

CONDICIONS DE SEGURETAT MÍNIMES QUE HAN DE REUNIR ELS LLOCS DE TREBALL

_CONDICIONS GENERALS DE SEGURETAT EN EL LLOC DE TREBALL

El Reial Decret 486/1997, de 14 d'abril, de desenvolupament de la llei de prevenció de riscos laborals 31/1995, estableix les disposicions mínimes de seguretat i salut en els llocs de treball.

Es fixen, així, els aspectes més tècnics de les mesures preventives, a través de normes mínimes que garanteixin l'adequada protecció dels treballadors.

En aquest mòdul, farem un repàs als aspectes més destacats relacionats amb l'entorn de treball d'oficina, que afecta durant una major o menor fracció de la jornada laboral, la majoria del personal de la UB.



SEGURETAT ESTRUCTURAL

- Els edificis i els locals dels llocs de treball han de tenir la solidesa i resistència necessàries per a l'ús al qual estan destinats. Tots els seus elements estructurals o de servei, incloses plataformes de treball, escales fixes a més hauran de disposar d'un sistema d'armat, subjecció o suport que en garanteixi l'estabilitat.
- No es poden sobrecarregar les estructures del lloc de treball per sobre de la seva capacitat de resistència.

ESPAIS DE TREBALL

- Entre 2,5 i 3 metres d'alçada des del terra fins al sostre.
- 2 metres quadrats de superfície lliure per treballador.
- 10 metres cúbics ocupats per treballador.

FINESTRES

- Les finestres que en obrir-se giren les seves fulles sobre un eix, no han d'envair zones de pas.
- S'ha de tenir present la necessària neteja de les finestres, adoptant mesures preventives en el disseny tant de l'edifici com dels llocs de treball.

PORTES

- Les portes transparents s'han de senyalitzar, a l'alçada dels ulls, mitjançant un punt o una banda, preferentment de color vermell, i reflectant en cas necessari.
- Les portes corredisses han de disposar d'un sistema de seguretat, de manera que la porta no es pugui sortir dels carrils i caure.

RAMPES I ESCALES FIXES

- El paviment de les rampes i les escales serà no lliscant, o disposarà de llosetes o bandes antilliscants.
- Les escales han de ser com a mínim d'un metre d'amplada, i els esglaons han de tenir entre 23 i 36 cm d'ample



_TERRES, DESNIVELLS I BARANES

Les estadístiques anuals d'accidentalitat demostren que al voltant d'un 10 % dels accidents en jornada de treball amb baixa van estar causats per caigudes al mateix nivell. Aquestes caigudes, en especial les que tenen com a causa les rrelliscades, es deuen, la major part de les ocasions, al tipus de construcció del terra, al seu coeficient de fricció o a la brutícia que hi ha dipositada.



TERRES

- Hauran de ser fixos, estables i no lliscants, sense irregularitats i pendents perillosos.
- Resistents per a suportar pesos.
- Resistents al desgast.
- Resistents a productes químics (també de neteja).
- Resistents a factors ambientals (aigua, humitat, radiació solar directa, etc.).
- Lleugerament conductors de l'electricitat, amb baixa conductivitat tèrmica i amb capacitat d'absorció de soroll i vibracions.
- S'ha de parar atenció amb els terres polits, atès que, si ja de per si mateixos són lliscants, encara ho són més si estan acabats de fregar, i molt més acabats d'en-cerar.
- Si un terra dóna problemes de lliscament, se'n pot millorar la resistència tractant-lo química-ment per aconseguir un acabat rugós, recobrint-lo amb resines, o fixant al terra rajoles o tires de material anti-lliscant.

DESNIVELLS

■ Els costats oberts de les rampes i escales de més de 60 cm d'alçada, per tal d'evitar caigudes a diferent nivell, han d'estar protegits. Es col·locaran baranes o similars en els costats oberts i passamans, a 90 cm d'alçada mínima, en els costats tancats.

BARANES

■ Han de ser de materials rígids i tenir una alçada mínima de 90-100 cm.

■ En cas necessari han de disposar d'una protecció intermèdia que impedeixi el pas per sota, o la caiguda d'objectes sobre persones.

ESCALES DE MÀ

■ Per arribar a arxivadors, caixes o qualsevol altre objecte que estigui col·locat a alçada, s'ha de disposar d'una escala de tisora o tamboret estable, com per exemple els que es fan servir usualment a les biblioteques.

■ No heu de fer servir mai cadires o altres elements que no garanteixin l'estabilitat.

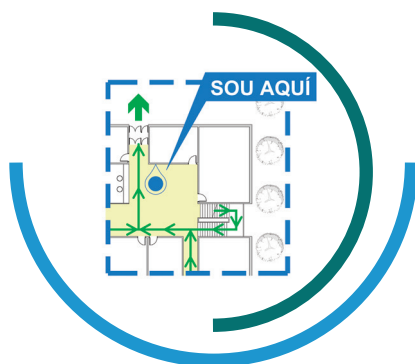
■ Quan estiguen sobre l'escala o el tamboret, vigileu de no inclinar el cos cap als costats. Si veieu que no arribeu al lloc desitjat, baixeu i recol·loqueu l'escala o el tamboret a la vertical adient.

■ Mai ha de pujar més d'una persona a l'escala o tamboret.



VIES I SORTIDES D'EVACUACIÓ

- Les vies i sortides d'evacuació així com les vies de circulació que hi donen accés, han d'estar sempre lliures d'obstacles. No heu d'emmagatzemar-hi mai, ni que sigui de forma provisional, cap tipus d'objecte o material.
- A les vies que siguin recorregut d'evacuació, només es permet que hi hagi els extintors i les mànegues contra incendi.
- Les sortides d'emergència s'han d'obrir cap a l'exterior, i no poden estar mai tancades amb clau.
- Les vies i sortides d'evacuació han d'estar convenientment senyalitzades.
- Ha d'existir un sistema d'enllumenat d'emergència de manera que, en cas necessari, sigui possible trobar les vies i sortides d'evacuació.



INSTAL·LACIÓ ELÈCTRICA

- Qualsevol reparació de la instal·lació elèctrica només la pot portar a terme personal qualificat.
- La instal·lació elèctrica del local de treball ha d'estar dimensionada per a l'ús a què estigui destinat aquest local:
 - Hi ha d'haver un número adient d'endolls, de manera que no s'hagin de fer servir multiconnectors, i aquests endolls han d'estar convenientment distribuïts, de manera que no sigui necessari l'ús d'allargadors.
 - En cas que sigui imprescindible l'ús de multiconnectors o allargadors en algun lloc de treball, heu de vetllar perquè aquests estiguin en perfectes condicions i no puguin originar, en cap cas, contactes elèctrics a les persones, ni espurnes que podrien ocasionar un incendi.



_ORDRE, NETEJA I MANTENIMENT

TENIU PRESENT QUE EL DESORDRE EQUIVAL A RISC. TANT EL VOSTRE ESPAI DE TREBALL COM L'ENTORN HA D'ASSOLIR UN NIVELL D'ORDRE I NETEJA ACCEPTABLE:

■ Vetlleu perquè al vostre espai de treball no hi hagi cap objecte tallant o punxant, ni cap aresta o sortint amb el què us pugueu danyar.

■ Les zones de pas, sortides, passadissos i vies de circulació dels llocs de treball, i, especialment, les sortides i vies de circulació previstes per a l'evacuació en cas d'emergència, han d'estar lliures d'obstacles de manera que sigui possible utilitzar-les sense dificultats en tot moment.



_CONDICIONS DE PROTECCIÓ CONTRA INCENDIS

■ Els extintors, les mantes apagafocs i qualsevol altre mitjà de protecció contra incendi han de ser perfectament visibles i accessibles:

- Han d'estar penjats a una alçada màxima d'1,70 metres.
- Han d'estar a la vista, o, si això no és possible, s'han de senyalitzar preferentment amb un senyal estandarditzat fotoluminiscent.
- No s'ha de col·locar, ni que sigui provisionalment, cap objecte a les seves immediacions que impossibiliti, total o parcialment, l'accés.

■ Els locals de treball han de disposar d'extintors. Usualment disposareu d'extintors de pols polivalent, idonis per a focs de sòlids (fusta, paper), de dissolvents i de gasos; però és convenient que també disposeu d'algun extintor de CO₂, que és més adequat per a focs que es donin en presència de tensió elèctrica, com per exemple que se us encengui un ordinador.

