzants, recordeu que només podreu treballar si hi esteu autoritzats expressament i disposeu de la formació adient (operador d'instal·lacions radioactives).

Recordeu també que heu de seguir sempre les indicacions del vostre responsable o interlocutor a l'empresa i els procediments establerts en aquest tipus de laboratori.

Si teniu cap tipus de consulta no dubteu a posar-vos amb contacte amb el Servei de Prevenció



Senyal de risc de radiacions
no ionitzants

Recomanacions generals per al treball al laboratori



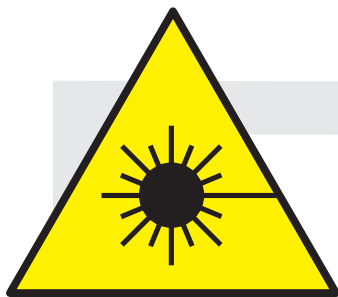
- ④ Seguiu les consignes i normes establertes per l'empresa als laboratoris.
- ④ Consulteu amb el responsable de les instal·lacions sobre els procediments que s'han de seguir abans de l'inici de les tasques.
- ④ Aviseu el responsable en cas de detectar cap anomalia a les instal·lacions o procediments.
- ④ Conserveu les zones de treball netes i ordenades.
- ④ Com a norma higiènica bàsica, s'han de rentar les mans en entrar i en sortir del laboratori i sempre que hi hagi hagut contacte amb algun producte químic. S'ha de portar en tot moment la bata i la roba de treball cordada i, si es tenen els cabells llargs, portar-los recollits. S'han d'evitar, també, penjolls i mànigues amples que puguin enganxar-se al material del laboratori. Als laboratoris amb risc biològic caldrà extremar les precaucions en matèria d'higiene.
- ④ Utilitzeu les proteccions personals allà on estigui indicat i/o senyalitzat (guants, ulleres, pantalles facials, etc.).
- ④ Utilitzeu sempre guants d'un sol ús i no us toqueu mai els ulls, el nas, les mucoses o la pell amb els guants posats. No sortiu mai dels laboratoris amb els guants posats.
- ④ Eviteu el treball en solitari al laboratori, especialment si s'efectuen tasques fora de l'horari habitual o si es tracta d'operacions de risc. En cas d'haver de treballar sols en aquests espais, comuniqueu-ho al vostre responsable/interlocutor.

- ⊗ Quan es facin tasques de risc, les persones presents que no hi intervinguin però que puguin veure's afectades, n'hauran d'estar informades.
- ⊗ No mengeu ni beveu dins el laboratori. Per beure és preferible utilitzar fonts d'aigua que no pas gots. En cas que aquestes no siguin disponibles, no utilitzeu mai recipients de laboratori per contenir begudes o aliments ni col·loqueu productes químics en recipients de productes alimentaris.
- ⊗ Utilitzeu només productes químics que presentin garanties d'estar en bon estat i correctament etiquetats. Utilitzeu només el que sigui estrictament necessari per a la vostra activitat.
- ⊗ S'ha d'interpretar correctament la informació de l'etiquetatge dels productes químics que es reben al laboratori, etiquetar adequadament les solucions preparades i no reutilitzar els envasos amb altres productes químics, diferents de l'original, sense haver-ne retirat abans l'etiqueta original.
- ⊗ Els productes químics s'han de manipular curosament, no s'han de dur a la butxaca, no s'han de tocar i no s'han de pipetejar amb la boca.
- ⊗ No s'han d'utilitzar frigorífics de tipus domèstic per a l'emmagatzematge de productes químics, especialment inflamables, ni s'han de guardar aliments o begudes als frigorífics destinats a productes químics.
- ⊗ Els tubs d'assaig no s'han d'omplir més d'una tercera part. S'han d'agafar amb pinces. Sempre s'han d'escalfar orientats de manera que no puguin afectar ningú en cas de projecció. Per guardar-los i transportar-los s'han d'utilitzar graelles.



- ④ En finalitzar una tasca o una operació recolliu els materials, reactius, etc. Assegureu-vos de la desconnexió dels aparells, de tancar l'aigua corrent, els gasos...
- ④ La gestió dels residus ha d'estar regulada i ha de disposar d'un pla específic. Pregunteu el procediment de gestió dels residus que genereu.

