SERVICIO MANCOMUNADO DE PREVENCIÓN
Y SALUD LABORAL

Ayuntamiento de Gijón/Xixón

FICHA DE PUESTO DE TRABAJO

SALVAMENTO: A TODOS LOS PUESTOS (RIESGOS GENERALES)

ILUSTRE AYUNTAMIENTO DE GIJON
CARRETERA CARBONERA 96. PARQUE DE BOMBEROS
33211 GIJÓN ASTURIAS
Fecha: 24/06/2022

CSV 462F339CF84B2CC0A7BF0A7D708312B1
Puede comprobar la validez del documento en https://csv.cualtisonline.com

Índice

1 Descripción del puesto.. 1

2 Limitaciones de ocupación al puesto por parte de personal sensible.. 2

3 Riesgos evitables. 3

4 Riesgos derivados del puesto de trabajo.. 6

5 Medidas preventivas. 10

6 Equipos de protección individual.. 14

7 Registro de entrega de información.. 15

1. Descripción del puesto.

NOMBRE DEL PUESTO	SALVAMENTO: A TODOS LOS PUESTOS (RIESGOS GENERALES)
DESCRIPCIÓN	Incluye los riesgos generales de las actividaDes, equipos, secciones e instalaciones que afectan a todos los puestos de Salvamento. Son funciones comunes a todo el personal: - Cumplir las órdenes que reciba de sus superiores en asuntos relacionados con el servicio - Cuidar el material y, en su caso, el personal a su cargo, dando las novedades correspondientes a su inmediato superior, así como mantener el trato adecuado de los medios e instalaciones del Parque o dependencias en que esté destinado - Cumplir y hacer cumplir el Reglamento del Servicio de Salvamento así como demás normativa vigente - Proponer a su jefe inmediato superior cuantas mejoras estime convenientes para el servicio. - Ejecutar los trabajos especiales, tanto teóricos como prácticos, relacionados con las actividades del Servicio y participar en la formación y adiestramiento de la población civil. - Facilitar los datos precisos para cumplimentar su ficha interna, notificando cualquier variación en los mismos aunque sean temporales.

Actividades que realiza

- Acceso a centros ajenos
- Acceso a otras secciones
- Desplazamientos in itinere y en misión.
- Trabajo a turnos

Secciones que le afectan

- Base Salvamento (El Arbeyal)
- Base Salvamento (Poniente)
- Central Salvamento (San Lorenzo)
- Playas

Elementos estructurales que le afectan

Base Salvamento (El Arbeyal)	- Aseo	
Base Salvamento (Poniente)	- Escalera fija	- Local de descanso
	- Vestuarios/Aseo	
Central Salvamento (San Lorenzo)	- Balneario: Vestuarios/Locales de Aseo y de Descanso	- Escalera fija
	- Local de aseo	

Observación: Además de los riesgos derivados de la actividad de su puesto, cada persona trabajadora está expuesta a los riesgos derivados de las condiciones de su entorno. Esta información deberá ser aportada por la empresa titular del centro donde desarrolle su actividad.

2. Limitaciones de ocupación al puesto por parte de personal sensible.

LIMITACIONES PARA PERSONAL SENSIBLE PARA EL PUESTO: SALVAMENTO: A TODOS LOS PUESTOS (RIESGOS GENERALES)

EMBARAZO / LACTANCIA

Causa (*)		Localización	Observaciones
Puede influir negativamente	Frío y calor extremos	Playas	La mujer embarazada debe ser retirada de la exposición a condiciones de temperatura extrema . Se debe medir el estrés térmico por frío a temperaturas inferiores a 10° y sin lluvia. El estrés térmico por calor será considerado perjudicial si el índice WBGT supera 33 puntos. El INSST recomienda prestar especial atención a embarazadas en temperaturas >28° o <10°durante toda la gestación.

MENORES DE EDAD

Causa (*)		Localización	Observaciones
Prohibido	Trabajo nocturno	Trabajo a turnos	Se considera trabajo nocturno el realizado entre las diez de la noche y las seis de la mañana. (prohibición expresa).
	Peligro de accidentes	Playas	Golpes, atrapamientos, incendios, explosión, etc. por falta de experiencia o inmadurez. Art 27 ley 31/95.

