

I N F O R M A C I Ó D E R I S C O S L A B O R A L S (A r t 1 8)	
EMPRESA: CONSORCI CENTRE DE INVESTIGACIÓ MATEMÀTICA	DATA REALITZACIÓ: 17/07/2023
CENTRE: Campus UAB, Edifici C, 08193 Bellaterra, Barcelona	
LLOC: PERSONAL INVESTIGADOR	Pàgina 1 de 4

Restriccions per a Embarassades: En cas d'embaràs, informar immediatament el Servei de Prevenció, el qual valorarà individualment el risc.

Restriccions per a menors: En el cas que el lloc de treball estigui ocupat per un menor s'haurà d'informar els tutors legals dels riscos del lloc de treball, a més del mateix menor.

Vigilància personal especialment sensible: Segons valoració específica de salut laboral. En cas que el lloc de treball estigui ocupat per un treballador que presenti algun tipus de minusvalidesa, o especial sensibilitat (malaltia, al·lèrgia, etc.), s'haurà de posar en coneixement del Departament de Vigilància de la Salut perquè sigui al personal facultatiu qui estableixi les recomanacions i actuacions a dur a terme en cada cas, d'acord amb el seu estat de salut concret i en funció del lloc de treball que ocupa.

RISCOS / MESURES PREVENTIVES DEL LLOC

Risc de caigudes del personal al mateix nivell per rellicades o ensopegades.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Revisar continuament la conservació del bon estat d'ordre i neteja de la zona de treball. Si detecta irregularitats, avisar el responsable.
- No emmagatzemar objectes a zones de pas, han de quedar lliures d'obstacles.
- Evitar que el cablatge elèctric interfereixi en zona de pas.
- Sol·licitar la neteja de qualsevol vessament de producte, líquid, etc., per evitar rellicades.
- Disposar de bons nivells de llum. Davant la detecció de nivells d'il·luminació insuficients, comunicar-ho al responsable immediat perquè el valori.

Risc de caiguda a diferent nivell.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- No córrer per les escales, no portar les mans ocupades ni portar calçat obert pel taló.
- Fer ús dels passamans de les escales de l'Edifici.
- Si cal realitzar alguna tasca en altura, no la realitzareu, teniu obligació d'avisar el Personal de Manteniment.
- Avisar el Responsable d'àrea si es detecta algun defecte a les escales perquè el reparin.
- Si en algun cas haguessis d'accedir a una escala manual, utilitza sempre elements segurs (escales de mà, graons,...) evitant l'ús d'elements inestables o improvisats (cadires, tamborets, caixes,...) i revisa-la abans d'usar que estigui en bon estat, disposi dels elements de seguretat (sabata, tensor, esglaons en bon estat, etc.).
- En cas que hagueu d'utilitzar escales manuals:
 - Es revisaran abans de fer-les servir, el bon estat de les escales i amb els elements de seguretat necessaris (sabates antilliscants i element antiobertura en cas d'escales de tisora).
 - Es col·locaran sobre sòl ferm i pla, allunyat de desnivells (graons, obertures d'escales, rases, etc.). I aquests han de quedar nets de brutícia, greixos, líquids, etc.
 - L'accés a escales manuals ha de ser de cara a ella i amb les dues mans.
 - Les escales manuals seran desplaçades quan des del punt on es troba no arriba assolir allò que desitja en un altre punt en concret diferent on es troba.
 - Les escales manuals de fusta mai no seran pintades, igual que les escales metàl·liques o d'alumini mai no seran soldades per rectificar les seves imperfeccions.
 - Les escales les han de guardar de forma horitzontal recolzant-les a la paret.
 - Les escales mai no han de quedar per sota de la cintura.
 - Prohibit utilitzar-les per al desplaçament de material i/o de persones.
 - Comunicar al responsable immediat quan aquesta presenti signes de deteriorament o li manqui algun element de seguretat.

Risc de fatiga visual.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Establir pauses durant el cicle de treball, de poca durada però freqüents.
- Periòdicament efectua exercicis de relaxació visual per no acumular la fatiga (parpellejar, mirar a través d'una finestra, moure els ulls en cercles...).
- Ubicar la pantalla entre 45 i 55 cm de distància. Prenent com a referència la distància entre l'ull de l'usuari i el centre de l'element visualitzat.
- Inclinar/orientar la pantalla per acomodar la visió, evitant freqüents girs d'ulls.
- Netejar sovint la pantalla de l'ordinador, per evitar l'acumulació de pols.
- Establir pauses durant el cicle de treball, de durada escassa i freqüents.
- Els ordinadors han de quedar paral·lels a les finestres per evitar reflexos.
- Abaixar les cortines si detecteu reflexos per la llum diürna.
- En cas de detectar insuficiència lumínica, comunicar-ho a l'empresa perquè ho valori.

