

	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Nº COPIA CONTROLADA:

RELACIÓN DE REVISIONES

Nº REV.	FECHA	MOTIVO DE LA REVISIÓN
Rev. 1		
Rev. 2	Julio 2011	Se incluyen recomendaciones de conducción para reducir consumo gasolina
Rev. 3	Junio 2015	Se incluyen recomendaciones de uso de extintores

ELABORADO POR:	REVISADO POR:	APROBADO POR:
Fecha: 1/Junio/2015	Fecha: 1/Junio/2015	Fecha: 1/Junio/2015

	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Oficina y almacén

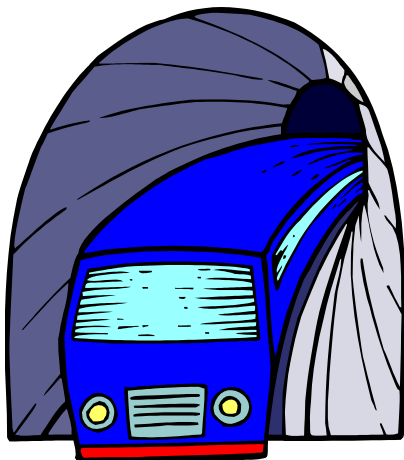
- ✓ Intentar reutilizar para borradores el papel utilizado por una cara.
- ✓ Emplear papel reciclado siempre que sea posible.
- ✓ Procurar utilizar los disquetes necesarios, comprimiéndolos si es preciso, y reutilizar los disquetes con documentación obsoleta.
- ✓ Reutilizar las carpetas vacías.
- ✓ Cuando se cambien los tóner y los cartuchos de las impresoras depositar los viejos en los contenedores habilitados para tal fin.
- ✓ Separar el cartón y el papel del resto de las basuras y depositarlas en el contenedor destinado a tal fin, para facilitar su uso en la fabricación de papel reciclado . De esta manera , evitaremos entre todos talar más árboles de lo necesario.
- ✓ Una forma de minimizar los residuos es reducir el uso de productos de “usar y tirar”, no abusos de los platos, vasos y cubiertos de un solo uso.
- ✓ Depositar las pilas botón (de reloj) y demás tipos, en contenedores específicos contribuye de forma eficaz a reducir la contaminación. Una pila botón puede llegar a contaminar 500.000 litros de agua.
- ✓ Segregar los residuos mediante el uso de los distintos contenedores que están claramente diferenciados (orgánicos, papel y cartón, plásticos y envases...)



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Obra

- ✓ Evitar durante el desarrollo del trabajo tirar residuos en las vías, y cuando esto se haga disponerlos lo más juntos posible para facilitar su recogida.
- ✓ Dejar el lugar de trabajo (vías, casetas de obra...) tan limpias como el día que comenzasteis el trabajo.
- ✓ Depositar los escombros en los contenedores habilitados para los mismos, y gestionarlos mediante una empresa autorizada para realizar su recogida de manera que se garantice que estos acaban en vertederos controlados.
- ✓ Guardar las pilas gastadas de los equipos de medida o de otros equipos de la obra, para depositarlos en los contenedores habilitados para tal fin en la oficina de la empresa.



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Agua

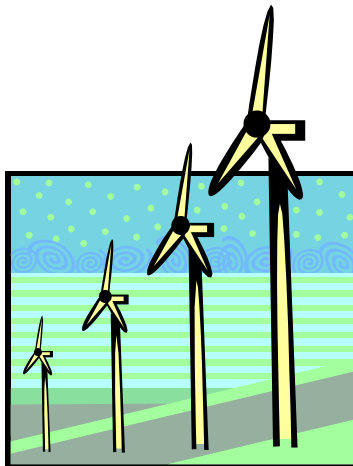
- ✓ No utilizar el WC como basurero, no tire colillas de tabaco ni otros materiales al mismo, para eso están las papeleras.
- ✓ Evite “tirar de la cadena” innecesariamente, con ello se conseguirá reducir un gran volumen de agua.
- ✓ Cerrar bien los grifos contribuye de forma importante al ahorro de agua. Una gota por segundo se convierte en 30 litros/día (aproximadamente el 10% del consumo diario).



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Energía

- Apagar el ordenador cuando no lo estéis utilizando, sobre todo a la hora de las comidas y al final de día. Si no es posible apagar los ordenadores, al menos apagar las pantallas.
- Apagar las luces de la salas y habitaciones cuando no se utilizan (despachos, cocina, baños, etc.) contribuye a reducir el consumo de energía.
- Puede ahorrarse hasta un 10% en el consumo eléctrico si se mantienen limpios los focos y lámparas.
- El mayor consumo de energía de los tubos fluorescente se produce en el encendido, de ahí que una buena práctica medioambiental sea no apagarlos en salas donde sea necesario volver a encenderlos en menos de 30 minutos.
- Utilizar los aparatos de aire acondicionado de forma coherente. La temperatura ideal en invierno es de 20 grados. Controla el termostato de los radiadores , de la calefacción y de la refrigeración.



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Problemática Medioambiental

- Conocer la problemática ambiental de la empresa (tipos de residuos producidos, oportunidades de minimización, objetivos medioambientales a cumplir, etc.) a través de consultas al Responsable de Calidad y Medioambiente, o búsquedas a título personal a través de recursos de información ambiental.
- Respetar los objetivos medioambientales establecidos y conocer el papel que desempeñamos cada uno para la obtención de los mismos.
- El símbolo de las tres flechas en círculo indica que el material del envase es reciclable.
- El punto verde se otorga aquellos envases integrados en un sistema integrado de gestión que asegura su recogida, lo que facilitará la posterior valorización y reciclado del material de estos envases.
- Leer de vez en cuando los carteles informativos que se coloquen en el tablón de anuncios (comunicados internos, planes de emergencia...).
- Consultar cualquier duda, en relación a temas ambientales, por pequeña que os parezca, al Director de Calidad y Medioambiente.



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Limpieza

- Vigilar los productos químicos que se emplean en la limpieza y buscar aquellos que se identifiquen como de una menor agresividad medioambiental. Seleccionar aquellos que garantizando la limpieza sean menos tóxicos y biodegradables.
- Al utilizar productos de limpieza, seguir las recomendaciones del fabricante en cuanto a la dosificación y tratamiento y depósito final de los envases vacíos, asegurando un consumo y uso correcto para evitar una mayor contaminación.
- Para aprovechar el producto de limpieza, enjuaga varias veces con agua limpia y utilízala como agua de limpieza. De esta manera podrás depositar el envase en el contenedor de envases y plásticos sin residuos del producto que contenía.
- En las etiquetas de los productos que utilicéis debe constar toda aquella información necesaria para una correcta utilización por parte del usuario: Avisos sobre la seguridad y medio ambiente, como almacenar el producto, fechas de caducidad, etc.
- Comprar detergentes sin fosfatos. Los fosfatos tienen consecuencias nocivas en los cauces fluviales porque su utilización ayuda a la proliferación de algas impidiendo la vida al resto de la fauna.



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Otros

- Mantener los envases de productos peligrosos perfectamente cerrados para evitar fugas y derrames. Aislar los más peligrosos o los que puedan interactuar.
- Evitar el generar medicamentos caducados. Utilizar los más antiguos y rotarlos según la fecha de caducidad.
- Separar los productos tóxicos de los no tóxicos
- Identificar de forma correcta todos los contenedores



	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

Conducción y consumo de Gasoil

Realizar una conducción moderada y eficiente no sólo ayuda a mejorar la seguridad vial si no que es además la mejor herramienta para disminuir el consumo de combustible y paralelamente reducir las emisiones contaminantes asociadas.

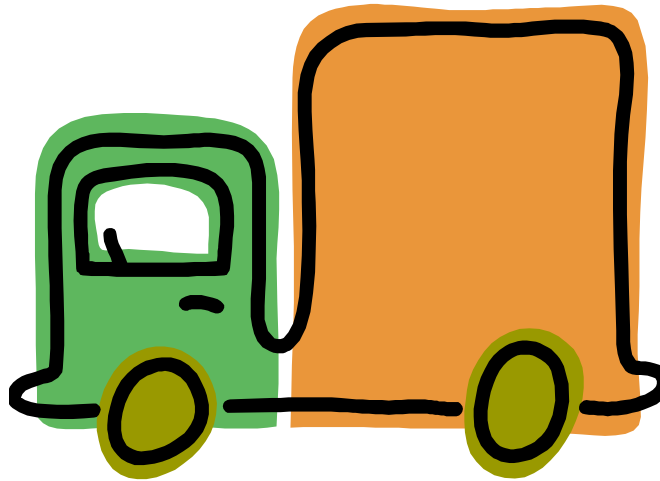
- Al **arrancar** el coche no pises el acelerador. En el caso de los motores de gasolina inicia la marcha inmediatamente después del arranque y en los Diesel conviene esperar unos segundos antes de iniciar la marcha.
- La **primera marcha** es recomendable utilizarla sólo para el inicio de la marcha y cambiar a segunda a los dos segundos o seis metros aproximadamente.
- Al **inicio del recorrido** avanza a una velocidad moderada, acelerando progresivamente. Espera a que la temperatura del motor se estabilice para demandar la máxima potencia. Además, ten en cuenta que los acelerones en frío someten a esfuerzos extras al motor, reducen su duración e incrementan el consumo.
- Circula a unas 2.000 ó 2.500 **revoluciones por minuto** en coches de gasolina y a unas 1.500 ó 2.000 revoluciones por minuto en los Diesel.
- Conduce con **anticipación** y tranquilidad, evitando los frenazos, las aceleraciones bruscas y los cambios de marchas innecesarios. Mantén una adecuada distancia de seguridad y circular a una velocidad regular, ya que de esta forma se puede ahorrar entre un 10% y un 15% de carburante.
- **Modera la velocidad**, ya que además de mejorar la seguridad, por encima de los 100 km/h el consumo de combustible se multiplica.
- **Apaga el motor** del vehículo en **paradas** superiores a un minuto.
- Cuando se circula **bajando una pendiente**, conviene levantar el pie del acelerador y aprovechar así la inercia del coche, utilizando el cambio y el pedal de freno para efectuar pequeñas correcciones y ajustar la velocidad. No dejes el cambio de marchas en punto muerto, ya que no sólo es peligroso, sino que además el coche consume más.
- Al **subir una pendiente**, lo mejor es utilizar la marcha más larga posible, pisando el acelerador lo justo para mantener la velocidad.

Y además...

- No conduzcas con las **ventanas bajadas**, ya que esto provoca una mayor resistencia al movimiento y, por lo tanto, mayor esfuerzo del motor y mayor consumo.
- Utiliza el **aire acondicionado** sólo lo imprescindible ya que su uso aumenta hasta un 20% el consumo.

	MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES	MBP
		Rev. 3

- Vigila la **presión de los neumáticos**, una presión incorrecta incrementa el consumo hasta un 10%, reduce la vida de los neumáticos y disminuye la seguridad.



MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES

MBP

Rev. 3

Uso de extintores de incendio

En la organización de un plan de protección contra incendios en un centro de trabajo, merece especial importancia la elección de los elementos materiales más adecuados y eficaces. Como el extintor es el primer elemento que se usa en los primeros minutos de iniciación de un fuego, se puede

afirmar que de él depende que la propagación del fuego se evite o no.

Para elegir un buen extintor hay que conocer qué agente extintor es el más adecuado y qué tipo y eficacia de extintor conviene; además, se debe actuar según lo recomendado, y su mantenimiento y

ubicación deben ser los correctos. (Las revisiones fundamentales se efectuarán anualmente y el retimbrado, cada cinco años).

A continuación, resumimos las normas básicas para la utilización de un extintor contra incendios, las clases de fuego y los tipos de extintores.

DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS

Un extintor es un aparato que contiene un agente o sustancia extintora que puede ser proyectada y dirigida sobre un fuego por la acción de una presión interna. Esta presión interna puede obtenerse por una compresión previa permanente, por una reacción química o por la liberación de un gas auxiliar.

El extintor debe estar en buen estado y el personal debe saber cómo manejarlo, su emplazamiento debe ser visible y accesible, deben estar próximos a las salidas de evacuación y, preferentemente, sobre soportes fijados o paramentos verticales, de modo que la parte superior del extintor quede como máximo a 1,70 m sobre el suelo.

CLASIFICACIÓN DE EXTINTORES

Según la sustancia extintora que empleen, los extintores se clasifican en: *Extintores de agua.* La impulsión se realiza mediante un gas a presión incorporado al cuerpo de la botella o con botellín auxiliar. Se aplica en fuegos de clase A.

Agente extintor	CLASES DE FUEGO (UNE-EN2 1994)			
	A	B	C	D
Agua pulverizada	••• ⁽²⁾	•		
Agua a chorro	•• ⁽²⁾			
Polvo BC (convencional)		•••	••	
Polvo ABC (polivalente)	••	••	••	
Polvo específico metales				••
Espuma física	•• ⁽²⁾	••		
Anhidrido carbónico	• ⁽¹⁾	•		
Hidrocarburos halogenados	• ⁽¹⁾	••		

A: Sólidos – B: Líquidos – C: Gases – D: Metales especiales

••• Muy adecuado •• Adecuado • Aceptable

⁽¹⁾ En fuegos poco profundos (profundidad inferior a 5 mm), puede asignarse ••.

⁽²⁾ En presencia de corriente eléctrica, no son aceptables como agentes extintores el agua a chorro ni la espuma; el resto de los agentes extintores podrán utilizarse en aquellos extintores que superen el ensayo dieléctrico normalizado en UNE-23.110.



Extintores de polvo. La impulsión del polvo se produce al actuar la presión del gas CO₂ o N₂ comprimidos en un botellín, o bien mediante la presión incorporada en la misma botella del polvo. Se fabrican tres modalidades: polvo seco, para fuegos clase B y C; polvo antibrasa, eficaces para fuegos clase A,B y C; y polvo especial, para fuegos clase D.

Extintores de espuma. Pueden ser de espuma química y física; son útiles para fuegos de clase B y aceptables para madera, papel, tejidos, etc.

Extintores de CO₂. Se llaman también de nieve carbónica; la impulsión se genera por la propia presión del CO₂ que contiene la botella. Es útil para pequeños fuegos de clase B y fuegos en instalaciones eléctricas.

Extintores de halón. La impulsión del halón se realiza normalmente con nitrógeno a presión. Su poder extintor es superior al CO₂. Son excelentes para fuegos eléctricos, adecuados para fuegos clase B y aceptables para fuegos clase A y C.

Desde el descubrimiento del deterioro de la capa de ozono atmosférica, se han ido adoptando medidas para restringir su utilización. Reglamentos (CE) 2037/2000. (DOCE 29.9.2000).

NORMAS DE UTILIZACIÓN

Descolgar el extintor, asiéndolo por la maneta o asa fija y dejarlo sobre el suelo en posición vertical. (Dibujo 1).

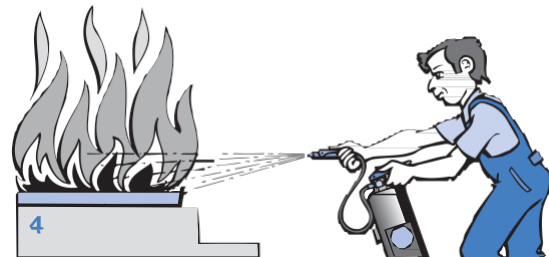
Asir la boquilla de la manguera del extintor y comprobar, en caso de que exista, que la válvula o disco de seguridad está en una posición sin riesgo para el usuario. Sacar el pasador de seguridad tirando de su anilla. (Dibujo 2).

Presionar la palanca de la cabeza del extintor y, en caso de que exista, apretar la palanca de la boquilla realizando una pequeña descarga de comprobación. (Dibujo 3).

Dirigir el chorro a la base de las llamas con movimiento de barrido. En caso de incendio de líquidos, proyectar superficialmente el agente extintor efectuando un barrido evitando que la propia presión de impulsión provoque derrame del líquido incendiado. Aproximarse lentamente al fuego hasta un máximo de un metro. (Dibujo 4).

CONSULTA A LOS TRABAJADORES

En todas las etapas de gestión relacionadas con el uso de extintores de incendio, el empresario consultará a los trabajadores, sea directamente o a través de sus delegados de prevención.





S.A. DE INSTALACIONES ALFAR

CUESTIONARIO DE FORMACIÓN

DEPARTAMENTO DE
MEDIOAMBIENTE

1. **¿Cuál de las siguientes opciones no se puede considerar como buena práctica medioambiental?**
 - Separar el papel y el cartón del resto de basuras
 - No abusar con el uso de productos “usar y tirar”
 - Depositar las pilas en contenedores específicos
 - Todas las opciones respetan las buenas prácticas medioambientales

2. **¿Cuál es el proceso a seguir con los escombros generados en obra?**
 - Dejar los escombros en la vía ya que es trabajo de otra empresa recogerlos
 - Ir dejando los escombros lo más juntos posible para una vez terminada la jornada, depositarlos en los contenedores habilitados y gestionarlos a través de una empresa autorizada.
 - Recoger los escombros generados por nuestros trabajadores y tirarlos en la basura más cercana

3. **¿Se pueden tirar colillas de tabaco u otros materiales al W.C.?**
 - Si, siempre que no existan papeleras cerca
 - No, nunca se puede usar el W.C. como basurero

4. **¿De que manera debes proceder para ahorrar energía?**
 - Apagando las luces de habitaciones que no se utilizan
 - Manteniendo limpios focos y lámparas
 - Controlar el termostato de calefacciones y radiadores
 - Todas las opciones contribuyen a ahorrar energía.



S.A. DE INSTALACIONES ALFAR

CUESTIONARIO DE FORMACIÓN

DEPARTAMENTO DE
MEDIOAMBIENTE

5. ¿Qué tipo de productos para la limpieza son los más adecuados para proteger el medioambiente?

- A ser posible los menos tóxicos y biodegradables y sin fosfatos
- Aquellos que son tóxicos, porque son los que mejor limpian
- Los biodegradables con fosfatos

6. Los extintores de polvo BC (convencional) sirven para:

- Fuegos de tipo A
- Fuegos de tipo B y C
- Fuegos de tipo D

7. Di si las siguientes suposiciones corresponden a una buena práctica medioambiental:

- | | <u>Si</u> | <u>No</u> |
|--|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> Mantener los envases de productos cerrados para poder guardarlos con los que pueden interactuar, así como con los productos No Tóxicos. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Utilizar los medicamentos más antiguos para evitar generar medicamentos caducados | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Tirar las pilas gastadas junto con los escombros generados en la vía. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

REALIZADO POR: _____

FIRMA:

FECHA: _____