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

3. Riesgos evitables

RIESGO EVITABLE	CAUSA	MEDIDA PREVENTIVA	Prior.
Riesgos diversos (Acceso a otras secciones)	No se dispone de la señalización de seguridad necesaria en los accesos a las diferentes secciones del centro de trabajo	Señalizar e identificar en la entrada de cada sección la prohibición de entrada a personal no autorizado, los pelígros asociados y la obligación del uso de los EPIs necesarios.	4
Riesgos diversos (Trabajo a turnos)	No se dispone de un lugar adecuado en el cual realizar las comidas o los descansos.	Dotar a todas las zonas de salvamento de un lugar adecuado en el cual poder realizar las comidas y los descansos.	4
Riesgos diversos (Base Salvamento (El Arbeyal))	Ausencia de espacio suficiente en la base que es un espacio único compartido para taquillas (no tienen vestuario), botiquín, zona de descanso (no tienen comedor) y mesa de trabajo comunicaciones.	Estudiar la posibilidad de mejora del espacio disponible, habilitando algunas estanterías para colocación de material de salvamento, colocar una tercera taquilla de forma que las tres personas que trabajan habitualmente en esta base pueden guardar de forma ordenada sus materiales y mochilas.	3
Incendios (Base Salvamento (El Arbeyal))	Carencia de extintores, iluminación de emergencia, señalización...	Colocar al menos un extintor de Polvo Polivalente 5kg.	4
Caída de personas a distinto nivel (Base Salvamento (El Arbeyal))	Escaleras inadecuadas para acceso a plantas superiores.	Si bien solo se utiliza la planta baja del edificio, este dispone de una escalera de servicio para acceso a las dos plantas siguientes, que no deberá utilizar el personal de salvamento, para ello se limitará el acceso mediante cadena blanca y roja y se señalizará la prohibición de acceso a personal no autorizado.	4
Incendios (Base Salvamento (El Arbeyal))	Inadecuada o inexistente señalización de las vías y salidas de evacuación	Señalizar adecuadamente las vías y salidas previstas para la evacuación mediante las correspondientes señales en forma de panel (rectangulares o cuadradas, con pictograma y bordes blancos sobre fondo verde); dicha señalización se fijará en los lugares adecuados y será duradera. Las señales de salvamento o socorro deberán ser visibles en todo momento, por lo que, ante un posible fallo del alumbrado normal, dispondrán de fuentes luminosas incorporadas interna o externamente, o bien serán fotoluminiscentes	4
Riesgos diversos (Base Salvamento (Poniente))	Deficiente orden en el almacén habilitado a nivel de playa.	Proceder a ordenar el almacén, retirando todo aquel material que no es de uso del personal de salvamento, habilitar estanterías para que el material pueda ordenarse de forma correcta.	4
Riesgos diversos (Base Salvamento (Poniente))	Deficiente señalización de la sala botiquín y el aseo (planta baja). Aseo utilizado como almacén de productos de limpieza y otros.	Retirar todo el material almacenado en el aseo contiguo al botiquín y habilitarlo para que pueda hacerse un uso adecuado del mismos. Habilitar en el almacén a nivel de playa una zona con baldas para el almacenamiento de todos los productos y materiales de limpieza. Colocar identificación, mediante señalización adecuada, en el acceso a la sala botiquín así como en el aseo contiguo.	4 4
Riesgos diversos (Base Salvamento (Poniente))	Deficiente señalización del armario y sala de comunicaciones.	Si bien la puerta que da acceso a la sala de comunicaciones permanece cerrada con llave, se recomienda la colocación de señalización de prohibido el acceso a personal no autorizado, así como la señalización de peligro en el cuadro eléctrico.	3
Incendios (Base Salvamento (Poniente))	Inadecuada o inexistente señalización de las vías y salidas de evacuación	Señalizar adecuadamente las vías y salidas previstas para la evacuación mediante las correspondientes señales en forma de panel (rectangulares o cuadradas, con pictograma y bordes blancos sobre fondo verde); dicha señalización se fijará en los lugares adecuados y será duradera. Las señales de salvamento o socorro deberán ser visibles en todo momento, por lo que, ante un posible fallo del alumbrado normal, dispondrán de fuentes luminosas incorporadas interna o externamente, o bien serán fotoluminiscentes	4
Incendios (Base Salvamento (Poniente))	Instalación y/o mantenimiento inadecuado de los extintores (altura incorrecta, revisión fuera de plazo).	Contactar con empresa mantenedora de extintores para que procedan a realizar la revisión pendiente desde diciembre de 2021. Los extintores permanecerán colgados de forma que la altura de su extremo superior no exceda los 1,70m de altura sobre el nivel del suelo; en el caso de aparatos instalados con posterioridad a la entrada en vigor del RD 513/2017, dicha altura deberá estar comprendida entre 0,80 y 1,20m.	4 4
Caída de personas al	Por presencia de cables,		

