

2019

Manual de Coordinación de Actividades empresariales en **MERCALICANTE**



mercalicante

Este Manual está dirigido a todas las empresas que realizan su actividad en Mercalicante, con el objetivo de ordenar y coordinar las actividades empresariales y los riesgos posibles para terceros. En él se establecen las recomendaciones básicas de seguridad y salud a seguir por los trabajadores de las empresas ubicadas en Mercalicante.

Dado que la correcta aplicación de las recomendaciones contenidas en la guía permitirá hacer de Mercalicante un centro de trabajo más saludable y seguro, les rogamos su cooperación activa tanto en la difusión de sus contenidos entre sus clientes y proveedores como en la vigilancia de su cumplimiento por sus trabajadores respectivos.



Atentamente

La Dirección de Mercalicante

INDICE:

1. Identificación de riesgos generales del recinto que puedan afectar a terceros.
2. Normas Generales y medidas preventivas.
3. Coordinación de actividades en el recinto
4. Normas de actuación en caso de EMERGENCIA

1.- INFORMACIÓN DE RIESGOS QUE PUEDAN AFECTAR A TERCEROS PERSONAL EXTERNO.

Riesgos para empresas concurrentes

MERCALICANTE, S.A.
CL/ CTRA.MADRID,KM.4 2ª PLANTA EDF. ADMI, nº0, ALICANTE (ALICANTE)
Concierto: 38902 / R1

FICHA DE INFORMACIÓN PARA PERSONAL EXTERNO
Código IDAPEX: 26480000000001
Código IDCI: 264800000000252
Código EPRL: 20140311123648



OTROS RIESGOS A LOS QUE PUEDE VERSE EXPUESTOS POR ACCESO O PERMANENCIA

Cualquier acceso a un área no prevista, se realizará acompañado en todo momento por un responsable de la empresa MERCALICANTE, S.A., y el uso de los equipos de protección necesarios. Durante su permanencia en dichas áreas tiene restringido cualquier actividad o uso de equipos. Esta permanencia acompañado no incluye el acceso a espacios de especial peligrosidad (espacios confinados, centro e instalaciones de alta tensión, trabajos en altura que requieran protección individual como cubiertas, riesgo de derrumbamiento, instalaciones de especial peligrosidad, etc.)

INFORMACIÓN SOBRE POSIBLES RIESGOS PARA PERSONAL EXTERNO				
Localización	Riesgo	Causa	Probabilidad	Nivel de Riesgo
Carretilla elevadora eléctrica	Atrapamientos por vuelco de máquinas o vehículos	Conducción inadecuada de la carretilla (uso inadecuado de cinturón de seguridad, circular por terrenos irregulares y poco asentados, exceso de velocidad en curvas, sobrecarga del vehículo, etc.)	B	Moderado
Carretilla elevadora eléctrica	Atropellos o golpes con vehículos	Conducción inadecuada de la carretilla (exceso de confianza o descuido del conductor, falta de visibilidad, etc.)	B	Moderado
Carretilla elevadora eléctrica	Caída de objetos en manipulación	Caída de material durante el transporte.	B	Moderado
Carretilla elevadora eléctrica	Caída de personas a distinto nivel	Al subir o bajar del equipo por lugares inapropiados, saltar directamente del equipo al suelo, transporte de personas, etc.	B	Moderado
Carretilla elevadora eléctrica	Carga física	Estancia prolongada en el puesto de conducción.	-	Sin estimación *
Carretilla elevadora eléctrica	Exposición a vibraciones	Vibraciones propias del equipo en su funcionamiento. También al circular por terreno accidentado.	-	Sin estimación *
Carretilla elevadora eléctrica	Golpes/cortes por objetos o herramientas	Golpes del conductor contra el propio equipo en desplazamientos por terrenos irregulares.	B	Tolerable
Carretilla elevadora eléctrica	Incendios	Durante la alimentación del cargador en una carretilla eléctrica.	B	Moderado
Centro de Transformación (Alta Tensión)	Contactos eléctricos	Contacto directo con partes activas por entrada indebida al recinto de la instalación.	B	Moderado

INFORMACIÓN SOBRE POSIBLES RIESGOS PARA PERSONAL EXTERNO				
Localización	Riesgo	Causa	Probabilidad	Nivel de Riesgo
Centro de Transformación (Alta Tensión)	Exposición a radiaciones no ionizantes	Existencia de campos eléctricos y magnéticos de baja frecuencia creados por las líneas de alta tensión.	B	Tolerable
Centro de Transformación (Alta Tensión)	Incendios	Calor, chispas o arco eléctrico generado por defectos en la instalación o mal uso de la misma.	B	Tolerable
Desplazamientos en vehículo	Accidentes de tráfico	Conducción de vehículos	B	Tolerable
Desplazamientos en vehículo	Atropellos o golpes con vehículos	Operaciones realizadas junto a la calzada	B	Tolerable
Desplazamientos en vehículo	Carga física	Estatismo, movimientos repetitivos de miembros superiores e inferiores, posturas inadecuadas, etc.	-	Sin estimación
Desplazamientos en vehículo	Carga mental/factores psicosociales	Alto grado de atención, condiciones desfavorables atmosféricas, de tráfico, del estado de las calzadas, etc.	-	Sin estimación
Desplazamientos en vehículo	Fatiga visual	Deslumbramientos, reflejos, elevada información visual, sequedad de ojos, etc.	A	Moderado
Instalaciones generales	Atropellos o golpes con vehículos	Zona de acceso o circulación de vehículos.	B	Moderado
Instalaciones generales	Caída de objetos desprendidos	Desplome o desprendimiento de ramaje	B	Moderado

INFORMACIÓN SOBRE POSIBLES RIESGOS PARA PERSONAL EXTERNO				
Localización	Riesgo	Causa	Probabilidad	Nivel de Riesgo
Instalaciones generales	Caída de personas a distinto nivel	Áreas con taludes o zonas elevadas en mobiliarios urbanos.	B	Moderado
Instalaciones generales	Caída de personas al mismo nivel	Tropiezos y resbalones por irregularidades del suelo.	B	Tolerable
Instalaciones generales	Choques contra objetos inmóviles	Choques o golpes con estructuras o mobiliario urbano.	B	Tolerable
Instalaciones generales	Incendios	Posibilidad de incendio por presencia de materiales combustibles.	B	Tolerable
Instalación Eléctrica de Baja Tensión	Contactos eléctricos	Contacto con partes activas de la instalación eléctrica por uso inadecuado, defectos en la misma, o en los equipos conectados.	B	Moderado
Instalación Eléctrica de Baja Tensión	Incendios	Calor, chispas o arco eléctrico generado por defectos en la instalación o mal uso de la misma.	B	Moderado
Parque: Muelle de Carga	Atropellos o golpes con vehículos	Tránsito de vehículos o equipos que circulan por el muelle.	B	Moderado
Parque: Muelle de Carga	Caída de personas a distinto nivel	Realización de trabajos cerca de los bordes del muelle.	B	Moderado
Parque: Muelle de Carga	Choques contra objetos inmóviles	Presencia de obstáculos en la zona de trabajo.	B	Tolerable
Parque: Muelle de Carga	Riesgos asociados a iluminación inadecuada	Condiciones de iluminación.	B	Tolerable
Trabajos en vías de circulación	Atropellos o golpes con vehículos	Atropellos por inadecuada señalización	B	Trivial
Trabajos en vías de circulación	Atropellos o golpes con vehículos	Trabajador visible a los vehículos o personas que circulan por sus inmediaciones.	B	Moderado

2.- NORMAS GENERALES Y MEDIDAS PREVENTIVAS

Como saben, la entrada en vigor de la ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, impone a las empresas una serie de obligaciones en materia de Seguridad y Salud Laboral. De acuerdo con el art. 24 de esta ley y el RD 171/2004, que desarrolla este artículo, una de las obligaciones es el deber de **coordinación de actividades empresariales**.

Por todo ello, conforme a lo establecido en la normativa de prevención de riesgos laborales, y, en particular, en lo referente a la necesaria coordinación de actividades empresariales en materia preventiva, se establecen en este documento las recomendaciones básicas de seguridad y salud a seguir por los trabajadores de las empresas ubicadas en Mercalicante. Dado que la correcta aplicación de las recomendaciones contenidas en la guía permitirá hacer de Mercalicante un centro de trabajo más saludable y seguro, les rogamos su cooperación activa tanto en la difusión de sus contenidos entre sus clientes y proveedores como en la vigilancia de su cumplimiento por sus trabajadores respectivos.

Según esta normativa también deben asegurarse que sus empleados tengan la formación e información suficientes de sus propios riesgos específicos, así como disponer de los equipos de protección individual necesarios para la realización de sus actividades de forma segura.

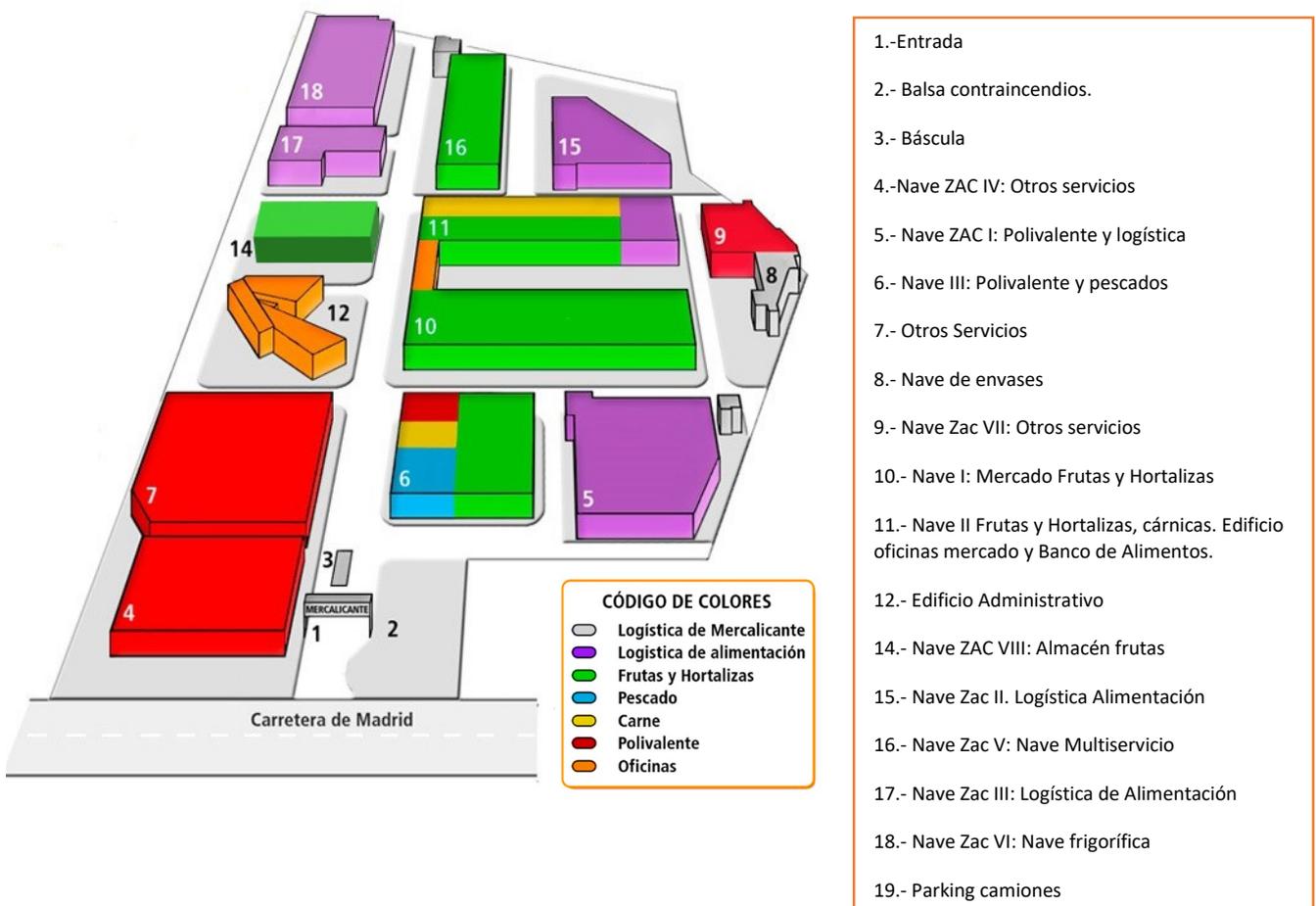
Es importante recordar a las empresas que realicen reformas en sus instalaciones interiores, la necesidad de comunicarlo a Mercalicante y esperar la confirmación del permiso para realizarla. Una vez concedido el permiso deberá comunicar también el inicio de las obras para proceder a la coordinación de actividades con las empresas adyacentes. El permiso concedido por Mercalicante no exime al titular de las obras de la obligación de solicitar a las autoridades competentes (Ayuntamientos, Sanidad, Industria, etc.) todas aquellas autorizaciones o permisos que sean necesarios para llevar a cabo y desarrollar la actividad que van a realizar.

Mercalicante

Mercalicante es una empresa constituida por el Ayuntamiento de Alicante y la empresa nacional Mercasa en 1968. Se extiende en un área de 135.000 metros cuadrados con un total de superficie construida de 48.700 metros cuadrados.

Se trata de un clúster alimentario en el que se concentran alrededor de 100 empresas, fundamentalmente del sector de la alimentación donde se encuentra también el mercado mayorista de frutas y hortalizas de la provincia de Alicante, a éste se unen empresas que dan soporte logístico en una Zona de Actividades Complementarias (transporte, frigo y conservación) y de atención a los usuarios (restaurantes, banco, gasolinera, laboratorio de análisis de alimentos y aguas, alquiler de vehículos industriales, etc.). En la Unidad Alimentaria también se ubica el Banco de Alimentos de Alicante y un vivero de empresas del Ayuntamiento de Alicante.

Las empresas ubicadas en cada momento en cada una de las instalaciones se pueden consultar en la página web: <http://www.mercalicante.com/empresas/>



Normas generales:

Conservación de Instalaciones

- Respete tanto las instalaciones como los elementos de seguridad que existen en Mercalicante señalización de seguridad y salud en el trabajo, instalaciones de protección contra incendios (extintores, BIES, pulsadores de alarma, hidrantes, etc.), barandillas protectoras, etc.
- Su contribución a la conservación de las instalaciones en buen estado permitirá garantizar su seguridad y la de las personas que trabajan en el recinto.
- Si detecta la existencia de algún desperfecto o incidencia que pueda poner en peligro su seguridad y salud o la de otros trabajadores, avise inmediatamente al personal de Mercalicante. Puede utilizar la solicitud de intervención de mantenimiento que puede descargar del siguiente enlace: <http://www.mercalicante.com/servicios/mantenimiento/>

Trabajos en instalaciones y zonas comunes:

- Se necesitará autorización previa de Mercalicante para realizar obras o modificaciones en las instalaciones. En ningún caso la autorización por parte de Mercalicante sustituye a la obligación que incumbe al titular de la actividad de solicitar las autorizaciones que en el ámbito de sus respectivas competencias correspondan a otras administraciones (Ayuntamientos, Sanidad, Industria, etc).
- Para realizar actuaciones en cubiertas, se deberá previamente informar a Mercalicante y seguir los procedimientos adecuados para trabajo en altura y será imprescindible trabajar con líneas de vida fijas o provisionales.

Protección individual:

- Si manipula cargas de forma manual o utilizando transpaletas, el **calzado de seguridad** debe disponer de puntera reforzada y es recomendable la utilización de **guantes** protectores.



- Debe ponerse un **chaleco** reflectante en los desplazamientos a pie y si realiza alguna operación en zonas de baja visibilidad o en las que pueda verse comprometida su seguridad.



Orden e higiene:

- Las mercancías se expondrán dentro de las zonas autorizadas a tal efecto, no estando permitida la colocación en espacios longitudinales ni transversales en los pasillos comunes de las naves.
- Utilice ropa de trabajo adecuada, está en un establecimiento de alimentación, bajo ningún concepto se puede realizar la venta sin camiseta.
- Queda totalmente **prohibido fumar** en el interior de los pabellones



- Extreme la higiene personal, lávese las manos tras cada descanso y cuando vuelva de los aseos, siga las normas de manipulación de alimentos.
- Deposite los residuos en las horas establecidas y realice correctamente la separación, tal como se especifica en nuestra página web:

<http://www.mercalicante.com/servicios/gestion-residuos> , les rogamos que respeten el horario de vertido entre las 9:00 y las 12:00 h y de 16:00 a 19:00h de lunes a viernes para que la limpieza pueda retirarlo y gocemos de un óptimo lugar de trabajo.

Señalización:

Respete la señalización de prevención además de las indicativas e informativas de emergencia y evacuación y protección contra incendios que encontrará en las zonas comunes.



Respete también la señalización horizontal y vertical de tráfico circula por debajo de la velocidad máxima permitida en el recinto (30Km/h).

Desplazamientos a pie:

Tenga presente los posibles riesgos propios de la actividad que se desarrolla:

- Pavimento deslizante en el interior de las naves o muelles por presencia de algún residuo orgánico, agua o restos de envases y embalajes.
- Presencia de carretillas
- Riesgos de caída a distinto nivel en los muelles de carga y descarga.

Siga estas recomendaciones:

- Camine, no corra en sus desplazamientos en interiores y accesos
- Mantenga una distancia de seguridad con la vertical de los muelles
- No salte por los muelles utilice las rampas y escaleras de acceso a los pabellones.
- En zonas exteriores es recomendable la utilización de un chaleco reflectante
- Circule por los espacios habilitados para los peatones.
- Evite transitar a pie en las zonas de estacionamiento de vehículos para carga y descarga



Normas de circulación:

Cualquier vehículo que circule por los viales internos de Mercalicante, debe ceñirse estrictamente a las normas establecidas en la **Ley sobre Tráfico, Circulación de Vehículos a Motor y Seguridad Vial**, respetando la señalización vial horizontal y vertical existente en el recinto.

La velocidad máxima permitida en todo el recinto es de **30 Km/h**. Respete el límite y acomode su velocidad a la afluencia de vehículos y personas, estado del pavimento, condiciones de visibilidad, características de la carga en caso de llevarla, etc.



Utilice el cinturón de seguridad para cualquier desplazamiento y no utilice el teléfono móvil mientras conduce.

Mantenga una distancia de seguridad suficiente con las carretillas elevadoras y otros vehículos y evite la realización adelantamientos innecesarios, maniobras bruscas y virajes rápidos o inesperados por otros conductores.

Si conduce un camión:

- No circule, ni estacione, ni realice ninguna maniobra con la plataforma abatible bajada.
- Deje el vehículo bien estacionado, frenado y con el motor parado.
- No suba al vehículo o permanezca en el mismo durante la carga o descarga y no vuelva a poner el motor en marcha tras hasta haberla finalizado.

Si debe usar una **carretilla eléctrica o transpaleta** para la carga o descarga del camión:

- Mantenga una distancia de seguridad suficiente con la vertical de los muelles.
- Velocidad máxima: 10 Km/h.
- Respete el correcto apilamiento de las cargas.
- Utilice el cinturón de seguridad y compruebe las señales acústicas y luminosas de su carretilla.
- Al acceder al interior del vehículo, compruebe que la plataforma abatible esté bien situada y convenientemente fijada.

Estacionamiento:

Sólo se podrán estacionar vehículos en las zonas habilitadas para ello.

Recuerda:

El manejo de las carretillas elevadoras eléctricas queda limitado al personal expresamente autorizado por la empresa correspondiente y, en cualquier caso, debidamente formado.

- No estacione su vehículo en lugares no autorizados o donde puedan verse reducidas las condiciones de visibilidad para otros usuarios (rampas de acceso al pabellón, aceras, pasos de peatones, zona minusválidos, etc.).
- No impida el acceso a cuadros eléctricos o centros de transformación.
- No impida el acceso a los hidrantes de protección contra incendios
- No estacione turismos en las bandas de servicio de

los muelles que están destinadas únicamente a la carga y descarga de mercancías.

Carga y descarga:

- No están permitidas las operaciones de carga/descarga de vehículos en los viales.
- Al caminar cerca de la vertical de los muelles debe hacerse con precaución por riesgo de caídas a distinto nivel.
- Compruebe que las cargas están equilibradas y estabilizadas.
- Evite las sobrecargas y utilice únicamente palets en buen estado.
- Cuando eleve la carga introduzca ambas horquillas hasta el fondo y asegúrese que están bien centradas bajo el palet.

Manejo de carretillas elevadoras

- Toda persona que maneje la carretilla elevadora (o torito), debe tener la **formación** adecuada tanto en manejo de carretillas, como en prevención de riesgos para el manejo de carretillas
- Todas las carretillas elevadoras deberán utilizarse en correcto estado de mantenimiento y con todos los accesorios y dispositivos obligatorios en perfecto estado (giro-faro, señalización acústica de advertencia, claxon, cinturón de seguridad, etc.).
- Asegúrese de que las ruedas estén en perfectas condiciones de uso.
- Es recomendable utilizar en todo momento el alumbrado de posición.

Si conduce uno de estos vehículos:

- Utilice el **cinturón de seguridad** para cualquier desplazamiento.
- No utilice el teléfono móvil mientras conduce, ni hable con otros conductores o peatones mientras circula.
- No debe elevar o transportar personas ya sea a bordo, sobre la horquilla o en cualquier otra parte del vehículo.
- No pase por encima de personas con la carga o con la horquilla.
- Recuerde que debe mantener una distancia de seguridad suficiente con otros vehículos y evitar en todo momento adelantamientos, maniobras bruscas y virajes rápidos o inesperados por otros conductores.
- En los muelles existe riesgo de caída a distinto nivel: mantenga siempre una distancia de seguridad suficiente en relación con la vertical.
- Cuando abandone la carretilla asegúrese de que está en punto muerto, con el motor parado, los frenos echados y la llave de contacto sacada o la toma de batería retirada. La horquilla se dejará en la posición más baja.



3.- COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES EN EL RECINTO

SOLICITUD DE DOCUMENTACIÓN A LAS EMPRESAS INSTALADAS EN EL RECINTO DE MERCALICANTE, REFERENTE A POSIBLES SITUACIONES DE EMERGENCIA QUE PUEDAN TENER CONSECUENCIAS PARA EL RESTO.

Por medio del presente documento **solicitamos** la siguiente documentación necesaria para la coordinación de actividades dentro del recinto

Las empresas que desarrollan su actividad dentro del recinto de la Unidad Alimentaria, deberán enviar a Mercalicante la siguiente documentación:

- 1.** La identificación/evaluación de los riesgos que pueda generar su actividad. Como mínimo los riesgos que puedan afectar a terceros. Las medidas de protección y de prevención.
- 2.** Persona designada como interlocutor en temas de prevención de riesgos o seguridad y personas designada como Jefe de emergencia.
- 3.** Comunicación de incidentes en su centro de trabajo que por su importancia pudiesen afectar a otras empresas anexas.
- 4.** Registros, albaranes de mantenimiento o contrato de mantenimiento de los medios de extinción disponibles en sus instalaciones (extintores, B.I.E, etc.).
- 5.** Cumplimentación de los siguientes anexos:

SOLICITUD DE INFORMACIÓN A EMPRESAS CONCURRENTES	
EMPRESA	MERCALICANTE, S.A.
CENTRO	CL/ CTRA.MADRID,KM.4 2ª PLANTA EDF. ADMI, nº0, ALICANTE (ALICANTE)

Como empresa principal del centro de trabajo, en el que trabajadores de su empresa desarrollarán su actividad, con el fin de dar cumplimiento a lo dispuesto en el art. 24 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, referido a la coordinación de actividades empresariales en materia de prevención de riesgos laborales, así como su posterior desarrollo en el R.D. 171/2004, de 30 de enero, en el que se indica el deber de cooperación, de obligado cumplimiento para todas las empresas, les hace entrega de la siguiente documentación:

Riesgos del centro de trabajo, actividades que se desarrollan en el mismo, y medidas
Medidas a aplicar en caso de emergencia
Información y consignas necesarias para operar con maquinaria, equipos, productos, materias
Otros:

Solicita a:
Con sede en:

Los documentos (marcados) que deben hacernos llegar a la menor brevedad posible y antes del inicio de los trabajos.

La persona designada como INTERLOCUTOR con los demás empresarios y medios de coordinación (rellenar tabla adjunta)	
Modelo de organización de la prevención.(servicio de prevención)	
Información correspondiente a los riesgos específicos de las actividades que van a desarrollar sus trabajadores en el centro de trabajo y pueden afectar a terceros	
Copia de la evaluación de riesgos y planificación de la actividad preventiva de las tareas que vayan a realizar en el centro de trabajo.	
Certificado del cumplimiento de la obligación de informar y formar a los trabajadores sobre los riesgos de su puesto de trabajo.	
Certificado de la realización de la vigilancia de la salud de los trabajadores participantes.	
La persona designada como recurso preventivo para las tareas desarrolladas (rellenar tabla adjunta)	
Plan de trabajo	
Plan de seguridad y salud	
Otros: Copia del seguro de responsabilidad civil de la empresa.	
Otros: Cotización a la Seguridad Social (TC1, TC2 y RETA).	

Una vez recibida y analizada dicha documentación, se le trasladará las medidas resultantes del estudio de la concurrencia de las actividades empresariales .

Deberá reenviar la documentación solicitada junto con el modelo adjunto de declaración debidamente cumplimentado

Para cualquier comunicación y/o consulta puede dirigirse a

Responsable
NOMBRE
TELEFONO

Declaración aportada por empresas concurrentes	
EMPRESA	
CENTRO	

Como empresa que ha sido contratada por MERCALICANTE, S.A. para realizar la siguiente obra, servicio o actividad y periodo de duración:

--

Designa:

INTERLOCUTOR	Interlocutor:	Acepto/Firma
	Teléfono:	
	Esta persona tendrá las siguientes funciones: a) Servir de cauce para el intercambio de las informaciones que deben intercambiarse las empresas concurrentes en el centro de trabajo b) Cualesquiera otras encomendadas por el empresario principal del centro de trabajo dentro del ámbito de la coordinación de la actividad preventiva.	
RESP.EJECUCIÓN	Responsable de ejecución:	Acepto/Firma
	Teléfono:	
	Si se requieren equipos o medios auxiliares garantizará que los mismos dispongan marcado CE declaración de conformidad/adecuación al 1215/97 y libro de instrucciones, los trabajadores deberán estar instruidos en el uso de los mismos. Deberán ser revisados y chequeados conforme a las instrucciones del fabricante para asegurar su correcta instalación o funcionamiento	
RECURSO PREVENTIVO	Recurso preventivo:	Acepto/Firma:
	Empresa:	
	Por la presente se le informa que su presencia será necesaria y por tanto obligatoria (Ley 54/2003 art. 4), durante las actividades, operaciones o procesos antes mencionados, dado que se entiende que son trabajos con riesgos especiales. Su presencia tendrá como objeto (Ley 54/2003 art. 7) vigilar el cumplimiento de las medidas preventivas establecidas, comprobar la eficacia de las mismas, así como controlar la correcta aplicación de los métodos de trabajo. En caso de detectar situaciones anómalas que puedan ocasionar riesgos graves para la salud de los trabajadores procederá a la inmediata paralización temporal de aquellas actividades, operaciones o procesos, hasta la subsanación de las mismas, comunicando inmediatamente tal situación a su superior o en su defecto al Encargado	

Y de igual modo declara:

Su compromiso de informar a las empresas concurrentes de cualquier emergencia y/o accidente en el centro de trabajo describiéndolo así como las causas que lo originaron y las medidas adoptadas.

Mutua de accidentes de trabajo con

Servicio de Prevención lo tiene contratado con

Que ha facilitado a sus trabajadores los EPIs necesarios para el desempeño de su actividad.

Que se asegura del cumplimiento de lo previsto en el artículo 24 de la LPRL cuando tenga que contratar por su cuenta a trabajadores autónomos u otras subcontratas o de ETTs.

Que garantiza que aquellos trabajadores subcontratados por ella misma a través de una ETT no van a realizar en ningún caso aquellos trabajos a los que hace referencia el artículo 8 del R.D. 218/1.999.

Que trasladará toda la información recibida a sus trabajadores y asegurará su correcta instrucción

Y aporta la documentación solicitada en el presente documento

Responsable de la empresa

Firma

Riesgos específicos que pueden afectar a terceros					
Si no dispone de documento específico podrá aportar el siguiente anexo debidamente cumplimentado					
TAREAS A DESARROLLAR EN LA ACTIVIDAD CONTRATADA		Nº DE TRABAJADORES:		HORARIO	
RELACIÓN DE RIESGOS A TERCEROS QUE PUEDE PROVOCAR LA ACTIVIDAD					
Caída de personas a distinto nivel		Exposición a sustancias nocivas o tóxicas			
Caída de personas al mismo nivel		Contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas			
Exposición a radiaciones ionizantes		Caída de objetos por desplome o derrumbamiento			
Caída de objetos desprendidos		Exposición a radiaciones No ionizantes			
Choques contra objetos inmóviles		Explosiones			
Choques contra objetos móviles		Incendios			
Golpes/cortes por objetos o herramientas		Accidentes causados por seres vivos			
Proyección de fragmentos o partículas		Atropellos o golpes con vehículos			
Atrapamiento por o entre objetos		Exposición a contaminantes químicos			
Contactos térmicos		Exposición a contaminantes biológicos			
Contactos eléctricos		Atrapamiento por vuelco de máquinas o vehículos			
Ruido		Vibraciones			
Indicar si el trabajo lo realiza		Menores		Maternidad	
				Discapacidad	
CONDICIONES PELIGROSAS DE LOS TRABAJOS A EFECTUAR					
Trabajos en altura (h> 2 m.)		Requiere balizamiento			
Trabajos en espacios confinados		Se van a ocasionar desniveles o huecos			
Trabajos en atmósferas explosivas		Proximidad a zona de paso de vehículos			
Trabajos con ocupación de viales/vía pública		Trabajos en espacios de difícil evacuación			
Utilización de escalas/ escaleras de mano/ andamios		Existencia de cargas suspendidas			
Trabajos sobre paramento de baja resistencia		Empleo de equipos móviles			
ENERGÍAS UTILIZADAS					
ELECTRICIDAD		NEUMÁTICA		HIDRÁULICA	
				OTRAS:	
Requiere Trabajador autorizado				Requiere Trabajador cualificado	
RELACIÓN DE EQUIPOS QUE SE VAN A UTILIZAR:					
		Herramientas eléctricas			
		Herramientas manuales			
		Equipos de soldadura, sopletes			
		Vehículos automotores			
		Útiles para el manejo mecánico de cargas			
		Equipos de alto riesgo (Anexo IV RD 1435/92)			
RELACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS QUE SE UTILIZAN Y PELIGROS DE LA ETIQUETA:					
		Manejo de recipientes a presión			
		Operación de transvase			
		Posibilidad de producir derrames en cantidades			
		Creación de atmósfera detectable organolépticamente			
		Mezcla de productos			
		Generación de vertidos, manejo de residuos y manipulación			
Trabajos en solitario		Dificultad de evacuar		No dispone de sistema de	
				Trabajos en caliente	
				Requiere asistencia médica	
Responsable de la empresa				Firma	

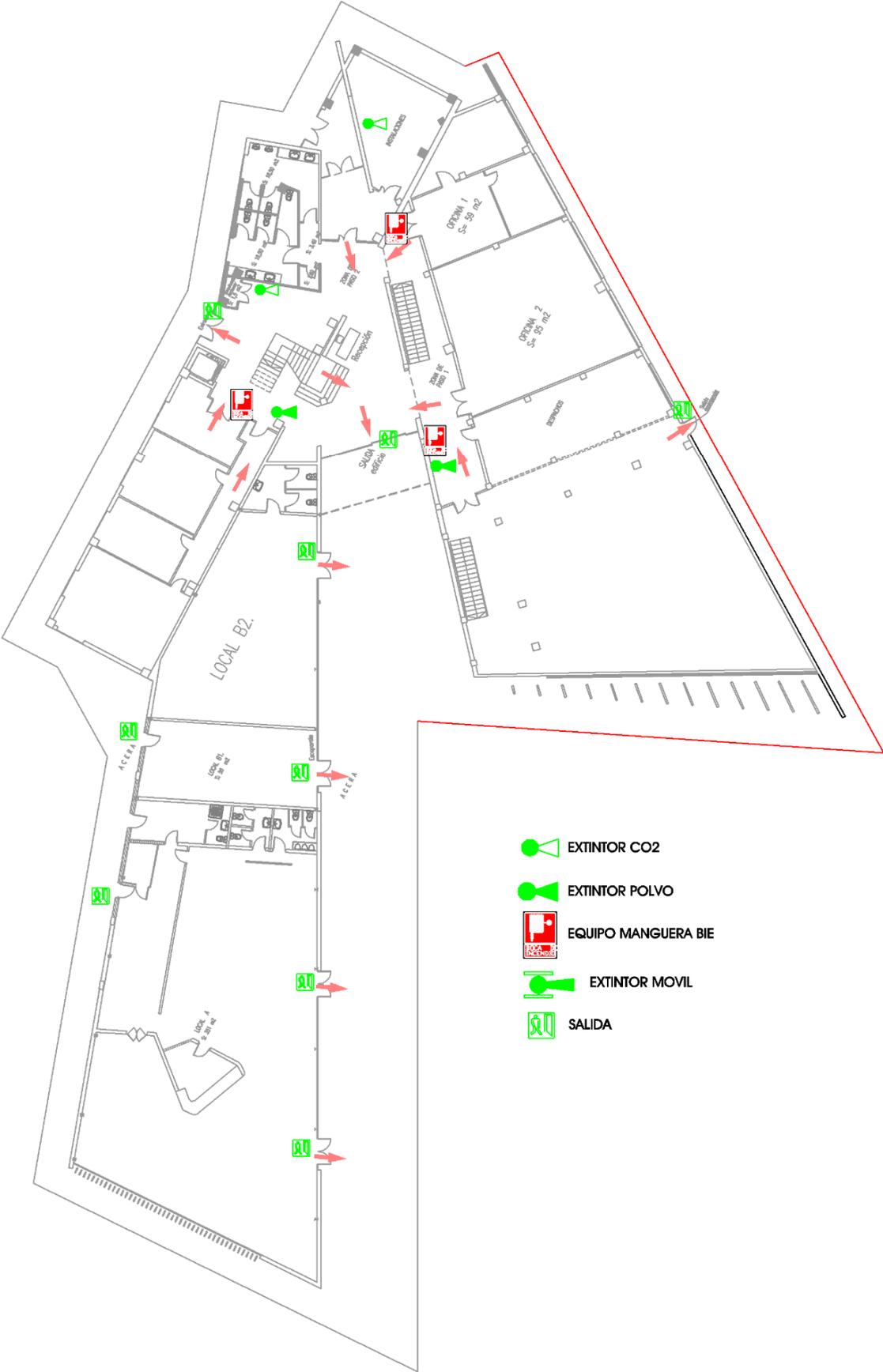
MEDIDAS DE EMERGENCIA Y PROCEDIMIENTO DE EVACUACIÓN GENERAL DE LAS INSTALACIONES DE MERCALICANTE, PARA EMPRESAS UBICADAS DENTRO DEL RECINTO DE MERCALICANTE.

El Plan de evacuación desde el interior cada una de las empresas ubicadas dentro del recinto de Mercalicante, debe estar redactado e implantado por cada una de ellas con los correspondientes simulacros de incendio. En cada empresa este plan se pondrá en marcha por indicación del Jefe de Emergencia, persona responsable de la evacuación en cada una de las empresas.

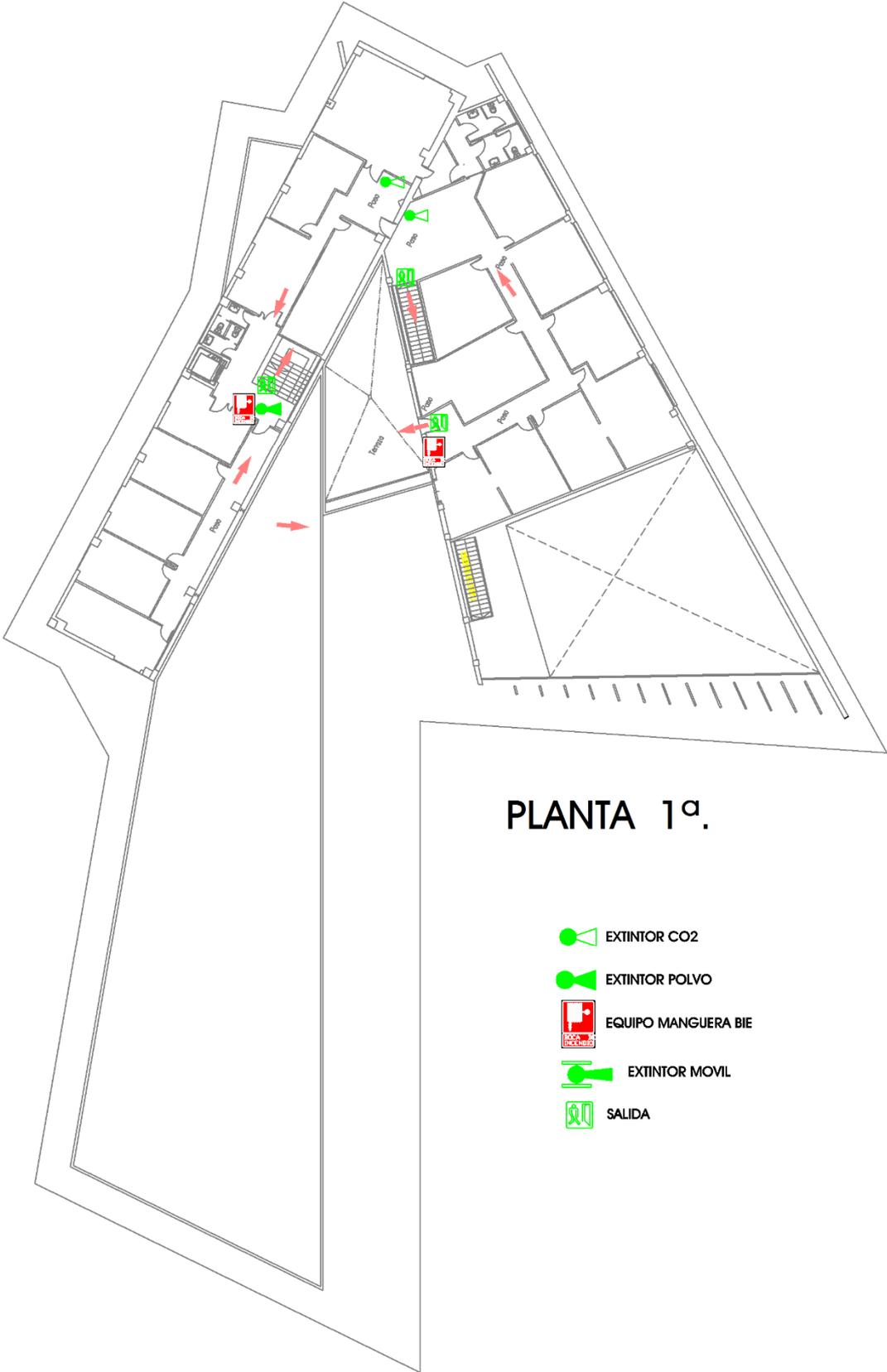
A partir de ese momento, se deberá actuar según el siguiente procedimiento para la evacuación de las instalaciones generales de la Unidad Alimentaria:

1. Para empresas situadas en el **edificio administrativo de Mercalicante**, la evacuación del edificio tendrá lugar por las vías indicadas en los planos 1, 2, 3 y 4 adjuntos a este anexo. Los medios de extinción disponibles en las instalaciones comunes del edificio administrativo quedan detallados en los planos adjuntos, existiendo BIES y extintores en todas las plantas, los cuales son revisados por la empresa mantenedora autorizada.
2. Para empresas situadas en el **edificio administrativo de mercado**, la evacuación tendrá lugar por las vías indicadas en el plano 5 con los medios de extinción señalados.
3. Para la evacuación general del personal de su empresa situada en la **zona de actividades complementarias, polivalentes o multiservicio**, deberá hacerlo a través de las vías señalizadas en el plano N° 6 de: señalización de las vías de evacuación general del recinto de MERCALICANTE. La evacuación se realizará a pie por los lugares de tránsito indicados.
4. El **mercado de frutas y hortalizas y polivalentes** en sus naves I y II dispone de los medios de extinción necesarios para las zonas comunes, extintores de polvo ABCE de 25 y 50 Kg y extintores de CO₂ de 5Kg junto a los cuadros eléctricos, en las naves I y II y extintores de 12kg de polvo ABC en los pasillos del edificio del mercado; los cuales son revisados trimestral y anualmente por la empresa mantenedora autorizada y red de BIES mantenidas por empresa autorizada. (Plano 7: Nave I Frutas y Hortalizas y Plano 8: Nave II y Polivalentes).

