




MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC

**Treballs de reparació, manteniment i/o
instal·lacions sobre les cobertes del
Mercat Central de Fruites i Hortalisses**

	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
		Revisió:
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Substitueix a:
		Pàgina 1 de 15

1. INTRODUCCIÓ

Aquest document té per objecte establir una sèrie de normes específiques de seguretat per a tot tipus de treballs de reparació, neteja, manteniment i/o d'instal·lacions que es realitzin sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses.



La caiguda de persones acostuma a ser un dels accidents laborals amb conseqüències més greus. Les principals operacions que poden produir aquestes caigudes són: pujar o baixar per les escales manuals portàtils i el trencament de la coberta al trepitjar l'operari sobre aquesta.


Els treballs que es realitzen a les cobertes dels pavellons del Mercat de Fruites i Hortalisses són:

- **Instal·lació d'aparells de climatització** i posteriors tasques de manteniment i/o reparacions (aire condicionat, bombes de calor, etc) a la cornisa per part d'empreses externes
- **Tasques de neteja** de la coberta per part d'empreses externes
- **Petites operacions de reparació** d'elements ubicats a la coberta com poden ser finestres, canonades, etc.
- **Tasques de manteniment** i altres

Per totes aquestes tasques s'hauran de complir les normes de seguretat d'aquest document. Aquestes normes complementen les normes generals del manual general de seguretat, i recorda els punts més importants del manual aplicables a aquestes feines.

És responsabilitat individual de les persones que han de realitzar els treballs de reparació sobre les cobertes complir amb les presents normes de seguretat i dels seus superiors, planificar els treballs en acord a les mateixes i vetllar pel seu compliment.



	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 2 de 15

2. RISCS

Els principals riscos de seguretat als que estareu exposats són:



Risc de caiguda per l'exterior de la coberta: Si es realitzen treballs vora el límit de la coberta sense estar lligat existeix la possibilitat de caure



Risc d'enfonsament del sostre: Si no es reparteix el pes o s'acumula molta càrrega en un punt de la coberta existeix la possibilitat que les cobertes no suportin el pes



Risc de caiguda d'escales manuals o altres medis per accedir a zones en alçada: Una mala utilització d'aquests equips, o bé si estan en mal estat, pot ser causa d'una caiguda


3. AUTORITZACIÓ DE MERCABARNA

Està prohibit accedir a les cobertes sense l'autorització de Mercabarna

Abans de començar informeu al personal d'obres i projectes i sol·liciteu autorització. L'accés està restringit al personal que figura al **permís de treball**.



- Haureu d'omplir un **"Permís per a realitzar treballs de reparació i/o manteniment sobre cobertes"**. Trobareu el model de permís en l'annex d'aquest document. El permís de treball haurà d'estar signat pel responsable de l'operació i/o els propis treballadors que faran la feina
- L'haureu de lliurar al responsable de Obres i Projectes que també l'haurà de signar. Un cop hagi estat degudament complimentat i signat podreu procedir amb el treball
- En el permís, haureu d'indicar totes les normes de seguretat que seguireu per a la realització del treball, ja siguin pròpies de Mercabarna o de la vostra empresa

	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
		Revisió:
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Substitueix a:
		Pàgina 3 de 15

4. NORMES GENERALS

Està prohibit trepitjar directament sobre la coberta, o desplaçar-se sense estar subjectat.

Poden enfonsar-se, per això és obligatori fer servir **arnés i passarel·les** per trepitjar la coberta. Veieu els punts 6 i 7 del manual.



- **No trebal·leu en condicions meteorològiques adverses** a cobertes, escales o plataformes elevadores. Cal evitar estar exposat a pluja, vent, gel a la coberta, tempesta elèctrica...



- Si les feines tenen que durar molta estona, consulteu la previsió meteorològica abans de començar. No inicieu el treball si no es pot garantir l'estabilitat meteorològica

- Per treballar sobre cobertes es farà servir **calçat de seguretat** antilliscant



- **No és recomanable treballar de nit, o en condicions de falta de llum.** Si no hi ha alternativa, porteu equips per il·luminar la zona de treball i poseu-vos una armilla reflectant


- Abans d'iniciar les feines sobre una coberta d'un pavelló del Mercat de Fruites i Hortalisses s'inspeccionarà visualment l'estat de la coberta, amb especial atenció a:

- Esquerdes
- Plaques enfonsades
- Humitat
- Gel



- Si després de la inspecció no hi ha prou garanties de seguretat, es recomana instal·lar xarxes sota la coberta per protegir les persones dels riscos de caiguda de treballadors i de materials

- Abans de començar informeu a les persones que puguin resultar afectades. Per exemple, al personal de les parades que hi ha sota de la coberta on accedireu.

	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 4 de 15


- Extremeu les precaucions en horaris de Mercat. **És recomanable senyalitzar la zona de treball** perquè les persones puguin identificar clarament les vostres operacions i no passin per sota de la zona de perill
- Organitzeu el treball ordenadament:
 - Abans de començar penseu el camí que seguireu sobre la coberta, i planifiqueu les operacions, les eines i materials que necessitareu
 - Durant l'operació manteniu la zona neta i ordenada
 - En acabar, recolliu tots els equips de treball, materials i residus que es generin. No deixeu res sobre la coberta
- Eviteu transportar material a les mans quant camineu sobre cobertes. Porteu el mínim imprescindible, i sempre que sigui possible en cinturons per portar eines
- Cal evitar que les maletes d'eines estiguin lliures, han d'anar fixades o lligades mitjançant connectors o cordes
- **No us arrisqueu innecessàriament.** Si no esteu segurs de com fer l'operació, de la resistència d'un material, o de la seguretat d'un equip de treball (escales, arnés, etc.) no comenceu el treball

5. PUNTS D'ACCÉS A LES COBERTES

- Per accedir a les cobertes o sostres dels pavellons del Mercat de Fruites i Hortalisses es faran servir **les finestres** que comuniquen des de l'interior del mercat amb la cornisa del edifici
- Quan no sigui possible utilitzar les finestres, l'accés es farà amb ajut d'escales o equips d'elevació per les cantonades dels pavellons, en el punt on la alçada es menor.



- L'ús d'escales està permès per accedir a la cornisa des de les cantonades i a la part superior de la coberta des de la cornisa

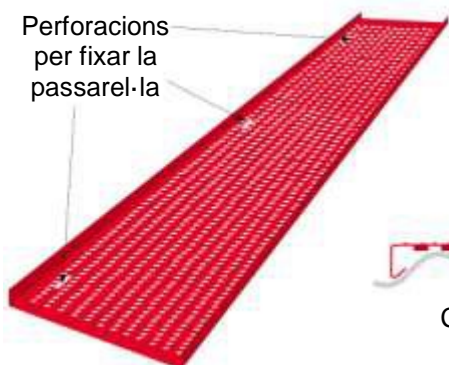
	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 5 de 15

- **Les escales manuals són per alçades de fins a 5 m. A partir d'aquesta alçada s'utilitzaran plataformes elevadores**
- Està prohibit situar escales sobre vehicles o altres elements no estables per tal d'arribar a alçades superiors
- L'accés a la part superior de la coberta es farà amb escales i sempre per la zona més baixa evitant trepitjar la canonada del drenatge d'aigua del sostre superior

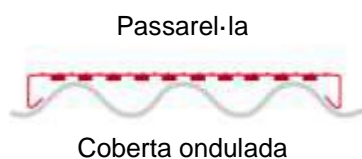


6. PASSAREL·LES


- En qualsevol cas **està prohibit trepitjar directament sobre la coberta**. Pot trencar-se i provocar la caiguda del treballador
- És necessari distribuir el pes. **S'hauran de fer servir passarel·les per treballar i desplaçar-se sobre elles**. Les passarel·les han de tenir aquestes característiques:
 - Amplada mínima: 0,50 m
 - Longitud aproximada: 3,00 m
 - Gruix: 0,03 m
 - Pes aproximat: 15 kg



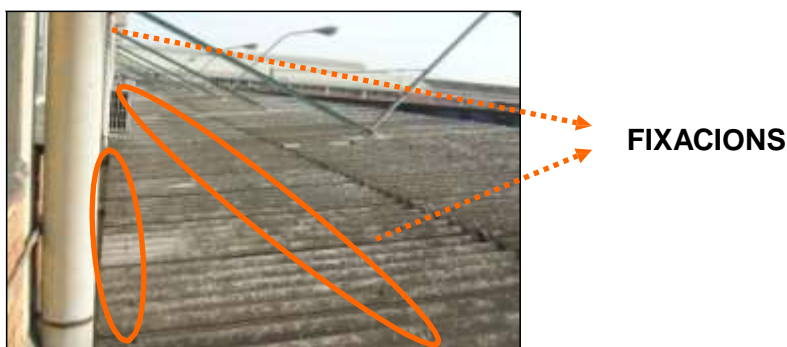
PASSAREL·LA METÀLICA



PASSAREL·LA DE FUSTA


	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
		Revisió:
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Substitueix a:
		Pàgina 6 de 15

- No situeu les passarel·les sobre zones humides, gelades, o amb molsa. Cal retirar aquests elements abans de recolzar les passarel·les
- La pendent màxima per instal·lar les passarel·les es del 40 % y la càrrega màxima de servei, 100 Kg per cada 2,25 m.
- Aquestes passarel·les han d'estar preparades perquè puguin ser ajuntades a mesura que s'avança sense que el treballador tingui que recolzar-se directament sobre la coberta
- Les passarel·les perpendiculars al pendent s'hauran de col·locar al llarg de la línia de fixacions de la coberta i amb els cantons doblegats del taulell orientats cap al cel
- Per pendents entre el 15% i el 40% s'utilitzaran tres topalls per fixar la passarel·la. Les passarel·les en paral·lel al pendent es disposaran amb els cantons doblegats orientats cap al terra i es fixaran en dos punts situats a la línia de recolzament



- Està prohibit recolzar-se sobre les canonades de drenatge del aigua de la coberta, no són element segurs

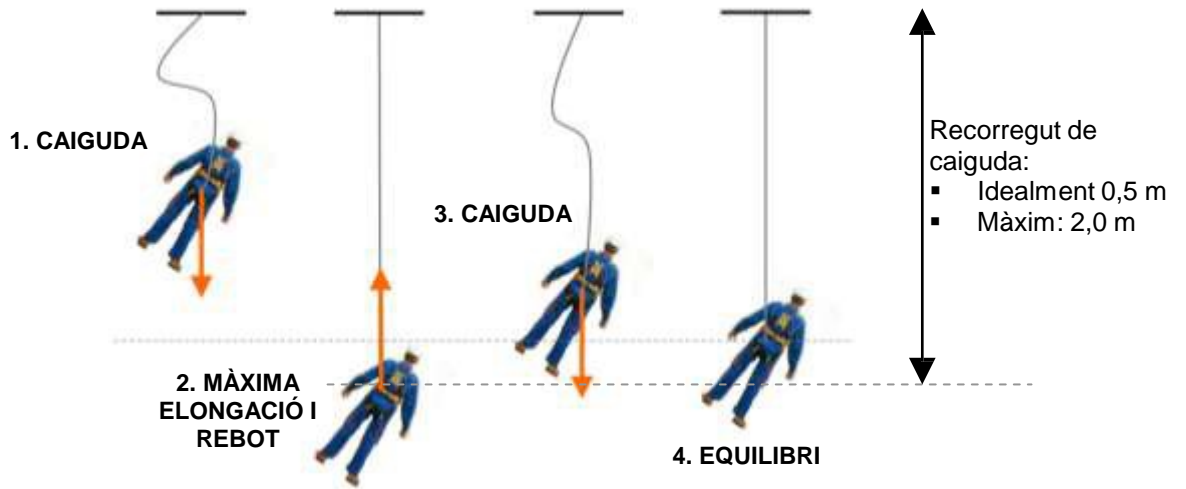



	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
		Revisió:
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Substitueix a:
		Pàgina 7 de 15

7. ARNÈS I CABLE DE SEGURETAT

- **És obligatori l'ús d'arnès de seguretat** per treballar sobre les cobertes dels pavellons del Mercat de Fruites i Hortalisses. És necessari que en tot moment estigueu lligats com a mínim a un punt de subjecció
- **També és obligatori portar arnès si feu servir escales a partir de 3,5 m**, tot i que és recomanable a partir de 2 m.
- **L'arnès de seguretat ha de ser homologat.** Ha de portar el marcat de conformitat CE i estar en bones condicions
- Abans de començar les feines cal fer una inspecció visual de l'arnès i els seus elements. Si un component està malmès, o se sospita que pot estar-ho, no es poden començar les feines fins que sigui substituït per un element en bones condicions
- Cal que fixeu l'arnès, mitjançant el cable de seguretat, a un punt segur que doni el suport necessari. Si no hi ha garanties que el punt de fixació resisteixi, atureu les feines i busqueu un punt més segur
- Preferentment es triaran **punts de fixació situats per sobre del treballador**, idealment situats per sobre del cap del treballador
- Pels treballs complexos o prolongats sobre una coberta s'hauran d'instal·lar línies de vida per tal que els treballadors que accedeixen a aquestes zones puguin utilitzar l'arnès de seguretat amb la seva corda ben fixada a aquesta i degudament tensada
- La longitud de la corda serà suficient per poder realitzar els treballs, de manera que en cas de caiguda lliure no superi un recorregut de 2 m, incloent la elongació dels elements de la corda. Idealment el recorregut de caiguda hauria de ser 0,5 m com a màxim





	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
		Revisió:
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Substitueix a:
		Pàgina 9 de 15

- **L'arnès és un EPI d'ús personal.** Cal que cada persona en disposi d'un per a ús individual, en bones condicions, i que tingui la formació suficient per fer-lo servir correctament
- L'arnès i els seus components es netejaran i guardaran d'acord a les instruccions del fabricant

8. ESCALES MANUALS

CARACTERÍSTIQUES


- Les escales que s'utilitzin hauran d'estar en bon estat de conservació, sense presentar desperfectes (bonys, plecs, etc.), per garantir la seva solidesa
- Si les escales són de fusta, han de ser d'una sola peça sense defectes que pugin comprometre l'estabilitat (per exemple: esquerdes). Tampoc es poden fer servir escales de fusta pintades, ja que no es pot veure si tenen defectes
- Les escales "casolanes" d'elaboració pròpia estan prohibides. Hauran de ser homologades per un proveïdor amb el seu certificat corresponent



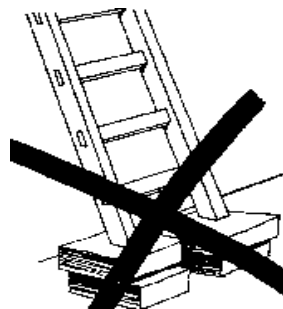
- Les escales hauran de disposar al seu extrem inferior de sabates antilliscants de seguretat
- Les escales dobles o de tisora hauran de tenir cadenes o cables que impedeixin que s'obrin mentre s'estan utilitzant. L'angle d'obertura d'una escala de tisora serà de 30° com a màxim
- Mai utilitzeu escales dobles o de tisora com escales simples

COL·LOCACIÓ

- Col·loqueu les escales sobre superfícies planes. Resta prohibit fer-ho sobre vehicles que es pugin posar en marxa o llocs o objectes amb poca fermesa. Tampoc les col·locarem directament sobre la cornisa quan es tracti d'accedir a la part superior de la coberta

	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 10 de 15

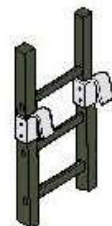
- Hauran d'estar fermament subjectades en el seu extrem superior a l'objecte o estructura al que donen accés
- Hauran de sobrepassar com a mínim en 1 metre l'alçada a salvar




- Les escales s'hauran de col·locar de manera que formin un angle aproximat de 70° amb l'horitzontal
- La distància entre els peus i la vertical del seu punt superior de recolzament serà la quarta part de la longitud de l'escala fins a aquest punt de recolzament

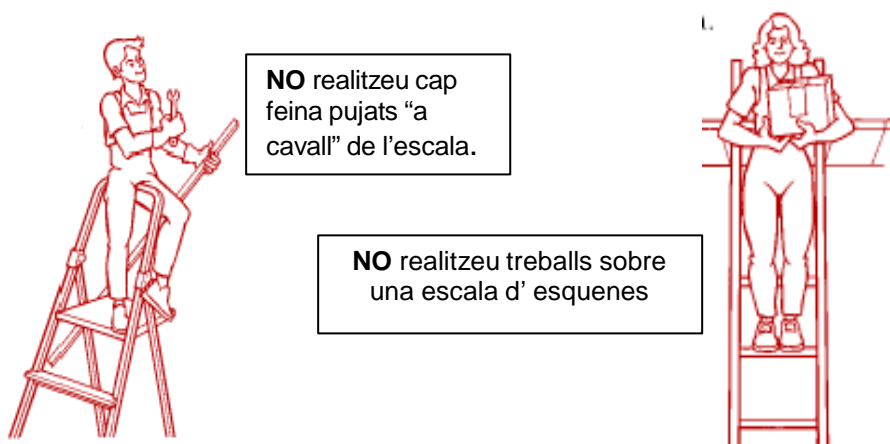


- Se situaran fora de zones de pas i lluny d'elements mòbils que puguin fer-les caure
- Les escales no s'han de recolzar mai sobre portes
- La part superior de les escales simples cal fixar-la fermament al element al que es vol accedir, per exemple amb ganxos, cordes, o altres elements
- Utilitzeu les escales seguint sempre les indicacions i limitacions del fabricant, quant a la càrrega que puguin suportar
- Abans de començar a treballar comproveu que tant els esglaons com les vostres sabates estan nets

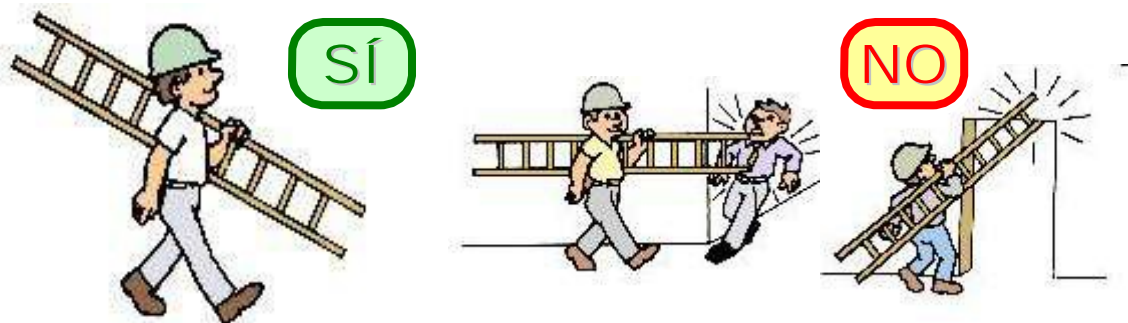



	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 11 de 15

- Mai no s'utilitzarà l'escala per dos o més treballadors simultàniament
- No utilitzeu les escales en posició horitzontal per fer-les servir de ponts o passarel·les o plataformes de pas
- Els ascens, descens i treballs s'han de fer de cara a l'escala i cal tenir les dues mans lliures per pujar o baixar. Si necessiteu material o eines porteu-les en un cinturó
- Resta prohibit realitzar qualsevol tipus de tasca pujat "a cavall" sobre la part superior d'una escala de tisora



- Trebal·leu a l'esglaó adequat, de forma que la distància del cos al punt de treball sigui suficient i pugui mantenir-se l'equilibri. Mai no us situeu als últims esglaons
- Quan esteu treballant damunt d'una escala no intenteu estirar-vos per arribar a punts inaccessibles, moveu les escales tantes vegades com sigui necessari
- Si el treball requereix un esforç, l'ús de les dues mans o bé s'ha de realitzar en condicions meteorològiques adverses, substituir-les per bastides, plataformes mòbils o motoritzades
- Per transportar l'escala col·loqueu-vos l'escala en equilibri sobre l'espatlla. No transporteu les escales horitzontalment, feu-lo amb la part davantera cap a baix. Vigileu per no enganxar-vos o colpejar objectes o persones.
- Si el pes de l'escala és superior a 25 kg busqueu una segona persona per transportar-la
- Les escales de tisora s'hauran de transportar plegades



	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
		Revisió:
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Substitueix a:
		Pàgina 12 de 15

6. EQUIPS D'ELEVACIÓ


REQUERIMENTS

- Està prohibit elevar persones en cistelles penjades de grues o altres sistemes no autoritzats legalment
- Per elevar persones només s'admetrà l'ús d'equips dissenyats per a aquesta finalitat, com plataformes o braços telescòpics amb cistella. És necessari que l'equip disposi de les seves homologacions i certificacions corresponents
- L'ús d'equips d'elevació està limitat a personal instruït específicament per a operar aquests equips
- No està permès utilitzar les plataformes per a pujar o baixar materials. El seu ús és exclusivament per elevar persones
- Assegureu-vos que el cistell té punts per fixar per a les proteccions anticaiguda
- Feu revisions periòdiques de manteniment per garantir el bon estat de la plataforma elevadora
- A més s'hauran de fer revisions periòdiques a fons, per personal especialitzat, com a mínim cada tres mesos. Porteu un registre (Llibre de registre)

OPERACIÓ

- Abans de començar el treball l'operador revisarà el bon estat i funcionament dels elements bàsics de seguretat
- Abans de començar es comprovarà el pes de la càrrega i que, tant la màquina com els elements auxiliars, són adients per suportar la càrrega
- Feu el treball entre dues persones: Una al cistell o plataforma i l'altre a terra
- Durant l'operació seguïu sempre les instruccions donades pel fabricant
- No feu moviments bruscos durant la utilització. Les maniobres es faran lentament evitant moviments sobtats
- És obligatori l'ús d'arnès de seguretat
- Per accedir i abandonar el cistell, aquest haurà d'estar perfectament recolzat al terra



	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 13 de 15

- Manteniu la plataforma neta per evitar relliscades
- Assegureu-vos que tots els elements metàl·lics exposats a la intempèrie estan protegits contra l'oxidació
- En finalitzar el treball que esteu realitzant, aparqueu la plataforma correctament, tanqueu els contactes i verifiqueu la immobilització de l'equip

7. MANIPULACIÓ MANUAL DE CÀRREGUES

Si heu d'aixecar i / o manipular objectes pesats, com per exemple plaques de la coberta o recipients de pintura, superiors a 3 kg. en posició dempeus, es recomana que seguïu els següents passos per evitar lesions

Valors de pes màxims recomanables en condicions ideals (*):


- En general: 25 kg
- Dones, joves i grans: 15 kg
- Treballadors entrenats i en situacions aïllades: 40 kg

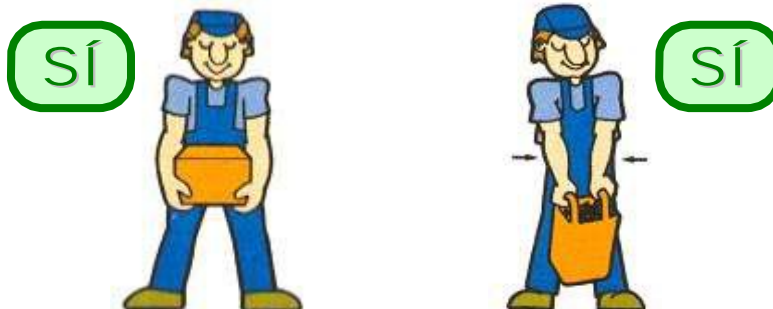
(*) S'entén com a condicions ideals les que inclouen una postura ideal per a la manipulació de càrregues (càrrega propera al cos, esquena dreta, sense girs ni inclinacions), una subjecció ferma de la càrrega amb una posició neutral del canell, aixecaments suaus i espaiats i condicions ambientals favorables.

- Per aixecar un objecte correctament:
 - Mantingueu els peus separats
 - Mantingueu l'esquena recta. Doblegueu els genolls, mai l'esquena
 - Agafeu l'objecte amb fermesa amb la palma de la ma i la base dels dits i aproximeu-lo al vostre cos tant com pugueu
 - Aixequen-vos poc a poc, sense fer moviments bruscos, i fent l'esforç amb les cames
 - No aixequen una càrrega per sobre de la cintura en un sol moviment, feu-ho en varis



- Per transportar-lo i col·locar-lo correctament mantingueu la càrrega tan pròxima al cos com pugueu, amb braços i colzes pegats al cos
- Porteu la càrrega equilibrada

	MANUAL DE SEGURETAT ESPECÍFIC	Data: Octubre 2009
	Treballs de reparació, neteja, manteniment i/o instal·lacions sobre les cobertes del Mercat Central de Fruites i Hortalisses	Revisió:
		Substitueix a:
		Pàgina 14 de 15



- No feu moviments ni girs bruscos, és millor girar els peus que el cos



- No aixequiu càrregues pesades per sobre de les espatlles, utilitzeu medis auxiliars si és possible

8. EMERGÈNCIES I SITUACIONS DE RISC

- Davant de qualsevol incidència o emergència aviseu al personal de Vigilància o truqueu al telèfon 93 556 30 00
- Ateneu i seguieu les instruccions que us doni el personal de vigilància
- També podeu col·laborar a reduir el risc comunicant al personal del Mercabarna els desperfectes que trobeu a les instal·lacions
Per exemple:
 - Cobertes, parets, o punts per ancorar-se deteriorats
 - Baranes i proteccions en mal estat
 - Canonades trencades o fuites i bassals de líquids
 - Llums o portes que no funcionen