mismo nivel (Base Salvamento (Poniente))	cruzando zonas de paso en la mesa de trabajo de la sala de comunicaciones.	Revisar el posicionamiento de la mesa de trabajo de la sala de comunicaciones. Eliminar cables de equipos informáticos de las zonas de paso.	4
Riesgos diversos (Central Salvamento (San Lorenzo))	Falta de puesta en funcionamiento total de algunas instalaciones y servicios de la central de salvamento.	Anticipar la planificación de la puesta en marcha de la central de salvamento, para disponer de todos los medios e instalaciones previa puesta en funcionamiento del servicio el 1 de mayo: - Habilitar local de servicio médico y policía - Sótano y zonas para almacenamiento de equipamiento - Locales de aseo (masculino y femenino).	4
Incendios (Central Salvamento (San Lorenzo))	Inadecuada o inexistente señalización de las vías y salidas de evacuación	Señalizar adecuadamente las vías y salidas previstas para la evacuación mediante las correspondientes señales en forma de panel (rectangulares o cuadradas, con pictograma y bordes blancos sobre fondo verde); dicha señalización se fijará en los lugares adecuados y será duradera. Las señales de salvamento o socorro deberán ser visibles en todo momento, por lo que, ante un posible fallo del alumbrado normal, dispondrán de fuentes luminosas incorporadas interna o externamente, o bien serán fotoluminiscentes	4
Incendios (Central Salvamento (San Lorenzo))	No se dispone de medios adecuados de protección contra incendios debidamente señalizados.	Revisar el proyecto de protección contra incendios y colocar los extintores previstos junto con su señalización.	4
Caída de personas a distinto nivel (Central Salvamento (San Lorenzo))	No se dispone de protección perimetral en el hueco de acceso al altillo de la torre de vigilancia, por lo que existe un hueco sin proteger con riesgo de caída a distinto nivel.	No se permitirá el acceso al altillo de la torre de vigilancia en tanto en cuento no se tomen medidas de protección para la protección del hueco de acceso al mismo (barandilla 90cm con puerta abatible, listón intermedio y rodapié). Para evitar dicho acceso no se habilitará la escalera de servicio.	4
Exposición a agentes biológicos (Aseo) Riesgos diversos (Aseo)	Aseo único. Falta de recipientes especiales y cerrados en los retretes femeninos.	Identificar la puerta de acceso al aseo y garantizar que el cierre interior de la puerta se encuentra en buen estado de funcionamiento. Instalar recipientes especiales y cerrados en los retretes que hayan de ser utilizados por mujeres.	3 4
Riesgos diversos (Balneario: Vestuarios/Locales de Aseo y de Descanso)	Ausencia de iluminación en el túnel de acceso a los vestuarios del Balneario.	Revisar y reparar la instalación de alumbrado en el túnel. Colocar iluminación de emergencia y señalización de las vías de evacuación.	4
Riesgos diversos (Balneario: Vestuarios/Locales de Aseo y de Descanso)	Falta (o dotación insuficiente) de asientos, armarios o taquillas en los vestuarios.	Dotar de armarios o taquillas separados para la ropa de trabajo y para la de calle cuando ello sea necesario por el estado de contaminación, suciedad o humedad de la ropa de trabajo y con capacidad suficiente para guardar la ropa y el calzado.	4
Incendios (Balneario: Vestuarios/Locales de Aseo y de Descanso)	Inexistente o inadecuada señalización de las vías de evacuación.	Revisar el Proyecto de Protección Contra Incendios y señalizar adecuadamente las vías y salidas previstas para la evacuación mediante las correspondientes señales en forma de panel (rectangulares o cuadradas, con pictograma y bordes blancos sobre fondo verde); dicha señalización se fijará en los lugares adecuados y será duradera. Las señales de salvamento o socorro deberán ser visibles en todo momento, por lo que, ante un posible fallo del alumbrado normal, dispondrán de fuentes luminosas incorporadas interna o externamente, o bien serán fotoluminiscentes, especial atención a las salas técnicas y cabina de pintura Revisar el Proyecto de Protección Contra Incendios y señalizar adecuadamente los dispositivos de accionamiento de aquellas puertas cuya apertura se verifique ejerciendo presión sobre una barra; la señal (rectangular o cuadrada, con pictograma y bordes blancos sobre fondo verde) se colocará inmediatamente encima de la barra de accionamiento	4 4
Caída de personas a distinto nivel (Escalera fija)	Deficiente estado de los escalones de la escalera: son resbaladizos, están desgastados o deteriorados.	Reparar las irregularidades detectadas en la madera de los escalones.	4
Riesgos diversos (Local de aseo)	Ausencia de locales de aseo operativos a día de la visita, el servicio de Salvamento está en funcionamiento desde el 1 de mayo y a 17 de junio los baños siguen sin estar operativos.	Agilizar la puesta en funcionamiento de los locales de aseo (limpieza, jabón, papel higiénico, sistema de secado de manos, recipientes especiales y cerrados en los retretes femeninos. Identificar correctamente baños masculinos y femeninos. Instalar recipientes especiales y cerrados en los retretes que hayan de ser utilizados por mujeres.	4
Riesgos diversos	Deficiente identificación	Identificar las puertas de acceso a los vestuarios femenino y masculino,	3