5. El recinto tiene una red exterior de hidrantes contra incendios (CHE) constantemente presurizada mediante una bomba jockey que conecta la bomba de presión al detectar apertura de hidrantes. Esta red está conectada a un embalse subterráneo de 1.200 m³ de capacidad situado en el jardín que existe a la entrada al recinto. La situación de la red, depósito e hidrantes viene detallada en el plano anexo. En caso de ser necesario, se pondrá a disposición del CUERPO DE BOMBEROS, los planos referentes a medios de extinción en zonas comunes (hidrantes), que se adjunta a este procedimiento. **Plano 9.**



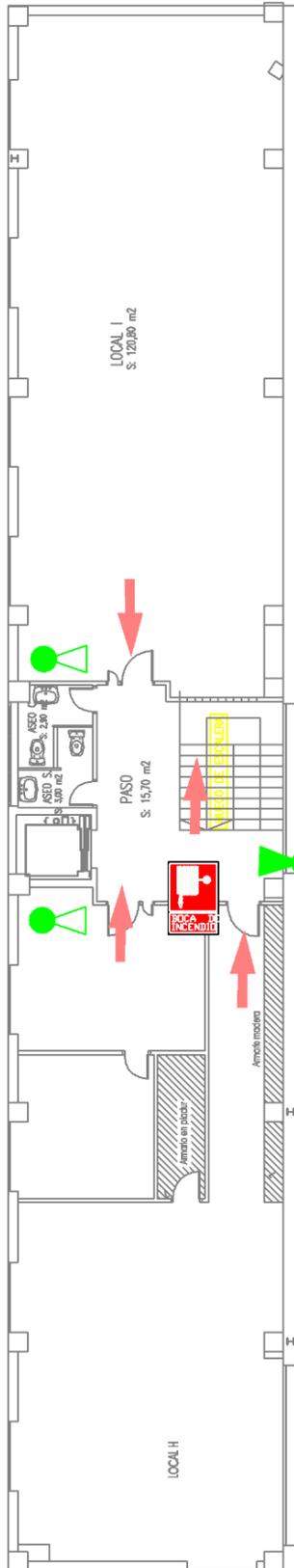
Plano nº 1: EDIFICIO ADMINISTRATIVO. PLANTA BAJA.



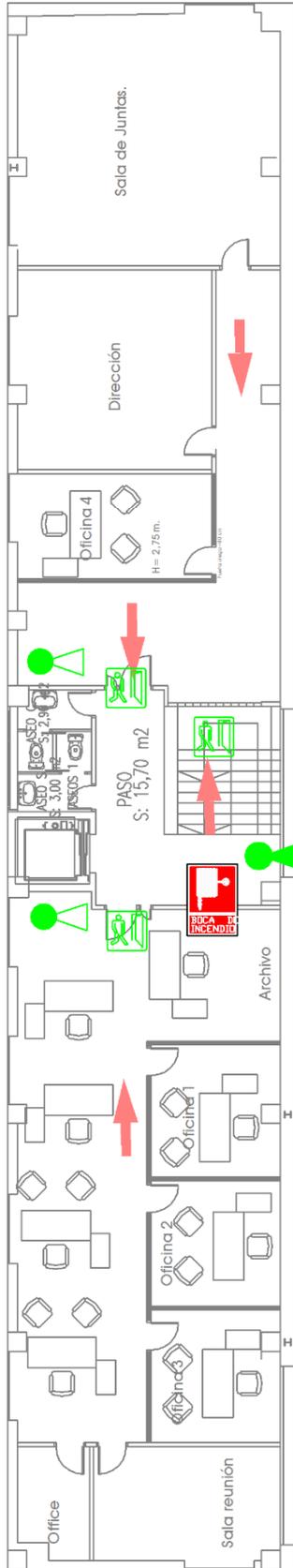
PLANTA 1ª.

-  EXTINTOR CO2
-  EXTINTOR POLVO
-  EQUIPO MANGUERA BIE
-  EXTINTOR MOVIL
-  SALIDA

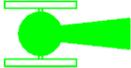
PLANTA 2ª



-  EXTINTOR CO2
-  EXTINTOR POLVO
-  EQUIPO MANGUERA BIE
-  EXTINTOR MOVIL
-  SALIDA

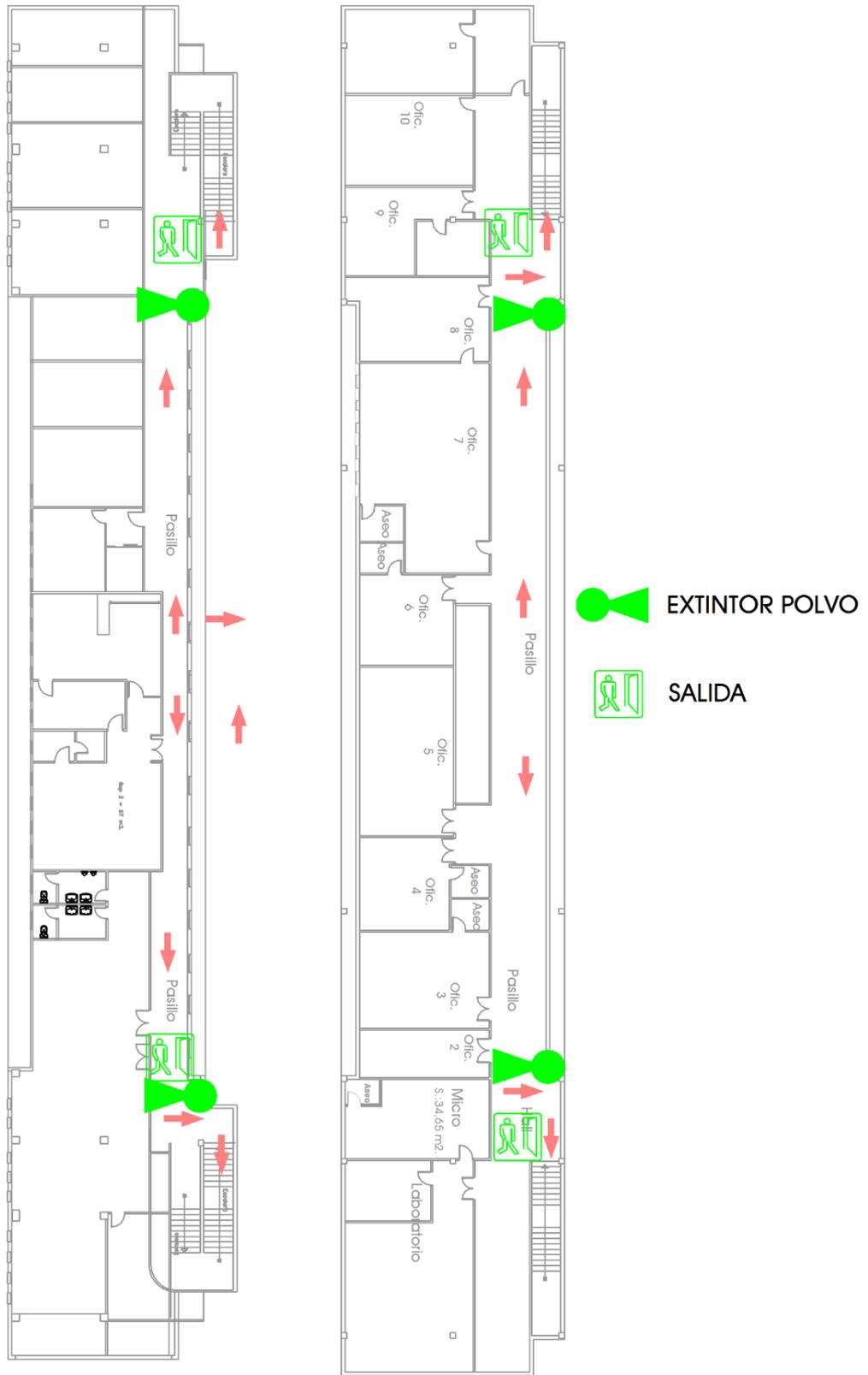


PLANTA 3ª

-  EXTINTOR CO2
-  EXTINTOR POLVO
-  EQUIPO MANGUERA BIE
-  EXTINTOR MOVIL
-  SALIDA

PLANTA 1ª (Puente)

PLANTA 2ª (Puente)

