

Transporte de mercancías por carretera: Riesgos y medidas preventivas

Plan General de Actividades Preventivas 2015



MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE LA SEGURIDAD SOCIAL

DIRECCIÓN GENERAL
DE ORDENACIÓN DE
LA SEGURIDAD SOCIAL

Atrapamientos y golpes

- Procurar trabajar en un terreno liso y estable, sin pendientes o suelos resbaladizos
- Revisar la distribución óptima de la carga dentro del vehículo
- No superar nunca el límite de carga del medio auxiliar de carga/descarga ni el del vehículo
- Con transpaletas:
 - Proteger las ruedas de tal forma que nunca pueda acceder a las mismas los pies de cualquier operario
 - Formación de los trabajadores en uso de este equipo de trabajo



Atropellos por y con vehículos

- Seguir las instrucciones y normas de acceso, salida y circulación de vehículos por el interior del muelle
- Nunca transportar personas encima de los medios auxiliares de transporte
- Asegurar la visibilidad a pesar de transportar cargas voluminosas
- Con carretillas manuales:
 - Usar los avisadores acústicos en maniobras de marcha atrás (siempre es preferible ser coordinado por otro compañero en estas actuaciones)
 - Calzar el vehículo cuando se estacione
- Con transpaletas:
 - Circular prudentemente y con las horquillas a 0,15 m por encima del suelo
 - Al estacionar la carretilla dejar el freno de mano puesto



Caídas al mismo nivel

- Usar calzado de seguridad
- Orden y limpieza, evitando el depósito de materiales/líquidos resbaladizos por el suelo y la colocación en áreas de paso de mercancía

Caídas a distinto nivel

- Ascender y descender del vehículo por los medios establecidos evitando saltar desde la cabina y sin objetos en las manos



Caída de objetos almacenados o en manipulación

- Asegurar la estabilidad y sujeción de las cargas
- Supervisar la carga sobre todo en giros
- Transportar la carga en la dirección de la marcha

Exposición a temperaturas extremas

- Uso de ropa de protección

Sobreesfuerzos

- No superar estos límites en la manipulación manual de cargas

Tipo de manipulación	Hombres	Mujeres
Ocasional	50	25
Habitual	25	10



- Priorizar por el uso de medios auxiliares de manejo de cargas y, si no es posible, repartir el peso entre dos personas
- Mantenimiento de los medios auxiliares de transporte
- Aprovechar el peso de la carga, empujando o rodando la misma (no tirar)
- Formación en manejo de cargas

Caídas al mismo nivel

- Usar calzado de seguridad
- Orden y limpieza



Caídas a distinto nivel

- Utilizar escaleras de mano homologadas con todas las medidas de seguridad
- No transportar objetos en las manos durante el ascenso/descenso por escaleras
- Extremar precauciones en caso de aberturas en suelo (foso)

Contactos eléctricos

- Usar herramientas y equipos de protección individual (Epi)
- Comprobar periódicamente las tomas de corriente y el aislamiento y cableado del camión

Contacto con sustancias nocivas o tóxicas

- Comprobar el cierre seguro del tapón del depósito de gasoil
- Manipular las sustancias (líquidos anticongelantes, aceites, etc.) con el Epi adecuado

Cortes y pinchazos

- Usar de guantes de seguridad
- Utilizar la herramienta adecuada para cada tarea

Golpes o atrapamientos

- Comprobar la correcta colocación de la varilla que sujeta el capo
- No trabajar con colgantes, bufandas, relojes u otros elementos que puedan ser objeto de atrapamiento
- Uso de los EPI



Quemaduras

- Utilizar los EPI adecuados
- Realizar las operaciones con el motor parado y frío
- Nunca abrir la tapa del llenado del circuito de refrigeración con el motor caliente
- Nunca hacer reparaciones del aire acondicionado

Sobreesfuerzos

- Utilizar medios mecánicos auxiliares, si es posible, como palancas, gatos, etc
- Aplicar técnicas de levantamiento y transportes de cargas
- Siempre que sea necesario, solicitar la ayuda de algún compañero para realizar la manipulación de una carga

Vibraciones

- Disponer de asientos adecuados (sistema de suspensión, etc.) que mitiguen eficazmente las vibraciones que puedan transmitirse al conductor
- Llevar a cabo un buen mantenimiento del sistema de amortiguación del vehículo



Condiciones climatológicas desfavorables

- Consultar periódicamente la información sobre el estado del tiempo y las carreteras
- Con nieve conducir preferiblemente sobre nieve virgen, empleando marchas cortas, realizando maniobras con suavidad y lentitud, no pisar el freno
- Con viento no estacionar el vehículo próximo a muros, árboles, etc
- Con firme mojado reducir la velocidad y encenderse las luces
- Con tormenta eléctrica parar el vehículo, desconectar el encendido y permanecer en el interior. No estacionar en las proximidades de cables aéreos, alambradas o vías férreas
- No cruzar una zona inundada, y mucho menos cuando se trata de puentes ocultos por la crecida de un río o torrente



Falta de visibilidad

- Mantener limpios los cristales de la cabina y retrovisores
- Colocar la carga en los vehículos de manera que no interfiera en el campo de visión de los retrovisores
- Utilizar gafas de sol, parasoles, etc, que impidan los deslumbramientos en días soleados
- Utilizar las señales acústicas del vehículo en los tramos de vías en los que la visibilidad se complica : curvas cerradas, desniveles, etc

Normas de conducción

- Adecuar la velocidad a las características tanto del vehículo como del estado de la carretera
- No emplear el móvil durante la conducción a menos que se disponga de un sistema de manos libres integrado en el vehículo
- No consumir alcohol ni drogas, ni fármacos contraindicados
- No ingerir comidas copiosas, puede ocasionar somnolencia

Situaciones de riesgo

- Intoxicación por monóxido de carbono
 - Apagar el motor siempre que se estacione en lugares cerrados
 - En caso de estar parado por la nieve vigilar que el tubo de escape no quede bloqueado por ésta, para evitar que los humos del escape lleguen al interior de la cabina
- Incendios y explosiones
 - No fumar cuando esté repostando combustible, ni en zonas donde se carguen baterías o almacenen mercancías peligrosas
 - Evitar tener trapos impregnados con grasa u otros materiales inflamables dentro de la cabina y limpiar inmediatamente cualquier derrame
 - Disponer de un equipo de extinción adecuado en el vehículo