(Vestuarios/Aseo)	de los locales de vestuarios y aseos.	Identificar las puertas de acceso a los vestuarios femenino y masculino, mediante señalización adecuada de los mismos.	3
Riesgos diversos (Vestuarios/Aseo)	Falta (o dotación insuficiente) de asientos, armarios o taquillas en los vestuarios.	Dotar de asientos y de armarios o taquillas individuales con llave, con capacidad suficiente para guardar la ropa y el calzado.	4
Exposición a agentes biológicos (Vestuarios/Aseo)	Faltan recipientes especiales y cerrados en los retretes femeninos.	Instalar recipientes especiales y cerrados en los retretes que hayan de ser utilizados por mujeres.	4

4. Riesgos derivados del puesto de trabajo.

Acceso a centros ajenos	
RIESGO	**CAUSA**
Riesgos diversos	Posibles riesgos específicos en función de las características del centro donde se realicen la intervenciones.

Acceso a otras secciones	
RIESGO	**CAUSA**
Atropellos o golpes con vehículos	Circulación a pie por zonas o secciones con tránsito de vehículos.
Riesgos diversos	Posibles riesgos específicos en función de las diferentes secciones del centro a donde se acceda de forma esporádica.

Desplazamientos in itinere y en misión.	
RIESGO	**CAUSA**
Atropellos o golpes con vehículos	Por posibles descuidos al transitar como peatón en zonas habilitadas para el paso de vehículos. Posibles distracciones al cruzar la calzada
Atropellos o golpes con vehículos	Posibles paradas del vehículo por fallos del mismo.
Accidentes de tráfico	Posibles desplazamientos al lugar de trabajo en vehículo (vehículo propio, vehículo de empresa o transporte publico)
Carga mental/factores psicosociales	Posible conducción en horas de elevado concentración de vehículos (horas punta, primera hora de la mañana y salida del trabajo). Desplazamiento realizados en vías poco conocidas. Posibilidad de cansancio a la salida del trabajo.

Trabajo a turnos	
RIESGO	**CAUSA**
Carga mental/factores psicosociales	Posibles deficiencias de organización de turnos que podrían derivar en alteraciones de los ritmos biológicos de vigilia-sueño y alimentación, así como las relaciones familiares y sociales.
Riesgos diversos	Posible ausencia de medios técnicos y/o deficiencias en instalaciones durante el trabajo a turnos.

Base Salvamento (El Arbeyal)	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas al mismo nivel	Posible existencia de materiales u otros elementos en suelo de las zonas de paso.
Choques contra objetos inmóviles	Posibles golpes con mobiliario, elementos en zonas de paso
Incendios	Posible obstrucción, total o parcial, de las vías y salidas de evacuación, deterioro de la señalización.

Base Salvamento (El Arbeyal)	
Incendios	Sobrecarga de la instalación eléctrica o incorrecto mantenimiento de la misma. Ignición accidental de materiales o elementos presentes.
Riesgos diversos	Posibles valores de temperatura inadecuados a la tarea que se desarrolla

Base Salvamento (Poniente)	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas al mismo nivel	Posible existencia de materiales u otros elementos en suelo de las zonas de paso.
Pisada sobre objetos	Posibilidad de existencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso.
Choques contra objetos inmóviles	Posibles golpes con mobiliario, elementos en zonas de paso
Incendios	Posible obstrucción, total o parcial, de las vías y salidas de evacuación, deterioro de la señalización.
Incendios	Sobrecarga de la instalación eléctrica o incorrecto mantenimiento de la misma. Ignición accidental de materiales o elementos presentes.
Riesgos asociados a iluminación inadecuada	Posibilidad de falta de limpieza, fallo en las luminarias del centro
Riesgos diversos	Posibles valores de temperatura inadecuados a la tarea que se desarrolla

Central Salvamento (San Lorenzo)	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas al mismo nivel	Posible existencia de materiales u otros elementos en suelo de las zonas de paso.
Pisada sobre objetos	Posibilidad de existencia de materiales u otros elementos en el suelo de las zonas de paso. Escaleras y pasarelas de madera.
Choques contra objetos inmóviles	Posibles golpes con mobiliario, elementos en zonas de paso
Incendios	Ignición accidental de materiales o elementos presentes.
Riesgos diversos	Posibles valores de temperatura inadecuados a la tarea que se desarrolla

Playas	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas al mismo nivel	Posibles tropiezos y resbalones por irregularidades en la arena, dunas.
Choques contra objetos inmóviles	Posibles choques o golpes con estructuras, mobiliario urbano, rocas...
Exposición a temperaturas ambientales extremas	Posible permanencia en zona al aire libre desprotegidas.
Accidentes causados por seres vivos	Posibles asaltos o atracos en la playa.
Accidentes causados por seres vivos	Posibles mordeduras y picaduras de peces, medusas, insectos y/u otros animales presentes en la playa.

Playas	
vivos	
Atropellos o golpes con vehículos	Posible zona de acceso o circulación de vehículos.
Exposición a agentes biológicos	Posible inhalación de polvo, contacto con parásitos, excrementos de animales.

Aseo	
RIESGO	**CAUSA**
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.

Balneario: Vestuarios/Locales de Aseo y de Descanso	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas a distinto nivel	Posible deterioro de las escaleras de acceso a la zona de vestuarios (El Balneario) o uso inadecuado de las mismas (no utilizar pasamanos de barandillas, subir o bajar con prisas, distraído, descalzo o con calzado inadecuado, con cargas voluminosas u otras causas).
Caída de personas al mismo nivel	Posible presencia de suelos resbaladizos o obstáculos en las zonas de paso o deficiencias en las instalaciones previstas para el alumbrado de las mismas.
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.
Exposición a ambiente interior	Posibles condiciones ambientales desfavorables (temperatura, humedad, olores u otras)
Riesgos diversos	Posible ausencia de garantías de utilización de los aseos con la mínima intimidad y dignidad requeridas.

Escalera fija	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas a distinto nivel	Posible deterioro de las escaleras.
Caída de personas a distinto nivel	Posible uso inadecuado de la escalera (no utilizar pasamanos, subir o bajar con prisas, descalzo o con calzado no adecuado, distraído, con cargas voluminosas u otras causas).

Escalera fija	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas a distinto nivel	Posible deterioro de las escaleras o de las instalaciones previstas para el alumbrado de las mismas
Caída de personas a distinto nivel	Posible uso inadecuado de la escalera (no utilizar pasamanos de barandillas, subir o bajar con prisas, distraído, con cargas voluminosas u otras causas).

Local de aseo	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas al mismo nivel	Posible presencia de suelos resbaladizos o obstáculos en las zonas de paso.

Local de aseo	
nivel	
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.
Riesgos diversos	Posible ausencia de garantías de utilización de los aseos con la mínima intimidad y dignidad requeridas.

Local de descanso	
RIESGO	**CAUSA**
Caída de personas al mismo nivel	Posible presencia de líquidos o desperdicios sobre los suelos.
Exposición a ambiente interior	Posibles condiciones ambientales desfavorables (temperatura, humedad, olores u otras).

Vestuarios/Aseo	
RIESGO	**CAUSA**
Exposición a agentes biológicos	Posible presencia de agentes biológicos por suciedad.

5. Medidas preventivas

Acceso a centros ajenos

Respete las normas establecidas en cuanto a la señalización, las medidas preventivas a adoptar durante la emergencia y la utilización de los equipos de protección individual requeridos.

Acceso a otras secciones

Circule siempre por las zonas establecidas para peatones, nunca invada las vías de circulación de vehículos, si tiene que hacerlo utilice el chaleco reflectante de alta visibilidad

Circule con precaución, nunca cruce por detrás de un vehículo que este realizando maniobras marcha atrás.

Está totalmente prohibido el acceso a aquellas secciones o salas técnicas si no se dispone de la correspondiente autorización, así como de los EPIs necesarios.

Respete las normas establecidas en cuanto a la señalización, las medidas preventivas a adoptar en caso de emergencia y la utilización de los equipos de protección individual requeridos en cada sección del centro de trabajo

Desplazamientos in itinere y en misión.

