

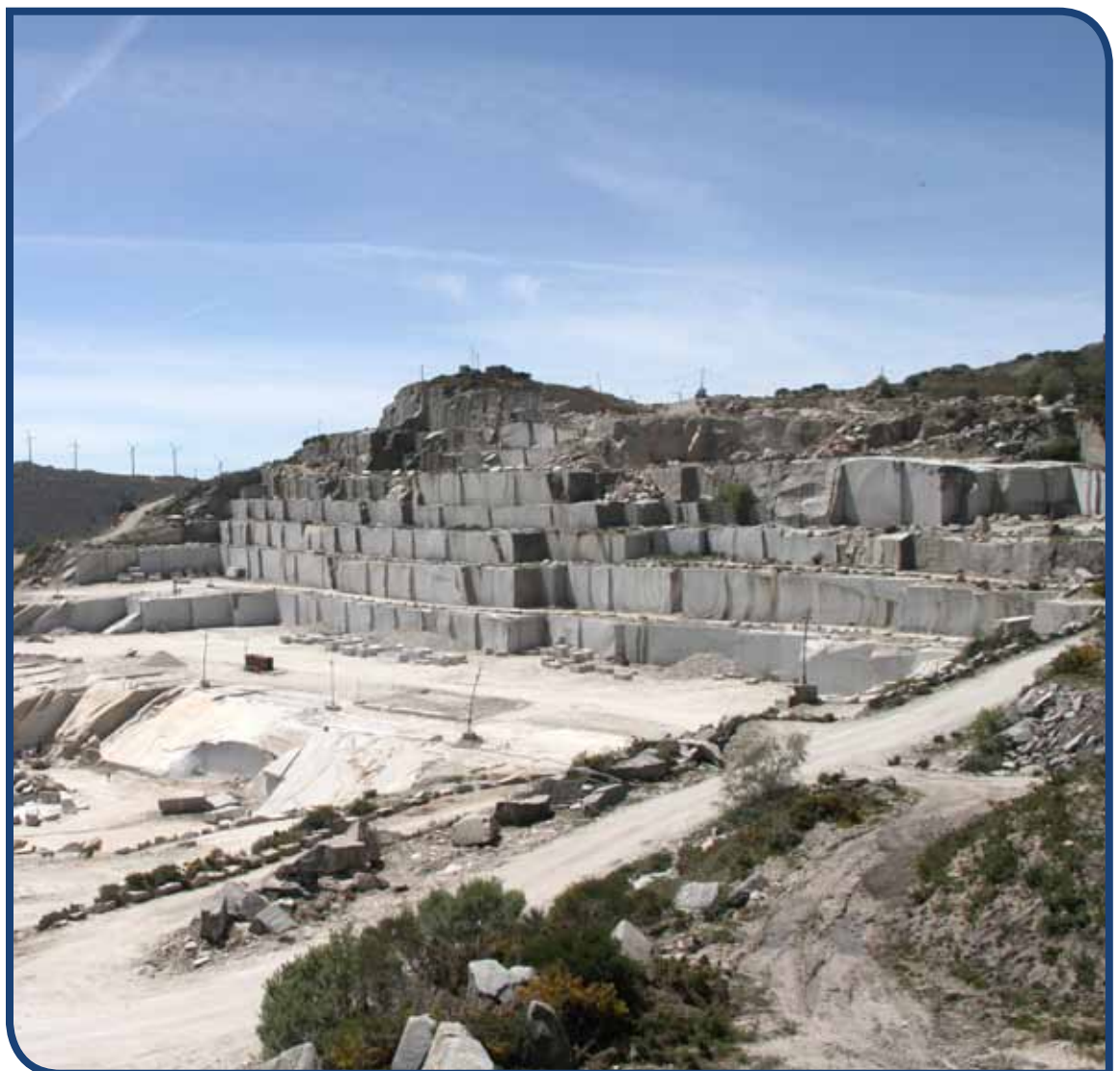


DO ISSGA

MELLORA

PEDRA

INSTITUTO GALEGO DE SEGURIDADE E SAÚDE LABORAL



CAPÍTULO	PÁXINA
01 Explosións	3
02 Riscos no corte con fío diamantado	5
03 Caída de obxectos	6
04 Riscos nos lugares de traballo	8
05 Riscos dos equipos de traballo	12
06 Riscos no uso de martelos pneumáticos	14
07 Riscos no uso da perforadora autopropulsada	15
08 Equipos que se desprazan	16
09 Riscos durante o mantemento e a reparación	19
10 Risco eléctrico	21
11 Trastornos musculoesqueléticos e manipulación de cargas	22
12 Exposición ó po de sílice	26
13 Exposición ó ruído	27
14 Exposición ó frío e á humidade	28
15 Exposición solar e calor	29
16 Alerxias de orixe laboral	30
Alcol e outras drogas	30
17 Perspectiva de xénero	31
18 Medidas de emerxencia	32
19 Primeiros auxilios	34
20 Sinalización	35
21 Equipos de protección individual (EPI)	37
22 Lexislación básica	38

EDITA

Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA)

Casa da Parra. Praza da Quintana, s/n
15704, Santiago de Compostela

www.issga.xunta.es

Santiago de Compostela, 2015

AUTORÍA

Técnicos do Instituto Galego de Seguridade e Saúde Laboral (ISSGA)

Héctor González Nóvoa
Estrella Cancio Fernández
Juan Luis Casas López

COLABORACIÓN TÉCNICA

José Carlos Rodríguez Rodríguez
Mario Feliz Álvarez

DESEÑO E MAQUETACIÓN

www.analit.es

IMPRIME

Grupo Teiba

DEPÓSITO LEGAL

C1505-2015



© ISSGA. Xunta de Galicia.
Os Mellora do Issga_Prevencción de riscos laborais no granito

Esta obra está dispoñible para a súa consulta e descarga na seguinte ligazón:
<http://issga/portal/contido/documentacion/publicacions/>

Esta obra distribúese cunha licenza CC-Atribución-CompartirIgual 3.0 España de Creative Commons. Para ver unha copia da licenza, visite:
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.es_ES

01 Explosións

1-2



Debes dispor de carné de artillero para manexar explosivos. Asegúrate de que o vixilante sempre estea presente.



Non fagas voaduras en situacións de baixa visibilidade.



Prohibe a presenza de persoal que non interveña na voadura na área de influencia.



Ningunha fonte de ignición debe estar cerca dos explosivos: teléfonos, emisoras. Non fumes nin permitas que se aproximen vehículos de motor e tubos de escape quentes.



Utiliza só equipos certificados para uso con explosivos: atacadores, tenaces, ohmímetros explosores, accesorios, etc.



Transporta por separado os detonadores e os explosivos, e mantenos separados ata o seu uso.



Comproba que o explosivo non estea deteriorado, conxelado ou exsudado. Transpórtalo con coidado, sen golpealo nin cortalo.



Garda separadamente os detonadores e o explosivo en polvoreiras axeitadas.



Comproba a profundidade e limpeza dos barrenos que se van cargar.

01 Explosións

1-2



Descárgate da electricidade estática antes de empregar detonadores eléctricos.



Asegura ben as unións do cordón co explosivo e coa liña principal.



Utiliza detritos para o retacado.



Espera a que se disipen os gases, po, fumes, para achegarte e comprobar o resultado da voadura.



Se a voadura con mecha lenta non sae ben debes esperar media hora antes de reintentalo.



Sanea a zona.



Non desatasques nin manipules barrenos falidos.



Se non se poden volver disparar: perforarase un novo barreno paralelo a 10 veces o diámetro, salvo con explosivo a granel, onde decidirá o director facultativo.