- ⊗ Treballeu sempre que sigui possible i operatiu a les vitrines. En cas contrari i si existeix risc d'exposició a agents químics per inhalació, utilitzeu la protecció respiratòria adient. En cas de dubte consulteu-ho al vostre interlocutor/responsable o al Servei de Prevenció de la UAB.
- ⊗ Utilitzeu els registres de l'equipament de laboratori (centrífugues, autoclaus...), si n'hi ha, i feu-hi constar tota la informació que es requereixi.
- ⊗ Tingueu identificats els espais físics on hi ha les claus de pas del gas i de l'aigua i els diferencials amb la identificació dels equipaments del laboratori (dins els quadres elèctrics).
- ⊗ El laboratori ha de romandre en tot moment net i ordenat atès que el desordre equival a un risc.
- ⊗ Si treballeu amb cultius cel·lulars i mostres d'origen humà o de primat, agents infecciosos del grup 3 de risc, etc., ho heu de fer sempre en cabines de seguretat biològica.
- ⊗ Tots els residus biològics s'han d'esterilitzar abans d'eliminar-los fora del laboratori en contenidors tancats, resistents, impermeables i identificats.
- ⊗ Utilitzeu sempre ulleres protectores o pantalles facials si hi ha risc d'esquitxades i/o aerosols.
- ⊗ Als laboratoris de risc biològic eviteu, sempre que sigui possible, el treball amb agulles i material punxant. Minimitzeu, a més del risc d'inoculació, la generació d'aerosols.
- ⊗ No torneu a enfundar mai les agulles ni les forceu o les separeu de la xeringa.



- ⊗ Si trebal·leu amb fonts làser, eviteu la incidència directa del feix o bé el seu reflex. Aquest esdevení molt perillós en contacte amb els ulls o la pell (pot ocasionar cremades greus). Seguiu de manera estricta les normes específiques que us indiquin els responsables del laboratori i en especial tot allò relacionat amb la utilització dels equips de protecció individual.
- ⊗ No manipuleu sota cap concepte les fonts de tensió dels equips làser.
- ⊗ No manipuleu cap ampolla de gasos a pressió si no hi esteu autoritzats.
- ⊗ Comuniqueu immediatament al vostre responsable a les instal·lacions qualsevol incidència, vessament, accident, fuga, etc. que es pugui produir al laboratori.



6. Riscos específics d'espais crítics

Són els riscos que no són característics de cap tasca sinó que són derivats dels espais on es desenvolupen determinades activitats. Aquests riscos són d'especial rellevància per la severitat del dany en casos d'accident.

Aquests riscos específics els podeu trobar en espais crítics com ara:

6.1. Treballs en alçada

Considerarem treball en alçada tot aquell treball que es dugui a terme per damunt la cota del terra, amb una diferència de cota de dos metres o més.

Recordeu que, quan el punt d'operació estigui situat a 3,5 metres sobre el nivell del terra, seran necessaris elements auxiliars de seguretat, com ara ancoratges, xarxes, etc., que heu d'exigir a l'empresa on dueu a terme la vostra activitat.

Recordeu que cap treballador de la UAB pot dur a terme aquest tipus de tasques sense els elements de seguretat adients.

Els treballs en alçada es poder fer des de:

Escales de mà

Les escales de fusta només poden estar pintades amb vernís transparent per no amagar-ne defectes.



- ⊗ Les escales superaran almenys un metre el punt de recolzament superior (punt per on l'operari pot abandonar l'escala).
- ⊗ Els travessers han de ser d'una sola peça i els esglaons han d'estar acoblats i no clavetejats.
- ⊗ No les utilitzaran mai diversos treballadors alhora.
- ⊗ A les escales hi ha d'haver dispositius antilliscants a la base.
- ⊗ No recolzeu mai l'escala contra vidres o superfícies que no presentin una bona resistència.
- ⊗ Per transportar l'escala recordeu col·locar-la a l'espatlla i amb la part davantera cap avall.
- ⊗ En el cas de necessitar eines manuals, utilitzeu cinturons o bosses portamaterial per tal de deixar lliures les mans.
- ⊗ Senyalitzeu els treballs i delimitau l'àrea de treball, especialment quan aquesta es faci en zones de pas o darrere portes.

Escaleta tipus tisora

Les escaletes han d'estar dotades de cordes o cables que impedeixin que s'obrin més del necessari en ser utilitzades.