Como peatón: Camine siempre por las aceras, evitando los atajos en malas condiciones; al cruzar las calles crúcelas en perpendicular, se deberá evitar hacerlo de forma distraída, y siempre por los pasos señalizados; No camine cerca del bordillo, existe riesgo de atropello; extreme la precaución en los paso de peatones: aunque tenga preferencia, no se confíe y no invada la calzada hasta asegurarse de que el vehículo dé muestras de estar deteniéndose; controle el resto de carriles, es posible que pasen otros coches que no le hayan visto; si ha de cruzar y no tiene paso de peatones busque el punto más seguro y donde los vehículos puedan verle fácilmente, evite las curvas o zonas con poca visibilidad; respete siempre las normas de circulación y de seguridad vial. Preste atención a la circulación de los vehículos (incluyendo motos y bicicletas), al estado del piso, evite pisar charcos o terrenos irregulares. Se desaconseja el uso del móvil mientras circula por la vía pública.

Procure parar el vehículo en el arcén, fuera de la calzada. Si eso no es posible, déjelo en el lugar donde no entorpezca la circulación y con buena visibilidad. Señalice lo antes posible, con las luces de emergencia. Coloque los triángulos reflectantes a una distancia mínima de 50 m y de forma que sean visibles al menos, desde 100 metros. Utilice el chaleco reflectante, colocándoselo antes de bajar del vehículo

Utilice siempre el cinturón de seguridad, verifique que sus acompañantes también los utilizan.

En los desplazamientos al centro de trabajo y de vuelta a casa: Utilice preferentemente medios públicos; adelante o retrase la salida cuando le sea posible para evitar las horas de mayor concentración de vehículos, evite las prisas y tenga en cuenta las condiciones meteorológicas; si utiliza medios propios lleve un adecuado mantenimiento del mismo.

Cumpla estrictamente con las normas de circulación y seguridad vial; antes de iniciar la conducción asegúrese de que el vehículo está en perfectas condiciones, regule el asiento, espejos, etc.

Conduzca siempre con ambas manos sobre el volante. No fume mientras conduce, ya que al encender el cigarrillo y utilizar el cenicero desvía la atención de la circulación y la carretera. No se distraiga. SI necesita consultar un plano o el GPS, párese de forma adecuada. No utilice auriculares. No utilice el móvil no conteste llamadas telefónicas aunque disponga de dispositivos adecuados para hablar por teléfono. Respete los limites de velocidad. Mantenga la distancia de seguridad. Respete las señales de trafico. Señalice los cambios de dirección con los intermitentes. Respete los pasos de cebra.

Si se desplaza en bicicleta siga las siguientes normas: Si existe carril bici, circule siempre por él; se recomienda el uso del casco; se debe circular siempre por el lado derecho, en el sentido de la marcha, lo más pegado posible al arcén o a las aceras; por la noche es obligatorio el uso de una luz amarilla o blanca en la parte delantera y una roja o reflectante en la trasera; debe indicar con antelación cualquier maniobra o cambio de dirección; respete la señalización (semáforos, policía, etc.); realice un buen mantenimiento de su bicicleta, prestando especial atención a las ruedas, frenos y luces.

Normas adicionales para el desplazamiento en motocicleta: El uso del casco es obligatorio; utilice ropa adecuada y resistente; el mantenimiento del vehículo es indispensable para unos niveles óptimos de seguridad; no se debe serpentear entre el tráfico; la motocicleta es un vehículo más pequeño y mucho más frágil que el automóvil, por lo que el conductor de la motocicleta debe estar alerta ante cambios repentinos del tráfico.

Nunca conduzca un vehículo bajo la influencia del alcohol o de las drogas. Si está tomando algún tipo de medicación, tenga en cuenta si pueden ser contraproducente para la conducción y en ese caso consulte con un
especialista antes de usar el vehículo y valorar la utilización de otro medio de transporte.

En todos sus desplazamientos: Organícelos con antelación evitando las horas punta, planificando el tiempo para evitar prisas y nerviosismo, teniendo en cuenta obras o zonas conflictivas según el horario; priorice siempre que sea posible el uso del transporte público frente al coche propio.

Desplazamientos in itinere y en misión.

coche propio.

Trabajo a turnos

Mantenga un horario regular de comidas. No ingiera comidas pesadas, ni tome alcohol, cafeína y estimulantes en general dos o tres horas antes de acostarse.

Manténgase en un buen estado de forma física. Haga ejercicio regularmente.

Desarrolle una estrategia de adaptación. Consiga el soporte de familiares y amigos.