02 Riscos no corte con fío diamantado



Sinaliza a zona de influencia do corte que se vai realizar nas zonas superior e inferior. Prohibe o acceso á zona de perigo. Mantén o posto de control de corte con fío dentro da zona segura. Vixía a aproximación de calquera persoa dentro da zona de risco. Comproba o funcionamento do cogomelo de emerxencia.



Non te aproximes ó fío ata que se deteña o xiros.



Asegúrate de que non existen outros traballadores dentro da distancia de seguridade cando vas desatacar o fío.



Mantén en bo estado os elementos substituíbles do equipo. Comproba periodicamente o estado do fío diamantado e dos empalmes, substituíndoos en caso necesario.



Emprega os EPI de protección axeitados ós riscos que existen en cada momento.



Comproba que tes auga suficiente para refrixerar o fío. Para avanzar coas mangueriras pola fenda, detén a máquina.



Estabiliza o carro do fío diamantado, para evitar envorcaduras.

03 Caída de obxectos

1-2



Mantente afastado da vertical da carga que transportas coa ponte guindastre. Non a acompañes coa man.



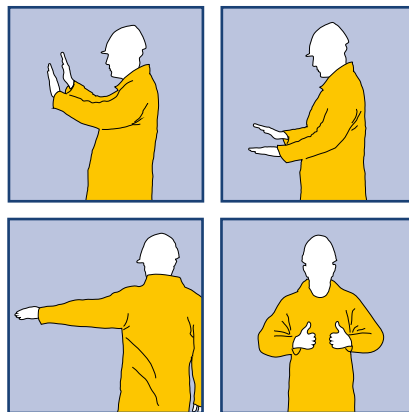
Non fagas movementos bruscos que desestabilicen a carga.



Vixía que a carga que transportas non pase por riba de ningún traballador.



Comproba que non estea ningún traballador na zona de desprazamento de cargas da carreta ou da pargadora.



Tódolos operarios que teñan relación co transporte de cargas coñecerán e empregarán un mesmo código de sinais inequívoco.



Se es condutor, durante a carga permanece nun lugar seguro: afastado ou dentro da cabina.



Nunca te achegues ó punto de realización de operacións de carga ou descarga.



Comproba o estado do noiro e saña a parte superior e as rochas soltas. Mantente afastado da vertical da fronte da canteira de onde poden caer pedras.



Segue as indicacións no momento da voadura e mantente afastado en posición segura.

03

Caída de obxectos

1-2



Examina previamente a carga para detectar puntos débiles ou fendas que poidan dar lugar a caídas de partes desprendidas. Emprega puntos de ancoraxe seguros.



Coñece as limitacións dos equipos de elevación e transporte de cargas.



Vixía que non se excedan os pesos máximos indicados.



Fai uso do casco de seguridade nas zonas onde che poidan caer cousas enriba.



Fai uso de botas con punteira reforzada, para evitar danos nos pés.



Non fagas amoreamentos inestables nin de altura excesiva.



04 Riscos nos lugares de traballo

1·2·3·4



Mantén libre de obstáculos, bulleiro e auga os corredores, as escaletas e as vías de acceso.



Transita polas vías sinalizadas para a circulación de peóns e non polas de vehículos.



Atende ás irregularidades do terreo por onde circulas.



Asegúrate de que as canles de drenaxe e as irregularidades están ben protexidas.



Comproba que os sitios en altura estean protexidos con varandas ou outros sistemas de seguridade equivalentes.



Leva roupa de traballo axustada, evitando partes que poidan ser atrapadas polos elementos móbiles das máquinas.



Para desprazarte dun nivel a outro non saltes.



Ten coidado cando traballes a distinto nivel. Aínda que sexan alturas pequenas poden ser moi perigosas.



Non subas a carros de transporte, zonas altas, etc. sen adoptar as precaucións axeitadas.

04 Riscos nos lugares de traballo

1·2·3·4



NOS LUGARES CON RISCO DE CAÍDA DE ALTURA SEN PROTECCIÓNS COLECTIVAS, TAL COMO TRABALLOS NA FRONTE DA CANTEIRA, FAI USO DE EQUIPOS ANTICAÍDA DE SEGURIDADE, ANCORADOS A UN PUNTO SEGURO OU A UNHA LIÑA DE VIDA

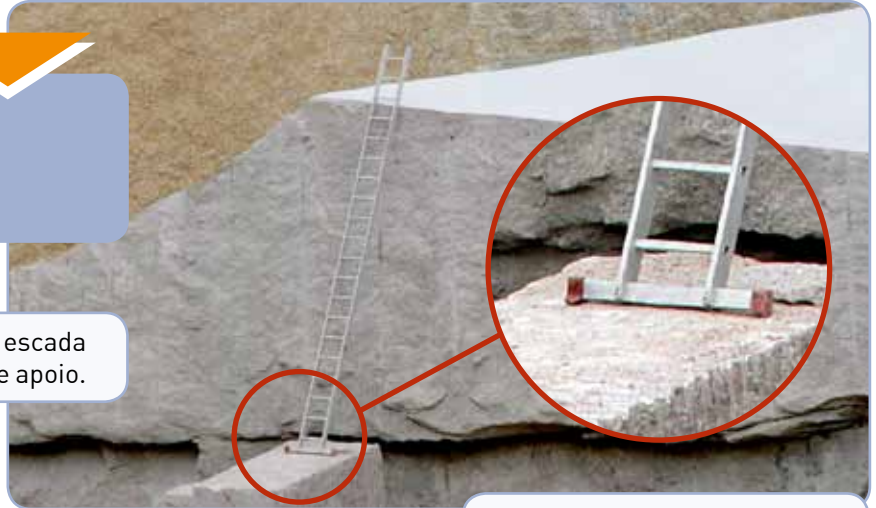


04 Riscos nos lugares de traballo

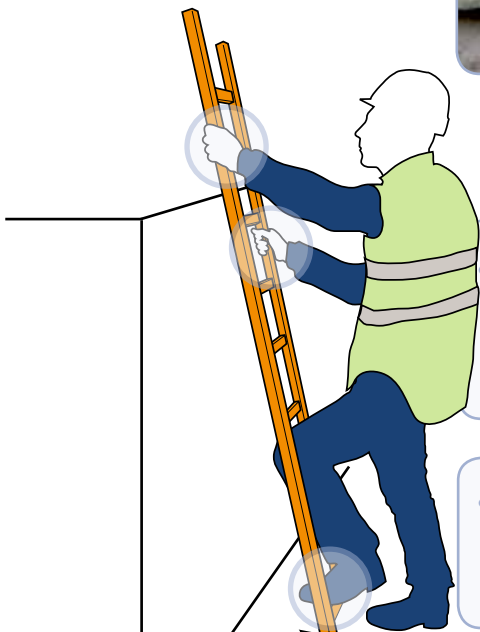
1·2·3·4

Se vas empregar unha escada...

- No ascenso e descenso da escada mantén sempre 3 puntos de apoio.



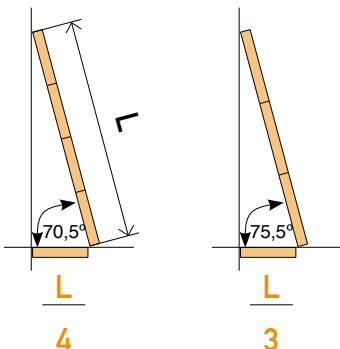
- Comproba que non estea deteriorada e que ofrece garantías para o seu uso:
 - Zapatas antiescorregadizas
 - Chanzos ensamblados



- A escada é un equipo para subir e baixar. Non a empregues como plataforma de traballo.

- Non permitas que ninguén máis ca ti estea subido á escada á vez.

- Coloca a escada coa inclinación axeitada e sobresaíndo, polo menos, 1 m sobre o punto de apoio superior, para evitar riscos no embarco e desembarco.



