

F.O.L.

UNIDAD 8

Medidas de prevención y protección

Javier Díaz Garrido

INDICE

1 Medidas de prevención.	Pág.1
1.1 Medidas o técnicas de prevención no médicas.	Pág.3
1.2 Medidas o técnicas de prevención médicas.	Pág.4
1.2.1 Vigilancia de la salud del personal.	Pág.5
1.2.2 Reconocimientos médicos.	Pág.7
1.3 Información y formación del personal.	Pág.9
2 Medidas de protección.	Pág.11
2.1 Protección colectiva.	Pág.11
2.2 Protección individual.	Pág.12
2.2.1 Obligaciones en relación a los EPI.	Pág.14
3 Señalización de seguridad.	Pág.15
3.1 Tipos de señalización.	Pág.16
4 Actuación ante situaciones de emergencia.	Pág.18
4.1 Plan de autoprotección.	Pág.19
4.2 Plan de actuación en caso de emergencia.	Pág.21
5 Primeros auxilios.	Pág.23

Medidas de prevención y protección.

Caso práctico

Los problemas en la empresa donde trabaja **Ana** se suceden con rapidez. **Eugenia**, la directora de RRHH, está preocupada. Tras la caída de uno de los visitantes se ha producido un accidente más. Una empleada del departamento de administración se hizo una luxación en el hombro por caer al suelo tras tropezar con unos archivadores que estaban en el suelo esperando a ser colocados de nuevo en el armario.

Lo cierto es que desde que empezaron con la ampliación de la plantilla **Eugenia** ha estado muy ocupada con todo el proceso de selección, y entre las entrevistas y el papeleo de los contratos, casi no ha podido dedicar tiempo a la actividad preventiva.

El nuevo personal recibió al incorporarse a la empresa los manuales de prevención que incluyen la información preventiva general y la específica de su puesto. Pero la mayoría lo tienen guardado en su taquilla y apenas conocen su contenido. **Carmen**, la delegada de prevención, se ha quejado de que la gente es muy desordenada, cada uno va a la suya y no tiene en cuenta los posibles daños que pueden causar por el desorden que hay.

En vista de las circunstancias, **Eugenia** decide realizar una reunión urgente con todos los trabajadores y las trabajadoras para intentar tomar medidas y que no vuelvan a producirse casos como los que últimamente han acontecido.

Por si fuesen pocos los problemas, **Julio**, uno de los trabajadores de limpieza y mantenimiento llega corriendo y desencajado al despacho de **Eugenia**:

-¡Se ha caído un trozo de techo en el baño de caballeros! -exclama **Julio**-.

-¡Por Dios! ¡Qué más puede suceder! -grita desesperada-.

Las últimas y abundantes lluvias habían dejado al descubierto importantes humedades que han terminado provocando un pequeño desprendimiento de parte de la escayola.

Eugenia llega al lugar y comprueba in situ que una parte del techo se ha desprendido. Afortunadamente no se han producido daños a las personas. **Eugenia** respira algo más tranquila, tras ver que nadie ha sido dañado y ordena a Julio que recoja los escombros. Cuando vuelve a su despacho se pregunta qué hubiera ocurrido si el desprendimiento del techo hubiera provocado una lesión grave o muy grave a algún trabajador. ¿Tendremos medios suficientes para afrontar una emergencia de ese tipo?

1.- Medidas de prevención.

Caso práctico

Hoy es el día de la reunión con toda la plantilla y **Eugenia** ha convocado una hora antes a Jorge, el técnico en prevención de riesgos laborales del servicio de prevención ajeno que tienen contratado. **Eugenia** le expone los sucesos acontecidos en los últimos días en la empresa. **Jorge** pregunta sobre las medidas que se han adoptado anteriormente. **Eugenia** le comenta que no creían necesaria medidas de prevención específicas porque antes nunca se habían producido incidentes de consideración. Ella cree que los accidentes producidos, en su opinión, son fruto de la falta de experiencia de los trabajadores y trabajadoras recién incorporados a la empresa, aunque para dejar clara su buena voluntad ante los representantes del personal ha solicitado la presencia del técnico del servicio de prevención ajeno para que les asesore sobre las medidas a tomar.

Jorge deja claro a **Eugenia** que los accidentes y enfermedades en el ámbito laboral jamás son fruto del azar sino consecuencia de no prevenir los riesgos existentes en el trabajo. Jorge considera que hay que tomar una serie de medidas con carácter inmediato si no quieren que la cadena de accidentes continúe o que se produzca un incidente muy grave. Cree que de manera inminente se debe realizar una evaluación de riesgos. Además, hay que tomar rápidamente una serie de medidas de prevención para eliminar los riesgos existentes. Finalmente, presenta las siguientes medidas de prevención:

Riesgos	Medidas de prevención
Orden y limpieza: Riesgo de caída por objetos apilados en el suelo	El suelo debe estar limpio y libre de obstáculos. Cuando sea preciso vaciar los armarios, el material que se saque deberá depositarse en carritos hasta su reubicación.

