

1.- La seguridad y salud de todos también depende de ti.

La prevención de riesgos laborales está integrada dentro de la estructura de la Universidad de Valladolid.

El [Plan de Prevención de la UVa](#) define las responsabilidades en temas de prevención de todos los miembros de la Comunidad Universitaria, específicamente en el [Documento de Organización de la Prevención](#) vienen de forma explícita las responsabilidades de los diferentes puestos dentro de la Institución.

¿Por qué todos los componentes de la comunidad universitaria tienen que estar implicados y por tanto tienen responsabilidades dentro del Plan de Prevención de la UVa?

Porque todas nuestras acciones, o dejadez de acciones pueden repercutir en la seguridad y salud del resto de la comunidad. Además, el legislador, consciente de que en las empresas es necesario que todo el mundo colabore, ha obligado a que la integración de la prevención sea un hecho efectivo en las mismas, hasta tal punto que establece que el incumplimiento por los trabajadores de las obligaciones en materia de prevención de riesgos tendrá la consideración de incumplimiento laboral. ([enlace a la Ley de Prevención de Riesgos Laborales](#))



2.- Identificación de Riesgos y Medidas Preventivas en los puestos.

En este apartado, se incluyen los riesgos que se dan de forma genérica en puestos de laboratorios y talleres donde haya o pueda haber manipulación de agentes químicos, físicos o biológicos. También se tienen en cuenta las tareas asociadas al uso de ordenadores oficinas/ despachos y asimilables, y las medidas preventivas para evitar todos los riesgos descritos.

Te recomendamos que consultes la evaluación de riesgos de tu centro/ departamento/ servicio... Cada actualización de la evaluación se envía al Decano/ Director del Centro y a los Directores de los Departamentos/ Directores/Jefes de Servicios/ Unidades. Todas las evaluaciones de riesgos laborales tanto de puestos como de los lugares donde se realizan las diferentes tareas en edificios de la UVa están disponibles en [el portal del empleado](#) (entrando con eNIF y clave), en el desplegable tablón, pinchando en evaluaciones de riesgos.

(Pinchar en cada los enlaces para acceder a la información)

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
<ul style="list-style-type: none"> Trabajo con equipos y maquinaria diversa. 	<ul style="list-style-type: none"> La persona en ese puesto ha de tener una formación adecuada, siempre se han de emplear las protecciones colectivas y cualquier operación de limpieza - mantenimiento la ha de hacer asegurándose de que la máquina o el equipo está desconectada.

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
	<ul style="list-style-type: none"> • El manual de instrucciones ha de estar siempre a mano y se debe consultar cualquier tipo de duda que se tenga. El equipo ha de tener las señalizaciones de seguridad pertinentes. • Igualmente se habrán de emplear los equipos de protección individual necesarios para la naturaleza del trabajo que se esté realizando. • Se han de seguir escrupulosamente los protocolos marcados por el fabricante del equipo o de la maquinaria, especialmente los de encendido y apagado, así como los de mantenimiento. • Los equipos de mayor peligrosidad habrán estar protegidos del uso no autorizado
<ul style="list-style-type: none"> • Algunas tareas pueden implicar una manipulación manual de cargas con riesgo de sobre esfuerzos y/o de que se caiga la carga manipulada 	<ul style="list-style-type: none"> • Siempre que sea posible, efectuar la manipulación de cargas ayudándose de medios mecánicos. • Hacer las manipulaciones de carga preferentemente entre dos o más personas, manipulándolo coordinadamente y asegurándose de agarrarlo correctamente. Nunca manipular una persona sola cargas mayores de 25 kg hombres o 15 kg en caso de mujeres. • La vestimenta deberá ser cómoda y no ajustada. El calzado constituirá un soporte adecuado para los pies, será estable, con la suela no deslizante, y proporcionará una protección adecuada del pie contra la caída de objetos. • Se evitarán los bolsillos, cinturones, u otros elementos fáciles de enganchar. • Seguir indicaciones de la evaluación de riesgos del puesto, formación e información que proporciona el Servicio de Prevención. • El calzado constituirá un soporte adecuado para los pies, será estable, con la suela no deslizante, y proporcionará una protección adecuada del pie contra la caída de objetos.
<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de fragmentos o partículas 	<ul style="list-style-type: none"> • Se recomienda que se usen siempre las protecciones colectivas de las máquinas y máquinas - herramientas, estas no deben estar nunca desprotegidas bajo ningún pretexto. • En estos trabajos se recomienda uso de gafas de seguridad o pantalla facial que proteja específicamente contra impactos, ha de cumplir la norma EN166, estar marcada CE y ser compatible con el uso de otros EPIs. • En caso de que la proyección sea de gotas de pinturas, barnices o productos químicos en general entonces las gafas serán Gafas de seguridad de montura integral que proteja específicamente contra impactos, gotas y polvo
<ul style="list-style-type: none"> • Cortes, punciones, etc, en trabajos que requieran manipular materiales con astilla, viruta o bordes afilados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se recomienda uso de guantes cuando las piezas a manipular lo requieran. Estos han de ser contra agresiones mecánicas especialmente indicado para ello y marcado CE. • No se emplearán en el caso de que exista riesgo de que el guante quede atrapado en la utilización de una máquina.
<ul style="list-style-type: none"> • Manipulación y/o exposición a agentes químicos, riesgos varios asociados a los agentes, incluido material particulado (polvo de 	<ul style="list-style-type: none"> • En la medida de lo posible, sustituir los agentes químicos de mayor riesgo por otros con menos riesgo. • La manipulación ha de ser siempre tomando conciencia del producto que se va a manipular, de qué manera, con qué finalidad y adoptando las medidas preventivas correspondientes. • Leer la ficha de datos de seguridad (FDS) del producto antes de manejarlo. • Usar los EPIs correspondientes, manejar los productos en una vitrina de gases o en una zona ventilada dependiendo del grado de toxicidad del producto manejado y de la tarea a realizar. Si es necesario completar la protección con el

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
<p>madera o de otros materiales con los que se trabaje).</p>	<p>empleo de una máscara con filtro adecuado al producto manejado. Cuando haya exposición a polvo, usar siempre mascarilla de protección FFP2 o FFP3 en función del material que constituye el polvo, si además hay otros agentes químicos, usar máscara de protección con filtros adecuados tanto al agente químico como al polvo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • No trasvasar a envases que pudieran dar lugar a confusión, especialmente si eran originariamente de agua o alimentos, y etiquetar clara y correctamente todos los trasvases. • Almacenar los productos y residuos siguiendo los criterios de compatibilidad y siguiendo las instrucciones del Manual de Seguridad de Almacenamiento de Productos Químicos realizado para el Campus Miguel Delibes. Seguir normas específicas para el almacenamiento, uso y transporte de gases a presión. (Folleto descargable en este enlace) • Prever las consecuencias indeseables de toda manipulación tomando las medidas preventivas oportunas. • Seguir las normas de uso y prevención de los plaguicidas, ya que son específicas para no perjudicar ni a los empleados, ni a terceros. • Todo el mundo ha de ser especialmente estricto en la aplicación de los protocolos de trabajo seguro que se tengan para cada actividad de estas. • Debe haber protocolos de actuación también para previsión de derrames grandes de productos químicos y/o fugas, nunca emplear serrín en derrames de líquidos inflamables, en derrames de ácidos o bases, neutralizar primero y luego lavar con abundante agua.
<ul style="list-style-type: none"> • Riesgos de golpes, cortes, quemaduras, intoxicaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener orden y limpieza. • Utilizar las herramientas de trabajo según el uso para el que están diseñadas • En caso de accidente de una persona en un laboratorio, seguir estas indicaciones: enlace cartel, enlace video
<ul style="list-style-type: none"> • Algunos laboratorios, talleres y locales que puedan tener riesgo especial frente a incendios o explosiones. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener siempre despejadas las vías de evacuación. • Tener a mano preferiblemente un extintor de CO2 y/o una manta ignífuga. Asegurarse previamente de la reactividad entre el agente extintor y los productos de laboratorio implicados. • Los productos inflamables han de almacenarse en armarios de inflamables. • La experimentación que genere inflamables ha de realizarse siempre dentro de una vitrina de gases normalizada, y esta ha de estar cerrada para proteger al resto del laboratorio frente a un eventual accidente o deflagración • No provocar fuentes de ignición durante la manipulación de inflamables o cuando estos pudieran estar presentes. • Estar informado en actuación en caso incendios y emergencias. Asistir siempre que sea posible a las acciones formativas organizadas por la UVA o por su Servicio de Prevención. Conocer cómo evacuar en emergencias. • Todo el mundo ha de ser especialmente estricto en la aplicación de los protocolos de trabajo seguro cuando se manipulen o se tengan en taller/ laboratorio o almacén sustancias inflamables y/o explosivas.
<ul style="list-style-type: none"> • Intoxicación por comer, beber o fumar en el laboratorio / taller o incluso fuera si no se ha 	<ul style="list-style-type: none"> • No está permitido ni comer, ni beber, ni fumar, ni chupar bolígrafos o similares en los laboratorios/ talleres. • Ya fuera del laboratorio/taller, antes de comer, beber o fumar se habrá de haberse lavado como mínimo las manos y preferiblemente la cara y se habrá quitado la bata del laboratorio, especialmente si esta ha recibido alguna salpicadura o se impregnado de algún producto.

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
<p>practicado una higiene personal adecuada</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ● Puntualmente, en algún caso, se podría hacer soldadura con exposición a radiación ultravioleta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Todas las operaciones donde haya presente radiación Ultravioleta (UV) se ha de realizar siempre con pantalla de protección que asegure un índice de protección visual adecuado para el tipo de exposición. La pantalla ha de estar marcado CE y cumplir EN 166, el visor también estará marcado CE y se cambiará si se raya o deteriora. En caso de la soldadura con exposición UV de forma genérica se recomienda un mínimo de índice de protección de la pantalla de 9. Usar todos los EPIs correspondientes y necesarios en la operación a realizar.
<ul style="list-style-type: none"> ● Gases y vapores generados por los trabajos que puntualmente se realicen en talleres o laboratorios concretos, incluidas operaciones de soldadura 	<ul style="list-style-type: none"> ● Todas las operaciones de soldadura o de otro tipo que puedan generar emanaciones de gases o vapores, se han de realizar en lugares convenientemente ventilados, preferentemente con una extracción localizada. En caso de no ser suficiente por la naturaleza del trabajo a realizar, se usará una máscara con filtros adecuados a los agentes químicos generados en la operación (bien sea soldadura u de otro tipo). Usar todos los EPIs correspondientes y necesarios en la operación a realizar
<ul style="list-style-type: none"> ● En algunas operaciones de mantenimiento / jardinería puede haber exposición a agentes biológicos (ej. presencia de aguas fecales) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Usar todos los EPIs correspondientes y necesarios en las tareas a realizar ● En caso de accidente de trabajo con exposición a material biológicos seguir el protocolo adecuado: enlace protocolo, enlace cartel resumen ● En las tareas con exposición a aguas sucias se recomienda usar ropa de trabajo adecuada y calzado, tipo bota de agua (impermeabilizado). Todo con marcado CE y con cierto grado de resistencia mecánica para evitar fisuras en el atuendo. ● La ropa debe ser remplazada cuando exista alguna fisura que permita pasar el agua. ● Se aconseja extremar la higiene personal después de este tipo de trabajos y no comer, ni beber, ni fumar sin antes haberse lavado meticulosamente y haberse puesto ropa limpia
<ul style="list-style-type: none"> ● En algunas operaciones de mantenimiento / jardinería se puede coincidir con animales y puede haber riesgo de mordeduras y/o arañazos 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uso de guantes y ropa de trabajo adecuada. ● Vacunación preventiva de las personas. ● Control y vigilancia médica sobre todo en caso de que se produzca una mordedura o un arañazo, también se controlará al animal. ● Todo el mundo ha de ser especialmente estricto en la aplicación de los protocolos de trabajo seguro que se tengan para cada actividad de estas.
<ul style="list-style-type: none"> ● Puntualmente se puede realizar alguna tarea que implique ser realizada en altura con riesgo de caída. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Se usarán siempre medios auxiliares que estén en buenas condiciones (escaleras, andamios, plataformas elevadoras). ● No podrán realizarse trabajos con la persona a más de 3,5m de altura con escaleras. El acceso a alturas superiores se realizará mediante el uso de andamio o plataforma elevadora, contando con la formación en alturas actualizada. ● En cubiertas u otros lugares que no cuenten con protecciones colectivas (barandillas) no se podrá acceder a no ser que se cuente con un permiso de trabajo, formación y los EPIs adecuados para protegerse de eventuales caídas

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
	(todos marcados CE categoría III, cumpliendo respectivamente las normas EN 361, 363 y 362). Seguir el protocolo de acceso a cubiertas marcado por la UVA
<ul style="list-style-type: none"> ● Puntualmente podría haber algún acceso a espacios confinados 	<ul style="list-style-type: none"> ● Seguir el protocolo de acceso a espacios confinados marcado por la UVA. ● Nunca acceder a ningún espacio confinado sin previamente haber comprobado que hay una concentración de oxígenos adecuada con el medidor de oxígeno. Todo el mundo que acceda ha de tener formación e información de los riesgos y las medidas preventivas en espacios confinados, incluida la persona que siempre ha de quedar fuera del espacio confinado en este tipo de trabajos.
<ul style="list-style-type: none"> ● Puntualmente, en algún caso podría haber exposición a ruido por equipos o maquinaria. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Se recomienda: mantener la fuente de ruido durante el tiempo imprescindible para realizar las tareas requeridas y si es posible aisladas del resto de la dependencia; usar protectores auditivos siempre que se pueda generar un ruido superior a un nivel de pico 135 dB (C) o un ruido constante superior a 80 dB(A).
<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajo con equipos y maquinaria diversa. 	<ul style="list-style-type: none"> ● La persona en ese puesto ha de tener una formación adecuada, siempre se han de emplear las protecciones colectivas y cualquier operación de limpieza - mantenimiento la ha de hacer asegurándose de que la máquina o el equipo está desconectada. ● El manual de instrucciones ha de estar siempre a mano y se debe consultar cualquier tipo de duda que se tenga. El equipo ha de tener las señalizaciones de seguridad pertinentes. ● Igualmente se habrán de emplear los equipos de protección individual necesarios para la naturaleza del trabajo que se esté realizando. ● Se han de seguir escrupulosamente los protocolos marcados por el fabricante del equipo o de la maquinaria, especialmente los de encendido y apagado, así como los de mantenimiento. ● Los equipos de mayor peligrosidad habrán estar protegidos del uso no autorizado
<ul style="list-style-type: none"> ● Algunas tareas pueden implicar una manipulación manual de cargas con riesgo de sobre esfuerzos y/o de que se caiga la carga manipulada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Siempre que sea posible, efectuar la manipulación de cargas ayudándose de medios mecánicos. ● Hacer las manipulaciones de carga preferentemente entre dos o más personas, manipulándolo coordinadamente y asegurándose de agarrarlo correctamente. Nunca manipular una persona sola cargas mayores de 25 kg hombres o 15 kg en caso de mujeres. ● La vestimenta deberá ser cómoda y no ajustada. El calzado constituirá un soporte adecuado para los pies, será estable, con la suela no deslizante, y proporcionará una protección adecuada del pie contra la caída de objetos. ● Se evitarán los bolsillos, cinturones, u otros elementos fáciles de enganchar. ● Seguir indicaciones de la evaluación de riesgos del puesto, formación e información que proporciona el Servicio de Prevención. ● El calzado constituirá un soporte adecuado para los pies, será estable, con la suela no deslizante, y proporcionará una protección adecuada del pie contra la caída de objetos.
<ul style="list-style-type: none"> ● Contactos eléctricos durante el uso de equipos o instalaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Emplear con racionalidad los equipos. ● No manipular las instalaciones. ● Evitar el uso de ladrones de electricidad. ● El uso de regletas y alargadores ha de ser adecuado al aparato a conectar, en especial han de soportar la potencia del aparato/s a conectar para evitar sobrecalentamientos, etc.

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
	<ul style="list-style-type: none"> • No utilice el aparato o instalación averiada hasta después de su reparación e impida que otros lo utilicen. • Están prohibidos los trabajos en tensión o en instalaciones de alta tensión a excepción del personal autorizado, con la formación oficial para esos trabajos actualizada.
<ul style="list-style-type: none"> • Ocasionalmente puede haber riesgo de caída de objetos por desplome o derrumbamiento y/o caída de objetos desprendidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Uso del casco en los lugares con ese riesgo, marcado CE categoría II, cumpliendo EN 397.
<ul style="list-style-type: none"> • Fatiga por adoptar posturas o gestos inadecuados, trabajo ocasional con P.V.D. o por otros dispositivos electrónicos 	<ul style="list-style-type: none"> • Formación e información de los trabajadores: acudir a la formación para empleados ofertada por la UVA y/o a la promovida por el Servicio de Prevención y consultar la información proporcionada por la UVA y su Servicio de Prevención en este concepto.
<ul style="list-style-type: none"> • De camino al trabajo o de vuelta del mismo, riesgos asociados a peatones o al uso de diferentes medios de transporte 	<ul style="list-style-type: none"> • Prestar atención y respetar a las diferentes señalizaciones, así como a otros vehículos y peatones. • En caso de ser peatones, igualmente prestar atención y respetar las señalizaciones, vehículos, y posibles incidencias/ mal estado de pavimentos.

3.- Equipos de Protección Individual necesarios en el puesto.

Se usarán en las tareas donde se requieran.

[Guía para la utilización de EPIs en Laboratorios de la UVA](#)

- Guantes de seguridad frente a riesgos mecánicos
- Guantes de seguridad frente a riesgos químicos
- Gafas de seguridad, Gafas integrales o pantalla facial.
- Botas de seguridad con puntera reforzada.
- Uso de máscaras o mascarillas autofiltrantes
- Cascos o tapones antirruído.
- Vestuario apropiado para trabajos de soldadura: mandil, guantes y manguitos.
- Pantalla de soldador específica para el tipo de soldadura que se realice.
- Etc



4.- Normas y Recomendaciones Básicas de Seguridad y Salud.

Pinchar en cada línea para acceder a los enlaces con la información

[Tareas de pie](#)

[Plan de movilidad de la UVA](#): ponte a punto y [mejora tu salud y mejora seguridad vial](#).

[Seguridad en el uso de patinetes eléctricos](#)

[Díptico de emergencias](#).

[Video contra el acoso](#) (1 minuto)

[Video ventilación de espacios](#) (menos de 2 minutos)

[Consejos preventivos para usuarios de Pantallas de Visualización de Datos](#)



Otras recomendaciones e información específicas de actividades de mantenimiento, jardinería y similares, además de los enlaces indicados en la descripción de los riesgos y las medidas preventivas del punto anterior:

[Etiquetado de productos químicos SGA](#)

[Frases H y P. Sistema Globalmente Armonizado](#)

[Riesgos de los disolventes](#)

[Medidas de prevención con los disolventes](#)

[Señales habituales](#)

[Identificación de tuberías por colores](#)

[Orden y Limpieza](#)

[Normas básicas en instalaciones eléctricas](#)

[Normas y medidas en el manejo de máquinas](#)

[Trabajos con riesgo eléctrico sin tensión](#)

[Almacenamiento, uso y transporte de gases comprimidos, licuados y disueltos a presión](#)

[Normas para trabajar con escaleras](#)

[Normas básicas de seguridad en trabajos de soldadura eléctrica](#)

[Normas básicas de seguridad en trabajos de soldadura oxiacetilénica](#)

[Riesgos y recomendaciones básicas en el manejo de plaguicidas](#)

[Normas de protección ante riesgos biológicos](#)

[Manejo de herramientas](#)

[Condiciones de seguridad y de utilización de las carretillas elevadoras y plataformas elevadoras móviles de personal](#)

Promociona tu salud:

[Controla tu Riesgo Cardiovascular: Presión Arterial](#)

[Controla tu Riesgo Cardiovascular: Colesterol](#)

[Controla tu Riesgo Cardiovascular: Tabaco](#)

[Alimentación saludable para prevenir la diabetes](#)

[Estrategias para tener una actividad física saludable](#)

5.- Normas Básicas a seguir ante una Emergencia en centros de la UVa

[Video cómo actuar en emergencias](#) (menos de 2 minutos)

[Normas básicas de actuación en caso de Emergencia y Prevención de incendios.](#)

[Directorio de centros: teléfonos y puntos de encuentro en evacuación](#)