

MANUAL DE SEGURIDAD

DEL EMPLEADO

Anexo 5

Vigencia: 01/10/2013



**MEDIDAS DE SEGURIDAD A ADOPTAR
EN LOS PUESTOS DE TRABAJO**

M1ASTERBUS

MANUAL DE SEGURIDAD

A. INTRODUCCIÓN

El presente manual tiene por finalidad brindar a todos los empleados de la empresa recomendaciones y medidas preventivas y de seguridad a adoptar en los puestos de trabajo para lograr una forma de trabajo segura para nosotros y nuestros compañeros, cualquiera sea la actividad que se realice dentro de la empresa.

Este material pretende dar pautas básicas pero, a la vez, muy importantes sobre seguridad en el trabajo; la seguridad con la cual cada uno debe desenvolverse a fin de cuidar su propia integridad y la de sus compañeros.

No cumplir con cualquiera de ellas puede ser motivo de accidentes y enfermedades profesionales. Hay que tener en cuenta que la mayoría de los accidentes se producen por causas que fácilmente se pueden evitar.

El objetivo es fomentar una auténtica cultura preventiva a partir de la información y la educación.

ALCANCE DE ESTE MATERIAL

Será de carácter obligatorio para todo el personal de Master Bus S.A. que realice tareas administrativas, mecánicas o de limpieza, como así también para aquellas personas que desarrollen tareas eventuales en la misma y para los prestadores de servicios en planta.

A partir del momento en que se ingresa a trabajar en la empresa comienzan a regir estas normas y/o procedimientos.

Normas y procedimientos de seguridad adicionales podrán ser entregadas oportunamente por el responsable del área en la que usted se encuentra realizando tareas.

SIEMPRE TENGAMOS PRESENTE QUE UN SOLO TRABAJADOR IMPRUDENTE PUEDE VOLVER INSEGURO TODO UN TALLER U OFICINA

MANUAL DE SEGURIDAD

B. NORMAS BÁSICAS GENERALES DE SEGURIDAD Y PREVENCIÓN

1. FACTORES DE RIESGO EN EL TRABAJO

El desarrollo de la actividad diaria en los puestos y lugares de trabajo está condicionado por los llamados factores y agentes del trabajo. Estos pueden ser:

MATERIALES:

como son por ejemplo las escaleras portátiles, los equipos eléctricos, las zonas de circulación y paso, los pasillos, puertas y escaleras.

PERSONALES:

como son los la experiencia profesional, los conocimientos, la actitud frente a la seguridad, las características físicas y sensibilidades especiales, etc.

Cuando estos factores y agentes del trabajo presentan deficiencias o están en condiciones peligrosas deben adoptarse las medidas preventivas necesarias para controlar de forma adecuada el riesgo que suponen.

Si en el desarrollo de nuestro trabajo diario detectamos un factor de riesgo que presenta una condición de peligro, deberemos adoptar medidas para su corrección.

Si las acciones a tomar están fuera de nuestro alcance, o la solución que hemos adoptado es temporal, debemos informar al Responsable de Mantenimiento, Seguridad Industrial y Ambiente al respecto.

En nuestras manos está evitar los actos inseguros en los puestos de trabajo.

2. PAUTAS GENERALES

1. Se deberá comunicar inmediatamente cualquier tipo de anomalía que usted crea que pueda ocasionar alguna situación de riesgo para usted, el resto del personal o para los equipos, herramientas o vehículos de la empresa.

2. Todo el personal de la empresa debe informar al Responsable de Recursos Humanos y/o al Responsable de Mantenimiento, Seguridad Industrial y Ambiente si está ingiriendo alguna medicación que pudiera afectar el normal desempeño o desarrollo de sus tareas.

3. Está prohibido el ingreso a las instalaciones de la Empresa con armas, bebidas alcohólicas y/o drogas, así como el ingreso en estado de ebriedad.

4. La empresa es un lugar **libre de humo**, por lo tanto, no está permitido fumar dentro de la misma.

5. No quitar sin autorización ninguna protección de seguridad o señal de peligro. Los avisos o letreros distribuidos dentro de las instalaciones constituyen Normas Ambientales y de Seguridad, por lo que se los

debe respetar, no destruyéndolos ni deteriorándolos.

6. Siempre debemos prestar atención al trabajo que estamos realizando y, en forma especial, a los minutos finales de esa tarea. El apuro al final de la tarea es una causa importante de accidentes.

7. Todo trabajador deberá realizar sus tareas de modo de no exponerse innecesariamente al peligro ni exponer a los demás compañeros.

8. Está prohibido correr o gritar dentro de las instalaciones de la empresa salvo que exista riesgo para las personas y/o instalaciones.

MANUAL DE SEGURIDAD

3. ORDEN Y LIMPIEZA

1. El orden y la limpieza son fundamentales para lograr puestos de trabajo seguros. Debemos cuidar que nuestro puesto de trabajo esté limpio, que no haya cosas innecesarias y que todas las necesarias estén en su sitio.

Entre todos debemos prestar la mayor colaboración para conseguirlo.

2. Debemos guardar en forma prolija y ordenada los materiales y herramientas utilizadas en sus lugares correspondientes, no dejándolos sueltos o en lugares inseguros.

3. Todo el personal debe contribuir a respetar las medidas de higiene en los lugares de uso común tales como baños, vestuarios, comedor, etc.

4. No debemos obstruir los pasillos, escaleras, puertas o salidas de emergencia. Debemos dejar los pasillos despejados, libres de obstáculos, facilitando el paso de las personas y evitando caídas por tropiezo.

5. Debemos colocar el material en desuso, roto, basura, desperdicios, etc, en recipientes adecuados. Debemos utilizar los cestos para depositar papeles, y nunca tirar allí vidrios rotos o elementos cortantes.

6. Lo productos químicos deben guardarse en sus recipientes originales, claramente señalizados, y nunca en otros recipientes que puedan inducir a confusión.

7. Debemos evitar que se produzcan derrames. Si se han producido debemos retirarlos, limpiando la zona de forma rápida y adecuada.

8. Evitemos que los cables eléctricos, cables de computadora, de teléfono, etc, estén situados en zonas de paso.

9. Cuando los suelos estén en condiciones especialmente resbaladizas (por ejemplo suelos recién limpiados) es conveniente advertir dichas circunstancias mediante señalización adecuada.

10. Debemos mantener cerrados los cajones y puertas de los armarios mientras no se utilizan.

11. Debemos utilizar correctamente los medios y dispositivos de protección o seguridad que se nos provea para la realización de nuestras tareas.

4. RIESGO ELÉCTRICO

Las instalaciones eléctricas están dotadas de diferentes dispositivos de seguridad contra riesgos eléctricos. Sin embargo es necesario tener en cuenta al respecto las siguientes normas básicas:

1. Verificar el estado de un equipo o instalación antes de su uso: cables, enchufes, carcasas, etc. Comprobar que los alargadores y bases de enchufe disponen del mismo número de contactos de conexión que el aparato a utilizar.

2. Operar únicamente los mandos previstos por el constructor o el instalador y no alterar los dispositivos de seguridad.

3. Usar únicamente los equipos eléctricos que no presenten desperfectos en sus protecciones.

4. Para desconectar un equipo nunca tiremos del cable, sino del enchufe.

5. No utilicemos equipos ni instalaciones cuando estén mojados, cuando sea Usted quién esté mojado o en presencia de agua y humedad. Los equipos eléctricos se depositarán en lugares secos y nunca deberán mojarse.

MANUAL DE SEGURIDAD

5. PREVENCIÓN DE INCENDIOS

1. Los equipos para combatir incendios sólo deben utilizarse para ese fin.
2. El personal debe conocer bien la ubicación de los extintores y alarmas en el área en la cual se encuentra trabajando.
3. Los productos inflamables deben ser almacenados en recipientes apropiados y guardados en los depósitos correspondientes. Al término de la jornada laboral deben retirarse de las zonas de trabajo las sustancias inflamables.
4. Bajo ninguna circunstancia se prenderá fuego en el interior de los depósitos y/o en las áreas de Taller.
5. Al detectar un foco de incendio se debe dar aviso de inmediato a un compañero, al Responsable del sector y accionar la alarma. Nunca actúe solo.
6. Nunca intente apagar un incendio en o alrededor de aparatos eléctricos usando agua, ya que ésta es conductora de la electricidad. Usar extintores de polvo ABC o de CO2.
7. Deberá tenerse especial cuidado durante el uso de equipos de soldadura, amoladoras u otros equipos que puedan generar fuentes de incendio.
8. Las bocas de entrada a las cámaras de líquidos cloacales son una fuente de peligro por los gases que se generan en su interior; debe tenerse especial cuidado en caso de tener que trabajar en su cercanía con amoladoras o soldadoras.
9. No colocar elementos combustibles en las cercanías de tableros eléctricos.
10. Debe avisarse de inmediato al Responsable del sector y /o de Mantenimiento si se observan cables eléctricos en mal estado, aislamientos deficientes o elementos eléctricos rotos.

6. USO DE ESCALERAS

Escaleras manuales

Un elevado número de accidentes ocurren al intentar acceder de forma incorrecta a los niveles superiores de las estanterías o espacios de guardado elevados. Debemos evitarlos adoptando las siguientes recomendaciones:

1. Utilizar siempre escaleras de mano o medios adecuados, y hacerlo de forma segura.
2. Verificar el buen estado de conservación de las escaleras antes de cada uso.
3. Fijar la escalera de forma segura con puntos de apoyo antideslizantes o pidiendo a algún compañero que ayude a fijarla.
4. No utilizar escaleras tijera como escaleras de apoyo, puesto que al no estar preparadas para ello pueden resbalar. Además siempre deben poseer sus lados unidos

por cadena o soga resistente para evitar que se abra.

5. No intentar pasar de una escalera portátil a un estante o plataforma.

Escaleras fijas

Se producen también muchos accidentes por caídas o tropezos en las escaleras fijas de los edificios de oficina.

Para prevenir este tipo de caídas debemos tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Mantengamos la escalera en un correcto estado de orden y limpieza, sin objetos que puedan obstaculizar el paso ni sustancias que provoquen resbalones.
2. No circulemos demasiado deprisa y prestemos atención cuando circulemos por ellas, un descuido o distracción puede tener consecuencias graves.

MANUAL DE SEGURIDAD

C. TALLER, PAÑOL Y MAESTRANZA

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS PARA QUIENES REALIZAN TAREAS EN EL ÁREA DE TALLER, PAÑOL O MAESTRANZA

1. Es obligatorio el uso de la ropa adecuada y los Elementos de Protección Personal (EPP) (guantes, calzado con protección, protección facial u ocular, protectores auditivos, etc) provistos por la Empresa, que su seguridad y la de los demás requiera.
 2. Cuidar al máximo los Elementos de Protección Personal, manteniéndolos en perfecto estado. Y cuando estén deteriorados, solicitar su reemplazo.
 3. El uso de calzado de seguridad es obligatorio para todo el personal de Taller, Pañol y Maestranza.
 4. Llevar ajustada la ropa de trabajo. Es peligroso llevar partes desgarradas, sueltas o que cuelguen, las mismas pueden engancharse con algún elemento y generar un accidente.
 5. No usar máquinas o vehículos sin estar autorizado para ello. Tampoco deberán utilizarse equipos o herramientas para usos que no sean los específicos. Se deben utilizar para cada tarea las herramientas apropiadas y cuidar de su conservación, por ejemplo realizando una limpieza posterior si la misma lo requiere para un próximo uso. Al terminar el trabajo, deben ser guardadas en el sitio adecuado.
 6. Utilizar sólo herramientas que estén en condiciones de uso (mucho accidentes se producen por el uso de herramientas defectuosas).
- Se prohíbe el uso de equipos o herramientas desprovistos de protecciones o que no se encuentren en perfecto estado de funcionamiento.
7. No improvisar acciones en el trabajo. Hay que seguir las instrucciones y cumplir las normas y procedimientos definidos a tal fin. Para las tareas de Taller, Pañol y Maestranza existen normas y procedimientos específicos que serán entregados oportunamente a quienes cumplan tareas en esta área.

8. Están prohibidas las reparaciones y/o pruebas eléctricas o mecánicas a toda persona ajena al sector de Mantenimiento.
9. Está terminantemente prohibido el transporte de personas en los estribos de vehículos en movimiento.
10. Los esfuerzos físicos en la realización de alguna tarea deberán realizarse en forma correcta: utilizando más los músculos de las piernas que los de la espalda, manteniendo ésta recta y teniendo el cuerpo bien equilibrado respecto a la carga.
11. Es fundamental colaborar con la persona que deba realizar un esfuerzo que pueda superarla, evitándole así una posible lesión.
12. No utilizar aire comprimido para soplear la ropa o el cuerpo, ni solventes para limpieza personal.
13. Los trabajadores no deberán distraer a un compañero que se encuentre operando una máquina o equipo en movimiento.
14. Es conveniente que el personal de Taller y Lavadero realice un correcto aseo con agua caliente y jabón antes de ponerse ropa de calle limpia.
15. La ropa de trabajo debe lavarse en el hogar, separada del resto de la ropa.

IMPORTANTE: procedimientos y normas adicionales que hacen a la seguridad de las tareas llevadas a cabo específicamente en las áreas de Taller, Pañol y Maestranza serán entregados oportunamente por el Responsable de Mantenimiento, Seguridad Industrial y Ambiente o están a su disposición en caso de requerirlo.

MANUAL DE SEGURIDAD

D. OFICINA

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS PARA QUIENES REALIZAN TAREAS EN EL ÁMBITO DE OFICINA.

1. EL TRABAJO EN POSTURA SENTADO

Los trabajos en oficina, en general, son en postura sentado. Posturas prolongadas, ya sea sentado o de pie, pueden resultar fatigantes si no se relajan los músculos afectados que pueden ocasionar problemas circulatorios o de columna.

Estos problemas se pueden evitar adoptando una serie de medidas de seguridad tendientes a corregir los malos hábitos, adoptando posturas correctas para cada tipo de trabajo.

En general se tiende a considerar los trabajos en posición sentado como los más cómodos, ello es debido a que el consumo energético para mantener esta postura es menor que en la posición de pie.

No obstante si no se adoptan las posturas correctas pueden dar lugar a las mismas fatigas e incomodidades que los trabajos de pie.

Algunas recomendaciones a seguir:

- Regular la altura de la silla a sus dimensiones corporales. Una adecuada regulación de la altura del asiento en la silla de trabajo permite mantener una postura erguida, con el tronco recto, apoyando la espalda en el respaldo. En esta posición el peso del cuerpo se distribuye adecuadamente entre el asiento y el suelo.

- Situar adecuadamente los elementos a manipular en su área de trabajo (por lo general, el teclado de la computadora) para evitar movimientos y posturas forzadas del cuerpo.

- Una postura sentada flexionada hacia delante produce una compresión en la cavidad abdominal. Sentarse sobre una pierna o con las piernas cruzadas, además de producir desviaciones en la columna, dificulta la circulación sanguínea de las piernas.

- Si la altura del asiento es excesiva y no apoya los pies en el suelo, el borde frontal del asiento presiona debajo de los muslos, pudiendo llegar a producir una sensación de hormigueo y molestias en los pies.

2. REPOSAPIÉS

Es adecuado en aquellos puestos en que la altura de la mesa es fija y la persona que lo ocupa es de baja estatura y no alcanza, estando correctamente sentada, a apoyar los pies en el suelo, lo que provoca una presión molesta en los muslos.

3. AMBIENTE LUMINOSO

Un buen sistema de iluminación debe conseguir que cada actividad disponga de iluminación adecuada, que principalmente está en función de:

- El tamaño de los detalles a visualizar.
- Distancia entre el observador y objeto observado.
- Factor de reflexión del objeto observado.

E. CONDUCTORES

Normas y procedimientos de seguridad específicas para la tarea de conducción de vehículos se detallan en el **"Instructivo para Conductores Profesionales"**, que oportunamente le ha sido entregado (si es Usted conductor) por el área de Recursos Humanos. De no contar con el mismo, por favor, solicítelo en la oficina de Recursos Humanos.

MANUAL DE SEGURIDAD

F. ACCIDENTES AL IR O VOLVER DEL TRABAJO

Este tipo de accidente, llamado también *in itinere*, es aquel que sufre el trabajador en el viaje de ida desde su casa al trabajo o en el trayecto de vuelta desde el trabajo hasta la casa.

La experiencia ha demostrado que los accidentes *in itinere* constituyen una de las causas más importantes de accidentalidad, principalmente entre los casos graves o mortales.

Queremos destacar algunos puntos que consideramos **muy importantes** y sobre los cuales necesitamos compromiso y cumplimiento total de su parte.

Si se dirige a la empresa a pie (peatón):

- Camine por la vereda y no por la calle.
- No cruce distraídamente las calles y hágalo por los pasos señalizados.

- Antes de cruzar la calzada mire a izquierda y derecha.
- Cruce únicamente con el semáforo en verde.

Si se dirige a la empresa en bicicleta, moto o auto:

- Si lo hace en bicicleta o motocicleta lleve siempre puesto el CASCO DE SEGURIDAD correspondiente en cada caso.
- Si lo hace en automóvil abróchese el CINTURÓN DE SEGURIDAD.

En todos los casos, salga de su casa con el tiempo suficiente para llegar a la empresa a horario, sin necesidad de tener que realizar maniobras temerarias que comprometan su seguridad o la de otras personas.



MANUAL DE SEGURIDAD
DEL EMPLEADO

www.masterbus.net

M1ASTERBUS