I N F O R M A C I Ó D E R I S C O S L A B O R A L S (A r t 1 8)	
EMPRESA: CONSORCI CENTRE DE INVESTIGACIÓ MATEMÀTICA	DATA REALITZACIÓ: 17/07/2023
CENTRE: Campus UAB, Edifici C, 08193 Bellaterra, Barcelona	
LLOC: PERSONAL INVESTIGADOR	Pàgina2de4

Risc de caiguda d'objectes per esfondrament, caiguda o manipulació.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- L'emmagatzematge d'objectes s'ha de fer centrat i evitant alçades superiors a dos metres.
- S'han d'emmagatzemar els objectes de més pes i volum a prestatges inferiors.
- Avisar superior jeràrquic en cas de detectar deteriorament dels elements de subjecció dels objectes que es troben penjant (pissarres, televisió...).
- Eviteu colpejar sobre la base dels armaris o qualsevol moble que pugui provocar la caiguda d'objectes.

Risc de cops, talls o atrapaments amb objectes o eines manuals

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Guardeu els utensilis tallants que utilitzeu en llapis, calaixos o un altre lloc d'ús exclusiu. Mai deixar-les a sobre de la taula de treball perquè poden caure i fer-vos mal.
- Els utensilis utilitzats per a l'activitat laboral es mantindran en bon estat d'ús.
- Ús de tisores, grapadora i cúter amb precaució.
- Comunicar qualsevol defecte o deteriorament en els estris de treball a l'empresa perquè puguin retirar-los i substituir-los per uns de nous.
- Mantenir tancats els calaixos de les taules i les portes d'armaris quan no s'utilitzin.
- En el supòsit cas de quedar atrapada amb la roba a la destructora de paper, MAI estirar la part atrapada, aturar l'equip, i avisar els companys perquè t'ajudin.

Risc de fatiga postural per postures forçades i/o sobreesforços.

Risc de moviments repetitius i/o manipulació de càrregues.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Aplicar les recomanacions del curs de formació per a la prevenció de fatiga per postures inadequades.
- Variar la postura o realitzar petites pauses (realitzant moviments de coll o fent alguns passos) al llarg de la jornada, per tal de reduir l'estatisme postural.
- Alternar les postures i/o els treballs a fer per utilitzar diferents grups musculars.
- Realitzar petites pauses periòdiques, com a pauta 5-10 minuts cada hora o hora i mitja.
- En treballs en ordinador, els peus han de reposar a terra, en cas de no ser així, sol·licitar un reposapeus. Evitar creuar les cames.
- Disposar d'un espai de treball adequat, i tenir el lloc de treball ordenat i net de manera que permeti treballar amb comoditat.
- Haureu d'ajustar tots els elements de sobre de la taula de treball (pantalla, teclat, ratolí) a vosaltres, i ajustar l'alçada de la cadira, segons curs de formació.
- Mantenir l'esquena recta i recolzada al respall de la cadira de treball evitant així postures forçades i inclinació del tronc cap endavant.
- El pes màxim que ha de manipular un home és de 25kg i una dona de 15kg, tot el que sobrepassi aquesta càrrega, ha de ser amb ajuda de mitjans mecànics o de companys.
- Utilitzar auriculars per a latència telefònica si la freqüència és elevada per evitar dolors múscul esquelètics en zona de lesquena i cervicals.

Risc de contactes elèctrics.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Avisar immediatament per reparar si observen defectes en cables, connexions o aparells. No fer connexions dels equips sense clavilla (utilitzant els cables pelats) o altres tipus d'improvisacions.
- Prohibit manipular la instal·lació elèctrica per part de personal no especialista.
- No sobrecarregar els endolls, ni tenir regletes en excés.
- No utilitzeu aparells elèctrics amb les mans humides o mullades.
- No netegeu amb líquids cap equip elèctric connectat al corrent elèctric.
- Desendollar els equips estirant la clavilla, no del cable.
- En cas d'escalfament anormal d'un aparell, desperfecte visible d'instal·lació elèctrica general o dels equips, cal avisar immediatament el responsable de l'empresa.

Risc d'incendi i emergències.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Adoptar mesures de precaució per evitar la materialització del risc com ara desconectar els aparells elèctrics sempre que no s'utilitzin.
- Avisar immediatament de qualsevol sobreescalfament en un aparell elèctric.

INFORMACIÓ DE RISCOS LABORALS (Art 18)	
EMPRESA: CONSORCI CENTRE DE INVESTIGACIÓ MATEMÀTICA	DATA REALITZACIÓ: 17/07/2023
CENTRE: Campus UAB, Edifici C, 08193 Bellaterra, Barcelona	
LLOC: PERSONAL INVESTIGADOR	Pàgina 3 de 4

- En cas d'incendi, seguir les normes establertes en el Pla d'Emergència per a l'ús d'extintors.
- No col·loqueu caixes, materials fàcilment inflamables en punts calents.
- Desconnecteu els aparells de la xarxa elèctrica quan no s'utilitzin per evitar sobreescalfaments.
- No utilitzeu lladres, sobrecarregueu la instal·lació. Emprar allargaments que disposin de presa a terra.
- Utilitzar els mitjans d'extinció existents al centre de treball. Seguir les indicacions del curs o allò indicat a la part frontal.
- Les sortides d'evacuació han d'estar senyalitzades i il·luminades perquè el personal laboral conegui la sortida d'evacuació.
- MAI obrir les finestres quan hi hagi un incendi perquè originarem una propagació. SEMPRE intentar tancar portes i finestres per sufocar-ho.
- Trucar al 112 telèfon d'emergències.
- Tapar-se les vies respiratòries per evitar la inhalació de fum.
- Està prohibit fumar ni generar focus d'ignició a tota la cínica.