- ⊗ No utilitzeu mai l'últim graó per treballar.
- ⊗ No passeu d'una banda a l'altra de l'escaleta per la part superior.

Escaleta extensible

- ⊗ No poseu mai la mà en el recorregut de l'escaleta.
- ⊗ No en modifiqueu mai els enclavaments.
- ⊗ No us desplaceu des de dalt de l'escaleta.

Plataformes

Considereu sempre els possibles riscos existents (línies elèctriques, línies telefòniques), com també els riscos estructurals, (cornises, balcons...).



- ⊗ La plataforma ha de disposar de barana, barana intermèdia i entornpeus.
- ⊗ No les utilitzeu en condicions meteorològiques adverses.
- ⊗ No utilitzeu cap muntatge o construcció auxiliar col·locat damunt la plataforma per arribar a zones allunyades.
- ⊗ Delimitau la zona de treball i utilitzeu els senyals visuals i acústics.

Bastides

1. De cavallet: compostes per una plataforma horitzontal suportada per cavallets.

- ⊕ L'amplada mínima de la superfície de treball ha de ser de 0,60 m.
- ⊕ Per a alçades superiors a 2 metres han de disposar de baranes perimetrals. Per a alçades superiors a 3 metres han d'estar reforçades.
- ⊕ Prohibit utilitzar-les per a alçades superiors a 6 metres.
- ⊕ El conjunt ha de ser estable i resistent.

2. Tubulars: construcció auxiliar de caràcter provisional formada per una estructura tubular metàl·lica amb plataformes de treball situades a l'alçada requerida.

- ⊕ Les bastides han d'estar completament anivellades abans de ser utilitzades.
- ⊕ La plataforma de treball s'ha de protegir amb baranes fixes a 90 cm, un llistó intermedi i entornpeus.
- ⊕ En el moment del desplaçament no hi ha d'haver ningú sobre la plataforma.
- ⊕ El suport de les potes ha de ser ferm i sobre materials consistents. Si disposen d'estabilitzadors, desplegueu-los correctament.
- ⊕ És necessària una formació específica per dur a terme aquests treballs.
- ⊕ Cal formació específica i equips de protecció específics en el cas que hagueu de treballar en aquestes condicions. Contacteu, prèviament a la realització de les tasques en aquestes infraestructures, amb el Servei de Prevenció.

3. Penjades tipus góndola: consistents en plataformes de treball suspeses per cables i els aparells necessaris per pujar-les i baixar-les.

- ⊗ La plataforma ha de tenir una amplada mínima de 60 cm i ha de disposar d'entornpeus i baranes.
- ⊗ Les plataformes han d'estar sempre en posició horitzontal i anivellades.
- ⊗ No sobrecarregueu mai la plataforma.
- ⊗ Se suspendran els treballs en condicions climatològiques adverses.
- ⊗ És obligatori l'ús del cinturó de seguretat en estructures fixes (mai a la plataforma).
- ⊗ Si heu de treballar en aquestes condicions, cal formació específica i equips de protecció específics. Contacteu, prèviament a la realització de les tasques en aquestes infraestructures, amb el Servei de Prevenció de la UAB.

Teulades i cobertes



- ⊗ Prèviament informeu-vos sobre la infraestructura existent i els treballs que s'han de realitzar per tal de poder organitzar i planificar la seguretat d'aquesta activitat.
- ⊗ No realitzeu treballs en condicions ambientals adverses (vent superior a 50 km/h, pluja...).
- ⊗ És recomanable no realitzar els treballs en solitari (tret que es disposi de comunicadors i es disposi d'un procediment de treball acurat).
- ⊗ Utilitzeu sempre calçat antilliscant.
- ⊗ Per a tasques de llarga durada caldrà prioritzar la protecció col·lectiva: baranes, xarxes...
- ⊗ Per a tasques de durada breu, utilitzeu sempre els EPI adients i necessaris.
- ⊗ És recomanable disposar de telèfon mòbil o de qualsevol altre mitjà de comunicació.
- ⊗ Si heu de treballar en aquestes condicions, cal formació específica i equips de protecció específics. Contacteu, prèviament a la realització de les tasques en aquestes infraestructures, amb el Servei de Prevenió.

6.2. Treball en espais confinats

S'entén per espai confinat qualsevol espai amb obertures limitades d'entrada i sortida i ventilació natural desfavorable, on poden acumular-se contaminants tòxics o inflamables. Pot tenir una atmosfera deficient en oxigen i no està concebut per a una ocupació continuada per part dels treballadors.

Per realitzar tasques en aquestes condicions és molt important que l'empresa receptora us hagi facilitat informació precisa dels riscos dels espais, conèixer la infraestructura de seguretat que hi ha, els protocols de treball i disposar dels equips de treball i de la formació específica adient.

Per a això:

- ⊕ S'ha d'emplenar l'autorització de treball escrita i esperar l'adopció de les mesures preventives necessàries (permís de treball especial expedit per l'empresa titular de les instal·lacions).
- ⊕ Davant qualsevol dubte o suggeriment, abans de dur a terme les tasques en aquesta tipologia d'espai contacteu amb els vostres interlocutors a l'empresa i amb el Servei de Prevenció de la UAB



Els espais confinats no estan pensats per a ocupacions continuades.

7. Estades en altres universitats o institucions.

Planificació preventiva

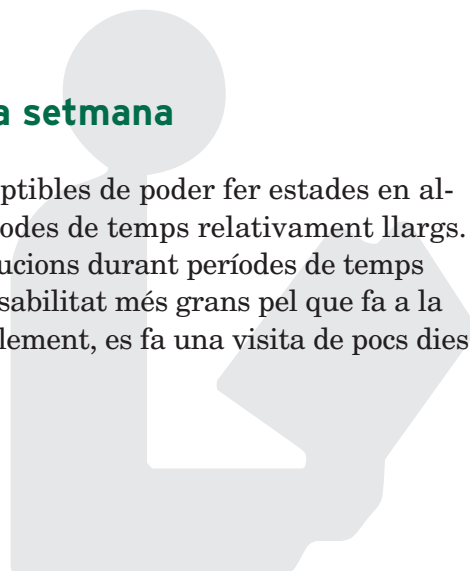
L'objectiu d'aquestes consignes és facilitar al personal acadèmic, al personal investigador de la UAB i al PAS quan escaigui la preparació, en matèria de seguretat i salut, de les seves estades en altres centres.

També es fa referència als treballs de camp, sigui dins de la recerca o la docència, en tots els aspectes relacionats amb la seguretat i salut, i es faciliten algunes consignes que cal tenir en compte en les visites i sortides amb alumnes fora dels campus de la UAB.

7.1. Per a estades superiors a una setmana

Els col·lectius de PDI, PIF i PAS són susceptibles de poder fer estades en altres universitats i institucions durant períodes de temps relativament llargs.

Les estades en altres universitats i institucions durant períodes de temps llargs demanen un compromís i una responsabilitat més grans pel que fa a la prevenció de riscos laborals que quan, simplement, es fa una visita de pocs dies.



En aquests casos, els treballadors afectats heu de:

- ④ Interessar-vos per disposar d'un possible manual d'acollida per a nous de la universitat o institució que us rep, en cas que no us l'hagin entregat prèviament o en arribar-hi.
- ④ Demanar al vostre interlocutor o responsable la informació rellevant en matèria preventiva (en cas que no us la donin en arribar). Concretament, tot el que fa referència a riscos dels espais de treball on desenvolupareu la vostra activitat i totes les normes internes (procediments, normes de seguretat...) que puguin afectar el vostre procés o línia de recerca.
- ④ Informar-vos sobre les consignes d'emergència previstes per als espais que ocupareu habitualment.
- ④ Informar-vos dels possibles telèfons o protocols d'urgència mèdica per a possibles casos d'accident.
- ④ Col·laborar en tot allò relatiu a la gestió de les possibles emergències (simulacres, evacuacions, etc.).

Recordeu que el personal laboral de la UAB (tant docent i d'investigació com d'administració i serveis) disposa, a través de la mútua d'accidents, d'un servei d'atenció mèdica de vint-i-quatre hores. Amb aquest servei també podeu saber el centre mèdic més proper on rebre assistència. Per això cal trucar al telèfon gratuït **900 333 276**. En cas que us trobeu a l'estranger, el telèfon és el **+34 91 452 29 14**.

Per a qualsevol dubte o consulta podeu adreçar-vos al Servei de Prevenció de la UAB.

8. Sortides amb alumnes. Planificació preventiva

Tota activitat que es faci amb alumnes fora de les instal·lacions de la UAB s'ha de planificar també des d'un punt de vista preventiu:

- ⊗ S'ha d'informar el departament de les dates de sortida i arribada per a sortides de més d'un dia, o bé avisar-lo de l'hora de sortida i arribada prevista en el cas de les sortides d'un únic dia.
- ⊗ S'ha de prioritzar l'ús del transport col·lectiu o públic per arribar als espais de treball. Eviteu tant com sigui possible la utilització dels vehicles particulars.
- ⊗ Alhora, s'ha de planificar com es transportarà el material necessari per a les pràctiques i si hi ha alguna dificultat per accedir a la zona de treball.
- ⊗ Si la pràctica suposa la circulació per camins secundaris o rurals, extremeu les precaucions durant la conducció. Estacioneu en llocs ben visibles i que no suposin un risc per a terceres persones.
- ⊗ Heu de disposar d'un mapa de la zona de treball al més detallat possible.
- ⊗ Val la pena conèixer la previsió climatològica del lloc on teniu pensat dur a terme l'activitat. Això permetrà conèixer millor l'equipament que cal dur, valorar la necessitat de fer algun comunicat a l'alumnat en relació amb la vestimenta, si cal prendre alguna mesura addicional (protecció solar, barret, calçat de muntanya), etc., o fins i tot, en cas de previsions molt desfavorables, la idoneïtat d'anul·lar la sortida. Podeu consultar la previsió meteorològica amb set dies d'antelació a les adreces següents:

Previsió estatal a qualsevol municipi:
<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/localidades>

Previsió de Catalunya per comarques:
http://www.meteocat.com/mediamb_xemec/servmet/index.html



- ⊗ Sota cap concepte es treballarà a prop de zones amb risc de caiguda en alçada (desnivells pronunciats).
- ⊗ Quan, per al desenvolupament normal de la pràctica, sigui necessària la utilització d'eines manuals (navalles, ganivets, tisores, pics, etc.), assegureu-vos del bon estat d'aquestes eines. Es transportaran sempre en motxilles o bosses (mai directament a les butxaques) i en el cas de les eines tallants o punxants sempre es transportaran tancades i, si és possible, enfundades.
- ⊗ Eviteu treballar a prop de zones de trànsit; si això no és possible, respecte-ne la delimitació física i utilitzeu les armilles d'identificació.

- ⊗ Heu de disposar de les adreces o ubicacions dels serveis sanitaris disponibles més pròxims on poder rebre assistència, especialment si es fan pràctiques en zones rurals o no habitades (refugis, etc.).
- ⊗ Heu de saber els telèfons d'interès local (policia, bombers, urgències sanitàries...). Davant d'una urgència, el telèfon que centralitza qualsevol emergència en l'àmbit europeu (trànsit, accident, incendi...) és el 112. Recordeu que la trucada a aquest número sempre està disponible; si el vostre operador no té cobertura, truqueu-hi igualment i, si un altre operador de telefonia mòbil té cobertura, podreu comunicar.
- ⊗ Seria adient que la persona responsable de la sortida disposés d'un telèfon mòbil amb els números d'assistència i també d'una farmaciola bàsica.
- ⊗ Es recomana la vacunació antitetànica als participants a les pràctiques. Si us heu vacunat al Servei Assistencial de Salut de la UAB i no en recordeu la data, truqueu-hi (tel. 1800-1900) i us informaran de quan us correspon la dosi de record.
- ⊗ En cas de fer visites a empreses externes o institucions, es respectarà la normativa interna existent del lloc de destinació, especialment en tot el que estigui relacionat amb zones d'accés restringit i en relació amb la utilització d'equips de protecció individual. Seria adient que la persona responsable de la sortida conegués, abans de la visita, la normativa, si n'hi ha, de seguretat, així com també les consignes d'emergència establertes al centre de visita.
- ⊗ Aconsellem la redacció de normes de seguretat per als alumnes que desenvolupin els ítems exposats aquí. Si ho considereu necessari, podeu demanar la col·laboració del Servei de Prevenció de la UAB.

En els annexos presentem un model de registre d'acceptació de normes per als alumnes que facin una pràctica fora de les instal·lacions del campus.

8.1. Registre d'acceptació de l'alumne/a

Els docents que dugueu a terme pràctiques amb els estudiants en espais o llocs externs a la UAB disposeu a continuació d'un model de registre d'acceptació de l'alumnat. La finalitat del registre és garantir que l'alumnat coneix les normes i recomanacions necessàries per dur a terme les pràctiques i que, alhora, es compromet a seguir les especificacions i condicions de seguretat establertes.

Aquest formulari haurà de ser emplenat per l'estudiant i retornat al docent abans de la primera classe o sortida pràctica. No es podrà començar cap treball experimental fins que no hagi estat signat i tornat al docent responsable de l'assignatura.

Model d'acceptació de les condicions relatives a la seguretat i la salut en les pràctiques docents

Nom i cognoms: _____

NIU: _____

Curs: _____

El/La docent de pràctiques m'ha explicat els equips de protecció individual (EPI) que són necessaris per a les tasques que s'han de desenvolupar. Estic d'acord a utilitzar-los correctament quan sigui necessari.

Sí No No és procedent

Estic d'acord a seguir tots els procediments explicats pel/per la docent.

Sí No

He entès i aplicaré les normes de conducta i seguretat que cal seguir en la realització dels treballs.

Sí No

He comprès la necessitat que qualsevol accident/incident que ocorri sigui comunicat immediatament al/a la docent.

Sí No

He comprès que l'existència de qualsevol equip o material defectuós s'ha de comunicar immediatament al/a la docent.

Sí No

He entès que, en cas d'emergència, s'han de seguir les consignes establertes pel/per la docent o responsable de l'activitat.

Sí No

Com a sotasignat/ada, he entès el contingut i em comprometo a seguir les indicacions del professorat per a treballs/pràctiques externs al campus de la UAB.

Sí No

Data: / / _____

Signatura de l'estudiant

9. Sortides de camp de personal investigador. Planificació preventiva

Les sortides de camp s'han de planificar adequadament des d'un punt de vista preventiu. Això significa que:

- a) S'han d'identificar tots els possibles riscos o problemes de seguretat i les mesures preventives que cal tenir en compte. Tot el personal implicat en el projecte n'ha d'estar assabentat.
 - 1) S'han d'identificar els possibles riscos: riscos físics (caigudes des d'alçada, caigudes d'eines, cops, xocs, rrelliscades, accidents associats a la manipulació d'eines, etc.), riscos associats a l'ús de substàncies perilloses, elèctrics, risc d'incendi, d'explosió, etc.
 - 2) S'han d'eliminar o disminuir els riscos identificats. Establir quines mesures s'han de prendre per controlar els riscos detectats. Prioritzar les mesures preventives encaminades a eliminar el risc davant les mesures encaminades a controlar-los. Com a última opció, s'utilitzaran equips de protecció individual si no s'aconsegueix reduir el risc al mínim possible.
 - 3) S'ha de revisar contínuament aquesta llista per tal de detectar-hi mancances i incloure-hi nous riscos.

El Servei de Prevenció de la UAB us pot assessorar en la identificació dels riscos i en les mesures correctores que s'hi han d'aplicar.

b) S'han de planificar els treballs tenint en compte els ítems següents:

1. data de sortida i data d'arribada
2. transport
3. mapa de la zona
4. previsió meteorològica
5. serveis sanitaris disponibles més pròxims
6. telèfons d'interès (policia, bombers, urgències sanitàries, etc.)

Tot el personal implicat en els treballs ha d'estar assabentat d'aquesta informació i del procediment que s'ha de seguir en cas d'accident.

- c) S'ha de portar, com a mínim, farmaciola i telèfon mòbil amb la bateria carregada.
- d) Es recomana la vacunació antitetànica a tot el personal.
- e) S'han de portar els equips de protecció individual adients segons els riscos detectats a l'apartat a la utilització dels equips de protecció individual és obligatòria per a tot el personal.
- f) Es recomana redactar un manual/normes de seguretat. Als annexos presentem un model de normes generals de seguretat.

Podeu trobar els centres d'atenció més propers al web: www.egarsat.es.