Respete los periodos de descanso, haga uso, en la medida de lo posible, de los espacios habilitados.

Base Salvamento (El Arbeyal)

Contribuya al correcto mantenimiento del orden y limpieza, evitando dejar materiales, mochilas... en el suelo, fuera de las zonas habilitadas.

Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento avise de inmediato para proceder a su reparación.

Contribuya a mantener ordenado el lugar de trabajo.

Preste especial atención a la señalización de seguridad y salud, respete, en todo m omento, las indicaciones contenidas en la misma; informe a su responsable si detecta la falta de alguna de dichas señales o cualquier deficiencia en las mismas.

No bloquee ni obstaculice las vías y salidas previstas para la evacuación del establecimiento; informe al titular de la actividad si detecta cualquier deficiencia en este sentido (o en la señalización de las vías y salidas de evacuación).

Evite el almacenamiento excesivo de materiales, mantenga un adecuado orden y limpieza de las instalaciones.

No sobrecargue la instalación eléctrica. Evite el uso de ladrones o bases de enchufes.

Si usa equipos eléctricos (radiadores, ventiladores, maquina/herramienta...) asegúrese de que están en buen estado de funcionamiento antes de conectarlos a la rec.

Base Salvamento (Poniente)

Camine de forma segura, sin prisas, mirando dónde pisa.

Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento avise de inmediato para proceder a su reparación.

Contribuya a mantener ordenado el lugar de trabajo.

Preste especial atención a la señalización de seguridad y salud existente en los lugares de trabajo y respete, en todo momento, las indicaciones contenidas en la misma; informe al titular de la actividad si detecta la falta de alguna de dichas señales o cualquier deficiencia en las mismas

No bloquee ni obstaculice las vías y salidas previstas para la evacuación del establecimiento; informe al titular de la actividad si detecta cualquier deficiencia en este sentido (o en la señalización de las vías y salidas de evacuación).

Evite el almacenamiento excesivo de materiales, mantenga un adecuado orden y limpieza de las instalaciones.

No sobrecargue la instalación eléctrica. Evite el uso de ladrones o bases de enchufes.

Si usa equipos eléctricos (radiadores, ventiladores, maquina/herramienta...) asegúrese de que están en buen estado de funcionamiento antes de conectarlos a la rec.

Central Salvamento (San Lorenzo)

Camine de forma segura, sin prisas, mirando dónde pisa.

Si detecta algún tipo de desperfecto en el pavimento avise de inmediato para proceder a su reparación.

En la medida de lo posible evite caminar descalzo.

Contribuya a mantener ordenado el lugar de trabajo.

Evite el almacenamiento excesivo de materiales, mantenga un adecuado orden y limpieza de las instalaciones, deje libres las zonas de paso,

Central Salvamento (San Lorenzo)

Evite el almacenamiento excesivo de materiales, mantenga un adecuado orden y limpieza de las instalaciones, deje libres las zonas de paso, las salidas y el acceso a los equipos de emergencia.

Evite el almacenamiento en puntos cercanos a los focos de ignición (cuadros eléctricos, cargadores de equipos, luminarias...).

Playas

Preste atención en los desplazamientos entre los distintos puntos donde realiza sus tareas.

El acceso a las zonas de trabajo se realizará, siempre que sea posible, por los caminos habilitados o por las zonas que presenten menos desniveles. Mire donde pisa.

Preste atención al mobiliario urbano, a las zonas con rocas y a los posibles obstáculos que pueda encontrar en sus desplazamientos por la playa. Circule con precaución evitando distracciones.

Utilice ropa, sombrero y protección solar adecuada en verano. Use ropa adecuada al frío en invierno, preferentemente en varias capas, para agregar o quitar según temperatura.

Ingiera agua en abundancia en épocas estivales. Se prohíben las bebidas alcohólicas y se desaconsejan las bebidas estimulantes o diuréticas.

En caso de asalto, mantenga la calma, no se enfrente a los atracadores, y posteriormente avise a las fuerzas de seguridad.

Preste atención a los posibles animales que se encuentren en la zona de trabajo.

Mantenga la distancia de seguridad con los equipos que estén realizando tareas de limpieza, barrido, etc. en la playa o en las proximidades de las bases de salvamento.

No tenga expuestas heridas abiertas.

Aseo

Contribuya al mantenimiento del aseo en unas adecuadas condiciones de orden y limpieza; informe al responsable, si detecta cualquier deficiencia en este sentido.

Utilice chanclas para acceder al aseo.