Risc per a la salut derivat de la manipulació de productes químics (inhalació, contacte o projecció).

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- No es manipularà cap producte químic durant les tasques.
- En cas d'haver-ne d'utilitzar algun, no ho farà sense la deguda autorització del responsable jeràrquic.
- En cas d'estar autoritzat, caldrà:
 1. Visualitzar les fitxes de dades de seguretat dels productes químics per conèixer els equips de protecció que cal utilitzar en cada producte.
 2. Poseu-vos els EPIS que indiquin les FDS: sempre ús d'ulleres de protecció, per a productes corrosius.
 3. Usar els productes segons indicacions de la FDS i instruccions de l'empresa.
- Davant qualsevol contacte amb la pell, esbandiu-vos la zona afectada amb abundant aigua.
- No ingerir aliments sense abans haver rentat les mans.
- No barrejar mai aquests productes entre ells, ni amb cap altre.
- Comunicar qualsevol cas d'al·lèrgia, per tal que Salut Laboral estudiï el cas i estableixi si cal alguna protecció especial.
- No fer servir cap envàs que no disposi d'etiqueta, davant el risc que el contingut no sigui el previst, i avisar el responsable perquè el retiri.
- A l'hospital Quiró Dexeus han de tenir personal format i utilitzar el kit de vessament amb els EPI adequats segons l'abocament (màscara contra gasos i vapors orgànics, guants, ulleres, etc.).

Risc d'exposició a contaminants químics ambientals.

Risc de disconfort tèrmic.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Ventileu diàriament per garantir una renovació d'aire. Cal renovar l'aire evitant corrents i canvis bruscs de temperatura.
- La temperatura del centre de treball ha d'estar compresa en èpoques hivernals entre 20°-24° i en època estivals entre 23°-26°. Segons estableix el RD. 486/1997 que estableix les disposicions de seguretat i salut als llocs de treball.
- Recomanació de portar roba de feina adequada a la temperatura del centre i de les condicions climàtiques estacionals.
- En cas de no funcionar correctament el sistema de climatització, comunica-ho al teu responsable perquè ho arregli.
- Sol·licita bates/jaquetes en cas de sensació de fred a quiròfans.

Risc de robatoris o agressions

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Tractar de posar en comú amb els companys les situacions que hagin pogut sorgir en situacions conflictives i proposar millores o tècniques d'afrontament davant d'aquest tipus de situacions.
- Mai no reaccions de forma agressiva en situacions crítiques, ja que podries empitjorar la situació.
- Conserva la calma i avisa el teu responsable.
- És important mantenir l'autocontrol, així podríeu prevenir i disminuir les alteracions a nivell cognitiu fisiològic i motor.
- Intenta aportar solucions i calmar l'ànim, evita els enfrontaments.
- Disposeu dels telèfons d'emergència a prop del telèfon.
- Evitar enfrontaments. En cas de veure's involucrat en una situació violenta, trucar a la policia immediatament.

Risc d'accidents de trànsit durant desplaçaments de treball o in itinere.

Risc d'atropellament.

MESURES PREVENTIVES GENERALS

- Realitzar els desplaçaments amb la màxima precaució.
- Respectar les normes de circulació i el límit de velocitat.
- No realitzar menjars copiosos si després cal agafar el cotxe.
- En cas de somnolència es recomana fer un descans que permeti continuar el camí amb tranquil·litat. Obrir finestres i beure molta aigua.

I N F O R M A C I Ó D E R I S C O S L A B O R A L S (A r t 1 8)	
EMPRESA: CONSORCI CENTRE DE INVESTIGACIÓ MATEMÀTICA	DATA REALITZACIÓ: 17/07/2023
CENTRE: Campus UAB, Edifici C, 08193 Bellaterra, Barcelona	
LLOC: PERSONAL INVESTIGADOR	Pàgina4de4

Risc de fatiga o insatisfacció psicosocial.	
MESURES PREVENTIVES GENERALS	
• L'empresa disposa de canals de comunicació en cas de desviacions (agressió, mobbing, etc.). • Comunicar les incidències que es produeixin al seu superior jeràrquic per solucionar-les.	
NOM TREBALLADOR:	INFORMACIÓ LLIURADA PER:
DATA:	DATA:
SIGNATURA:	SIGNATURA: