

FOLLETO DIVULGATIVO DIRIGIDO AL TRABAJADOR DE LAS ESTACIONES DE SERVICIO



FINANCIADO POR:

COD. ACCIÓN ES2017-0095



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO, MIGRACIONES
Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.E.P.



FICA
Fundación para la
prevención de riesgos

Folleto divulgativo dirigido al trabajador de las estaciones de servicio
Federación de industria, construcción y agro de UGT (UGT-FICA)
Depósito legal: M-12887-2019

Contenido

INTRODUCCIÓN.....	5
1. RIESGOS DE SEGURIDAD Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR.....	9
a. Caídas de personal al mismo nivel.....	9
b. Caídas de personal a distinto nivel.....	9
c. Caída de objetos.....	10
d. Atropellos y golpes con vehículos.....	11
e. Riesgo de incendio.....	12
f. Riesgo de Explosión.....	13
g. Contactos eléctricos.....	16
2. RIESGOS HIGIÉNICOS Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR.....	18
a. Exposición a temperaturas extremas.....	18
b. Ruido.....	18
c. Riesgo químico.....	19
d. Riesgo biológico.....	23
3. RIESGOS ERGONÓMICOS Y PSICOSOCIALES Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR.....	26
a. Trastornos músculo-esqueléticos.....	26
b. Violencia a terceros.....	28
c. Riesgos psicosociales derivados del trabajo a turnos y nocturno.....	30
d. Estrés	31
4. RIESGOS ESPECIFICOS EN EL TUNEL DE LAVADO.....	33
a. Atrapamiento con elementos móviles durante el uso del túnel de lavado.....	33
b. Riesgo de proyecciones:.....	34
5. FORMACIÓN, RECONOCIMIENTOS MÉDICOS Y EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL.....	36
6. SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD EN ESTACIONES DE SERVICIO.....	39
BIBLIOGRAFÍA.....	46

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

El presente folleto está orientado a describir los riesgos específicos en el sector del Comercio al por menor de combustible para la automoción en establecimientos especializados, en concreto del puesto de expendedor-vendedor y poner a disposición de estos trabajadores, las medidas preventivas necesarias, para eliminar o minimizar los riesgos a los que están expuestos.

Las estaciones de servicio son establecimientos especializados en el suministro de carburantes al por menor, en los que pueden diferenciarse las siguientes áreas de trabajo;



El expendedor-vendedor en una estación de servicio puede realizar actividades y tareas en cualquiera de estas áreas de trabajo. Las tareas principales del puesto de trabajo de EXPEDEDOR-VENDEDOR son las siguientes:

TAREAS PRINCIPALES

- Tareas de caja: recuento, cobro de ventas de artículos, repostaje, etc.
- Preparación de pan, bocadillos, etc.
- Tareas de almacenamiento
- Tareas de limpieza en pista, túnel de lavado y tienda
- Comprobación y verificación en el surtidor de GLP del porcentaje de combustible.
- Ayuda al cliente en la expedición de combustible
- Reposición de productos en el túnel de lavado
- Cuando no está el encargado, vigilancia y control de la correcta descarga de combustible por parte de empresa externa para su descarga.

El desempeño del trabajo por estos trabajadores implica la exposición a los siguientes riesgos laborales:

CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	CAÍDA DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	CAÍDA DE OBJETOS	ATROPELLOS Y GOLPES CON VEHÍCULOS	CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS EXTREMAS	RUIDO
TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS	VIOLENCIA A TERCEROS	RIESGOS PSICOSOCIALES DERIVADOS DEL TRABAJO A TURNOS Y NOCTURNO	ESTRÉS	RIESGO BIOLÓGICO	INCENDIOS/EXPLOSIONES	CONTACTOS ELÉCTRICOS

A continuación, veremos cada uno de estos riesgos, especificando las causas y pautas de trabajo seguras que debes adoptar para evitarlos, así como si son riesgos de seguridad, riesgos higiénicos o riesgos ergonómicos y/o psicosociales. Pero antes debes conocer una serie de medida preventivas básicas que debes interiorizar en tu día a día en tu puesto de trabajo.

- Conoce tu área de trabajo.
- Debes saber que eres el principal responsable de tu seguridad.
- De tus acciones también dependen tus compañeros.
- Conoce tu material de trabajo.
- Si dudas, consulta.
- Conoce los Equipos de Protección: los Equipos de Protección son para proteger.
- Comprueba el estado de los equipos.
- En caso de peligro informa.
- En situaciones de riesgo no actúes con precipitación.
- Mantén el orden y limpieza en tu puesto de trabajo. Trabajar en un entorno limpio y ordenado, evita accidentes y mejora la calidad de tu trabajo.

1. RIESGOS DE SEGURIDAD Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR

1. RIESGOS DE SEGURIDAD Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR

a. Caídas de personal al mismo nivel:

Para reducir o eliminar el riesgo de caídas en las estaciones de servicio, sigue las siguientes actuaciones

- Lleva a cabo la limpieza, de manera periódica de la zona de pistas, surtidores, desagües obstruidos, con el fin de evitar el riesgo de caídas o resbalones por derrames o pérdidas de líquidos,
- Mantén las zonas de paso libres de obstáculos, ya sea en tienda como en zonas exteriores.
- Señaliza aquellas zonas resbaladizas mediante cartel indicativo, prohibiendo el acceso a la zona en caso de ser necesario.
- Si el riesgo de caída puede verse originado por derrames ocasionados en las pistas, deberá cerrarse la pista afectada, hasta la subsanación del riesgo, notificándolo mediante cartel indicativo.
- Deposita los desperdicios generados en recipientes adecuados.
- Mantén centro de trabajo correctamente iluminado, en el caso de observar alguna luminaria averiada, proceda a su comunicación.
- Conserva los desagües y sumideros limpios para evitar atascos.

RECUERDA: DURANTE EL HORARIO DE TRABAJO,
EL USO DEL CALZADO DE SEGURIDAD CON PROPIEDADES

b. Caídas de personal a distinto nivel

Este riesgo está presente en tu lugar de trabajo cuando realizas tareas en zonas elevadas, cuando tienes que acceder a una zona elevada o cuando existen zonas de trabajo elevadas y las zonas no están protegidas. Por ejemplo:

- Carencia de barandillas en las escaleras fijas.
- Peldaños mojados en las escaleras.

- Uso inadecuado de las escaleras de mano, sobre todo en las tareas de almacenamiento de productos y limpieza de zonas elevadas.
- Acceso a alturas desde banquetas, sillas, cajas, etc., que no presentan estabilidad.
- Acceso a los camiones cisterna

Por ello, las pautas de trabajo seguras que debes adoptar se centran en el uso de escaleras y en la utilización de las protecciones colectivas tanto de escaleras como de camiones cisternas, es decir, el uso de barandillas. Además, para evitar caídas, emplea siempre, medios de acceso homologados: escaleras manuales, escalones etc.

Respecto al uso de escaleras manuales, deberás atender a las siguientes indicaciones¹

- Presta especial atención en donde colocas la escalera. No lo hagas detrás de una puerta, ni en zonas de paso ni sobre elementos inestables o móviles.
- Realiza el ascenso y descenso de cara a la misma.
- Verificar que está en perfecto estado antes de utilizarla

RECUERDA: LAS CAÍDAS PUEDEN CONLLEVAR LESIONES IMPORTANTES, EXTREMA LAS PRECAUCIÓN EN LOS TRABAJOS EN ALTURA

c. Caída de objetos:

Durante las tareas de almacenamiento o reposición de los stands de las tiendas de las estaciones de servicio, pueden generarse riesgos de caída de objetos, para evitarlos, recuerda:

- Evita almacenamientos provisionales
- Verifica periódicamente que las estanterías se mantienen correctamente arriostradas a la pared o al suelo.

1 NTP 239: Escaleras manuales

- Si observas baldas deformadas, estanterías inestables, o cualquier otra anomalía, comunícalo a la persona responsable o al departamento de mantenimiento, con el fin de sustituir los elementos inseguros lo antes posibles. Si fuera necesario, consigna la estantería o balda impidiendo que pueda ser utilizada.
- Ubica los elementos más pesados y voluminosos en las baldas más bajas de las estanterías o estantes.

RECUERDA: EVITA COLOCAR LOS PRODUCTOS DE FORMA INESTABLE, EVITANDO QUE NINGÚN ELEMENTO

d. Atropellos y golpes con vehículos:

El desempeño de las diferentes tareas en las estaciones de servicio conlleva de forma inherente, el riesgo de golpes y/o atropellos con los vehículos que puedan transitar por las mismas.

Para evitarlo, debes seguir las siguientes pautas de trabajo seguras:

- Mantente alerta en todo momento, comprobando antes de iniciar cualquier movimiento, la presencia o no de vehículos.
- Mantente alejado de los puntos ciegos de los vehículos cuando éstos se encuentran en movimiento, no realizando movimientos por detrás de los mismos.
- Emplea siempre la ropa de alta visibilidad con elementos reflectantes que te proporciona la empresa. Esta debe cumplir la norma UNE EN 471.
- Durante el tránsito a pie por la gasolinera no lo hagas distraído, hablando por teléfono, leyendo documentos, etc...
- Siempre que se vaya a realizar una actuación en pista, se debe señalar y delimitar la zona con conos y utilizar el chaleco reflectante.

RECUERDA: EVITA DISTRACCIONES Y MANTENTE ALERTA SI PERMANECES EN LA PISTA

e. Riesgo de incendio

El riesgo de incendio viene derivado de la presencia de hidrocarburos y materiales combustibles (sólidos, líquidos y gaseosos) presentes en las estaciones de servicio.

A modo de resumen no exhaustivo, se facilitan las siguientes medidas preventivas cuya función está dirigida a minimizar los daños:

Prevención de incendio

- Cumple y vela por la prohibición de fumar en el centro
- No acumules material combustible (papel, etc.) en exceso.
- Mantén alejados de las fuentes de ignición, el material combustible o inflamable.
- Mantén en perfecto estado de uso, las vías y salidas de evacuación; recuerda que éstas deben estar libres de obstáculos y operativas en todo momento.
- Mantén los accesos a los medios de protección de lucha contra incendios, libres de obstáculos.
- Si observas elementos eléctricos en mal estado (cables, tomas de corriente, etc.), comunícalo para proceder a su reparación.

Detección, extinción y evacuación:

- Si detectas un incendio, conserva la calma, evita que cunda el pánico.
- Sigue las pautas de actuación establecidas en el Plan de emergencia desarrollado por la empresa.
- Corta el suministro de combustible a los surtidores.
- Si decides utilizar el extintor cuando el fuego es suficientemente pequeño como para poder extinguirlo sin correr ningún riesgo, sigue las siguientes recomendaciones, pero recuerda haber comunicado la alarma previamente:
 - » Para apagar el fuego en lugares abiertos, colócate siempre a favor del viento. En instalaciones de interior colócate entre las llamas y la vía de escape.

- » Una vez retirado el pasador de seguridad del extintor, debes sostenerlo firmemente y presionar la palanca dirigiendo el agente extintor a la base de las llamas, NO a las zonas altas.
- » Una vez retirado el pasador de seguridad del extintor, sostenlo firmemente y presiona la palanca dirigiendo la boquilla a la base del fuego y moviendo el chorro en forma de vaivén.
- Si el fuego es de gran magnitud, no intentes extinguirlo. Avisa inmediatamente a los servicios de ayuda externa (bomberos, ambulancia, etc.).
- Desconecta el suministro eléctrico si el acceso hasta el cuadro eléctrico es posible.
- Impide la entrada a la estación de servicio, de nuevos vehículos, señalizando adecuadamente.
- No accedas al centro de trabajo a recoger objetos personales e impide que puedan hacerlo los clientes.
- Evacúa la zona forma rápida y ordenada, ayudando a evacuar a los clientes, prestando especial atención a aquellos con movilidad reducida, y respetando las señales de evacuación.
- Dirige a los clientes al punto de reunión seguro establecido por la empresa. Si dispones de megafonía, infórmales acerca de las normas básicas para una correcta evacuación: Nadie podrá abandonar el punto de reunión seguro hasta que no hayan llegado los equipos de ayuda externos (bomberos, policía, protección civil...) y den la orden de abandonar el punto de encuentro.

RECUERDA: SI SE ORIGINASE UN INCENDIO EN EL CENTRO DE TRABAJO, DEBES APLICAR LAS INSTRUCCIONES ESTABLECIDAS EN EL PLAN DE EMERGENCIA FACILITADO POR LA EMPRESA

f. Riesgo de Explosión

El riesgo de explosión en las estaciones de servicio viene originado fundamentalmente por la formación de atmósferas explosivas se pone de manifiesto por la naturaleza de la actividad y por la presencia de instalaciones de G.L.P. y de gas comprimido.

La principal medida preventiva para evitar explosiones es la de evitar la formación de mezclas inflamables, para ello:

- Asegúrate del correcto funcionamiento de los sistemas de extracción localizada (sistema que captura los vapores desplazados durante la fase de llenado a través del camión cisterna, etc....)
- Ventila adecuadamente las zonas interiores que contengan materiales inflamables, no obstruyendo rejillas de ventilación mediante el almacenamiento en sus proximidades.
- Comprueba visualmente la existencia de fugas en tanques de combustible o mangueras de los surtidores. Si observa alguna fuga, deberá consignarse la pista y/o el surtidor en la que esté ubicada la fuga, señalízala como fuera de servicio y notifica la incidencia.
- Respecto al suministro de bombonas de gases comprimidos (butano, propano), se mantendrá alejado el suministro o almacenamiento de bombonas, de posibles focos de ignición o eléctricos no protegidos.
- Durante el suministro del combustible, indica al cliente, la necesidad de que no entre y salga del vehículo, con el fin de evitar la posible formación de electricidad estática.

RECUERDA: EN LA ESTACIÓN DE SERVICIO ESTÁ PROHIBIDO FUMAR, DEBIENDO VELAR POR DICHO CUMPLIMIENTO, AL IGUAL QUE LA PROHIBICIÓN DE EMPLEAR EL TELÉFONO MÓVIL DURANTE LASTAREAS DE SUMINISTRO A LOS VEHÍCULOS.

Riesgo de explosión derivado de las tareas de supervisión de descarga de camión cisterna

La operación de descarga de cisterna para surtir los depósitos de la estación de servicio puede entrañar una serie de riesgos de graves consecuencias.

Para realizar esta operación de manera segura, la supervisión de las operaciones de descarga es fundamental. Además, sigue los siguientes protocolos, que seguro han sido establecidos por tu empresa:

- Comprueba los niveles de los tanques que deben recargarse, asegurándote de que la cantidad que se va a descargar coincide con el espacio libre de los

tanques. En caso contrario, NO permitas el inicio de la descarga.

- Antes de proceder a la descarga, el conductor debe aparcar correctamente el camión, colocar calzos en las ruedas y señalizar debidamente la zona
- El conductor conectará la cisterna a tierra mediante pinza, en el lugar específicamente destinado a este fin.
- Se procederá a la conexión de las mangueras.

- Se verificará la conexión de ambos extremos con el fin de evitar la fuga de vapores en la zona de descarga o desconexión de las mangueras durante el suministro:
 - » La Manguera de Recuperación de Vapores debe conectarse al dispositivo de Recuperación de Vapores de la Estación de Servicio.
 - » La Manguera de Descarga se conectará al compartimento correspondiente del Camión Cisterna.
 - » La Manguera de Descarga se conectará a la boca de carga del tanque.
 - » Se asegurará que la descarga se efectúa en la boca correspondiente a cada tipo de combustible, comprobándolo mediante los rótulos y colores de identificación de las tapas de las bocas.
 - » Comprobar que no hay pérdida de producto en las conexiones ni pérdida de vapor en la recuperación de vapores.
- Si se observa alguna situación extraña durante la descarga, deberá detenerse inmediatamente la operación.

Una vez realizada la tarea de descarga, deberá procederse a la desconexión de las mangueras:

- La Manguera de Descarga (junto con el adaptador API) se desconectará del compartimento correspondiente del Camión Cisterna
- Después de desconectar la manguera de descarga, se verterá con cuidado su contenido en la tubería de descarga del tanque.
- La Manguera de Descarga se desconectará de la boca de carga del depósito del tanque.
- Cerrar inmediatamente la tapa de la boca de llenado y la tapa de la arqueta. Verificar que la arqueta queda sin producto y limpia.

- Desconectar la Manguera de Recuperación de Vapores del lado de la Estación de Servicio
- Desconectar la Manguera de Recuperación de Vapores del lado del Camión Cisterna.
- Colocar la tapa de conexión de mangueras.
- Comprobar de nuevo los niveles de los tanques, para verificar que la descarga se ha realizado correctamente.
- No echar combustible hasta 30 minutos después de la descarga para que se asienten los posos.

g. Contactos eléctricos

Durante el desarrollo de los trabajos en las estaciones de servicio, los trabajadores pueden verse expuestos a contactos eléctricos debido a la utilización de equipos conectados a la corriente eléctrica.

Para mantener controlado el riesgo, además de la aplicación de medidas preventivas organizativas, asociadas a los mantenimientos obligatorios a los que deben someterse dichas instalaciones, como trabajador debes tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- No manipules cuadros eléctricos o conexiones con las manos húmedas o mojadas.
- Cualquier deficiencia en las instalaciones, debe ser informadas al responsable de la estación o al departamento de mantenimiento.
- No se conectará más de un aparato eléctrico a la misma toma de corriente.
- Está prohibida la conexión no normalizada de cables eléctricos o los empalmes con cinta aislante, si detecta cables eléctricos deteriorados, desconecte el equipo de corriente e informe a su responsable.
- Dentro de los cuadros y armarios eléctricos está prohibido almacenar cualquier tipo de material, debiendo permanecer éstos, siempre cerrados.

RECUERDA: SOLO SI ESTÁS FORMADO, CUALIFICADO Y AUTORIZADO, PODRÁS MANIPULAR CUADROS ELÉCTRICOS O DESARROLLAR TAREAS CON RIESGO ELÉCTRICO

2. RIESGOS HIGIÉNICOS Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR

2. RIESGOS HIGIÉNICOS Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR

a. Exposición a temperaturas extremas

Muchas de las tareas que realizas en la estación de servicio se realizan en la pista por lo que estás expuesto a las condiciones climatológicas existentes. Para evitar las consecuencias de esta exposición ten en cuenta:

- Permanece en las zonas techadas de la pista para protegerte del sol directo y de la lluvia.
- Permanece en el exterior solo el tiempo estrictamente necesario.
- Usa la ropa de trabajo que te proporciona la empresa.
- Evita hacer trabajos en la pista entre las 12 y las 17 h en épocas de calor. Para ello organiza tus tareas de forma que aquellas tareas que requieras mayor esfuerzo las realices a primera hora de la mañana o a última de la tarde.
- Realiza los descansos en las zonas habilitadas.
- No realices trabajos en solitario en las horas de máximo calor o frío.
- Mantente continuamente hidratado.

RECUERDA: LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO ES FUNDAMENTAL PARA EVITAR LAS CONSECUENCIAS PERJUDICIALES DE LA EXPOSICIÓN AL CALOR O AL FRÍO

b. Ruido

En las estaciones de servicio, la presencia de ambientes ruidosos por la presencia de compresores, extractores, generadores, circulación de vehículos, trabajos en las proximidades de los túneles de lavado, etc. es muy común, exponiendo a los trabajadores a niveles de ruido que pueden tener consecuencias para los mismos.

La forma en la que afecta el ruido al oído depende del nivel de intensidad y/o la duración del mismo, pudiendo causar;

- Trauma acústico: pérdida súbita de la audición por un ruido traumático, (explosión, aire a presión en las proximidades del oído...)
- Pérdida temporal: la cual puede ocurrir después de la exposición a ruido intenso, incluso durante largos periodos, aunque la audición vuelve a ser normal pasado un tiempo.
- Daño permanente: ocurre tras exposiciones largas y repetidas a ruido, lo cual puede generar hipoacusia o sordera profesional.

Los síntomas más habituales que aparecen y denotan pérdida auditiva son;

- Zumbido en el oído, los cuales suelen surgir después del periodo laboral y/o en ambientes ruidosos.
- Incapacidad para oír altas/bajas frecuencias.
- Dificultad para oír y entender una conversación.

Sigue las siguientes recomendaciones:

- Si detectas altos niveles de ruido de forma que te esté molestando el oído utiliza protección auditiva.
- Realiza la audiometría que se realiza en el reconocimiento médico para ver si estás perdiendo audición.
- Realiza las pausas en zonas sin ruido y tranquilas.

**RECUERDA: PROTEGE TU OIDO. LA HIPOACUSIA NO ES REVERSIBLE
DISTRACCIONES Y MANTENTE ALERTA SI PERMANECES EN LA PISTA**

c. Riesgo químico

En tu puesto de trabajo estás expuesto a hidrocarburos y derivados como son la gasolina, gasóleo de automoción, así como a gas propano. La exposición de los vapores de estos productos puede provocar desde intoxicaciones leves a afecciones más graves.

Por otro lado, también puedes estar expuestos a otros agentes químicos derivados de tareas de limpieza.

AGENTES QUÍMICOS

BENCENO / TOLUENO / XILENOS / N-HEXANO / MONOXIDO DE CARBONO / BISFENOL A / OTROS AGENTES QUIMICOS DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Debes saber que, durante la tarea de suministro de hidrocarburos y tareas de limpieza habituales de tu puesto de trabajo, los agentes químicos pueden entrar en tu organismo por 4 vías:

- » Vía inhalatoria: por las vías respiratorias, es la vía de entrada más importante
- » Vía dérmica: contacto directo con la piel y ojos
- » Vía parental: por una herida o llaga
- » Vía digestiva: por ingestión

Exposición a hidrocarburos y derivados

Los efectos derivados de la exposición a gasoil y gasolina dependen del tipo de contacto y del tiempo de exposición:

Por inhalación

- Dolor de cabeza
- Vertigos
- Nauseas

Por contacto dérmico

- Piel seca
- Enrojecimiento de la zona
- Dolor localizado

Exposición corta

- Irritación de los ojos, piel y tracto respiratorio
- Afectación al sistema nervioso central: mareos, cefáleas, nauseas
- Afección a los pulmones provocando neumonitis química

Exposición prolongada o repetida

- Pérdida de la grasa natural de la piel
- Afectación al sistema nervioso central y al hígado
- Neuropatías
- Posible aparición de cáncer

Para evitar los riesgos derivados a la exposición a hidrocarburos, compuestos en muchas ocasiones cancerígenos:

- Evita el contacto directo con la piel, para ello, emplea guantes de protección frente a productos químicos. Fíjate que cumplan la norma UNE EN 374.
- Sustituye inmediatamente la ropa de trabajo si ésta queda impregnada por hidrocarburos. Recuerda que no debes llevarte la ropa de trabajo a casa, es tu empresa quien debe gestionar la limpieza, descontaminación y sustitución en su caso.
- Evita los derrames, manteniendo siempre en perfecto estado los surtidores y bequereles.
- Si se produce un derrame sobre la pista, límpiala de forma inmediata. Recuerda que, para ello, debes:
 - » Cerrar la pista o la zona que la que ha ocurrido el vertido y señalar su acceso prohibido mediante conos o vallas.
 - » Señalar el surtidor para que ningún cliente lo emplee mientras persista el derrame
 - » Recuerda emplear sepiolita, nunca serrín, dejando que la sepiolita absorba el producto derramado, y no retirándola inmediatamente
 - » Elimina adecuadamente el producto contaminado (sepiolita) en contenedor habilitado al efecto.
- Si se produce contacto con la piel de los hidrocarburos, limpia la zona inmediatamente con agua.
- Si estás embarazada o en periodo de lactancia natural recuerda que tu empresa debe retirarte de las tareas de suministro de combustibles.

Exposición a productos químicos derivados de tareas de limpieza y mantenimiento:

Respecto a la utilización de productos químicos para desarrollar tareas de limpieza o de mantenimiento, es importante que conozcas los riesgos derivados de los mismos, las medidas preventivas orientadas a la manipulación, almacenamiento o derrame, así como los Equipos de Protección Individuales necesarios para su manipulación, y cómo aplicar primeros auxilios en caso necesario. Dicha información podrás extraerla de la Ficha de Datos de Seguridad de cada producto químico que manejes, la cuales estarán a tu disposición en el centro de trabajo.

RECUERDA: SOLICITA LAS FICHAS DE DATOS DE SEGURIDAD DE LOS PRODUCTOS QUIMICOS A TU EMPRESA. ASÍ CONOCERAS TODO LO IMPORTANTE SOBRE LOS PRODUCTOS QUIMICOS QUE MANEJAS.

Siempre que manipules productos químicos ten en cuenta las siguientes pautas de trabajo;

- No realices trasvases de productos químicos a recipientes no etiquetados y nunca a botellas de productos alimenticios.
- No efectúes trasvases en el interior de almacenes de agentes químicos peligrosos o con poca ventilación
- Ten en cuenta que las sustancias inflamables y tóxicas deben trasvasarse en lugares correctamente ventilados, y disponer de un extintor de polvo ABC en las proximidades de la zona en la que se ejecutan las tareas.
- Si fuese necesario realizar el trasvase, antes de efectuarlo, descarga la presión interna que pueda contener el recipiente, abriendo lentamente el tapón del recipiente
- Evita el llenado a caída libre (chorro), para ello, deberás emplear embudos de caña larga. Los recipientes se llenarán empezando por el fondo, evitando de esta forma proyecciones. Evita las altas velocidades de flujo durante el trasvase
- Está prohibido el almacenamiento de productos químicos junto a productos comestibles.
- Fíjate en los pictogramas de los productos que utilizas:

PELIGROS PARA LA SALUD		PELIGROS FÍSICOS Y QUÍMICOS		PELIGROS PARA EL MEDIO AMBIENTE
				
CORROSIVOS	IRRITACIÓN CUTÁNEA	GASOS COMPRIMIDOS	INFLAMABLES	
				
TOXICIDAD AGUDA	PELIGROS POR ASPIRACIÓN	COMBURENTES	EXPLOSIVOS	

RECUERDA: ESTÁ PROHIBIDO COMER, BEBER O FUMAR (FUERA DE LAS ZONAS HABILITADAS AL EFECTO). DESTINA 10 MINUTOS PARA EL ASEO PERSONAL ANTES DE LA COMIDA Y OTROS 10 MINUTOS ANTES DE ABANDONAR EL TRABAJO.

d. Riesgo biológico

La exposición a compuestos orgánicos volátiles conlleva la aparición de riesgo biológico. Las tareas de máxima exposición a este tipo de compuestos son:

- Durante el control por parte del trabajador de la estación de servicio, de la tarea de descarga de cisternas de carburantes efectuadas por el transportista.
- Durante el varillado de tanques para comprobar su volumen (solicitar producto, comprobación antes de efectuar la tarea de descarga), o durante la tarea de verificación del correcto funcionamiento de la sonda de medición automática (en caso de disponer de ella)
- Durante la operación de comprobación de medidas de aparatos surtidores.
- Durante la tarea de suministro de carburante al cliente.

Para reducir la exposición a vapores orgánicos, debes seguir las siguientes medidas preventivas;

- Conoce y aplica los procedimientos de trabajo establecidos en las operaciones de descarga (supervisión), calibración de surtidores y suministro de combustible facilitados por la empresa, en los que se describen las medidas preventivas y medios de protección a aplicar en cada una de ellas.
- Emplea los Equipos de Protección Individuales asociados a las tareas de exposición con hidrocarburos: guantes de protección frente a riesgo químico, de categoría III de materiales como el Vitón (Fluoroelastómero), Nitrilo o PVA (alcohol de polivinilo).
- Emplea el enganche (autorizado) del gatillo de las pistolas de suministro, para mantener el gatillo de la pistola de suministro en posición abierta, sin necesidad de situarte junto al depósito del vehículo durante el suministro.
- Conoce y aplica los protocolos de actuación en caso de derrames o salpicaduras.
- Si estás embarazada o en periodo de lactancia natural recuerda que tu empresa debe retirarte de las tareas de suministro de combustibles.

RECUERDA: HAZTE EL RECONOCIMIENTO MÉDICO PERIÓDICO OFRECIDO POR LA EMPRESA EN EL QUE SE APLIQUEN PROCEDIMIENTOS DE MEDIDA DE LOS INDICADORES BIOLÓGICOS.

3. RIESGOS ERGONÓMICOS Y PSICOSOCIALES Y PAUTAS DE TRABAJO SEGURAS EN EL PUESTO DE EXPENDEDOR-VENDEDOR

EXPENDEDOR-VENDEDOR

a. Trastornos músculo-esqueléticos

Las tareas desarrolladas por los expendedores-vendedores en las estaciones de servicio llevan asociadas riesgos ergonómicos, que pueden originar Trastornos Musculo esqueléticos, y que fundamentalmente son:

- Manipulación manual de cargas
- Adopción posturas forzadas

Para ello evitar su aparición, debes seguir las siguientes recomendaciones:

Recomendaciones generales

- Mantén el cuerpo erguido, no permaneciendo mucho tiempo en la misma posición, alternando el peso del cuerpo en una y otra pierna.
- Cuando levantes cargas de forma manual:
 - » Separa los pies, colocando un pie más adelantado que otro, para adquirir una posición estable.
 - » Dobra las piernas con la espalda recta y sujetar firmemente la carga contra el cuerpo empleando las dos manos.
 - » Levanta la carga extendiendo las piernas, con la espalda recta y manteniendo la carga próxima al cuerpo con los brazos y codos pegados a los lados del cuerpo, evitando, en la medida de lo posible, transportar cargas con los brazos a tracción libre, evitando el cansancio que conlleva contraer los bíceps.
- Durante el desplazamiento de la carga, evitar los giros bruscos del tronco manteniendo los pies estáticos en el suelo
- Depositar la carga con la espalda recta, cargando la fuerza sobre las piernas.
- Evitar la colocación de cargas en alturas por encima de los hombros.
- Realiza micro pausas para evitar sobrecargas. Varias pausas cortas y frecuentes son más efectivas que pocas pausas largas.
- Mantén la muñeca paralela al antebrazo, en la realización de trabajos manuales, que requieran o no un esfuerzo, evitando así torsiones.

- Realiza los reconocimientos médicos que te ofrece la empresa, de esta forma evitarán la aparición de problemas de salud relacionados con tu trabajo.
- Realiza ejercicio físico de forma frecuente y realiza estiramientos de los grupos musculares que más utilizas en tu puesto de trabajo.
- Evita coger cargas excesivamente pesadas o difíciles de asir, que comprometan la estabilidad y la visión.
- Siempre que sea posible utiliza ayuda mecánica como pueden ser los carros, recuerda que deberás empujar y no tirar.
- De manera general, no se debe manipular manualmente cargas superiores a 25 Kg (15 Kg para mujeres), si es imprescindible su manipulación, solicitar la ayuda de un compañero.
- Emplea siempre los Equipos de Protección que te facilite la empresa: calzado de seguridad antideslizante y guantes que te faciliten el agarre.

RECUERDA: PRESTA ATENCIÓN A LOS AVISOS QUE TE DA TU CUERPO
PARA EVITAR LESIONES MUSCULOESQUELÉTICAS

Durante las tareas de suministro de combustible a los vehículos:

- Evita la desviación de la muñeca y/o la aplicación de fuerza durante un tiempo prolongado.
- Utiliza el gatillo del bequerel, durante la dispensación de grandes cantidades de combustible.
- Mantén la espalda recta.

Durante las tareas de reposición del stand de la tienda:

- Ubícate frente a la zona a reponer, evitando la torsión de la espalda o inclinación del cuello.
- Evita trabajar por encima de la horizontal de los hombros, manteniendo los brazos en el mismo plano de trabajo de la zona de reposición.

Durante las tareas de cobro:

- Evita los estiramientos o inclinaciones de la espalda, manteniendo los utensilios que utilices más habitualmente, en las proximidades de tu zona de trabajo (lector de códigos, datafono, etc...)
- Mantén la espalda recta, así como evita realizar inclinaciones del cuello, para ello, orientando la pantalla de la caja registradora de manera que te permita visualizar los datos sin necesidad de inclinar el cuello por debajo de los 20º.
- Ubícate frente a la pantalla de visualización durante las tareas de cobro, con el fin de evitar la torsión del cuello durante su utilización.

b. Violencia a terceros

Debido a las sumas de dinero que se manipulan en las estaciones de servicio, el riesgo de atracos y/o agresiones por parte del público está considerado como uno de los riesgos de trabajo más habituales en tu puesto de trabajo. Para minimizarlo, además de las medidas técnicas establecidas por la empresa como son los circuitos cerrados de televisión (CCTV), alarmas etc...se exponen a continuación, pautas de trabajo que debes tener en cuenta:

- Vacía la caja periódicamente para evitar cantidades altas de dinero.
- Si debes manipular dinero asegúrate de hacerlo de la manera más segura posible.
- Cierra correctamente el cajón de la caja registradora.
- Para el pago con tarjetas débito y crédito: Solicita el documento de identidad del comprador, y verifica que nombre y apellidos coinciden tanto en la tarjeta como en el documento de identidad o pasaporte.
- Si alguien está intentando robar, sigue el protocolo de actuación establecido por la empresa, no te enfrentes a él directamente ni intentes detenerlo.
- Se prudente y actúa con tranquilidad, lo primero es tu seguridad, así como la de los clientes y/o usuarios.
- Evita los movimientos bruscos y mantén la distancia respecto al atracador.
- Antes de cerrar el establecimiento, comprueba no queda nadie dentro del mismo.

- Respetar los horarios de autoservicio, no salgas del interior de la instalación en horario nocturno, cerrando la puerta trasera con llave.
- Aquellos clientes y/o usuarios que necesiten acceder al aseo, deberán hacerlo en las instalaciones exteriores habilitadas.
- Respecto a ingresos en cajas y bancos:

Si los ingresos son efectuados a pie:

- Trabajar con la mayor confidencialidad posible, no des a conocer la ruta.
- Evitar, en la medida de lo posible, detenerte ante sugerencias o preguntas de extraños, acude directamente al establecimiento en el que se lleva a cabo el ingreso.

Si los ingresos son llevados a cabo en vehículos

- Cambia con frecuencia la ruta de traslado de efectivo.
- En la medida de lo posible circular por vías concurridas.
- Dispón, en todo momento, de la ubicación de la comisaría más cercana, en función de la ruta que estés realizando, en caso de sentirse seguido, dirígete a ella.

ACTUACIÓN ANTE UN ATRACO

Mantén la tranquilidad, no ofrezcas resistencia ni huyas

No discutas con el asaltante. Dale lo que pida.

Termina el incidente lo antes posible

Avisa al atracador de posibles sorpresas, por ejemplo la presencia en los vestuarios de otro empleado...

Mira al asaltante con naturalidad, y memoriza las características físicas de éste.

Anota las características del asaltante, ropa, vehículo

**RECUERDA: PROTÉGETE A TI MISMO ANTE UN ATRACO O AGRESIÓN.
NO COMETAS ACTOS HEROICOS**

c. Riesgos psicosociales derivados del trabajo a turnos y nocturno

El trabajo a turnos y el trabajo nocturno es muy común en las estaciones de servicio. Este tipo de trabajo conlleva una serie de efectos sobre la salud de las personas como:

- Alteración del equilibrio biológico, por el desfase de los ritmos corporales y por los cambios en los hábitos alimentarios
- Perturbaciones en la vida familiar y social
- Alteración del sueño.

Recuerda a tu empresa que el artículo 26 de la Ley 31/1995 de PRL recomienda que la mujer embarazada no realice trabajo nocturno si hay un riesgo para la seguridad y salud o repercusión sobre el embarazo.

Con el fin de minimizar los riesgos asociados de los trabajos a turnos o nocturnos sigue las siguientes pautas encaminadas a evitar la aparición de los mismos:

- Por las noches come alimentos livianos, evitando las cenas copiosas. Evita ingerir comidas pesadas antes de acostarte.
- No excedas la ingesta de bebidas estimulantes (café, té, etc.)
- Duerme al menos siete horas diarias
- Establece un horario regular y fijo para el descanso, escogiendo espacios oscuros y silenciosos para conciliar el sueño y descansar.
- Mantener un horario regular de comidas.
- Practica algún tipo de ejercicio físico regularmente.
- Durante la jornada si es posible, realiza ejercicios de estiramiento.

**RECUERDA: DORMIR, CUIDAR TU ALIMENTACIÓN Y REALIZAR EJERCICIO FÍSICO
TE AYUDARÁN SI TRABAJAS A TURNOS O DE NOCHE**

d. Estrés

El contacto directo con el público y la productividad puede generar situaciones de estrés y carga mental, siendo los principales síntomas de éste tipo de riesgos:

- Ansiedad
- Depresión
- Irritabilidad, insomnio,
- Aumento del consumo de bebidas estimulantes o tabaco, alcohol, tranquilizantes, etc.

Para evitar su aparición sigue las medidas preventivas enfocadas a la intervención sobre el individuo para la prevención del estrés.

- Establece y desarrolla apoyo social (familia, amigos...). Las relaciones sociales con otros individuos pueden resultar una fuente de ayuda psicológica o instrumental.
- Pide ayuda siempre que sea necesario y a los primeros síntomas de la aparición de estrés
- Organiza tus actividades: clasificar tus tareas en orden de importancia permitirá que tengas un mayor control de tus esfuerzos.
- Establece objetivos realistas de forma que tu día a día contenga un número razonable de tareas y actividades.
- Mantén un estilo de vida saludable. Está demostrado que para contrarrestar el estrés es necesario realizar ejercicio físico y llevar una dieta saludable
- Desarrolla aficiones o hobbies de modo que desconectes del trabajo.
- Lleva a cabo técnicas de control de respiración o Técnicas de relajación mental (meditación)

RECUERDA: TÓMATE UN TIEMPO PARA TÍ CADA DÍA ES ESENCIAL PARA LA CARGA MENTAL Y EVITAR EL ESTRÉS.

4. RIESGOS ESPECÍFICOS EN EL TÚNEL DE LAVADO

En ocasiones, los expendedores-vendedores de las estaciones de servicio deben realizar alguna tarea en el túnel de lavado. El túnel de lavado conlleva una serie de riesgos específicos que es necesario que tengas en cuenta:

a. Atrapamiento con elementos móviles durante el uso del túnel de lavado

- Extrema la precaución cuando debas acceder al túnel.
- Antes de acceder, debes consignar el equipo de sus fuentes de energía, asegurándote siempre de que está completamente parado antes de acceder a su interior.

<p style="text-align: center;">RECUERDA CONSIGNAR LA MÁQUINA CONLLEVA:</p>
<p>Seccionar o separar la máquina de cualquier fuente de alimentación de energía. Dicha separación debe ser visible o debe estar asegurada físicamente por una posición verificable del órgano de accionamiento.</p>
<p>Verificar que no existe en la máquina energía potencial, debida a: energía hidráulica, neumática, eléctrica..., ni energía cinética; debida a componentes que puedan seguir moviéndose por inercia.</p>
<p>Señalar de forma visible que la máquina se encuentra consignada para realizar una acción de reparación o mantenimiento, para evitar que pueda ser conectada a la toma de energía por error.</p>

- Mantente alejado de las zonas de riesgo asociadas al movimiento, rodillo de los cepillos, instalación de arrastre del vehículo, etc...
- Recuerda utilizar calzado de seguridad con suela antideslizante, al igual que en el resto de tareas.
- Para evitar el riesgo de atrapamiento al realizar cualquier tipo de operación debes eliminar de tu indumentaria cualquier objeto que pueda facilitar dicho atrapamiento, tales como anillos, cadenas, colgantes....

- No permanezcas dentro del túnel de lavado una vez se haya puesto en funcionamiento. Una vez terminada la operación de limpieza del túnel, deberá asegurarse de que está completamente parado, cerrando con llave la tapa del cuadro eléctrico asociado al equipo, impidiendo así el acceso al mismo a personal no autorizado.

b. Riesgo de proyecciones

En ocasiones, el túnel de lavado está formado por una zona de prelavado en la que se emplea porta lanza que impulsa agua mediante un compresor, debido a ello debes:

- Emplear gafas o careta de protección frente a proyecciones, calzado de seguridad antideslizante frente ambientes húmedo o mojado y ropa de protección frente a lluvia o agua .
- No fijas nunca la palanca del gatillo ni la palanca de fijación en posición de accionamiento.
- No utilices la pistola de alta presión si la palanca o pestillo de fijación está dañada.
- Sujeta la pistola de alta presión y el tubo pulverizador con ambas manos.

5. FORMACIÓN, RECONOCIMIENTOS MÉDICOS Y EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

5. FORMACIÓN, RECONOCIMIENTOS MÉDICOS Y EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

La formación sobre los riesgos de tu puesto de trabajo y de cómo evitarlos es fundamental para trabajar en condiciones de seguridad y salud adecuadas y evitar daños y patologías derivados de tu trabajo. Por eso es necesario que acudas a las sesiones formativas e informativas que te proporciona la empresa ya que es su obligación formarte e informarte.

RECUERDA: ACUDE A LAS SESIONES FORMATIVAS E INFORMATIVAS QUE TE OFRECE LA EMPRESA Y PIDE LA EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES DE TU PUESTO DE TRABAJO

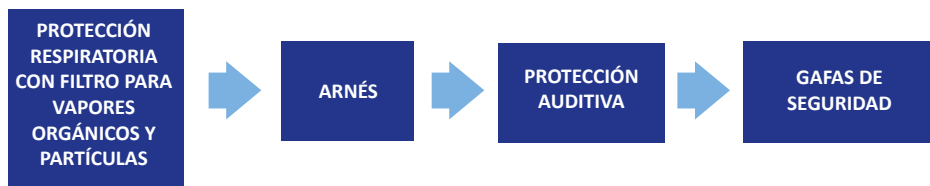
Los reconocimientos médicos a los que está obligada la empresa a ofrecerte de forma periódica tienen la misión y objetivo de detectar con anterioridad y de forma precoz daños derivados de tu trabajo,

RECUERDA: REALIZAR EL RECONOCIMIENTO MÉDICO TE PERMITIRÁ CONOCER CÓMO EL TRABAJO AFECTA A TU SALUD.

Los Equipos de Protección Individual de tu puesto de trabajo son los siguientes.



En función de los riesgos también puede ser necesario el uso de:



RECUERDA: MANTÉN EN BUEN ESTADO DE CONSERVACIÓN Y LIMPIEZA LOS EPI'S Y AVISA A TU SUPERIOR EN CASO DE DETERIORO PARA SU SUSTITUCIÓN

6. SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD EN ESTACIONES DE SERVICIO

6. SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD EN ESTACIONES DE SERVICIO

La señalización de seguridad en el centro de trabajo, tiene por finalidad informar sobre los riesgos derivados de la actividad, de la propia instalación, señalar e indicar la ubicación de los medios de protección, emergencia, socorro y salvamento en los lugares de trabajo, con el fin de salvaguardar la seguridad y salud de los trabajadores.

A continuación, verás las señales más habituales que te encontrarás en tu lugar de trabajo:

- Señales de prohibición: una señal que prohíbe un comportamiento susceptible de provocar un peligro. Las señales de prohibición más comunes que verás son:
 - » Prohibido conectar sin autorización
 - » Prohibido el uso de teléfonos móviles
 - » Prohibido circular
 - » Prohibido el paso a personal no autorizado
 - » Prohibido FUMAR



- Señales de advertencia: una señal que advierte de un riesgo o peligro

- » Advertencia riesgo eléctrico
- » Atención riesgo de incendio
- » atención sustancias corrosivas
- » Atención peligro de explosión



- Señales de obligación una señal que obliga a un comportamiento determinado



- » Obligatorio calzar el vehículo
- » Obligatorio el uso de chaleco reflectante.
- » Obligatorio el uso de calzado de seguridad
- » Obligatorio el uso de guantes

- Señal de salvamento o de socorro: una señal que proporciona indicaciones relativas a las salidas de socorro, a los primeros auxilios o a los dispositivos de salvamento.

- » Evacuación y salidas
- » Punto de reunión
- » Empujar para abrir



BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- REAL DECRETO 614/2001, de 8 de junio, sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico. INSST
- REAL DECRETO 681/2003, de 12 de junio (boe nº 145, de 18 de junio) sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores expuestos a los riesgos derivados de la formación de atmósferas explosivas en el lugar de trabajo. INSST
- RD 74/92, Vehículo en descarga
- NTP 455: Trabajo a turnos y nocturno: aspectos organizativos. INSST
- NTP 310: Trabajo nocturno y trabajo a turnos: alimentación. INSST
- NTP 223: Trabajos en recintos confinados
- NTP-30: Permisos de trabajos especiales.
- NTP 356: Condiciones de seguridad en la carga y descarga de camiones cisterna: líquidos inflamables (i) y ii
- NTP 349: Prevención del estrés: Intervención sobre el individuo INSST
- NTP 775: Riesgos higiénicos de los trabajadores de estaciones de servicio
- Atmósferas explosivas en centros de trabajo. CEPYME Aragón
- Herramientas manuales: criterios ergonómicos y de seguridad para su selección. INSHT.
- Suministro de combustibles en gasolineras: exposición a gasolinas y gasóleos de automoción.INSST
- Guía sectorial estaciones de servicio. FADE.

FINANCIADO POR:

COD. ACCIÓN ES2017-0095



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.F.



FICA
Seguros Sociales y Empleo