9.1. Normes generals de seguretat

- ⊗ Només es podran utilitzar vehicles particulars si es troben en bon estat i, a més, disposen de tota la documentació en regla (fitxa tècnica, assegurança, ITV, etc.). Només podran ser conduïts pel personal amb la formació adient i els permisos en regla. En tot moment s'ha de respectar el codi de circulació i, en el cas de camins secundaris o rurals, extremar les precaucions.
- ⊗ En el cas de treballs d'immersió, s'ha de tenir la llicència i l'assegurança que demostrin la capacitat del personal per a aquest tipus de tasca.
- ⊗ Cal conèixer qualsevol problema de salut que pugui suposar un problema per al desenvolupament normal dels treballs (asma, al·lèrgies, epilèpsia, etc.) per tal de prendre les precaucions necessàries abans de començar els treballs.
- ⊗ L'ús d'eines manuals genera riscos de talls, punxades, cops, etc. Se n'ha de comprovar l'estat abans d'utilitzar-les i s'han de mantenir en bon estat. Es transportaran sempre en motxilles (mai a les butxaques) i si són tallants o punxants sempre es portaran tancades i enfundades.
- ⊗ La manipulació de material de vidre es farà amb cura i es desestimarà la utilització de qualsevol material que presenti desperfectes. El transport es farà en motxilles.

- ⊗ Es prohibeixen els treballs en zones amb risc de caiguda en alçada (desnivells). En cas que sigui absolutament necessari, es prendran les precaucions adients: protecció col·lectiva (barana) o individual (equips anticaiguda).
- ⊗ No és recomanable treballar en solitari. Ningú no s'ha d'allunyar del grup o de la zona assignada de treball.
- ⊗ En el cas d'empitjorament de les condicions meteorològiques, cal adreçar-se al punt de trobada indicat per la persona responsable dels treballs.
- ⊗ Qualsevol situació de risc s'ha de comunicar immediatament a la persona responsable.
- ⊗ En cas d'accident s'ha de mantenir la calma i no deixar sola la persona accidentada llevat que sigui absolutament necessari.
- ⊗ No s'abandonaran els treballs sense avisar prèviament la persona responsable.

10. Maternitat

A causa de les seves condicions, la dona embarassada és més sensible que la resta dels treballadors a uns determinats factors de risc que podrien afectar tant la dona com el fetus. Recordeu que és aconsellable que qualsevol treballadora embarassada comuniqui a la Unitat de Salut Laboral de la UAB el seu estat per tal d'avaluar si el desenvolupament de les seves tasques pot suposar un risc.

Per a qualsevol dubte contacteu amb el Servei de Prevenció de la UAB.



11. Dades d'interès

Telèfons

Servei de Prevenció: 93 581 19 50

Servei Assistencial de Salut: 93 581 18 00 (Unitat de Salut Laboral)

Oficina de Medi Ambient: 93 581 34 80 (per a qüestions de risc biològic)

Urgències i emergències (dins l'àmbit europeu): 112

Centres d'atenció de la mútua (per a PAS, PDI i PIF)

Podeu trucar per saber el centre assistencial més proper a: 900 333 276

Des de l'estranger: +34 91 452 29 14

Principals referències legals

- ⊗ Llei 31/1995, de 8 de novembre, de prevenció de riscos laborals.
- ⊗ Reial decret 485/1997, de 14 d'abril, sobre disposicions mínimes en matèria de senyalització de seguretat i salut en el treball.
- ⊗ Reial decret 486/1997, de 14 d'abril, de disposicions mínimes de seguretat i salut en el treball.
- ⊗ Reial decret 664/1997, de 12 de maig, sobre la protecció dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a agents biològics durant el treball.
- ⊗ Reial decret 665/1997, de 12 de maig, sobre la protecció dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a agents cancerígens durant el treball.

- ⊗ Reial decret 773/1997, de 30 de maig, sobre disposicions mínimes de seguretat i salut relatives a la utilització d'equips de protecció individual per part dels treballadors.
- ⊗ Reial decret 1215/1997, de 18 de juliol, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut per a la utilització dels equips de treball per part dels treballadors.
- ⊗ Reial decret 374/2001, de 6 d'abril, sobre la protecció de la salut i seguretat dels treballadors contra els riscos relacionats amb els agents químics durant el treball.
- ⊗ Reial decret 171/2004, de 30 de gener, pel qual es desenvolupa l'article 24 de la Llei 31/1995, de 8 de novembre, de prevenció de riscos laborals, en matèria de coordinació d'activitats empresarials.
- ⊗ Reial decret 2177/2004, de 12 de novembre, pel qual es modifica el Reial decret 1215/1997, de 18 de juliol, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut per a la utilització per part dels treballadors dels equips de treball, en matèria de treballs temporals en alçada.