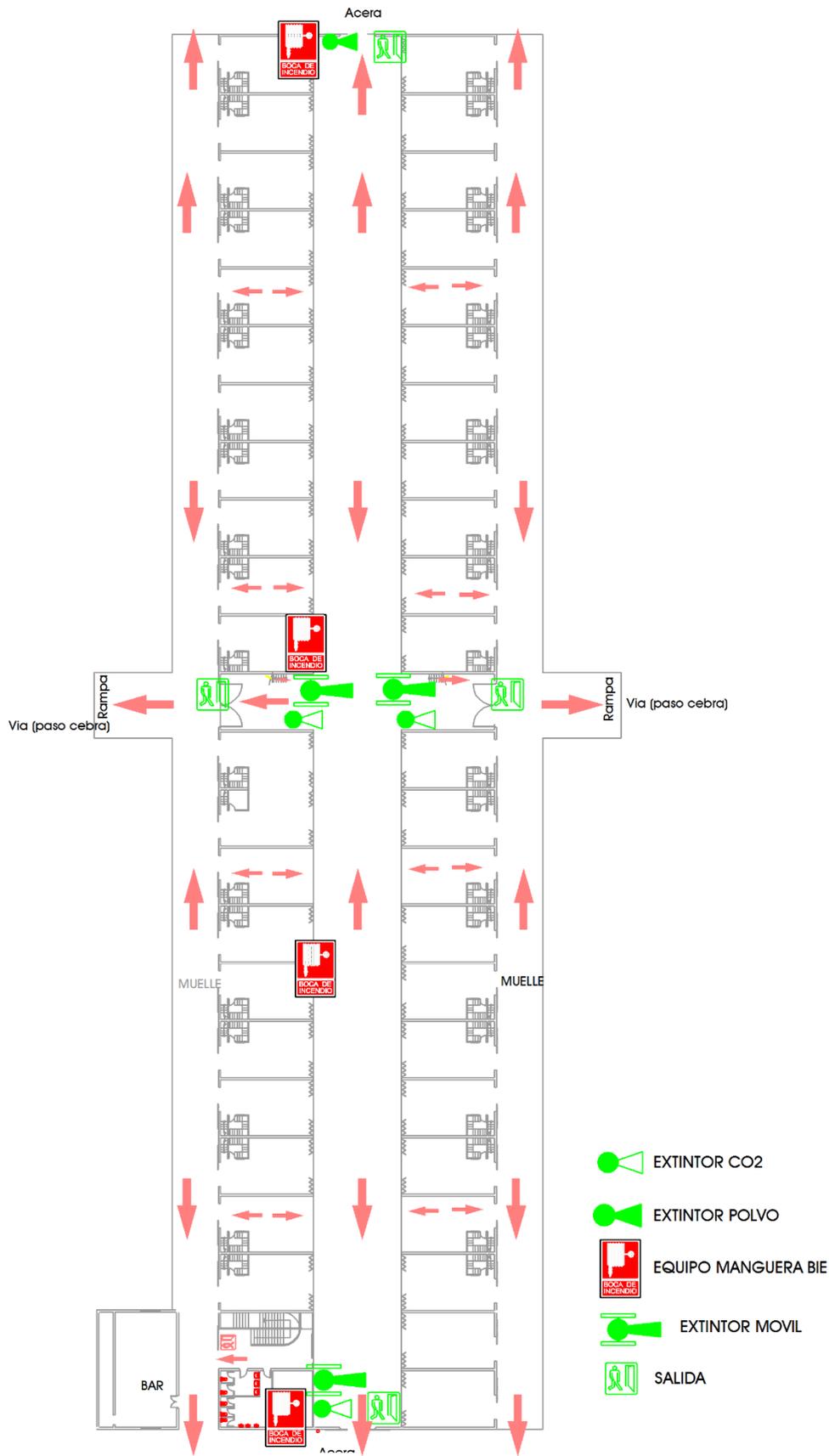


Plano nº 5: EDIFICIO ADMINISTRATIVO DE MERCADO. PLANTAS 1 Y 2.



Plano nº 6: RECORRIDO EVACUACIÓN GENERAL.

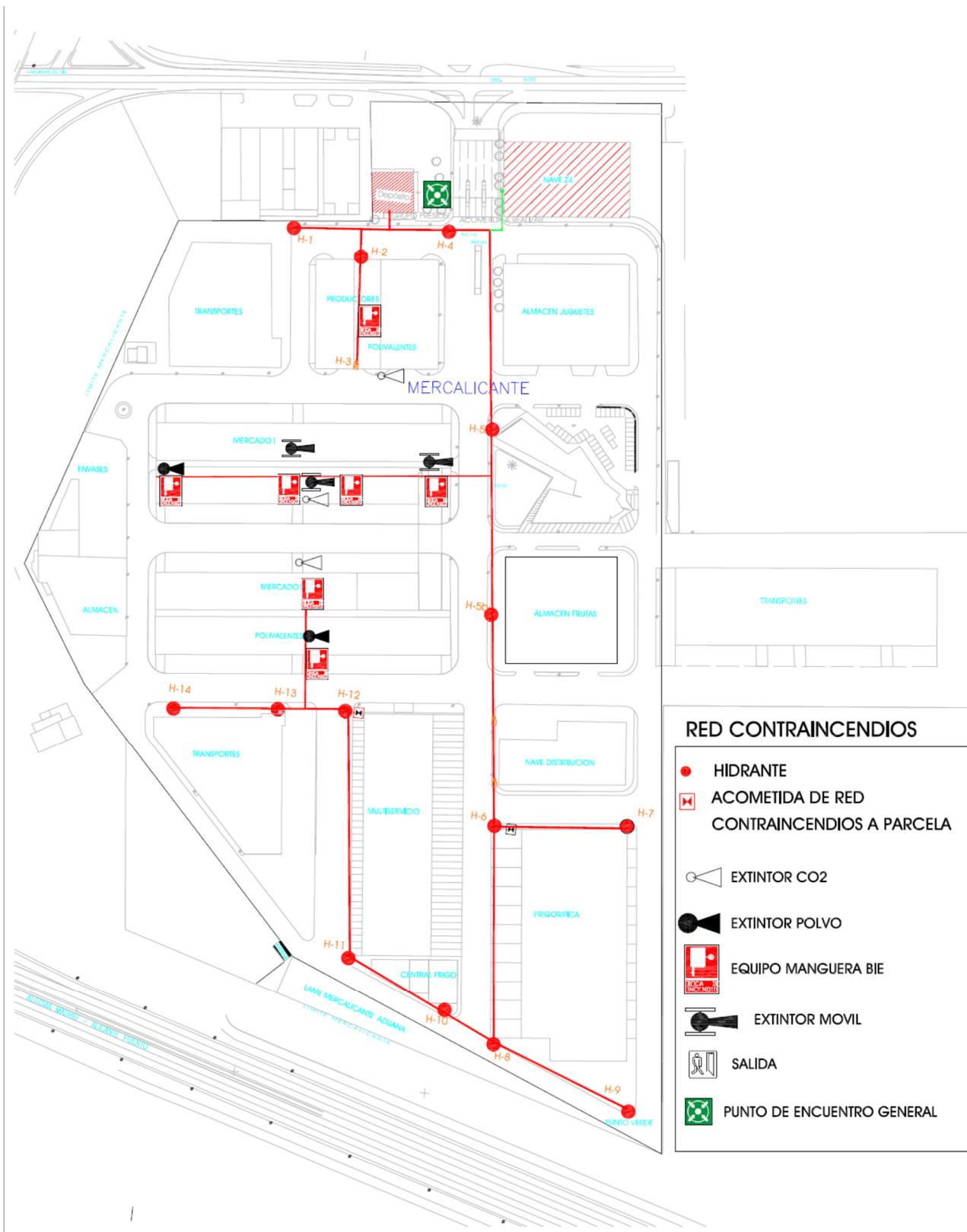
NAVE I MERCADO DE FRUTAS Y VERDURAS.



Plano nº 7: NAVE I MERCADO DE FRUTAS Y VERDURAS.



Plano nº 8: NAVE II MERCADO DE FRUTAS Y VERDURAS Y POLIVALENTES.



Plano nº 9: RED CONTRAINCENDIOS DE MERCALICANTE

**EN CASO DE EMERGENCIA
EN TU EMPRESA AVISA A
MERCALICANTE
SIGUIENDO ESTAS PAUTAS:**

**PROCEDIMIENTO DE AVISO A MERCALICANTE DE
LA OCURRENCIA DE UNA SITUACIÓN DE
EMERGENCIA EN SUS INSTALACIONES.**

Ante la declaración de una situación de emergencia en sus instalaciones, que pueda afectar a otras empresas ubicadas en el mismo recinto de MERCALICANTE, usted deberá realizar la siguiente notificación:

1. Mantenga la calma.
2. Avise al Centro de Comunicaciones de Mercalicante, independientemente de que ustedes avisen a los medios externos que consideren necesarios.

Centro de comunicaciones de Mercalicante:

OPERADOR DE SERVICIOS GENERALES SITUADO EN LA ENTRADA

966081001 / 619610240

3. IDENTIFÍQUESE CON:

- Su nombre
- Nombre de la Empresa
- Ubicación dentro de Mercalicante
- Teléfono de contacto
- Situación de emergencia ocasionada
- Actuación llevada a cabo por el JEFE DE EMERGENCIAS (primera intervención, primeros auxilios, alarma y/o evacuación, etc.)
- Punto de reunión de los trabajadores de su empresa (en caso de producirse la evacuación)
- Servicios de ayuda solicitados (bomberos, emergencias 112, ambulancias, etc)
- Si conoce la situación, indíquela: tamaño del incendio, heridos, sustancias peligrosas, etc

4. Siga las indicaciones del servicio de emergencia.
5. No asuma riesgos innecesarios.
6. Si sospecha que alguna persona ha quedado atrapada en la zona de la emergencia, notifíquelo inmediatamente al personal de intervención.

**"NUNCA SEA EL PRIMERO EN COLGAR EL TELÉFONO Y
PREGUNTE SI SE NECESITA ALGÚN DATO MÁS"**



OTRAS NORMAS DE ACTUACIÓN

EVACUACIÓN DEL CENTRO DE TRABAJO



Preste atención a las órdenes de los responsables y...

1. Abandone el lugar de trabajo con el mínimo entorpecimiento, apagando, si puede, los equipos eléctricos



2. Mantenga la calma y serenidad: **no corra ni grite**. No se detenga a recoger objetos personales

3. Si hay humo, salga reptando y, a ser posible, con un trapo húmedo cubriendo la entrada de las vías respiratorias



5. No se detenga en la salida, ni vuelva a entrar en las instalaciones, bajo ningún concepto, mientras dure la situación de emergencia

4. Si está seguro que no queda nadie atrás, cierre las puertas **sin llave** al salir de los recintos. No retroceda

No utilice los ascensores



No utilice su vehículo para salir del recinto



6. Si se encuentra atrapado en una sala:

- Cierre las puertas
- Tape las rendijas de las puertas con trapos húmedos, si es posible.
- Si es posible hágase ver por las ventanas. Si dispone de móvil haga uso del mismo para indicar su situación

7. Diríjase al lugar de concentración y espere allí hasta que los responsables de controlar el incendio se lo indiquen. Evitará, de esta forma, que lo busquen peligrosamente en el lugar del siniestro. Advierta a los responsables la falta de algún compañero, si la detecta.



PUNTO DE CONCENTRACION

PUNTO ENCUENTRO personal de MERCALICANTE: JARDÍN EDIFICIO ADMINISTRATIVO

PUNTO ENCUENTRO EVACUACIÓN GENERAL (TODAS LAS EMPRESAS): Balsa CONTRAINCENDIOS. Parcela entrada (ver plano)

**PUNTO DE ENCUENTRO
EVACUACIÓN GENERAL
EN LA ENTRADA**



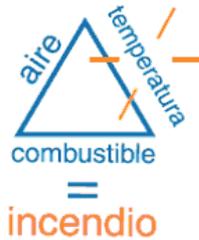
**PUNTO ENCUENTRO PARA
EMPLEADOS DE
MERCALICANTE (SÓLO
EVACUACIÓN PARCIAL DE
OFICINAS)**



ANTE UN INCENDIO

¿Qué debemos hacer?

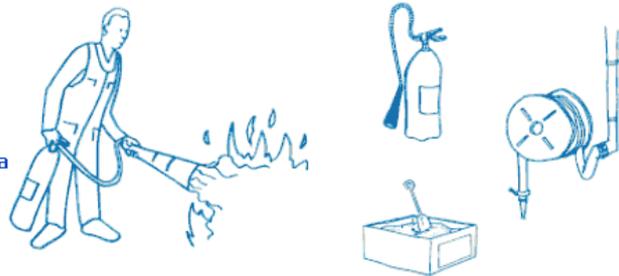
FUEGO



- Conser var la calma.
- Avisar a los compañeros sin provocar el pánico.
- Evacuar el local por la salida principal o la salida de emergencia , si la otra está bloqueada

Ante fuego pequeño

- Apagarlo con extintor adecuado o cubriéndolo con un recipiente.
- Retirar los productos químicos inflamables de cerca del fuego.
- No usar agua para apagar un fuego por disolventes.



Ante fuego grande

- Aislar el fuego
- Utilizar extintores adecuados
- Si no se controla pronto, accionar la alarma de fuego y avisar al ser vicio de extinción de incendios.
- Evacuación del edificio.



Ante fuego en el cuerpo

- Pide ayuda.
- Estírate en el suelo y rueda sobre ti.
- No corras.
- Ayuda a apagar a otra persona, cubriéndola con una manta o llévalo hasta la ducha de seguridad si está cerca, o que ruede por el suelo.
- Nunca uses el extintor sobre la persona.
- Apagado el fuego, protege del frío al quemado y avisar al médico.



PRIMEROS AUXILIOS

¿Qué debemos hacer?

PRIMEROS AUXILIOS



ANTE UNA INGESTIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

- Pedir asistencia médica.
- Taparle con una manta para que no se enfríe.
- Averiguar el producto ingerido.



DERRAME DE PRODUCTOS QUÍMICOS SOBRE LA PIEL

- Lavar inmediatamente con abundante agua corriente, un mínimo de 15 minutos.
- Si es grande usar la ducha de seguridad.
- Quitar la ropa impregnada mientras esté debajo de la ducha.
- Retirar el reloj, pulsera, anillos, etc.
- Solicitar asistencia médica.



CONVULSIONES

- No impedir los movimientos.
- Colocarle tumbado donde no pueda hacerse daño.
- Impedir que se muerda la lengua con un pañuelo entre los dientes.



DESMAYOS

- Ponerle tumbado y levantarle las piernas.



CORTES

- Lavar con agua corriente.
- Si es pequeño y no sangra, lavar con agua y jabón, cubriendo con una gasa estéril.
- Si es grande y sigue sangrando, cubrir con más gasas, comprimiendo la herida.
- Buscar asistencia médica.



QUEMADURAS

- Lavar la zona afectada con agua fría de 10 a 15 minutos.
- Si es grave, buscar atención médica inmediata.
- No usar cremas ni pomadas en las quemaduras graves.



INHALACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

- Protégete con una máscara adecuada o aguanta a respiración para sacarle al aire libre.
- Requerir asistencia médica.
- Aflojarle las ropas.
- Iniciar la respiración boca a boca al primer síntoma de insuficiencia respiratoria.
- Identificar el vapor tóxico.



SALPICADURAS EN LOS OJOS

- Actuar rápidamente (en menos de 10 segundos).
- Lavar los ojos con agua corriente, a chorro continuo a baja presión, abundantemente.
- Tapar el ojo con gasa estéril.
- Acude al médico.

REANIMACION CARDIOPULMONAR

1º. Apertura de las vías aéreas:

- Con una mano en la frente, inclinar su cabeza hacia atrás. Retirar sustancias extrañas (vómitos, piezas dentarias, etc.) de la boca, si existieran.

2º. Si no respira:

Respiración Artificial (método boca a boca).

- Tapar con una mano los orificios de la nariz, mientras le realizamos con nuestra boca una respiración profunda (soplo fuerte), y observamos que se eleva el tórax.
- Quitar la presión de los dedos sobre la nariz y retirar nuestra boca, para que salga el aire.
- Repetir la maniobra de 12 a 15 veces por minuto, hasta que respire espontáneamente.

3º. Si no tiene pulso carotídeo (lado del cuello).

Realizar compresiones torácicas (masaje cardíaco):

- Nos colocamos de rodillas lateralmente a la víctima, que estará boca arriba en plano duro.
- Colocar el talón de una mano en la mitad inferior del esternón, y sobre esta mano apoyar la otra, entrelazando los dedos.
- Presionar con energía, hasta hundir el tórax unos 4 cms., después soltar.
- Nos colocamos de rodillas. En caso de ser un socorrista realizar 2 insuflaciones boca a boca y 15 compresiones por minuto. Pero si son dos socorristas realizar 1 insuflación y 5 compresiones.

4º. Si notamos el pulso carotídeo espontáneo:

- Continuar con método boca a boca.

5º. Cuando respire espontáneamente:

- Colocar al accidentado en posición lateral de seguridad.

ACTIVACION DEL SISTEMA DE EMERGENCIA (P.A.S.)

PROTEGER

- El socorrista protegerá al accidentado y a sí mismo de situaciones de riesgo.

AVISAR

- Emergencias **112**
- Urgencias Insalud **061**
- Servicio de Información Toxicológica **91 562 04 20**

SOCORRER: PRINCIPIOS GENERALES

1º Conservar la calma y actuar rápidamente

2º Valoración inicial (Valorar las funciones vitales):

- Estado de conciencia
- Ver si respira. De no ser así, hacer el método boca a boca.
- Comprobar el pulso carotídeo. Si falta, reanimación cardiopulmonar.
- Si presenta hemorragias severas, actuar de inmediato.

3º Valoración secundaria:

- Examinar otras lesiones de la cabeza.
- los pies.
- Tranquilizar al accidentado.
- Informarle de nuestras actuaciones.
- Traslado en condiciones adecuadas, si es posible.



ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE DE TRÁFICO

Siempre que acontezca un accidente de tráfico que presenciemos, se actuará según el sistema de emergencia **P.A.S. (PROTEGER, AVISAR Y SOCORRER)**:

PROTEGER LA ZONA. Se pretende evitar que el primer accidente sea causa de nuevos riesgos.



- Poner las luces de emergencia o las luces de situación.
- Detener el vehículo donde no represente un riesgo para la circulación, a ser posible fuera de la calzada
- Ponerse el chaleco de alta visibilidad antes de abandonar el vehículo.
- Señalizar el accidente mediante triángulos de señalización (y conos, si se dispone de ellos)
- Si hubiera otros vehículos implicados, colocarlos fuera de la calzada si fuera posible.
- Apagar las luces de los vehículos implicados, y retirar las llaves del contacto (si en ello no se pone en peligro la integridad física)
- No fumar ni encender cerillas o fuego.
- Si hubiera heridos llevarlos a un lugar en el que estén fuera de la zona de peligro (fuera de la calzada, apartado del vehículo si existiera riesgo de incendio, etc).
- Permanecer en un lugar seguro (protegidos por la barrera de seguridad de la calzada, por ejemplo).



AVISAR: Solicitar ayuda marcando el **112** e informando de la situación del accidente (punto kilométrico, localidad, ...), existencia de heridos, sustancias peligrosas, etc.

SOCORRER: Una vez hemos protegido y avisado, procederemos a actuar sobre el accidentado, según se indica en el **PLAN DE ACTUACIÓN FRENTE A EMERGENCIAS MEDICAS.**



EN NINGÚN CASO SE DEBERÁ:

- Mover a un herido (si existe sospecha de traumatismo en la espalda), salvo riesgo de incendio o caída.
- Quitarle el casco a un motorista, puede causarle lesiones irreversibles.
- Arriesgar su vida, tratando de acceder a lugares peligrosos, vehículos incendiados
- Permanecer en el lugar del accidente si no es necesaria su colaboración





ACTUACIÓN ANTE AVISO DE BOMBA



En caso de recibir una llamada de aviso de bomba...

1. Mantenga la calma.



2. Atienda la llamada como cualquier otra, prestando la máxima atención a todos los detalles.

Tomar nota del mensaje recibido procurando que sea textual.

3. Tratar de detectar si la llamada se efectúa desde un teléfono público o privado. Incluso, si fuera posible, diferenciar si es urbana o interurbana.

5. Intentar que repita el mensaje una vez concluido, aduciendo interferencias o problemas de audición, y comprobar si coincide exactamente.

7. Llamar inmediatamente al Jefe de Emergencia. El dará la orden de aviso a las Fuerzas de Seguridad del Estado.

9. No abandonar el puesto de trabajo hasta recibir la orden oportuna.

4. Observar el tono de voz, si el interlocutor intenta distorsionarla y si se trata de hombre o mujer.

6. Anotar todos los datos así como la hora en que se produce la llamada y su duración.

8. Evitar toda acción u omisión que pueda hacer cundir la alarma.



REGLAS DE CONDUCTA DURANTE UN ATRACO

1. Permanecer absolutamente pasivo, no hacer ningún tipo de movimiento brusco o sospechoso..
2. Obedecer las órdenes del atracador con la mayor calma posible.
3. No hablar, salvo para contestar alguna pregunta.
4. Si para cumplir una orden del atracador es preciso hacer algún movimiento extraño, explicar por qué se hace.
5. No intentar apresar o desarmar al atracador. No interrumpir su huida ni emprender su persecución
6. Observar su fisonomía. Si son varios, elegir uno en particular para describirlo posteriormente con precisión.

Observar el vehículo utilizado para huir (matrícula, color, marca, desperfectos, ocupantes) y la dirección tomada.
7. Cuando desaparezca el peligro, se avisará a las Fuerzas o Cuerpos de Seguridad del Estado.



ACTUACIÓN FRENTE A INTOXICACIONES O INCENDIOS EN LOS QUE ESTÉN INVOLUCRADOS PRODUCTOS PELIGROSOS

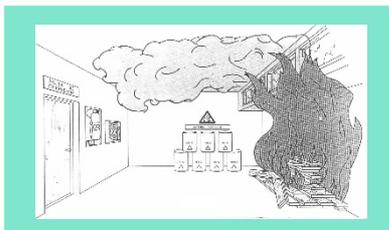


Sólo actuará ante estas emergencias personal capacitado, si usted no lo es, avise inmediatamente al responsable

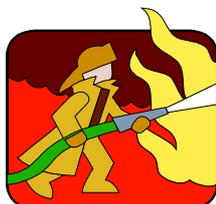
No obstante se seguirán las siguientes normas en la medida que sea posible

INTOXICACIÓN POR INHALACIÓN O INGESTIÓN

- eliminar, si es posible, la fuente de daño
- trasladar al accidentado a un lugar ventilado y/o al servicio médico más cercano. (llamar a **emergencias 112**)
- tomar los datos o ficha de datos de seguridad del producto aue haya causado el accidente
- llamar a **información toxicológica (91 562 04 20)** y seguir las instrucciones del interlocutor



INCENDIOS



- Es posible que se generen gases tóxicos que requieran el uso de equipos de respiración autónoma. sólo actuará el personal del equipo de intervención
- Dar la voz de alarma y avisar al jefe de emergencia/ intervención
- Los miembros del equipo de intervención intentarán extinguir el fuego
- Si no puede ser controlado el jefe de emergencia dará el aviso de evacuación y avisará al servicio de bomberos
- Evacue el edificio tal y como le indica el plan de evacuación y siga las instrucciones de la brigada contraincendios



ACTUACIÓN EN CASO DE HIPOTERMIA

La hipotermia puede producirse por exposición durante un determinado tiempo a un ambiente frío, y es el resultado de una pérdida de calor por parte del cuerpo que no puede ser compensada por los mecanismos normales de producción y conservación del calor.

En caso de detectarse un caso de hipotermia, se deberá solicitar ayuda al 112 y entre tanto llega...



Proteger al herido, buscando un refugio que evite una nueva o mayor exposición al frío.

Manejar al herido con mucho cuidado, evitándole la realización de ningún tipo de ejercicio hasta que haya sido explorado

Retirarle las ropas mojadas, cubriéndole con muchas mantas o ropa seca y aislándolo del suelo

Pueden colocarse botellas o bolsas de agua caliente en las axilas, las ingles o el cuello, con el fin de favorecer el recalentamiento

ACTUACIÓN EN CASO DE CONGELACION

Como resultado de la exposición a frío sin las debidas medidas de protección, puede producirse la congelación de los miembros expuestos (orejas, manos, pies...).

Con el fin de detener el proceso de congelación, se deberá solicitar ayuda al 112 y entre tanto llega...

- Proteger al herido, buscando un refugio que evite una nueva o mayor exposición. Evitar que utilice las partes congeladas de su cuerpo salvo necesidad vital (por ejemplo, evitar que camine si tiene los pies congelados)
- Proteger del frío y de traumatismos las partes congeladas

NUNCA SE DEBERÁ:

- Dar refriegas en los miembros congelados
- Romper ampollas producidas en la piel por efecto de la congelación
- Intentar el recalentamiento aproximando la zona congelada a fuentes de calor excesivo tales como hogueras, calefacción con gran potencia,.... El calentamiento ha de realizarse poco a poco



DERRAME DE PRODUCTO INFLAMABLE, NOCIVO, TÓXICO O MUY TÓXICO

En caso de producirse un derrame...

1. Ponerlo en conocimiento de los responsables de emergencia.

Delimitar la zona afectada por el derrame



2. Eliminar todas las fuentes de ignición de la zona.



3. Evacuar la zona afectada por el derrame, ventilarla.

4. Utilizar los equipos de protección individual correspondientes (SEGÚN LAS FICHAS DE DATOS DE SEGURIDAD), para proceder a la recogida del derrame



5. Absorber el líquido derramado con un material absorbente lo más inerte posible (vermiculita, arena, etc.)

6. Evitar que el líquido entre en alcantarillas y espacios cerrados.



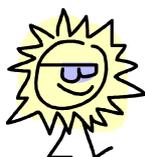
7. Si el vertido alcanza la red de saneamiento, cursos de agua, etc, comunicar dicha circunstancia al centro de coordinación de emergencias 112

8. Descontaminar bien toda la zona con agua (y jabón, si los productos derramados no son incompatibles).

9. Echar todo el material con el que se ha absorbido el líquido derramado en recipientes resistentes a las sustancias derramadas y cerrarlo herméticamente.



10. Etiquetar los recipientes con las sustancias que contiene y tratarlo como residuo peligroso



ACTUACIÓN EN CASO DE GOLPES DE CALOR

Los golpes de calor pueden producirse de la exposición a condiciones de alta temperatura y realización de trabajos pesados. Los síntomas que pueden presentar son:

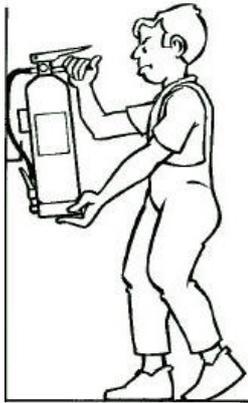
- Dolor de cabeza
- Mareos, desmayos
- Debilidad
- Cambios de humor (irritación), confusión
- Dolores de estómago
- Orina disminuida o de color oscuro
- Piel pálida y pegajosa...



Ante esta situación se deberá llamar al 112; y entre tanto llega ...

- Llevar a la persona a un lugar fresco y con sombra para que pueda descansar.
- Refrescar la piel, mediante la aplicación de paños de agua fría o toallitas en la cabeza y empapando con agua fresca el resto del cuerpo. Es conveniente abanicar a la persona
- No dejar a la persona sola
- En caso de producirse convulsiones, evitar controlarlas con el fin de no producir al accidentado lesiones musculares o articulares
- Si los síntomas incluyen mareos o debilidad, acostar a la víctima de espaldas y levantar las piernas un poco
- Si los síntomas incluyen náuseas o dolor de estómago, acostar a la víctima de lado
- Soltar o quitar la ropa pesada
- Hacer que beba agua fresca (despacio, una taza cada 15 min) a menos que la persona se encuentre mal del estómago

NORMAS DE USO DE EXTINTORES PORTÁTILES



1. Descolgar el extintor asiéndolo por la maneta o asa fija y dejarlo sobre el suelo en posición vertical.



2. Asir la boquilla de la manguera del extintor y comprobar, en caso que exista, que la válvula o disco de seguridad (V) está en posición sin riesgo para el usuario. Sacar el pasador de seguridad tirando de su anilla.



3. Presionar la palanca de la cabeza del extintor y en caso de que exista apretar la palanca de la boquilla realizando una pequeña descarga de comprobación.



4. Dirigir el chorro a la base de las llamas con movimiento de barrido. En caso de incendio de líquidos proyectar superficialmente el agente extintor efectuando un barrido evitando que la propia presión de impulsión provoque derrame del líquido incendiado. Aproximarse lentamente al fuego hasta un máximo aproximado de un metro.

Agente extintor	Clase de fuego (UNE- EN2 1994)			
	A Sólidos	B Líquidos	C Gases	D Metales
Agua pulverizada	Muy adecuado	Aceptable		
Agua a chorro	Adecuado			
Polvo BC convencional		Muy adecuado	Adecuado	
Polvo ABC polivalente	Adecuado	Adecuado	Adecuado	
Polvo específico metales				Adecuado
Espuma física	Adecuado	Adecuado		
Anhídrido carbónico (CO2)	Aceptable	Aceptable		
Hydrocarburos halogenados	Aceptable	Adecuado		

NOTA: en presencia de corriente eléctrica no se pueden utilizar como agentes extintores el agua a chorro ni la espuma. Se deberá utilizar el extintor de polvo polivalente o el de CO2.

NORMAS UTILIZACIÓN DE BIES (BOCAS DE INCENDIO EQUIPADAS)

1º Abrir la puerta.

2º Comprobar el manómetro (indicador de presión)

3º Abrir la llave de paso de agua (válvula).

4º Desenrollar la manguera (completamente en caso de BIE de 45mm, se necesitarán 2 personas).

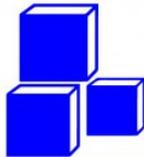
5º Intentar no doblar la manguera, en el caso de pasillos escaleras evitar ángulos bruscos que impidan el flujo del agua.

6º Sujetar la lanza o boquilla, para evitar que, a causa de la presión, empiece a dar bandazos, pudiendo herir a alguien y dirigir el chorro hacia la base del fuego.

7º Deje un bucle cerca de la lanza tal como se indica en el dibujo para perseguir el fuego que ha retrocedido



QUE HACER EN CASO DE SISMOS

<p>CONSERVE LA CALMA</p> <p>1</p> 	<p>ELIMINE FUENTE DE INCENDIOS</p> <p>2</p> 	<p>Alejese de Ventana y Objetos que Puedan Caer</p> <p>3</p> 
<p>NO USE ELEVADOR</p> <p>4</p> 	<p>UBIQUESE EN ZONAS DE SEGURIDAD</p> <p>6</p> 	<p>LOCALICE LA RUTA DE EVACUACIÓN</p> <p>7</p> 