Balneario: Vestuarios/Locales de Aseo y de Descanso

Informe, a su responsable, si observa cualquier deficiencia en las escaleras o en las instalaciones previstas para el alumbrado de las mismas.

Utilice preferentemente calzado plano, y dotado de suela antideslizante.

Utilice la escalera con precaución. No corra, salte, ni transporte cargas de dimensiones o peso excesivo cuando circule por las escaleras.

Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Contribuya a mantener limpios y ordenados los vestuarios, locales de aseo y locales de descanso. Informe, a su responsable, si observa cualquier deficiencia en las escaleras, en el pavimento de vestuarios/aseos o en las instalaciones previstas para el alumbrado de los mismos.

Señalizar el peligro de suelos húmedos, especialmente en días lluviosos o cuando se proceda a la limpieza del suelo.

Camine de forma segura, sin prisas, mirando donde pisa. No camine descalzo, haga uso de calzado plano con suela antideslizante.

Contribuya al mantenimiento de los vestuarios y aseos en unas adecuadas condiciones de orden y limpieza; informe al responsable, si detecta cualquier deficiencia en este sentido.

Utilice chanclas en la ducha y en los aseos

Notifique cualquier anomalía en el vestuario o aseo (falta papel higiénico, secamanos estropeado, etc.) informe a su responsable.

Escalera fija

Informe de inmediato, a su responsable, si observa cualquier deficiencia en las escaleras.

Utilice la escalera con precaución. No corra, salte, ni transporte cargas de dimensiones o peso excesivo cuando circule por las escaleras.

No obstaculice la escalera por materiales o almacenamientos temporales.

Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Utilice preferentemente calzado plano, y dotado de suela antideslizante.

Escalera fija

Informe, a su responsable, si observa cualquier deficiencia en las escaleras o en las instalaciones previstas para el alumbrado de las mismas.

Utilice la escalera con precaución. No corra, salte, ni transporte cargas de dimensiones o peso excesivo cuando circule por las escaleras.

No obstaculice la escalera por materiales o almacenamientos temporales.

Utilice siempre que sea posible los pasamanos y/o las barandillas existentes.

Utilice preferentemente calzado plano, y dotado de suela antideslizante, durante la realización de los trabajos.

Local de aseo

Mantenga el local de aseo en correctas condiciones de orden y limpieza.

Utilice chanclas para acceder al aseo.

Contribuya al mantenimiento del aseo en unas adecuadas condiciones de orden y limpieza; informe al responsable, si detecta cualquier deficiencia en este sentido.

Notifique cualquier anomalía en el aseo (falta papel higiénico, secamanos estropeado, etc.) informe a su responsable.

Local de descanso

Mantenga el orden y la limpieza del local de descanso.

Vestuarios/Aseo

Contribuya al mantenimiento de losl vestuarios en unas adecuadas condiciones de orden y limpieza; informe al titular de la actividad, o persona designada al efecto, si detecta cualquier deficiencia en este sentido.

Utilice chanclas en la ducha.

6. Equipos de protección individual.

EPI	Área sección / Tarea / Equipo / Instalación / Producto que lo requieren
Ropa y accesorios (brazaletes, guantes) de señalización (retrorreflectantes, fluorescentes)	- Acceso a otras secciones
Ropa y accesorios de señalización.	- Playas

7. Registro de entrega de información.

REGISTRO DE ENTREGA DE INFORMACION

EMPRESA: ILUSTRE AYUNTAMIENTO DE GIJON

NOMBRE DE LA PERSONA:

PUESTO DE TRABAJO: SALVAMENTO: A TODOS LOS PUESTOS (RIESGOS GENERALES)

Tal y como indica la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales y, en cumplimiento de su artículo 18, la persona arriba mencionada ha sido informada de los riesgos de su puesto de trabajo a través de la siguiente entrega de información de riesgos. El contenido de dicha información ha sido extraído de la Evaluación de Riesgos elaborada el: 24/06/2022. Sin embargo, se recuerda que se debe leer y asimilar la totalidad de la Evaluación de Riesgos Laborales de su puesto de trabajo, adoptando las medidas preventivas allí establecidas y consultando cualquier duda respecto de la interpretación de la información recogida.

Información entregada:

- Descripción del puesto de trabajo.
- Limitaciones de ocupación al puesto por parte de personal sensible.
- Riesgos derivados del puesto de trabajo.
- Medidas preventivas.
- Equipos de protección individual necesarios.

Además ponemos en su conocimiento que tiene a su disposición el plan de prevención de riesgos laborales y la evaluación de riesgos laborales de su puesto de trabajo.

Fecha entrega:

Firma: