1. OBJETO

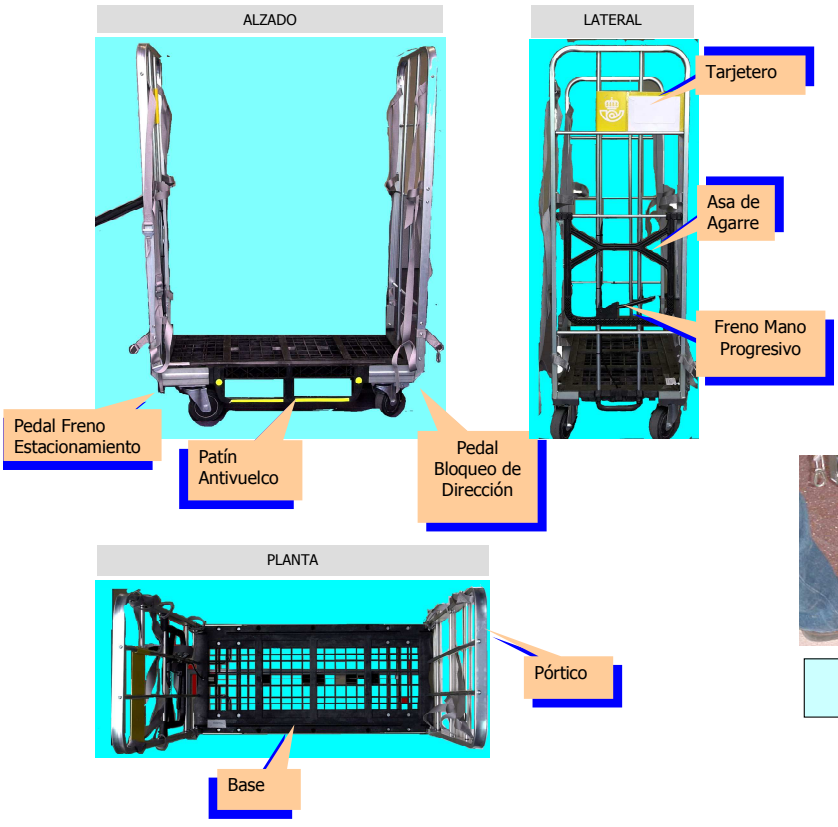
Garantizar que la utilización y manejo de carros y jaulas para el desarrollo del trabajo en los diferentes centros de Correos, se realiza en condiciones adecuadas de seguridad.

2. ALCANCE

Este protocolo es de aplicación a la utilización y manejo de carros y jaulas en todos los puntos de la Red de Correos (Red de transporte, Unidades de Reparto y Oficinas).

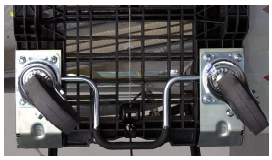
3. MÉTODO

<u>Carros: características y elementos de seguridad.</u>





Apilado y/o encajado de Bandejas A, B y/o C



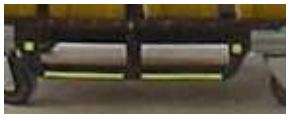
4 Ruedas Giratorias y opción de bloquear 2 ruedas



Freno de Estacionamiento



Freno de Mano Progresivo

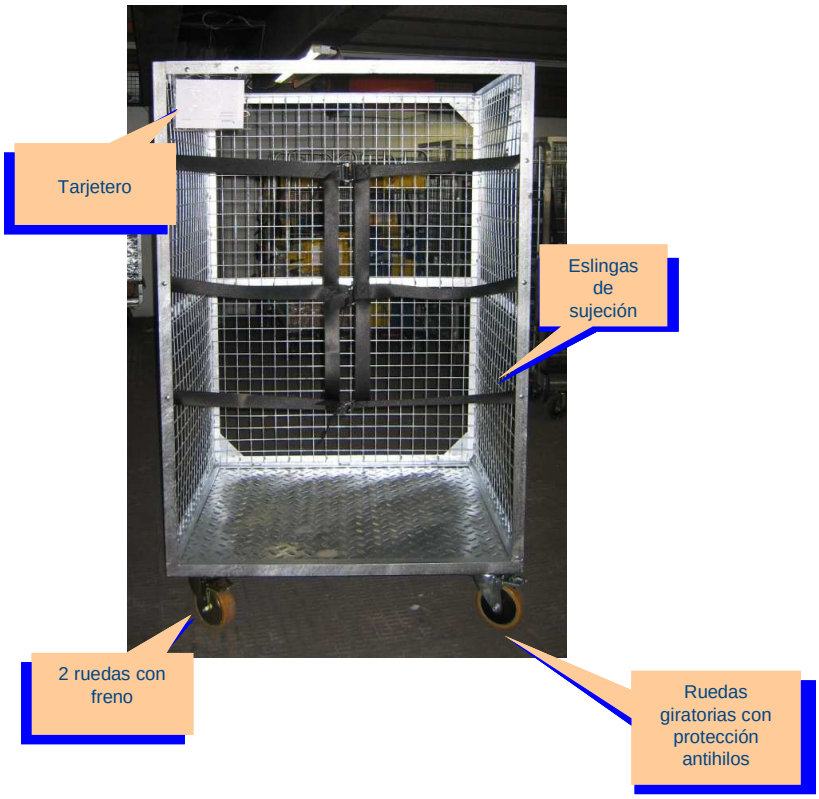


Patín Antivuelco



Juego de Eslingas para sujetar la carga

Jaulas: características y elementos de seguridad





Juego de eslingas para sujetar la carga



2 ruedas con freno para inmovilizar el equipo

1. **Previamente a la utilización de estos equipos**, el trabajador realizará una comprobación visual del equipo para verificar que este se encuentra en condiciones operativas de utilización, prestando atención al estado de sus distintos componentes, en especial a los elementos de seguridad. En caso de observar deficiencias en estos elementos, el trabajador procederá, previa comunicación y validación por su responsable directo, a retirar el equipo para su revisión y mantenimiento, almacenándolo en el lugar designado en el centro para ello. Para ello rotulará el carro según anexo I para su envío al CTA Chamartin.

   El Jefe de Unidad velará y participará activamente en el cumplimiento de esta operación para lo que enviará un correo electrónico al Jefe de Sector de Oficinas/ Jefe de Sector de Distribución/ Jefe de Grandes Centros con copia al Jefe de Red de Oficinas/Jede de Red de Distribución/Jefe de Red de Logística (según proceda) para informarle de las incidencias detectadas indicando las conducciones y procedencia para que este último recuerde a los responsables la obligación que existe de no enviar en las conducciones equipos deteriorados.

   Los Jefes de grandes centros velarán especialmente por que los carros que se introducen al circuito de correspondencia estén siempre en condiciones operativas.

2. **Durante la carga de estos equipos**, tanto el Jefe de Unidad como los trabajadores velarán para:

   - Utilizar los equipos de protección individual-EPI's proporcionados en función de los EPI's definidos por puesto, siguiendo las instrucciones recibidas para ello.

   - No manipular los equipos con las manos o el calzado húmedo o con barro o grasa.

   - En los carros como norma general y siempre que sea posible depositar la carga dentro de contenedores tipo A, B o C, para que circulen encastradas de forma homogénea por niveles o pisos, haciendo coincidir en color, para facilitar la visibilidad de todas las etiquetas de destino.



Carga Inestable y bandejas no apiladas en color



Carga Estable y bandejas Apiladas en Color

En ningún caso se utilizará el equipo (jaulas y carros) para realizar un trabajo diferente al previsto (por ejemplo transportar personas, almacenado de material, etc.)

   - Apilar las bandejas vacías, encajadas y sin etiqueta, acompañadas de tantas tapas como sea posible.

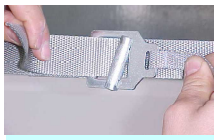
   - Evitar sobrecargar todo el peso en una zona.

   - Colocar los envíos más pesados en la parte inferior de estos equipos siempre que sea posible, realizando la carga de manera homogénea y evitando apilar en columnas. No se deben ni lanzar objetos, ni colocarlos en el suelo mientras se cargan los equipos.

- No se debe sobrepasar 10 alturas de bandejas tipo A o 5 de bandejas tipo B o C al cargar los carros. Las jaulas están destinadas principalmente al transporte de Paquetería o de Publicorreo y Publicaciones en legajos flejados o retractilados, en caso necesario podrán cargarse bandejas, solo en la primera línea delantera utilizando los mismos criterios de altura que en los carros y teniendo en cuenta que en este supuesto la parte posterior de la jaula debe estar cargada de paquetería, nunca vacía.

- Cuando se depositen en el mismo carro bandejas y envíos al descubierto (paquetes, sacas, etc.), apilar en altura las bandejas en un lado del mismo y los envíos al descubierto al otro lado.

- Cerrar las eslingas o cadenas de los carros y jaulas al objeto de asegurar la carga una vez cargado el equipo y antes de rotularlo utilizando el tarjetero al efecto.



Introducir el final de la correa desde abajo



Pasar por encima del rodillo y tirar fuertemente

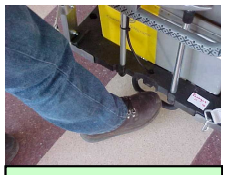
- Antes de proceder a la manipulación de estos equipos con medios mecánicos, verificar que estos están parados con el freno de estacionamiento puesto y las eslingas atadas.

3. **<u>Durante la manipulación de estos equipos</u>**, tanto el Jefe de Unidad como los trabajadores velarán para:

- Verificar que las vías a recorrer se encuentran despejadas y en perfectas condiciones para la circulación.

- Se debe mirar en la dirección de la marcha y mantener la buena visibilidad en el recorrido, prestando especial atención en cruces, esquinas, puertas, etc., evitando arranques, frenazos y giros bruscos que desestabilicen la carga.

- Desactivar el freno de estacionamiento levantando el pedal situado en la parte inferior del carro en el lado del asa de agarre o los dos frenos de las ruedas en el caso de las jaulas.



Desactivar el pedal de freno



Desactivar el freno de las ruedas

- Avisar del movimiento del equipo al personal en las inmediaciones de la trayectoria a seguir y respetar los itinerarios establecidos.

- Siempre que sea posible en la manipulación manual se debe:

  - Empujar la carga (en lugar de tirar de ella)
  - Mantenerla cerca, sin inclinarse hacia delante
  - Usar ambos brazos
  - Mantener contraídos los músculos del abdomen y la espalda recta
  - Agarrar el equipo entre la altura de los nudillos y el nivel de los hombros.
  - Dirigir los equipos, nunca lanzarlos aunque estén vacíos.



Tirando del Pórtico



Tirando del Asa



Empujando del Pórtico



Empujando del Asa

- En la manipulación mecánica de estos equipos (plataformas de camión, carretillas, etc.) se debe realizar la aproximación lentamente, sin golpear el equipo con las horquillas para facilitar su enganche y evitar roturas de elementos estructurales o de seguridad del mismo.

- Al bajar la carga utilizando medios mecánicos, se debe comprobar que va a estar asegurada la estabilidad del equipo y que en las inmediaciones no hay nadie que pueda ser dañado ante un desplazamiento fortuito y/o posible eventualidad.

3.1. Especificidades del carro en las operaciones de manipulación

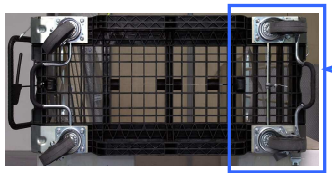
- Para su desplazamiento se utilizará el asa de agarre al objeto de dirigir el mismo, evitando así impactos en las extremidades.

- El sentido de desplazamiento del carro debe ser siempre en la dirección del lado largo del mismo.

- Se recomienda utilizarlos con el bloqueo activo (2 ruedas fijas en el extremo opuesto al asa y 2 ruedas giratorias) al ser menor el esfuerzo para desplazarlo.

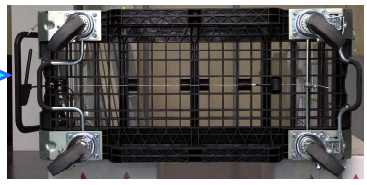


El freno se activa/desactiva al pisar o levantar el pedal situado entre las ruedas del extremo contrario al asa de agarre y hacer girar las ruedas hasta su colocación en sentido longitudinal y exterior.



2 Ruedas Fijas y 2 Giratorias
Ventaja: Menor esfuerzo

4 Ruedas Giratorias
Ventaja: Buena Maniobrabilidad



Sin embargo en zonas de espacio reducido, con el fin de ganar en maniobrabilidad, existe la opción de desbloquear la dirección (4 ruedas giratorias).

- Para frenar el carro, tanto vacío como cargado, de forma progresiva en rampas o situaciones de excesiva fuerza de inercia, se debe accionar la maneta ergonómica situada en la zona del asa de agarre, ejerciendo con la mano derecha fuerza en dirección al operario.



Accionando maneta del freno progresivo

▪ Se debe utilizar sólo en pendientes reducidas, orientándolo de forma longitudinal y ayudándose del bloqueo de la dirección y del freno de mano. El usuario debe estar siempre en la parte alta de la pendiente, mientras que el carro lo hará en la parte inferior, es decir, subir una pendiente tirando del carro y bajar una pendiente sujetando el carro. En este tipo de operaciones se debe pedir ayuda en caso necesario.



Transversal a la pendiente



Usuario en parte baja de pendiente



Usuario en parte alta de pendiente y longitudinal a ella

▪ En caso de manipulación con medios mecánicos circular a velocidad moderada teniendo en cuenta que:

- Para el transporte del carro mediante equipos móviles de trabajo y de elevación de cargas (carretilla, apiladores, etc.) se deberá hacer la aproximación lo más despacio posible, introduciendo la horquilla en la ventana del patín en sentido perpendicular al carro.



Horquilla en Diagonal



Horquilla en Perpendicular



Detalle de ventana del patín

- Para el transporte del carro mediante transpaleta se debe prestar especial atención, ya que por la configuración del equipo no es posible pasar las horquillas por el interior del patín antivuelco.

- El trasporte mediante cualquier medio mecánico se deberá hacer carro a carro.

▪ Para transportar los carros transportadores en vehículos estos se colocarán de forma longitudinal, teniendo en cuenta que únicamente se podrán colocar de modo transversal los situados al final del vehículo (si con ello se mejora el aprovechamiento del espacio) ó en casos

especiales. Además se deben distribuir los contenedores, en la medida de lo posible, de forma homogénea (Carros con carros, jaulas con jaulas y palets con palets). Además los equipos deberán ir siempre frenados y atados con las cinchas que incorpore el vehículo de transporte.



Carros en posición longitudinal

En la carga y descarga de la plataforma se evitará ponerse en recorrido previsible del carro ante un eventual fallo del freno.
Así mismo al realizar la carga y descarga en muelle comprobar que el vehículo se encuentra correctamente unido al muelle y el equipo se encuentra inmovilizado.
Todo ello siguiendo las instrucciones de la formación para el uso de las plataformas de vehículos y el PT006 Protocolo sobre el uso de plataformas.

- Para desplazar carros vacíos se puede utilizar un tren de carros uniendo los mosquetones con las anillas situadas en la parte inferior de los pórticos, prestando especial atención a su manipulación posterior.

3.2. Especificidades de la jaula en las operaciones de manipulación

- Para su desplazamiento se dirigirán agarrándolas por la parte lateral e interior para evitar impactos en las extremidades.

- En caso de manipulación con medios mecánicos se debe colocar con el lado cerrado más próximo al conductor, para evitar accidentes en caso de caída.

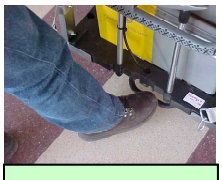
- Se debe utilizar sólo en pendientes reducidas, permaneciendo el usuario en la parte alta de la pendiente, mientras que la jaula lo hará en la parte inferior, es decir, subir una pendiente tirando de la jaula y bajar una pendiente sujetando la jaula. En estas operaciones se debe pedir ayuda en caso necesario.

4. Tras la utilización de estos equipos, el trabajador debe:

- Realizar una comprobación visual del equipo para verificar que este se encuentra en condiciones operativas de utilización, prestando atención al estado de sus distintos componentes, en especial a los elementos de seguridad. En caso de observar deficiencias en estos elementos, el trabajador procederá, previa comunicación y validación por su responsable directo, a retirar el equipo para su revisión y mantenimiento, almacenándolo en el lugar designado en el centro para ello. Para ello rotulará el carro según anexo I para su envío al CTA Chamartin.

- Ubicar los equipos de forma ordenada en el lugar designado para ello, sin obstaculizar en ningún caso las vías de circulación y/o evacuación ni los medios de extinción de incendios.

- Siempre que se estacione el equipo, cuando sea transportado en un vehículo o cuando el operario lo deje sólo, se inmovilizará accionando el freno (pedal situado, en el lado del asa de agarre del carro o en dos ruedas en las jaulas).



Activar el pedal de freno



Activar el freno de las ruedas

5. <u>En todo momento el Jefe de Unidad:</u>

- Participará activamente en el cumplimiento de este protocolo.
- Informará y sensibilizará al personal respecto a este protocolo.
- Velará por el cumplimiento del presente protocolo (manejo, uso de elementos de seguridad, etc.)
- Velará por que no se usen los equipos no operativos.
- Definirá dónde se ubican los equipos no operativos y velará porque una vez retirados se ubican en el mismo hasta su envío a reparación.
- Gestionará las acciones oportunas para que los equipos retirados de la unidad se repongan por otros en condiciones operativas.
- Colocará una vez recibido en formato cartel y asegurará su permanencia, el Anexo II del presente protocolo en un lugar visible de la unidad como recordatorio del uso seguro de estos equipos.

4. ACTIVIDADES ENCOMENDADAS

- JEFE DE LA UNIDAD Y TRABAJADORES
  - Seguir las instrucciones contenidas en este protocolo en especial:
  - Comprobación visual del equipo previamente y posteriormente a su utilización para verificar que este se encuentra en condiciones operativas de utilización, retirándolo para su revisión y mantenimiento en caso contrario (ubicándolo en el lugar designado para ello).
  - Utilizar los equipos de protección individual-EPI's proporcionados según los EPI's establecidos por puesto, siguiendo las instrucciones recibidas para ello.
  - Como norma general y siempre que sea posible depositar la carga en los carros dentro de contenedores tipo A, B o C, para que circulen encastradas de forma homogénea por niveles o pisos, haciendo coincidir en color, para facilitar la visibilidad de todas las etiquetas de destino. En ningún caso se utilizará el equipo (carros y jaulas) para realizar un trabajo diferente al previsto (por ejemplo transportar personas, almacenamiento de materiales, etc.)
  - Colocar los envíos más pesados en la parte inferior de estos equipos siempre que sea posible, realizando la carga de manera homogénea y evitando apilar en columnas. No se deben ni lanzar objetos, ni colocarlos en el suelo mientras se cargan los equipos.
  - No sobrepasar 10 alturas de bandejas tipo A o 5 de bandejas tipo B o C al cargar los carros. En caso necesario cargar las jaulas (destinadas al trasporte de Paquetería o de Publicorreo y Publicaciones en legajos flejados o retractilados) con bandejas, solo en la primera línea delantera utilizando los mismos criterios de altura que en los carros y teniendo en cuenta que en este supuesto la parte posterior de la jaula debe estar siempre cargada de paquetería, nunca vacía.
  - Cerrar las eslingas o cadenas de los carros y jaulas al objeto de asegurar la carga y rotularlo utilizando el tarjetero al efecto.
  - Verificar que las vías a recorrer se encuentran despejadas y en perfectas condiciones para la circulación.
  - Mirar en la dirección de la marcha y mantener la buena visibilidad en el recorrido, prestando especial atención en cruces, esquinas, puertas, etc., evitando arranques, frenazos y giros bruscos que desestabilicen la carga.
  - Desactivar el freno de estacionamiento antes de iniciar la marcha.

- Avisar del movimiento del equipo al personal en las inmediaciones de la trayectoria a seguir y respetar los itinerarios establecidos.
- Empujar la carga (en lugar de tirar) y mantenerla cerca, sin inclinarse hacia delante, usando ambos brazos, manteniendo contraídos los músculos del abdomen y la espalda recta y agarrando el equipo entre la altura de los nudillos y el nivel de los hombros.
- Para el desplazamiento de los equipos utilizar el asa de agarre (carros) o la parte interior de la estructura (jaulas), evitando así impactos en las extremidades.
- Utilizar estos equipos sólo en pendientes reducidas.
- Tras su utilización ubicar los equipos de forma ordenada en el lugar designado para ello, sin obstaculizar en ningún caso las vías de circulación y/o evacuación ni los medios de extinción de incendios.
- Para la manipulación con medios mecánicos seguir las instrucciones recibidas en la formación.

- JEFE DE LA UNIDAD
  - Participar activamente en el cumplimiento de este protocolo.
  - Informar y sensibilizar al personal respecto a este protocolo.
  - Velar por el cumplimiento del presente protocolo (manejo, uso de elementos de seguridad, etc.)
  - Enviar un correo electrónico al Jefe de Sector de Oficinas/ Jefe de Sector de Distribución/ Jefe de Grandes Centros con copia al Jefe de Red de Oficinas/Jede de Red de Distribución/Jefe de Red de Logística (según proceda) para informarle de las incidencias detectadas indicando las conducciones y procedencia para que este último recuerde a los responsables la obligación que existe de no enviar en las conducciones equipos deteriorados.
  - Velar por que no se usen los equipos no operativos.
  - Definir dónde se ubican los equipos no operativos y velar porque una vez retirados se ubican en el mismo hasta su envío a reparación.
  - Gestionar las acciones oportunas para que los equipos retirados de la unidad se repongan por otros en condiciones operativas.
  - Colocar una vez recibido en formato cartel y asegurar su permanencia, el Anexo II del presente protocolo en un lugar visible de la unidad como recordatorio del uso seguro de estos equipos.

- JEFE DE GRANDES CENTROS
  - Velar especialmente por que los carros que se introducen al circuito de correspondencia estén siempre en condiciones operativas.

5. REGISTROS

ANEXO I- Rotulación de carros para su encaminamiento a revisión y mantenimiento

MANTENIMIENTO CARROS Y JAULAS ROTOS

DE: *(Centro de origen)*

A: CTA CHAMARTÍN - MADRID

FECHA:

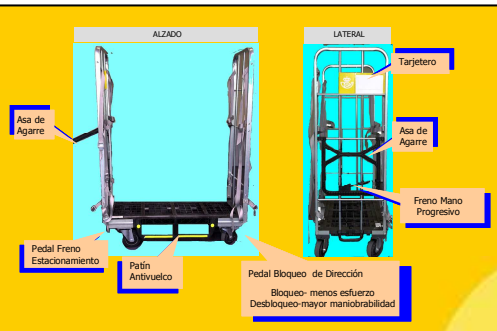
CONDUCCIÓN:
PROCEDENCIA:

ANOMALÍAS:

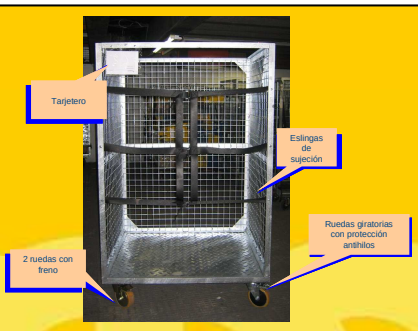
- ☐ **FRENOS**
- ☐ **RUEDAS**
- ☐ **ESLINGAS:**

OTROS:

ANEXO II- Cartel informativo sobre el uso seguro de carros y jaulas



Uso seguro de Carros y Jaulas

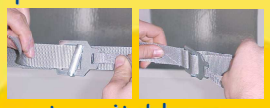


- Controla visualmente el estado de los equipos previa y posteriormente a su utilización
- Retira y envía para la reparación al CTA Chamartín
- Utiliza los EPI's del puesto siguiendo las instrucciones recibidas
- Deposita la carga:



- ✓en contenedores encarados por el lado amarillo, de forma homogénea por niveles (carros)
- ✓Carros: no superar las 10 alturas de bandejas tipo A o 5 de bandejas tipo B o C
- ✓Jaulas: En caso necesario usar para cargar bandejas con los mismos criterios de altura, solo en la 1ª línea delantera y con el fondo cargado de paquetes
- ✓sin lanzar los objetos postales

- Desactiva el freno para iniciar la marcha
- Cierra las eslingas o cadenas para asegurar la carga



- Verifica que las vías se encuentran despejadas y transitables
- Durante la manipulación del equipo:
  - ✓Mira en dirección a la marcha con especial atención en cruces, puertas, etc.
  - ✓Avisa al personal en las inmediaciones de la trayectoria a seguir
  - ✓Dirige el equipo con el asa (carros) o desde la parte interior de la estructura (jaulas) para evitar golpes en las extremidades
  - ✓Empuja la carga en lugar de tirar de ella, agarrandola con ambos brazos entre la altura de los nudillos y los hombros, manteniéndola cerca del cuerpo y con los músculos del abdomen contraídos y la espalda recta
  - ✓Utilízalo en pendientes reducidas y desde la parte alta y en sentido longitudinal



- Ubica los equipos frenados, de forma ordenada y en el lugar designado para ello
- Para la manipulación con medios mecánicos sigue las instrucciones recibidas en la formación

CORREOS SEPI

¡ENTRE TODOS HACEMOS PREVENCIÓN!

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales
Subdirección de Promoción de la Salud
Dirección de Recursos Humanos