■ Heu de parar atenció a l'estat dels extintors, i vigilar que es facin les revisions anuals i el retimbrat cada cinc anys. Per això només heu de fixar-vos en la data de revisió, que ve indicada en una enganxina col·locada a tots i cadascun dels extintors de què disposeu.

_CONTINGUT DE LA FARMACIOLA



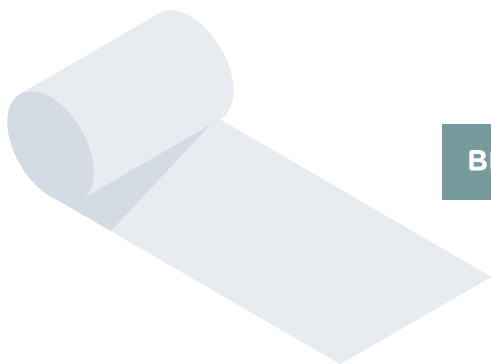
ESPARADRAP



TISORES



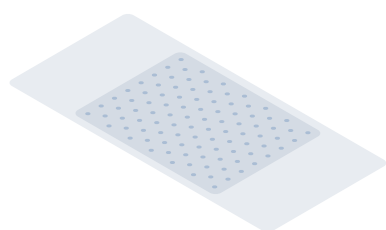
GUANTS D'UN SOL ÚS



BENES



APÒSITS ADHESIUS



GASES ESTÈRILS



PINCES



DESINFECTANTS I ANTISÈPTICS AUTORITZATS



COTÓ FLUIX

_QUALITAT DE L'AIRE INTERIOR A L'ENTORN DE TREBALL: EXPOSICIÓ A CONTAMINANTS QUÍMICS, FÍSICS I BIOLÒGICS

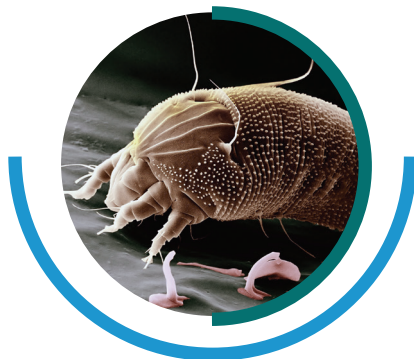
La qualitat de l'aire a l'interior d'un edifici és funció d'una sèrie de variables que inclouen la qualitat de l'aire exterior, el disseny del sistema de ventilació / climatització de l'aire, les condicions de manteniment i revisió d'aquest sistema, la compartimentació de l'edifici i la presència de fonts contaminants interiors. Dins d'aquest últim aspecte podem anomenar les diferents activitats que es realitzen al local de treball, el mobiliari, els materials de construcció, el recobriment de superfícies i els tractaments de l'aire.

Les situacions de risc més freqüents per als ocupants dels locals de treball són l'exposició a substàncies tòxiques o irritants i la inducció d'infeccions o al·lèrgies.

D'altra banda, les queixes més generalitzades deriven de condicions de temperatura i humitat no confortables i d'olors molestes.

POSSIBLES FACTORS DE RISC

- Contaminants químics
- Contaminants biològics
- Contaminants físics
- Manca de ventilació



CONTAMINANTS QUÍMICS

■ El nombre de possibles contaminants és elevat, i els seus orígens poden ser diversos. Els més significatius són, entre d'altres, diòxid de carboni (CO₂), monòxid de carboni (CO), aldèhids, òxids de nitrogen, metalls i vapors orgànics.

■ Els propis ocupants de l'edifici acostumen a ser una de les fonts més importants de contaminació, atès que l'ésser humà produeix de forma natural diòxid de carboni (CO₂), vapors d'aigua, partícules i aerosols biològics, sent a més responsable de la presència d'altres contaminants, entre els quals destaca el fum de tabac.

■ Els materials de construcció i decoració de l'edifici o del local de treball, així com els mobles i altres elements poden també esdevenir la causa de la presència a l'aire de baixes concentracions de formaldehid, vapors orgànics i pols. La pols present en un aire interior està formada per partícules tant orgàniques com inorgàniques, moltes de les quals poden classificar-se com a fibres (amiant, vidre, tèxtils).

■ La pols total dependrà de la ventilació, la neteja, l'activitat a la zona i el grau de presència de fum de tabac.

■ D'altra banda, els materials utilitzats per al treball d'oficina, a les instal·lacions o per al manteniment i neteja, poden aportar contaminants a l'ambient. Són exemples els correctors (tipus "Tipp-ex"), l'ozó i/o la pols del tóner després per les fotocopiadores, els biocides (raticides, insecticides, etc.), els productes de neteja i els desodorats o ambientadors.

■ No s'han d'oblidar tampoc els casos en què aquests contaminants ambientals procedeixen de l'exterior, com són els fums d'escapament d'automòbils o el diòxid de sofre.



CONTAMINANTS BIOLÒGICS

Els agents infecciosos:

- La major part dels agents infecciosos són generats, als espais interiors, pels propis ocupants, i passen a l'ambient a través de la parla, la tos o els esternuts.
- D'altra banda, l'acumulació de brutícia i els escapaments o estancaments d'aigua són reservoris on els agents infecciosos troben unes bones condicions per viure i desenvolupar-se, i des dels quals poden passar a l'ambient.
- Les conduccions del sistema de ventilació, els humidificadors, les torres de refrigeració, les unitats de climatització, etc., són exemples de reservoris i disseminadors d'agents biològics.
- Els principals agents infecciosos són els bacteris, els fongs i els virus, causants de malalties com la grip, la tuberculosi, les pneumònies i els refredats. Les vies de contagi més freqüents són el contacte amb persones infectades i la transmissió dels agents per via aèria.

Els antígens:

- Un antigen o al·lergen és qualsevol substància que, en penetrar dins d'un organisme dotat de sistema immunològic, és capaç de provocar una resposta immunitària específica.

- El pol·len de les plantes, els àcars continguts a la pols, els annexos cutanis procedents d'animals domèstics i ocells (pèl, plomes, paràsits), les femtes dels ocells, etc., poden ser, en si mateixos, al·lèrgens, o contenir substàncies al·lèrgiques.

- Els efectes adversos per a la salut d'aquestes substàncies són la pneumonitis hipersensitiva que dona símptomes similars a la grip, la rinitis al·lèrgica i l'asma.

CONTAMINANTS FÍSICS

- Els principals contaminants físics considerats són el soroll, l'ambient tèrmic i la il·luminació, aspectes tractats en profunditat a l'apartat d'entorn de treball.



MANCA DE VENTILACIÓ

■ Una ventilació insuficient i/o deficient és una de les causes principals del deteriorament de la qualitat de l'aire a l'interior dels locals de treball. La ventilació de l'edifici es basa en l'aportació i distribució dins del local d'aire nou o d'aire recirculat, distingint entre ventilació forçada i ventilació natural.

■ Si el que es vol és satisfer les necessitats dels ocupants del local de treball quant a ventilació i confort tèrmic, s'ha de recórrer a la climatització, és a dir, a un aire "preparat" consistent en una barreja en diferents proporcions d'aire exterior i aire recirculat que ha estat filtrat, escalfat o refredat, humidificat o deshumidificat, en funció de les necessitats de l'edifici i del tipus d'aire exterior.

■ Cadascun dels processos de "preparació" de l'aire climatitzat és susceptible d'esdevenir un focus de contaminació, a causa d'una manca de neteja i manteniment, que pot afectar la salut del personal.

■ Sempre que sigui possible, s'aconsella ventilar els locals de treball obrint les finestres.

HEU DE VETLLAR PERQUÈ ES PORTI UN MANTENIMENT I NETEJA EFECTIUS D'AQUELLS PUNTS DE LA INSTAL·LACIÓ QUE ES PODEN CONVERTIR EN FONTS DE CONTAMINACIÓ:

- Sistemes de filtració
- Unitats de climatització
- Materials de fabricació i aïllament de les conduccions

MESURES PREVENTIVES PER A UNA BONA QUALITAT DEL AIRE

- Seleccionar acuradament els materials i productes amb els quals es treballa, escollint aquells que siguin menys nocius.
- Reduir i seleccionar els múltiples productes de neteja, així com una correcta utilització d'aquests, tant pel que fa referència a la seva concentració com al moment de l'aplicació.
- Manteniment tal que impedeixi la formació de focus de contaminació, atenent especialment a la neteja o substitució periòdica de les unitats de filtració de l'aire.