En las unidades anteriores hemos estudiado que para preservar la salud de los trabajadores y trabajadoras, es necesario **identificar cuáles son los riesgos laborales** presentes en la empresa. Una vez identificados podremos evitar muchos de esos riesgos. Otros no son fáciles de evitar y debemos **evaluar cada puesto de trabajo** para estimar la magnitud de los riesgos que no se hayan podido evitar. Y por último debemos **aplicar las medidas de prevención y protección** dirigidas a reducir en lo posible el riesgo existente y minimizar el potencial daño a la salud de las personas que trabajan en la empresa.

Como recordarás, en unidades anteriores aprendimos a identificar los distintos tipos de riesgos profesionales y hemos visto cómo se realiza la evaluación de riesgos. En esta unidad vamos a ver cómo finaliza el proceso de control de los riesgos laborales, mediante la aplicación de medidas de prevención y protección.

Para evitar los riesgos laborales presentes en el puesto de trabajo, la empresa utiliza dos tipos de medidas:

- **Medidas de prevención.** Dirigidas a la detección, evaluación y eliminación de riesgos.
- **Medidas de protección.** Tienen como objetivo primordial proteger a los trabajadores y a las trabajadoras sobre aquellos riesgos que no se han podido eliminar.

Según la LPRL:

- En primer lugar hay que eliminar o reducir el riesgo en su punto de origen (**medidas de prevención**).
- Si no fuese suficiente, se aplicarán **medidas de protección**, que reduzcan el riesgo potencial actuando sobre el medio de transmisión del mismo (medidas colectivas) o sobre el propio trabajador (**equipos de protección individual o EPI**).

Para eliminar o reducir los factores de riesgo laboral, y por lo tanto, los daños profesionales, se aplican diversas **medidas de prevención y protección** que conforman las **Técnicas de Prevención** que tradicionalmente se han agrupado en dos categorías, que se corresponden con las desarrolladas por las disciplinas establecidas por la LPRL:

- **Técnicas médicas** (Medicina del trabajo).
- **Técnicas no médicas** (Seguridad, Higiene, Ergonomía y Psicología aplicada).

Autoevaluación

Las medidas que tratan de eliminar o reducir el riesgo en su punto de origen:

- ☐ Medidas de protección.
- ☒ **Medidas de prevención.**
- ☐ Ninguna de las anteriores es correcta.

1.1.- Medidas o técnicas de prevención no médicas.

¿Cuáles son las técnicas que intentan eliminar los accidentes y enfermedades profesionales? ¿Son efectivas? ¿Existen medidas específicas que actúen sobre la insatisfacción laboral? ¡Pues claro que sí! Las técnicas preventivas, no médicas, tienen como objetivo principal eliminar cualquier riesgo que pueda producir un accidente, enfermedad profesional o cualquier otro daño laboral.

El Reglamento de los Servicios de Prevención establece especialidades en las siguientes disciplinas o técnicas preventivas no médicas:



Seguridad en el trabajo	Las técnicas de Seguridad son acciones aplicables en cualquier medio laboral, cuya finalidad es la detección, eliminación, aislamiento o corrección de las causas que intervienen en la formación de los riesgos que originan los accidentes de trabajo.
Higiene industrial	<p>Tiene como objetivo la prevención de enfermedades mediante el control de la presencia de agentes ambientales contaminantes. Las agentes ambientales en los que se centra la higiene industrial son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los agentes químicos (productos químicos inflamables, cancerígenos, irritantes, explosivos, tóxicos, corrosivos, etc.). • Los agentes físicos (ruido, vibraciones, temperatura, radiaciones, e iluminación). • Los agentes biológicos (hongos, bacterias, protozoos, virus, etc.).
Ergonomía	<p>La Ergonomía intenta adecuar las condiciones del puesto de trabajo al hombre. Los puestos de trabajo se han de diseñar adaptándose a las características de la mayoría de las personas y evitar que los requerimientos del puesto sobrepasen la capacidad del trabajador, pudiendo esto dar lugar a la aparición de factores de carga, que pueden causar fatiga, inadaptación del trabajador, etc.</p> <p>La Ergonomía trata de solucionar los problemas que no dañan la salud de los trabajadores, pero causan molestias, disconfort, etc., pero siempre por debajo de los límites que se pueden considerar perjudiciales para la salud física. Por ejemplo el ruido de impresoras o máquinas, puede causar molestias a los que trabajan a su alrededor, aunque el ruido no sea suficiente como para causar daños auditivos (sordera profesional).</p>

Psicología aplicada	<p>Se trata del grupo de técnicas destinadas a prevenir y corregir la insatisfacción laboral y el estrés.</p> <p>Su actuación se centre en el estudio de los cambios en la organización de la empresa como la estructura formal e informal, las relaciones entre grupos, dirección de personal, estilos de dirección, etc.</p>
----------------------------	--

Para saber más

En la siguiente presentación podrás encontrar información sobre la [higiene industrial](https://es.slideshare.net/Silvia_PRL/1-introducci-higiene-industrial-presentation).

https://es.slideshare.net/Silvia_PRL/1-introducci-higiene-industrial-presentation

Autoevaluación

La disciplina o técnica de prevención no médica: seguridad en el trabajo...