- Non intentes mover a escada subido nela. Baixa e move a escada as veces que faga falla, para evitar traballar desprazado lateralmente, polo risco de caída.

04 Riscos nos lugares de traballo

1.2.3.4

Operacións que poden xerar riscos de caída por perda de equilibrio dende unha escada:

- Acceso á parte superior dos bloques.
- Mantemento de máquinas.
- Etc.

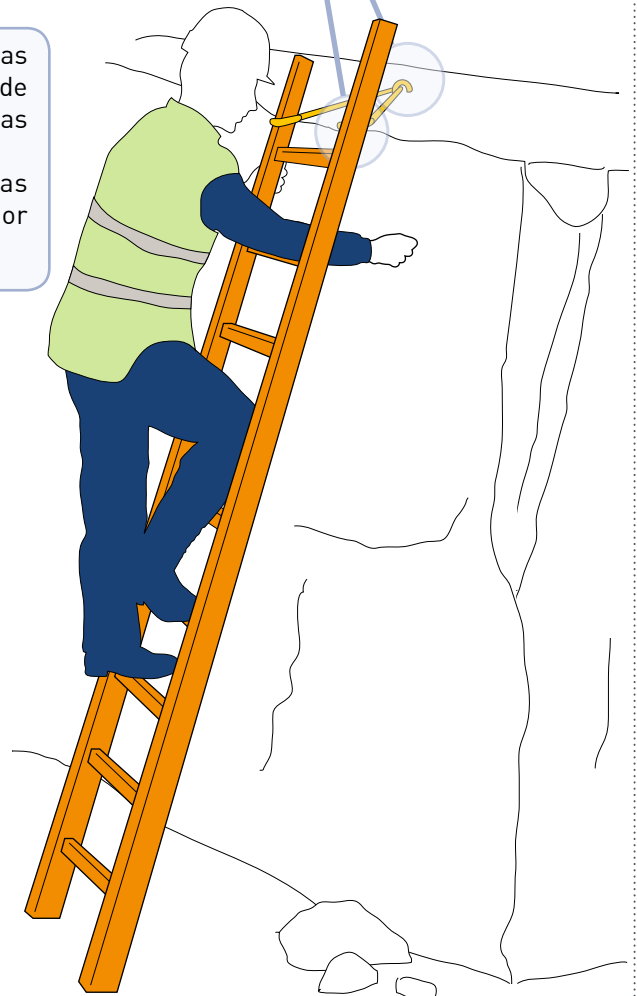


• Sube e baixa de fronte á escada, agarrándote coas dúas mans.

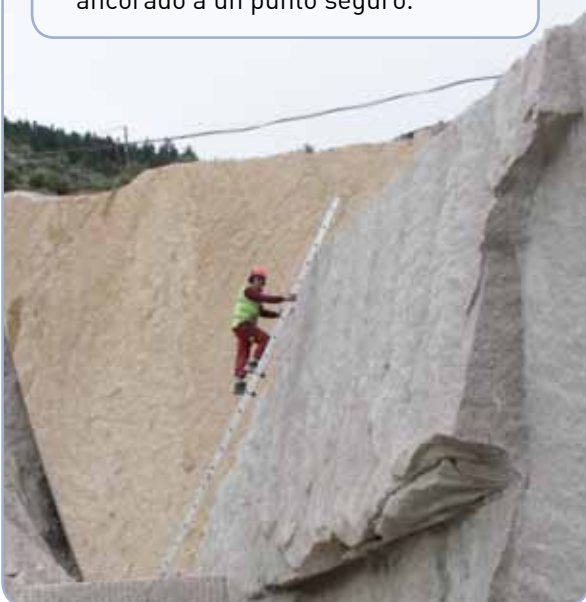
• Se tes que transportar cargas por escadas, faino sempre de xeito que teñas sempre as dúas mans libres.

• Nunca transportes cargas pesadas nin voluminosas por escadas.

• Asegura a parte superior e inferior da escada cando a uses, para evitar riscos.

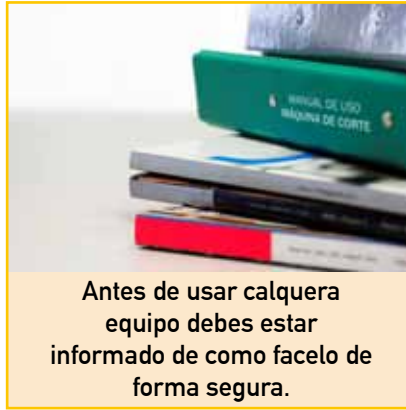


• Cando exista risco de caída de altura importante, emprega un arnés ancorado a un punto seguro.

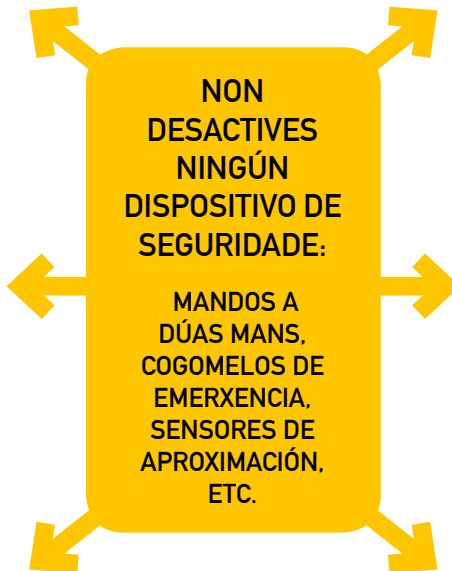


05 Riscos dos equipos de traballo

1-2



Antes de usar calquera equipo debes estar informado de como facelo de forma segura.



NON ELIMINES OS SEPARADORES OU PROTECTORES FIXOS DAS MÁQUINAS DE CORTE



05 Riscos dos equipos de traballo

1-2



Na colocación de barreas, emprega os elementos auxiliares para situalas correctamente.



Sempre que poidas, emprega mandos a distancia para controlar e verificar o traballo da máquina dende un lugar seguro.



Durante o emprego do "puro" mantente nunha zona segura, afastado da zona de operación.



Leva roupa axustada e o pelo recollido para evitar enganches por elementos móbiles. Quita as pulseiras, os aneis, os reloxo...



Asegúrate de que as ferramentas manuais están en bo uso: con mango sen arestas e sen gretas en toda a súa lonxitude.



Pon luvas antiabrasión e amortecedoras de presión. Emprega botas de seguridade con punteira reforzada cando traballes con mazos, marras...



Se non estás autorizado, non manipules os circuitos eléctricos, pneumáticos, hidráulicos, etc.



Fai uso de lentes ou pantallas de protección, para evitar impactos de partículas nos ollos.



Cambiar de tarefa ou descansar de cando en vez, facilita a concentración no traballo e evita riscos.

06 Riscos no uso de martelos pneumáticos



Antes de conectar o aire comprimido comproba:

1. O estado do depósito auxiliar de aire comprimido.
2. Que as chaves dos martelos estean pechadas.
3. O estado das mangueriras.
4. O estado das unións, terminais, abrazadeiras e rácores.



Utiliza o contrapeso durante o uso do martelo manual, para facilitar o traballo.



Desconecta sempre o equipo de aire comprimido para move-lo:

1. Pecha o aire comprimido no depósito auxiliar.
2. Baleira o circuito antes de desconectar as mangueriras.
3. Comproba a ausencia de presión.
4. Se moves os banqueadores revisa o estado do cable e dos guilletes de transporte.



07 Riscos no uso da perforadora autopropulsada



Comproba o estado do equipo e dos útiles de perforación: mandos, patas estabilizadoras, barreñas, brocas...



Asegúrate do bo funcionamento do mando sen fíos e dos cogomelos de parada de emerxencia.



Avisa ó xefe da tarefa para colocar o equipo de corte.



Comproba a zona de traballo e saña as rochas soltas ou inestables.



Non coloques nunca o equipo nunha pendente superior á indicada polo fabricante no seu manual de operacións.



Cando sexa posible fixa o equipo ó chan, e fai uso de tódolos seus puntos de ancoraxe para suxeitalo.



Coloca o bloque en posición estable: axúdate das pas mecánicas para asentalo.



Nunca deixes ningún desquite sen envorcar.



Para afiar emprega os equipos específicos e cos resgardos postos.

08 Equipos que se desprazan

1·2·3



Sinaliza os corredores de circulación de maquinaria e mantenos libres de obstáculos.



Non fagas uso dun equipo de traballo móbil se non estás cualificado e autorizado para iso.



Antes de empezar a traballar fai unha revisión exterior: fugas, rodas, manguitos, niveis de líquidos.



Os dispositivos de advertencia e alarma deben funcionar correctamente: lámpadas xiratorias, bucinas, avisador acústico de marcha atrás, freos, etc.



Revisa tódolos avisadores da cabina, especialmente os de avaría.



Non esquezas revisar os filtros de aire da cabina.



Nunca elimines as sinalizacións de advertencia ou seguridade.



Comproba que as plataformas das máquinas onde debes permanecer estean dotadas de varandas en bo estado.



Comproba que o vehículo conta con escaleiriñas cos chanzos limpos e en bo estado e dotadas de varandas e/ou barras de apoio.

08 Equipos que se desprazan

1-2-3



Fai a subida e a baixada da cabina de fronte á escaleiriña. Non saltes dende a cabina ó chan nin a outras partes da máquina.



Comproba que a túa máquina conta con dispositivos que a preveñan de envorcar.



Axusta o asento ás túas características e comproba a comodidade de uso dos mandos e a visión cara ó exterior.



Verifica que conta con dispositivos de retención e fai uso deles.



Non transportes no equipo a ningún que non estea autorizado. Ti es o responsable.



Conduce paseniño, tanto no centro de traballo, como nas vías de circulación.



Atende ó taboleiro de mandos e as súas indicacións.



Vixía se se aproximan outros equipos en circulación para evitar choques ou golpes.



Presta moita atención ás persoas a pé pola zona.

08 Equipos que se desprazan

1·2·3



Sinaliza de forma axeitada os límites de estabilidade segura dos bordos das bancadas. Nunca te aproximes a eles se non é imprescindible para o teu labor.



Estima o peso da carga antes de movela. Non superes o máximo que poida provocar incidentes.



Non te arrimes ás beiras das pistas ou planicies para evitar envorcar ou caer.



Asegúrate de que estean sinalizados e colocados os límites que non podes sobrepasar para baleirar e para evitar caídas co equipo.



Comproba a zona de vertedura antes de achegarte.



Baixa o basculante, antes de moverte do lugar de baleirado.



Emprega elementos de comunicación tales como o walkie-talkie, etc. Segue sempre as instrucións dadas polo encargado.



Cando deixes a máquina, faino co equipo ben inmobilizado, nun lugar estable e leva contigo as chaves.

09 Riscos durante o mantemento e a reparación

1-2



Cubre o parte diario da máquina, indicando as anomalías de funcionamento e seguridade que cómpre reparar ou mellorar.



Non fagas traballos de mantemento ou reparación de equipos para os que non esteas cualificado. Nestes casos avisa ó persoal encargado de mantemento.



Antes de iniciar a reparación comproba que os equipos e instalacións estean parados e desconectados.



Traba o mando e asegúrate de que calquera elemento do equipo non se pode arrancar inoportunamente.



Sinaliza que estás a reparar a máquina e prohibe o acceso ó persoal non autorizado á zona de traballo para evitar que ninguén intente arrancar o equipo.



Traballa sempre en equipo, así terás quen che poida axudar e avisar de calquera continxencia.



Se nunha reparación xorden dúbidas, consulta sempre con quen che poida dar información e axuda (fabricante, servizo técnico, técnico especialista, etc).



Nunca traballes en instalacións con tensión. Iso está reservado a empresas especialmente cualificadas.

Nos traballos en instalacións sen tensión débete asegurar de cumprir as cinco regras de ouro:

- Desconectar
- Trabar o mando
- Verificar a ausencia de tensión
- Illar a zona de traballo, poñendo a terra e en cortocircuíto
- Sinalizar a zona de traballo

09 Riscos durante o mantemento e a reparación

1-2



Ó finalizar o traballo pecha tódalas chaves dos circuitos a presión e coloca as botellas de gases no seu lugar.



Vixía de forma periódica o estado das mangueras, tirantes e rácores.



Nunca te sitúes debaixo dun equipo hidráulico. Asegúrate da súa inmovilidade. Cando sexa preciso emprega os traveseiros.



Para facer os labores de mantemento do equipo inmobilízao se detectas algún problema grave:

- Busca un lugar chairro e estable.
- Detén o motor e quita as chaves.
- Asegura a inmovilidade e calza o equipo.



Ten moito coidado con:
Circuitos a presión.
Contactos con elementos quentes.



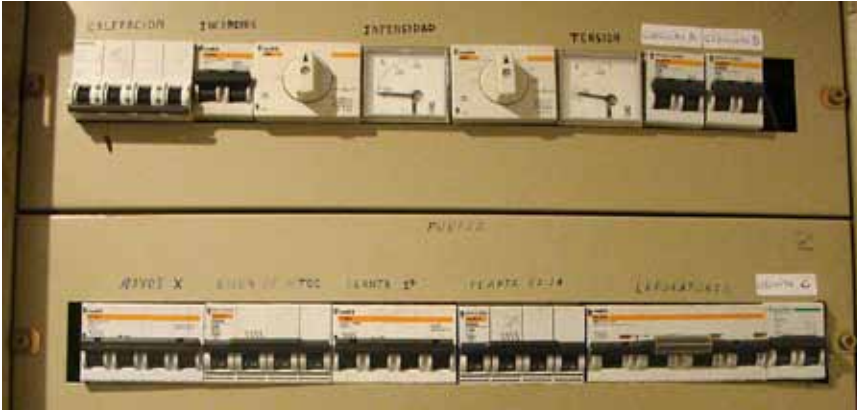
Mantén a ferramenta limpa, ordenada e en bo estado.



Devolve os manuais das máquinas ó seu lugar para poder localizalos cando os volvas necesitar.

10

Risco eléctrico



Realiza unha comprobación periódica, accionando o interruptor de disparo do diferencial e do magnetotérmico que protexen a instalación eléctrica, para asegurarse de que estea en bo estado. Non manipules equipos coas mans molladas. A auga é condutora da electricidade.



Comproba que está sinalizado o risco eléctrico nos cadros e nos equipos segundo a normativa.



É obrigatorio realizar un mantemento periódico da instalación eléctrica.



Os contactos ou os arcos eléctricos poden provocar queimaduras e mesmo parada cardiorrespiratoria.



Mantén en bo estado as tapas protectoras da instalación eléctrica, dos interruptores e dos enchufes, para evitar que penetre o po e a auga.



As reparacións nas instalacións e nos equipos eléctricos só poden ser realizadas sen tensión e por persoal especializado.



Tódolos equipos de traballo deben posuír carcadas ou envolturas que eviten os contactos eléctricos directos.



Emprega conexións preparadas para a intemperie. Non as deixes tiradas polo chan. Nunca pode haber cables pelados.

11 Trastornos musculoesqueléticos e manipulación de cargas 1.2.3.4



Son os trastornos que producen máis danos, custos e xornadas perdidas no sector.

Realiza os controis médicos periódicos e indica calquera síntoma que presentes.

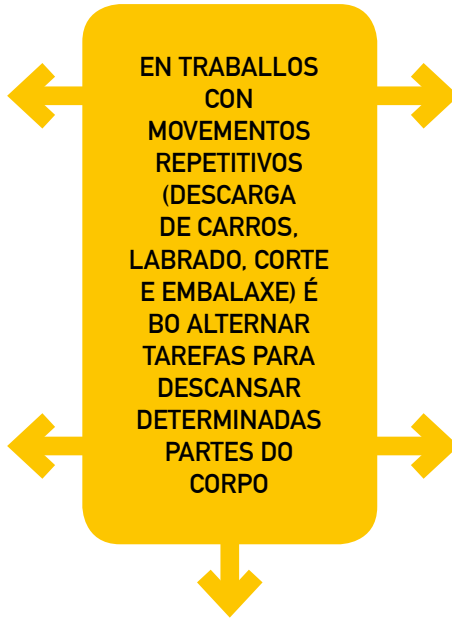
Pon en coñecemento do servizo de prevención aquilo que consideres oportuno en relación cos traballos de manipulación de cargas.



11 Trastornos musculoesqueléticos e manipulación de cargas 1.2.3.4



As pezas amoreadas deberán transportarse en caixóns ou atadas. En todo caso, transportaranse en montóns estables que non cheguen á altura do tórax.



Asegúrate de que a zona que teñas que percorrer con carga estea libre de obstáculos e a zona de descarga despexada.



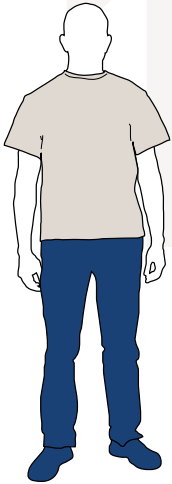
Usa calzado con sola antiesvaradía e luvas que protexan fronte a abrasión e amortecedores de presión.

11

Trastornos musculoesqueléticos e manipulación de cargas

1·2·3·4

● Separa os pés durante o levantamento, ata conseguir unha posición estable.

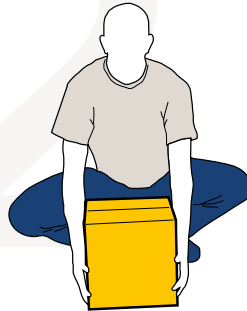


● Reduce a exposición ó risco de manipulación organizando o teu traballo de xeito que a distancia de transporte sexa menor.



● Durante o levantamento e o transporte non xires o tronco, se é preciso pivota sobre os pés.

● Colle a carga coas dúas mans.

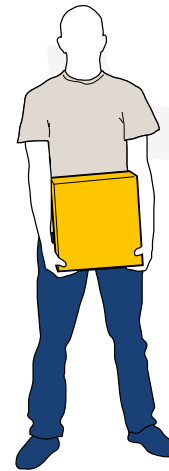


● Se a carga se atopa a baixa altura: dobra os xeonllos mantendo as costas rectas e aproxima o máis posible a carga ó corpo.



● Levanta o obxecto gradualmente e sen movementos bruscos coa columna vertebral recta e vertical.

● Mantén a carga tan cerca do corpo como sexa posible.



● Procura recoller e depositar as cargas a unha altura próxima á cadeira.

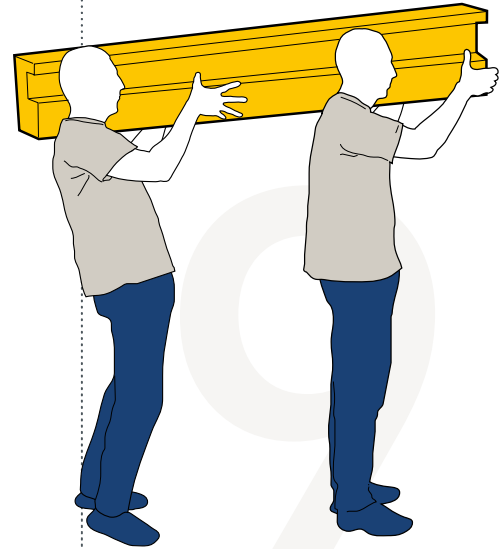
● Non levantes unha carga pesada por enriba da cintura nun só movemento.



11 Trastornos musculoesqueléticos e manipulación de cargas 1·2·3·4

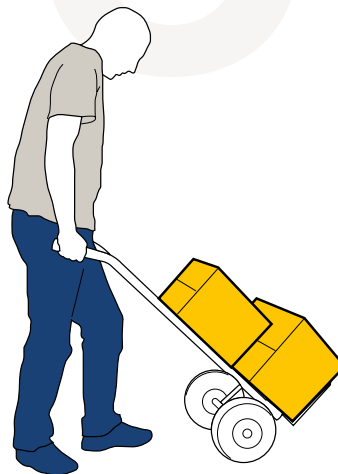


● Aproveita o peso do corpo de modo efectivo para empuxar os obxectos ou tirar deles.



- Peso máximo recomendado non sobrepasar en condicións ideais de manipulación: en xeral, 25 kg.
Mulleres, traballadores xóvenes ou maiores, 15 kg.

- Manipula cargas adaptadas a túa capacidade, con boas ancoraxes.



- Pide axuda para manipular cargas voluminosas, pesadas ou que presenten dificultade para asilas.



Elementos que poden superar os 25 kg: bloques, barrenas...
Cando a carga non dispoña de boas asas de agarre, limita a carga máxima que manipulas.

12

Exposición ó po de sílice



Acude ós recoñecementos médicos específicos obrigatorios para este risco que, inclúen radiografía de tórax. Dálle importancia a calquera síntoma e ponlo en coñecemento do servizo médico: especialmente os problemas respiratorios.



Vixía que os elementos de retirada de po por aspiración ou auga estean activos.



Comproba o bo funcionamento dos capturadores de po. Procura colocarte de xeito que a traxectoria do po non pase pola túa zona de respiración.



Comproba a estanquidade das cabinas dos equipos.



Asegúrate de que os filtros de aire dos equipos que protexen as zonas libres de po se cambien segundo o programa previsto.



Manipula e conduce con coidado aqueles obxectos e maquinaria susceptibles de xerar po.



Mantén húmidas as zonas susceptibles de xerar po, mediante rega, néboa de auga, etc.



Mantén postos todo o tempo que poidas os EPI respiratorios

13 Exposición ó ruído



Realiza os controis médicos periódicos da túa capacidade auditiva.



Dálle importancia ós síntomas tales como: que precisas subir o nivel de volume da televisión na casa.



Substitúe ou repara aqueles compoñentes dos equipos de corte, etc. que non se atopen en óptimas condicións.



Comproba a estanquidade das oficinas e das cabinas dos postos de control e das zonas non expostas a ruído.



Comproba que se levan a cabo os programas de mantemento dos equipos de traballo que empregues.



Se manobras con guindastres, pas mecánicas, carretas ou camións: fai a carga e descarga sen brusquidade.



Procura coñecer o nivel de ruído do teu posto de traballo nas medicións de ruído.



Manipula e conduce sen brusquidades os obxectos e a maquinaria e evita golpear material contra superficies metálicas.



Pola túa saúde, emprega os EPI auditivos axeitados, especialmente cando sexa obrigatorio.

Obrigas respecto a EPI, segundo os niveis de ruído:

< 80 dBA	≥ 80 dBA	≥ 85 dBA	> 87 dBA
Pódelos pedir	Débenchos facilitar	Débelos usar sempre	Nunca se debe superar ese nivel, tendo en conta a atenuación

14 Exposición ó frío e á humidade



Se traballas á intemperie ou estás exposto a correntes de aire, usa roupa cortaventos. Protexe especialmente as extremidades. Emprega roupa de abrigo transpirable.



Evita humedecer a roupa por suor ou por proxección de líquidos. Substitúe a roupa cando estea mollada.



Procura alternar traballos con exposición ó frío con outros nos que non esteas exposto.



Inxire líquidos quentes, evitando o café ou as bebidas excitantes.

15 Exposición solar e calor



Sempre que sexa posible, evita a exposición á radiación solar directa.
Procura alternar traballos á calor con outros nos que esteas exposto a temperaturas máis baixas e que requiran menos esforzos físicos.



Viste roupa de traballo lixeira e transpirable que cubra as extremidades.



Se fose necesario protexe a cabeza e a vista da radiación solar.



Protexe a pel exposta con cremas de protección solar.



Hidrátate con bebidas isotónicas que repoñan os sales minerais perdidos pola suor.



Arrefría por rego as superficies de traballo, polo menos nas horas de máxima calor.



Extrema as precaucións en caso de previsión de temperaturas superiores a 35°C.

16 Alerxias de orixe laboral Alcol e outras drogas

Alerxias de orixe laboral



Acude ós recoñecementos médicos específicos para este risco que che ofrece a túa empresa.



Dálle importancia ós síntomas tales como: pel encarnada, ecemas, proídos, etc.



Evita o contacto co caucho natural ou o látex.
Se tes que usar luvas impermeables, solicita que sexan de material ó que non sexas alérxico, ou interpón outros de algodón.

Alcol e outras drogas

Non reduzas a túa capacidade de concentración por medios artificiais.

A TÚA SEGURIDADE E A DOS DEMAIS ESTÁ NAS TÚAS MANS!

Non traballes baixo os efectos de alcol e outras drogas.



17

Perspectiva de xénero



ATENCIÓN A ESTES RISCOS !

- Po
- Ruído
- Calor
- Golpes
- Desprazamentos
- Manipulación manual de cargas
- Movements bruscos
- Posturas estáticas (parada de pé)
- Posturas forzadas
- Uso de EPI
- Vibracións
- Frío

Cómpre ter en conta as situacións de embarazo, parto recente e lactación.



Informa ó servizo médico se estás embarazada, se tiveches un parto recentemente ou se estás en período de lactación.



Respecta as indicacións sobre os riscos ós que non debe estar exposta unha muller durante o embarazo ou a lactación.

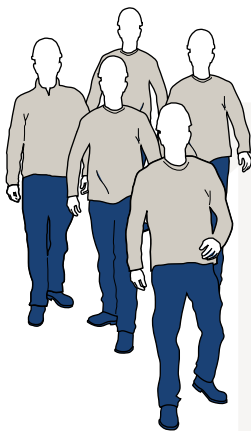


18 Medidas de emerxencia

1-2

RISCOS QUE PODEN PRODUCIR UNHA EMERXENCIA:

- Incendio
- Explosión
- Accidentes graves de traballadores
- Inundación
- Atmosferas perigosas
- Derrubamentos
- Etc.



Participa nos simulacros de emerxencia de forma activa.



Se podes neutralizar a situación cos medios existentes sen risco, faino. Se non podes, comunica a emerxencia e espera a axuda.

Préstalle atención á información sobre o plan de emerxencia e a evacuación.

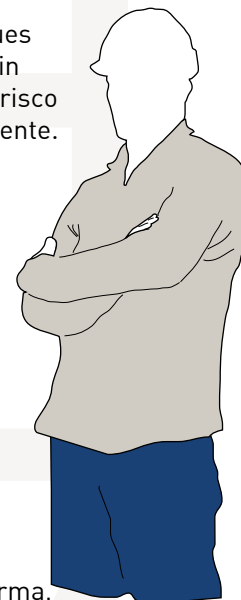


Aínda que non chegase a producirse a emerxencia, informa sempre da incidencia.

PLAN DE EMERXENCIA

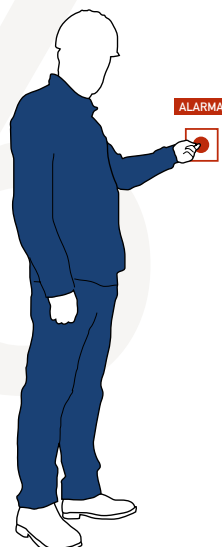


Non te arrisques inutilmente, nin provoques un risco maior có existente.

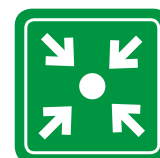


Os medios de comunicación previstos para emerxencias, son só para emerxencias!

Activa a alarma, polos medios previstos no plan, en canto detectes unha situación que o requira.

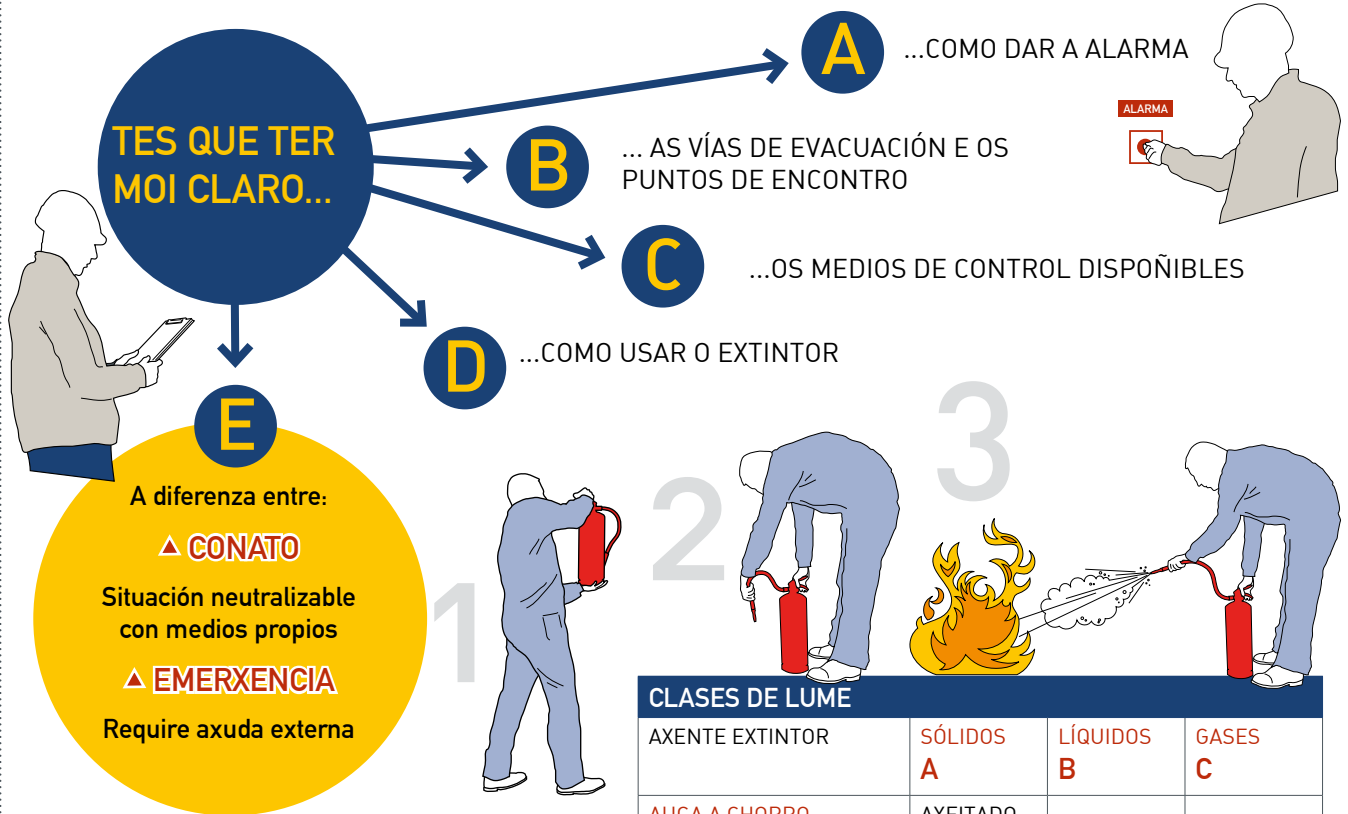


Activada a alarma, permanece alerta a novas indicacións.



18 Medidas de emerxencia

1-2



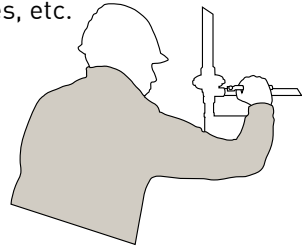
CLASES DE LUME			
AXENTE EXTINTOR	SÓLIDOS A	LÍQUIDOS B	GASES C
AUGA A CHORRO	AXEITADO		
AUGA PULVERIZADA	EXCELENTE	ACEPTABLE	
ESCUMA	AXEITADO	AXEITADO	
PO ABC	AXEITADO	AXEITADO	AXEITADO
CO ₂	ACEPTABLE	ACEPTABLE	

1 Detén o traballo que estiveses realizando, en situación de seguridade.

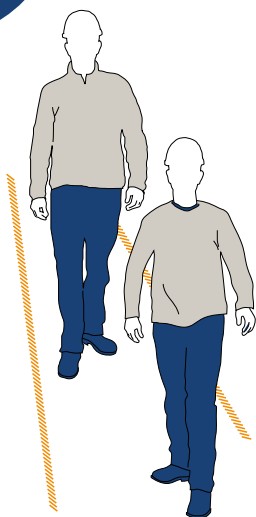
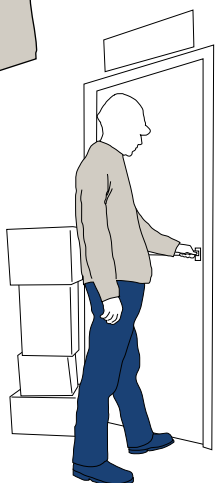


SE SE PRODUCE A EVACUACIÓN

2 Pecha as tomas de subministración de auga, gases, etc.



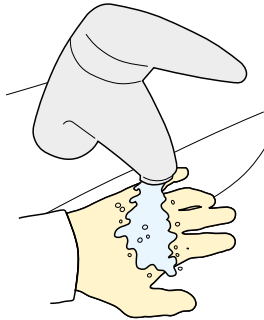
3 Nunca poñas obstáculos nas vías de evacuación. Axuda a ter as vías de evacuación despexadas.



4 Diríxete ordenadamente, sen correr, polas vías de evacuación, ata o punto de encontro ou concentración.

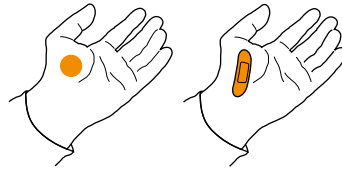
19 Primeiros auxilios

COLABORA PARA QUE A CAIXA DE PRIMEIROS AUXILIOS SE MANTÉÑA REVISADA E EQUIPADA



QUEIMADURAS

- Lavar con auga corrente.
- Non romper as ampolas.
- Cubrir con apósito.
- Nas grandes queimaduras, non tirar a roupa, agás no caso de queimadura química.



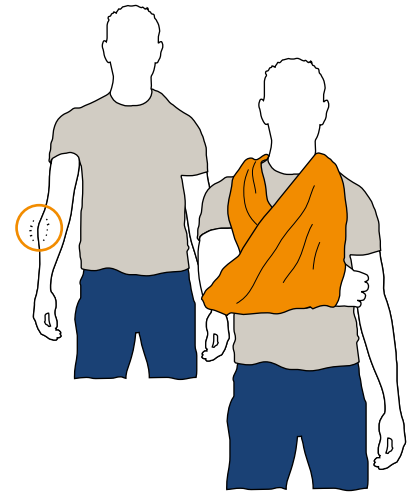
FERIDAS

- Lavar con auga corrente e secar.
- Aplicar algún antiséptico.
- Cubrir con apósito.



HEMORRAXIAS

- Deitar o accidentado.
- Elevar a parte da ferida por riba do corpo.
- Facer presión continua no lugar da hemorraxia.

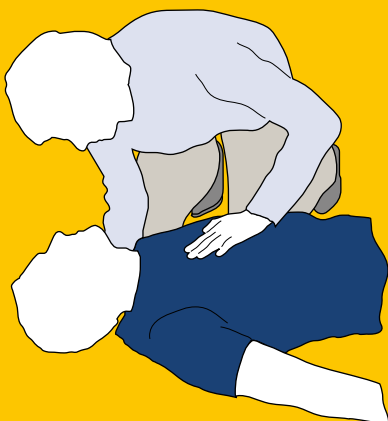


FRACTURAS

Recoñecerás unha fractura polos seguintes sinais:

- Imposibilidade de mover o membro afectado.
- Dor a nivel da zona fracturada.
- Ás veces deformación ou simple inchazón.
- Non intentes endereitar o membro ou manipular a fractura.
- Inmoviliza a fractura collendo sempre a articulación superior e inferior.
- No caso de fractura aberta, aplica un apósito estéril sobre a ferida.
- Nas fracturas de columna evita a súa flexión.

RCP



A maior complicación que se pode presentar é unha parada cardiorrespiratoria. Precisas recoñecela e saber facer a reanimación cardio pulmonar (RCP).

- 1º Determina a consciencia do accidentado movéndoo e falándolle.
- 2º Abra o canal respiratorio tirando da cabeza cara atrás e cara arriba e comprobe que respira.
- 3º Se o resultado é negativo, avise a emerxencias e inicie a RCP.
- 4º Comece coas compresións cardíacas, intercalando insuflacións de aire nos pulmóns do accidentado.

SECUENCIA

2 insuflacións de aire por cada 30 compresións cardíacas.

RITMO

100 compresións cardíacas por minuto.

Comprobe periodicamente o estado do paciente.

20 Sinalización

1-2



A sinalización é unha medida complementaria que te informa sobre os riscos e o xeito de reducilos. Nunca elimines as sinalizacións de advertencia ou seguridade.

SINAIS EN FORMA DE PANEIS

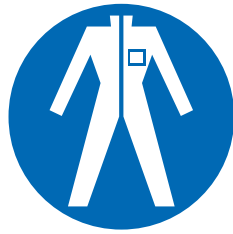
SIGNIFICADO	CARACTERÍSTICAS	EXEMPLOS
OBRIGA	<ul style="list-style-type: none"> :: Forma redonda :: Fondo azul :: Pictograma branco 	
PROHIBICIÓN	<ul style="list-style-type: none"> :: Cor vermella con banda diagonal (como as de tráfico) :: Fondo branco :: Pictograma negro 	
ADVERTENCIA	<ul style="list-style-type: none"> :: Fondo amarelo :: Contorno negro :: Pictograma negro 	
INCENDIO	<ul style="list-style-type: none"> :: Forma de paralelogramo :: Cor vermella :: Información en branco 	
SALVAMENTO E PRIMEIROS AUXILIOS	<ul style="list-style-type: none"> :: Forma de paralelogramo :: Cor verde :: Información en branco 	

A sinalización axuda a previr os riscos, non os elimina.

OBRIGA



CASCO



ROUPA DE TRABALLO



BOTAS



PROTECCIÓN
AUDITIVA



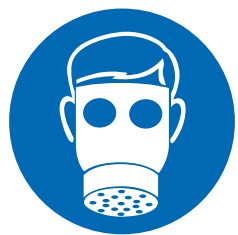
LUVAS



LENTE



ARNÉS
CINTO DE SEGURIDADE



MÁSCARA

PROHIBICIÓN



PROHIBIDO O PASO A
TODA PERSO A ALLEA Á
OBRA



VELOCIDADE MÁXIMA

ADVERTENCIA



PERIGO!
EXPLOSIVOS



PERIGO
MAQUINARIA PESADA



PERIGO
PASO DE CARRETAS



CARGAS SUSPENDIDAS



PERIGO
CAÍDA A DISTINTO NIVEL



PERIGO
DESPRENDEMENTOS

21 Equipos de protección individual (EPI)

Utiliza os EPI cando sexa necesario, pero dando prioridade ás medidas de prevención na orixe ou de protección colectiva.



CASCO

En caso de manipular cargas en suspensión protexe a cabeza cun casco.

LUVAS

Protexen as mans contra as agresións mecánicas (cortes, picadas, etc.) e evita o contacto con elementos irritantes.



PROTECCIÓN TÉRMICA

O frío é mal compañeiro. Abrígate con roupa quente e cómoda.



EQUIPO ANTI CAÍDA

Compoñentes do equipo anticaída: punto de ancoraxe fixo, mosquetón, liña de vida, corda de seguridade con nó terminal, freo automático anti caída, absorvedor de enerxía, mosquetón, arnés anticaída...



BOTAS

Íllate da humidade e da auga. Cómpre que teñan sola antiesvaradía e a punteira reforzada.



PROTECCIÓN AUDITIVA

Cando uses maquinaria que produce ruído, é necesario o uso de tapóns ou cascos de protección.

LENTE

Se vas facer traballos con risco de proxeccións usa lentes.

MÁSCARA

A protección respiratoria evita inhalar po de sílice.



ROUPA DE AUGAS

Protéxete contra a choiva e as salpicaduras.

22 Lexislación básica

1·2

Relación non exhaustiva da normativa de prevención de riscos laborais

Lei 31/1995, do 8 de novembro, de prevención de riscos laborais.

Real decreto 171/2004, do 30 de xaneiro, polo que se desenvolve o artigo 24 da Lei 31/1995, do 8 de novembro, de prevención de riscos laborais, en materia de coordinación de actividades empresariais.

Real decreto 689/2005, do 10 de xuño, polo que se modifica o Regulamento de organización e funcionamento da Inspección de Traballo e Seguridade Social, aprobado polo Real decreto 138/2000, do 4 de febreiro, e o Regulamento xeral sobre procedementos para a imposición de sancións por infraccións de orde social e para os expedientes liquidatorios de cotas á Seguridade Social, aprobado polo Real decreto 928/1998, do 14 de maio, para regular a actuación dos técnicos habilitados en materia de prevención de riscos laborais.

Real decreto 486/1997, do 14 de abril, polo que se establecen disposicións mínimas de seguridade e saúde nos lugares de traballo.

Real decreto 665/1997, do 12 de maio, sobre a protección dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición a axentes canceríxenos durante o traballo.

Real decreto 681/2003, do 12 de xuño, sobre a protección da saúde e a seguranza dos traballadores expostos ós riscos derivados de atmosferas explosivas no lugar de traballo.

Lei 23/2015, do 21 de xullo, ordenadora do Sistema de Inspección de Traballo e Seguridade Social.

Real decreto 1389/1997, do 5 de setembro, polo que aproban as disposicións mínimas destinadas a protexer a seguridade e a saúde dos traballadores nas actividades mineiras.

Real decreto 773/1997, do 30 de maio, sobre disposicións mínimas de seguridade e saúde relativas á utilización polos traballadores de equipos de protección individual.

Real decreto 1407/1992, do 20 de novembro, polo que se regulan as condicións para a comercialización e libre circulación intracomunitaria dos equipos de protección individual.

Real decreto 487/1997, do 14 de abril, sobre disposicións mínimas de seguridade e saúde relativas á manipulación manual de cargas que entrañe riscos, en particular dorso lumbares, para os traballadores.

Real decreto 39/1997, do 17 de xaneiro, polo que se aproba o Regulamento dos servizos de prevención.

Real decreto 1215/1997, do 18 de xullo, polo que se establecen as disposicións mínimas de seguridade e saúde para a utilización polos traballadores dos equipos de traballo.

Real decreto 1644/2008, do 10 de outubro, polo que se establecen as normas para a comercialización e posta en servizo das máquinas.

Real decreto 485/1997, do 14 de abril, sobre disposicións mínimas en materia de sinalización de seguridade e saúde no traballo.

Real decreto 374/2001, do 6 de abril, sobre a protección da saúde e seguridade dos traballadores contra os riscos relacionados cos axentes químicos durante o traballo.

Real decreto 1311/2005, do 4 de novembro, sobre a protección da saúde e a seguranza dos traballadores fronte aos riscos derivados ou que poidan derivarse da exposición a vibracións mecánicas.

22 Lexislación básica

1·2

Orde ITC/2585/2007, do 30 de agosto, pola que se aproba a ITC 2.0.02 «protección dos traballadores contra o po, en relación coa silicose, nas industrias extractivas», do Regulamento xeral de normas básicas de seguridade mineira.

Lei 22/1973, do 21 de xullo, de minas.

Real decreto 2857/1978, do 25 de agosto, polo que se aproba o Regulamento xeral para o réxime da minería.

Lei 3/2008, do 23 de maio, de ordenación da minería de Galicia.

Real decreto 863/1985, do 2 de abril, polo que se aproba o Regulamento xeral de normas básicas de seguridade mineira.

Real decreto 563/2010, do 7 de maio, polo que se aproba o Regulamento de artigos piro-técnicos e cartucharía.

Protocolo de vixilancia sanitaria específica para os traballadores expostos á sílice e pneumocinose da Comisión de Saúde Pública do Consello Interterritorial do Sistema Nacional de Saúde.

Orde ITC/101/2006, do 23 de xaneiro, pola que se regula o contido mínimo e estrutura do documento sobre seguridade e saúde para a industria extractiva.

Real decreto 3255/1983, do 21 de decembro, polo que se aproba o Estatuto do mineiro.

Orde do 19 de marzo de 1986, pola que se establecen normas complementarias para o desenvolvemento e execución do Real decreto 3255/1983, do 21 de decembro, polo que se aproba o Estatuto do mineiro, en materia de seguridade e hixiene.

Orde ITC/1316/2008, do 7 de maio, pola que se aproba a instrución técnica complementaria 02.1.02 «Formación preventiva para o desempeño do posto de traballo», do Regulamento xeral de normas básicas de seguridade mineira.

Real decreto 286/2006, do 10 de marzo, sobre a protección da saúde e a seguranza dos traballadores contra os riscos relacionados coa exposición ao ruído.

Real decreto 230/1998, do 16 de febreiro, polo que se aproba o Regulamento de explosivos.

Resolución do 24 de agosto de 2005, da Dirección Xeral de Política Enerxética e Minas, pola que se aproba o criterio técnico para establecer as condicións técnicas mínimas que deben cumprir as polvoreiras auxiliares de distribución, definidas no artigo 190 do Regulamento de explosivos.

Resolución do 4 de xullo de 2003, da Dirección Xeral de Política Enerxética e Minas, pola que se aproba o criterio técnico para establecer as condicións técnicas mínimas que deben cumprir as polvoreiras dos depósitos transportables de consumo de explosivos, definidas no artigo 191 do Regulamento de explosivos.



Instituto Galego
de Seguridade
e Saúde Laboral

galicia



^{OS} **M**ELLORA ^{PEDRA}
DO ISSGA

PREVENCIÓN DE RISCOS
NO GRANITO