- ☐ Tiene como finalidad la prevención de enfermedades mediante el control de la presencia de agentes ambientales contaminantes.
- ☐ Se trata de un conjunto de técnicas para prevenir y corregir la insatisfacción laboral y el estrés.
- ☐ Son acciones aplicables en cualquier medio laboral, cuyo objetivo es la detección, eliminación, aislamiento o corrección de las causas que intervienen en la formación de los riesgos que originan los accidentes de trabajo.

1.2.- Medidas o técnicas de prevención médicas.

La Medicina del Trabajo constituye una de las especialidades o disciplinas de la prevención de riesgos laborales; su ejercicio mediante la actividad sanitaria se realiza dentro del servicio de prevención propio de las empresas con la estructura y medios adecuados o, en su caso, a través de los servicios de prevención ajenos o entidades especializadas y Mutuas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales.

La Medicina del Trabajo no se concentra única y exclusivamente a la realización de reconocimientos médicos específicos, sino que supone una vigilancia concreta y específica de las capacidades físicas y psíquicas del trabajador en función del desempeño del puesto de trabajo; el resultado consiste en detectar la aptitud o no aptitud parcial o total para desarrollar las actividades propias de la profesión. Por ello, la Medicina del Trabajo enlaza también con la propia evaluación de los riesgos, pues en esta actividad hay que tener en cuenta los factores externos y aquéllos otros que afectan a la persona del trabajador.

Según el desarrollo natural del daño a la salud los profesionales de esta especialidad desempeñan tareas diferenciadas:

- **Preventiva.** Antes de que se produzca el daño, intentando prevenirlo o en su caso detectarlo precozmente, desarrollan tareas preventivas que se denominan en su conjunto Vigilancia de la salud.
- **Curativa.** Una vez que el daño se produce, asistiendo a los trabajadores y las trabajadoras que se hayan lesionado, valorando la relación laboral de esos daños y aplicando tratamiento (médico, quirúrgico y/o rehabilitador).

- **Valorativa.** Una vez agotadas las posibilidades terapéuticas y si con éstas no se han conseguido el restablecimiento completo de la salud, actuando como peritos en la valoración del daño corporal para la calificación y obtención de prestaciones en incapacidades permanentes no invalidantes (secuelas) o invalidantes (parciales, totales, absolutas o gran invalidez).

Autoevaluación

La función curativa de la medicina del trabajo consiste en:

- ☐ Prevenir el daño antes de que se produzca.
- ☒ **Aplicar el tratamiento adecuado una vez se produzca el daño.**
- ☐ Actuar valorando el daño producido.

1.2.1.- Vigilancia de la salud del personal.

Caso práctico

En la reunión con el personal de la empresa, **Jorge**, el técnico del servicio de prevención, ha hablado de la importancia de la vigilancia de la salud para prevenir y detectar cuanto antes posibles enfermedades profesionales. Les informa de que como novedad, este año los reconocimientos médicos se van a realizar en las instalaciones de la empresa. El servicio de prevención va a desplazar hasta allí un autobús medicalizado y dotado del personal sanitario y el equipamiento necesario para poder realizar todos los reconocimientos más cómodamente, en un solo día y dentro de la jornada de trabajo. Las pruebas se van a adaptar en función del tipo de puesto de trabajo desempeñado y se va a ofrecer a quien lo desee la posibilidad de recibir la vacuna contra la gripe.

Ana pregunta si todo el mundo debe someterse a los reconocimientos obligatoriamente y **Jorge** le dice que, en general, los reconocimientos son voluntarios para el personal, salvo en algunos puestos en los que hay riesgo de enfermedades profesionales por la manipulación de productos peligrosos. En esta empresa afortunadamente no se trabaja con este tipo de productos.

¿Es obligatorio pasar por el reconocimiento médico y/o vacunarse?

La vigilancia de la salud de quienes trabajan en la empresa es una actividad preventiva que sirve para proteger su salud, porque permite identificar fallos en el plan de prevención.

Esta vigilancia puede llevarse a cabo mediante reconocimientos médicos o exámenes de salud. Es lo más usual, pero es sólo una de las formas posibles. Hay otras, por ejemplo, encuestas de salud, controles biológicos, estudios de absentismo, estadísticas de accidentes,...

El **art. 14 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL)** contempla el derecho de los trabajadores a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo y el correlativo deber del empresario de procurarles dicha protección frente a los riesgos laborales. En cumplimiento de este deber, el empresario habrá de garantizar la seguridad y salud de los trabajadores a su servicio en todos los aspectos

relacionados con el trabajo, adoptando, entre otras muchas medidas, las relativas a la vigilancia de su salud.

La vigilancia de la salud es una medida preventiva que sirve básicamente para tres cosas:

1. Darse cuenta a tiempo de que un trabajador o trabajadora está enfermando y poder actuar cuanto antes.
2. Estudiar si las enfermedades de un colectivo de personas guardan relación con el trabajo.
3. Comprobar si las medidas preventivas adoptadas están resultando eficaces o no.

Por tanto, la vigilancia de la salud forma parte de las funciones del Servicio de Prevención que cuente, al menos con un médico y un ATS/DUE con formación especializada en salud laboral. Se regula principalmente en el artículo 22 de la LPRL y en los artículos 5.1 y 9.2 del Reglamento de los Servicios de Prevención. Deberá tener las siguientes características:

- **Garantizada** por la empresa.
- **Específica** en función de los riesgos identificados en la evaluación de riesgos.
- **Voluntaria** para el trabajador o la trabajadora en los siguientes supuestos:
 - Los supuestos en los que la realización de los reconocimientos sea imprescindible para evaluar los efectos de las condiciones de trabajo sobre la salud de los trabajadores
 - Para verificar si el estado de salud del trabajador puede constituir un peligro para el mismo, para los demás trabajadores o para otras personas relacionadas con la empresa
 - Cuando así esté establecido en una disposición legal en relación con la protección de riesgos específicos y actividades de especial peligrosidad.

Garantías de los trabajadores en relación con la vigilancia de la salud:

- Deben realizarse los reconocimientos o pruebas que causen las menores molestias al trabajador y que sean proporcionales al riesgo.
- Debe realizarse respetando siempre el derecho a la **intimidad y a la dignidad** del trabajador.
- Debe garantizarse la confidencialidad de toda la información relacionada con el estado de salud del trabajador. Los resultados del reconocimiento o pruebas realizadas serán comunicados a los trabajadores afectados.
- Los datos relativos a la vigilancia de la salud de los trabajadores no podrán ser usados con fines discriminatorios ni en perjuicio del trabajador.
- El acceso a la información médica de carácter personal se limitará al personal médico y a las autoridades sanitarias que lleven a cabo la vigilancia de la salud de los trabajadores, sin que pueda facilitarse al empresario o a otras personas sin consentimiento expreso del trabajador.
- El empresario y las personas u órganos con responsabilidades en materia de prevención serán informados de las conclusiones que se deriven de los reconocimientos efectuados en relación con la aptitud del trabajador para el desempeño del puesto de trabajo (apto, no apto o apto con restricciones) o con la necesidad de introducir o mejorar las medidas de protección y prevención, a fin de que puedan desarrollar correctamente sus funciones en materia preventiva.

- Si la naturaleza de los riesgos inherentes al trabajo lo hace necesario, el derecho de los trabajadores a la vigilancia periódica de su estado de salud se prolongará más allá de la finalización de la relación laboral.
- Las medidas de vigilancia y control de la salud de los trabajadores se llevarán a cabo por personal sanitario con competencia técnica, formación y capacidad acreditada.

En el caso de trabajadores contratados a través de una empresa de trabajo temporal, la vigilancia de la salud es una obligación que corresponde a la ETT.

Para saber más

En el siguiente recurso puedes informarte sobre los aspectos básicos relacionados con la vigilancia de la salud de los trabajadores y las trabajadoras. Seguro que te va a resultar muy interesante, léelo detenidamente.

[Decálogo sobre la vigilancia de la salud en el trabajo.](#) (103 KB)

En el siguiente recurso puedes informarte del protocolo de vigilancia específica frente a Agentes Biológicos.

[Protocolo de vigilancia sanitaria. Agentes Biológicos.](#) (416 KB)

Autoevaluación

Los trabajadores de la empresa [Alt@](#), dedicada al Desarrollo de Aplicaciones Web, no quieren realizar los reconocimientos médicos, ¿la empresa tiene que contratatar el servicio de vigilancia en la salud?

☐ Verdadero ☒ Falso

Correcto

Sí, el art. 22 de la LPRL dice que el empresario garantizará a los trabajadores el servicio la vigilancia periódica de su estado de salud en función de los riesgos inherentes al trabajo.

El empresario tiene que tener siempre cubierta esta especialidad, ya que no sólo hay que hay que hacer reconomientos médidos.

1.2.2.- Reconocimientos médicos.

En la unidad anterior, estudiamos muy brevemente la realización de los reconocimientos médicos como uno de los deberes de la empresa. En este apartado vamos a profundizar un poco más en ello...

¿Son necesarios los reconocimientos médicos? ¿Cuándo hay que realizarlos? ¿Puedo negarme a realizar el reconocimiento médico? Los reconocimientos deben incluir todo tipo de pruebas que vayan destinadas a detectar enfermedades laborales o factores de riesgo de carácter laboral, según el protocolo establecido por la autoridad sanitaria competente.

El contenido de dichos reconocimientos incluirá, como mínimo, una historia clínico-laboral, donde además de los datos de anamnesis, exploración física, control biológico y exámenes complementarios, se hará constar una descripción detallada del puesto de trabajo, del tiempo de permanencia en el mismo, de los riesgos detectados y de las medidas de prevención adoptadas.

Estos reconocimientos médicos serán:

- **Realizados por los servicios de prevención que dispongan de personal sanitario con competencia técnica, formación y capacidad acreditada**, es decir, por médicos especialistas en Medicina del Trabajo o diplomados en Medicina de Empresa y enfermeros diplomados en Enfermería de empresa.
- **Planificada** porque las actividades de vigilancia de la salud deben responder a unos objetivos claramente definidos y justificados por la exposición a riesgos que no se han podido eliminar o por el propio estado de salud de la población trabajadora.

Deberá abarcar:

- Una **evaluación de la salud inicial**, después de la incorporación al trabajo o después de la asignación de tareas específicas con nuevos riesgos para la salud.
- Una **evaluación de la salud periódica específica**, por trabajar con determinados productos o en determinadas condiciones reguladas por una legislación específica.
- Una **evaluación de la salud después de una ausencia prolongada** por motivos de salud.

Incluyendo la protección:

- Del personal especialmente sensible a los riesgos por sus características personales, estado biológico o que presenten algún tipo de discapacidad.
- Del personal menor de edad, por su desarrollo incompleto y por su falta de experiencia para identificar los riesgos de su trabajo.
- De las trabajadoras en periodo de embarazo, lactancia y puerperio.

En cuanto a su obligatoriedad, como ya vimos, a excepción de ciertas y específicas situaciones, los reconocimientos médicos son voluntarios. Únicamente cuando medie un informe de los representantes de los trabajadores sobre la necesidad de realizar el reconocimiento (para obtener más datos sobre las condiciones de trabajo, cuando sea imprescindible verificar que la salud de un trabajador o de una trabajadora es peligrosa o cuando una disposición legal así lo indique) tendrá el carácter de obligación para el personal de la empresa.

Autoevaluación

Indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas:

Los reconocimientos médicos deberán realizarse dentro de la jornada laboral del trabajador o de la trabajadora.

☒ Verdadero ☐ Falso

Y además van destinados a detectar enfermedades laborales o factores de riesgo de carácter laboral.

La vigilancia de la salud es siempre obligatoria para el trabajador o la trabajadora.

☐ Verdadero ☒ Falso

Es falso, será voluntaria para el trabajador o la trabajadora en la mayoría de los casos excepto cuando lo disponga la ley frente a riesgos específicos.

Los reconocimientos médicos deberán ser realizados por el médico de cabecera.

☐ Verdadero ☒ Falso

Es falso, los reconocimientos médicos serán realizados por los servicios de prevención que dispongan de médicos especialistas en Medicina del Trabajo y enfermeros diplomados en enfermería de empresa.

1.3.- Información y formación del personal.

Caso práctico

En la reunión los representantes del personal de la empresa, han planteado a **Eugenia** y a **Jorge** la necesidad de incluir la formación preventiva en el plan de formación para este año. **Eugenia**, la directora de RRHH, les explica que las veinte personas que se acaban de incorporar a la empresa ya han recibido la formación preventiva, pero **Carmen**, la delegada de prevención, le responde que según la LPRL, la formación debe ser teórica y práctica y que no se puede considerar formación el simple hecho de ver un vídeo de 10 minutos donde se explican sólo los riesgos generales de la empresa. **Jorge** aclara que el vídeo es una parte de la información inicial y que en las próximas semanas van a impartirse cursos específicos de riesgos por uso de pantallas de visualización de datos para todos los trabajadores que las utilizan como herramienta de trabajo. Varias trabajadoras preguntan si los cursos serán también en el horario de trabajo igual que los reconocimientos médicos. **Eugenia** les responde que no es posible, ya que los cursos sólo se imparten en horario de tarde, por lo que el personal con horario de mañana deberá asistir y se les descontará después las horas de curso dentro de su horario de trabajo. **Ionut**, un trabajador de mantenimiento, le pregunta si es posible conseguir la información traducida a otros idiomas. ¡Es verdad! **Eugenia** no se había dado cuenta de que ahora hay en la empresa personas que provienen de otros países y no dominan el idioma. Habrá que adaptar la información para que puedan entenderla.

Como ya has estudiado, una de las obligaciones de la empresa es la de informar y formar al personal. Esto constituye además una de las medidas preventivas más eficaces, pero exactamente ¿de qué nos deben informar? ¿Deben hacerlo individualmente?

La ley obliga a la empresa a adoptar las medidas necesarias para que el personal reciba toda la información y formación necesaria en relación con:

- Los riesgos existentes, tanto a nivel general de la empresa como los específicos de su puesto de trabajo.
- Las medidas y actividades de protección y prevención aplicables a dichos riesgos.
- Las medidas previstas para situaciones de emergencia.

Esta información se puede canalizar a través de los representantes del personal, salvo riesgos específicos que se deben comunicar directamente a cada trabajador antes de su incorporación al puesto de trabajo.

Respecto al momento y la forma de informar, lo más habitual es hacerlo coincidir con la incorporación a la empresa o posteriormente, si se produce algún cambio respecto a la situación inicial. La hará preferentemente por escrito o en otro soporte que permita su archivo y consulta posterior (a través del manual de prevención de la empresa, o mediante impresos, folletos, archivos, etc.)

También deberá tener en cuenta las características del trabajador o trabajadora, adaptando el contenido a su nivel de formación, a su conocimiento del idioma, etc.

Los trabajadores o trabajadoras con relaciones de **trabajo temporales o de duración determinada y/o los que provengan de empresas de trabajo temporal**, tienen los mismos derechos en cuanto a información acerca de los riesgos a los que vayan a estar expuestos, que el resto del personal de la empresa. Esta información se recibirá con carácter previo a su incorporación al puesto de trabajo.

La empresa debe garantizar que cada trabajador o trabajadora reciba una formación teórica y práctica centrada específicamente en el puesto de trabajo e impartida preferiblemente dentro de la jornada de trabajo, o en su defecto, se descontará de ésta el tiempo invertido en aquélla.

La Ley de prevención de Riesgos Laborales establece que el empresario debe garantizar que cada trabajador reciba una formación teórica y práctica centrada específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador. La formación deberá adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos y repetirse periódicamente, si fuera necesario.

La formación deberá impartirse obligatoriamente:

- En el momento de la contratación.
- Cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe el trabajador.
- Cuando se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo.

La formación deberá impartirse, siempre que sea posible, dentro de la jornada de trabajo. Si no fuera posible, se impartirá en otras horas, pero descontándose el tiempo invertido en la misma de la jornada laboral

La formación se podrá impartir por la empresa mediante medios propios o concertándola con servicios ajenos, y su coste no recaerá en ningún caso sobre los trabajadores.

Para saber más

Entre las obligaciones de formación e información que debe cumplir la empresa está la de suministrar información relativa a la utilización de los equipos de trabajo. En el siguiente recurso puedes encontrar recomendaciones de uso y manejo de diversos equipos de trabajo. Del listado que aparece, consulta el uso del equipo de trabajo que te pueda interesar.

A continuación te indicamos la ruta para llegar a ellos. Desde la página de FREMAP, cuyo enlace te indicamos más abajo, deberás pinchar en "Divulgación e Información", que está situado dentro del apartado "Actividades de Prevención" que se encuentra en el menú. Tras esto accederás a una nueva pantalla y dentro del apartado "Actividades", deberás pinchar en "Edición y Publicación de Actividades de Prevención". En la información central de esta nueva página verás un enlace a "catálogo de buenas prácticas en prevención", que muestra diversos tipos de publicaciones disponibles (carteles, dípticos, manuales...). Deberás pinchar en trípticos para acceder a la información que te hemos indicado sobre equipos de trabajo.

[FREMAP](#)

Autoevaluación

¿Es correcto que la formación de prevención de riesgos laborales se realice entregando manuales a los trabajadores y que estos firmen un acuse de recibo?

☐ Verdadero ☒ Falso

Es falso, ya que no es suficiente la formación con la entrega de un manual y la firma de acuse de recibo del trabajador. La formación en prevención de riesgos laborales debe ser teórica y práctica, asegurando su eficacia. Es decir, debe comprobarse que el trabajador ha recibido y comprendido los conocimientos deseados y, por tanto, esto requiere una formación presencial y normalmente una evaluación al final de la formación.

2.- Medidas de protección.

Caso práctico

Antes de finalizar la visita a la empresa **Jorge** se dirige con **Eugenia** y **Carmen** hacia el lugar donde se ha producido el desprendimiento para observar el techo. Al llegar observan que otra placa se ha caído en la misma zona como consecuencia de la humedad.

–¿Cómo no habéis protegido y cerrado este espacio? –pregunta asombrado.

–La verdad es que creí que ya no habría más caídas y ordené únicamente la limpieza de los escombros desprendidos –responde Eugenia.

–¡Hay que adoptar inmediatamente medidas de protección colectiva por si acaso se produce otro desprendimiento! Debemos instalar una red de seguridad ahora mismo en el techo.

Cuando las medidas de prevención no consiguen eliminar por completo los factores de riesgo, es preciso proteger a las personas.

Definimos las medidas de protección como aquellas dirigidas a eliminar o atenuar el efecto adverso que un riesgo laboral puede producir en la salud del personal expuesto al mismo. Las medidas o elementos de protección se suelen clasificar en dos categorías:

- Protección colectiva.
- Protección individual.

Autoevaluación

Una máquina emite un ruido excesivo, ¿es suficiente con entregar los equipos de protección individual a los trabajadores (cascos de protección auditivos)?

☐ Verdadero ☒ Falso

La empresa debe realizar una protección colectiva como, por ejemplo, instalar apantallamientos o aislar a la máquina que emite ruido para proteger a la colectividad y, adicionalmente, proporcionar los equipos de protección individual a aquellos trabajadores expuestos al ruido.

2.1.- Protección colectiva.

Caso práctico

El artículo 15 de la LPRL que recoge los principios de la acción preventiva establece que la empresa deberá adoptar medidas que antepongan la protección colectiva frente a la individual. Esta preferencia expresa responde a la mayor efectividad de las primeras. La ventaja que presentan es que permiten garantizar de una sola vez la protección de todo el personal expuesto al riesgo sin necesidad de controlar uno a uno la correcta utilización de los equipos individuales y evitando al mismo tiempo las molestias derivadas del uso de éstos.

Hay muchos tipos de medidas de protección colectiva. Algunas actúan sobre el medio de transmisión del riesgo, como por ejemplo elementos de confinamiento o apantallamiento de emisiones de ruido, radiaciones o focos de calor. Otros actúan reduciendo la concentración de contaminantes, como son los humidificadores que reducen la presencia de polvo en suspensión, el riesgo de electricidad estática y los sistemas de climatización, ventilación y extracción localizada.

En el siguiente cuadro puedes ver algunas de las medidas de protección colectivas más habituales:

Señalización: Consiste en el uso de señales visuales, luminosas o acústicas que alertan a los trabajadores de posibles riesgos, peligros, prohibiciones u obligaciones.

Resguardos: Se trata de elementos utilizados para proteger a los trabajadores del contacto con las partes peligrosas de una máquina, evitando así cortes, golpes o atrapamientos.

Ventilación: Sistema cuya finalidad es la renovación del aire contaminado por aire limpio.

Barandillas: Evitan la caída de objetos y personas a plantas inferiores. Deben tener una altura mínima de 90 cm.

Viseras: Evitan y protegen sobre la caída a niveles inferiores de personas u objetos.

Interruptor diferencial: Dispositivo de seguridad que evita el contacto con la corriente eléctrica desconectando de manera automática la instalación eléctrica para evitar daños en los trabajadores.

Para saber más

En este enlace encontrarás una guía útil sobre todo lo que debes saber de los elementos de protección colectiva:

[La protección colectiva](#) (0.47 MB)

Autoevaluación

Barandillas y redes de seguridad son:

- ☐ Medidas de prevención colectivas.
- ☐ Medidas de protección individual.
- ☒ **Medidas de protección colectiva.**

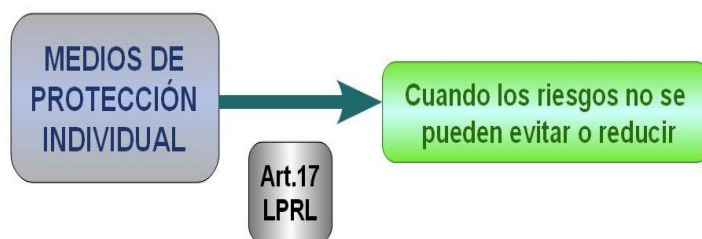
¡Correcto! Se consideran medidas de protección colectiva la ventilación, los interruptores diferenciales, los resguardos y las barandillas.

2.2.- Protección individual.

¿Sabes cómo debes protegerte en la realización de tu trabajo? ¿Conoces las distintas clases de equipos que existen? ¿Cuándo deben utilizarse? A todos estos interrogantes podemos contestar a través del estudio de los diferentes equipos de protección que podemos encontrar.

Como ya vimos en el epígrafe anterior, el principio básico de la prevención es la eliminación total del riesgo pero, a veces, esto no es posible debido a la naturaleza del propio riesgo (por ejemplo, el trabajo en altura) o cualquier otra causa que hace imposible su total desaparición, y es en estos casos, cuando deben aplicarse las medidas de protección individual.

Las medidas de protección individual son las medidas tradicionalmente más usadas, aunque sólo deberían utilizarse cuando las colectivas son ineficaces o insuficientes. A estas medidas se les conoce como equipos de protección individuales (EPI).



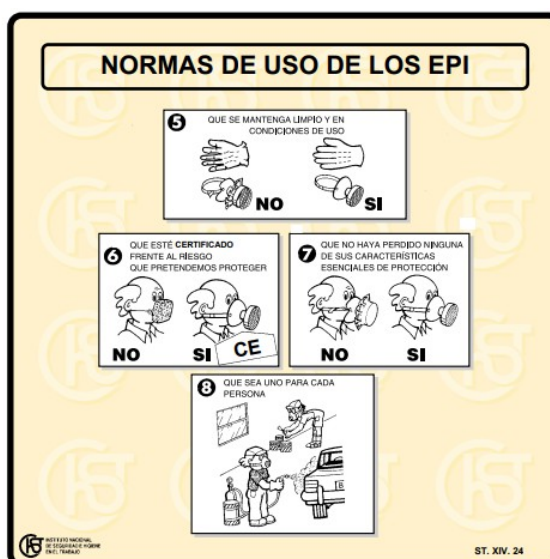
Los equipos de protección individual se definen como aquéllos destinados a ser llevados por el trabajador para protegerse de uno o varios riesgos que pueden amenazar su seguridad o salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin (R.D. 773/97, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual).

Equipo protección individual

- ✓ **PROTECTORES DE LA CABEZA:** Cascos de seguridad, cascos de protección contra choques e impactos, gorros o sombreros para proteger la cabeza, cascos protectores del fuego, productos químicos,
- ✓ **PROTECTORES DE MANOS Y BRAZOS:** Guantes protectores de perforaciones, cortes y vibraciones; guantes contra las agresiones químicas, biológicas, térmicas o eléctricas; manoplas, manguitos y mangas
- ✓ **PROTECTORES DEL OIDO:** Protectores auditivos como tapones, orejeras, cascos antirruído
- ✓ **PROTECTORES DE PIES Y PIERNAS:** Calzado de seguridad, calzado y cubrecalzado de protección contra el calor o el frío, protectores amovibles del empeine, rodilleras
- ✓ **PROTECTORES DE OJOS Y CARA:** Gafas de montura, pantallas faciales, pantallas para soldadura.
- ✓ **PROTECTORES DE TRONCO Y ABDOMEN:** Chalecos, chaquetas y mandiles de protección contra las agresiones mecánicas y contra las agresiones químicas; chalecos salvavidas; chalecos termógenos; mandiles de protección contra los rayos X; cinturones de sujeción del tronco; fajas y cinturones antivibraciones.
- ✓ **PROTECTORES DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS:** Equipos filtrantes: de partículas, de gases y vapores, frente a agentes biológicos; equipos aislantes de aire libre.
- ✓ **PROTECCIÓN TOTAL DEL CUERPO:** Equipos de protección contra las caídas de altura; arneses; cinturones de sujeción; ropa de protección contra las agresiones mecánicas, químicas, de protección frente a proyecciones de metales en fusión, protectora contra radiaciones infrarrojas y contaminación radioactiva y térmica; ropa de señalización.
- ✓ **PROTECTORES DE LA PIEL:** Cremas de protección y pomadas.

Para saber más

Fichas muy gráficas e intuitivas sobre las normas de utilización de los EPI:



2.2.1.- Obligaciones del empresario y los trabajadores en los EPI.

¿Has utilizado alguna vez algún equipo de protección individual? ¿Conoces tus obligaciones con respecto a estos equipos? ¿Y las de la empresa? Como hemos visto anteriormente, los EPI se deben utilizar sólo en el caso de que la prevención no consiga evitar los riesgos, pero su importancia y utilización puede salvar muchísimas vidas. Por ello, es fundamental que conozcas tus obligaciones y las de la empresa respecto a este tipo de equipos.

El empresario o la empresaria tendrá las siguientes obligaciones específicas respecto a los EPI:

- Deberá establecer las medidas necesarias para determinar los puestos de trabajo en los que deba recurrirse a la protección individual y precisar, para cada uno de estos puestos, el riesgo o riesgos frente a los que debe ofrecerse protección, las partes del cuerpo a proteger y el equipo o equipos de protección individual que deberán utilizarse.
- Proporcionar y facilitar a los trabajadores y las trabajadoras de manera gratuita los equipos de protección y la ropa de trabajo necesaria para el desarrollo de las tareas de cada puesto de trabajo, reponiéndolos cuando resulte necesario.
- Vigilar por su uso efectivo y comprobar que los trabajadores los utilizan adecuadamente.
- Elegir y mantener los equipos de protección individual conforme a lo dispuesto en el R.D. 773/1997 de 30 de mayo.
- Proporcionar instrucciones, preferiblemente de manera escrita, sobre la forma correcta de utilización y mantenimiento los EPI. El manual de instrucciones facilitado por el fabricante estará a disposición del trabajador o de la trabajadora y será de fácil comprensión.
- Proporcionar la formación e información necesarias para la correcta utilización de los mismos, incluso en sesiones de entrenamiento práctico, cuando sea necesario la utilización simultánea de varios equipos o cuando, por ser especialmente complejos, se haga necesario.
- Los mandos intermedios colaborarán de forma activa con el empresario o la empresaria a la hora de evaluar los puestos en los que deban utilizarse equipos de protección individual, así como informar y formar a los trabajadores y las trabajadoras a su cargo sobre el correcto uso de los equipos de protección individual, mantenimiento y sustitución de aquellos que presenten anomalías o deterioro.

Los trabajadores y las trabajadoras son responsables respecto a los EPI de:

- Utilizar y cuidar correctamente los equipos de protección individual.
- Colocar el EPI después de su utilización en el lugar establecido para ello.
- Informar de inmediato a su mando directo de cualquier defecto, anomalía o daño apreciado en el EPI utilizado que, a su juicio, pueda entrañar una pérdida de su eficacia protectora.

En la selección de los equipos de protección individual deberán participar los usuarios de los mismos. Es importante tener en cuenta para la selección del EPI una serie de características previas que permitan la elección del EPI más adecuado y eficaz.

- Grado necesario de protección que precisa una situación de riesgo.

- Grado de protección que ofrece el EPI frente a esa situación.
- Ser adecuado a los riesgos.
- No generar, por sí mismo, riesgos adicionales.
- No debe interferir, en lo posible, en el proceso productivo.
- Tener en cuenta las exigencias ergonómicas y de salud del trabajador o de la trabajadora.
- Adecuarse al usuario, tras los ajustes requeridos.
- Contemplar la posible coexistencia de riesgos simultáneos.
- Deben tener marcado CE.

Para saber más

En este enlace puedes encontrar recomendaciones tanto de uso y manejo de diversos equipos de protección. Del listado que aparece, consulta el uso del equipo de protección que te pueda interesar.

La ruta que debes seguir para llegar a esta información es la que antes te indicamos en el apartado 1.3. en relación a la página de FREMAP.

[FREMAP](#)

Auto-evaluación

Entre las obligaciones de la empresa en relación a los EPI, se encuentra:

- ☐ Utilizar correctamente los EPI.
- ☐ **Vigilar su uso efectivo.**
- ☐ Informar de inmediato de cualquier defecto o anomalía que pueda reducir su eficacia.

3.- Señalización de seguridad.

Caso práctico

Jorge advierte a **Eugenia** de la necesidad de señalizar la zona donde se ha producido el desprendimiento del techo con señales ópticas de advertencia en forma de panel, de tal manera que cualquier persona que acceda o salga del baño identifique claramente el peligro y evite pasar por debajo del techo desprendido. Además, como se trata de una zona de gran circulación de personas, es necesario colocar una cinta reflectiva de color rojo y blanco a lo largo y ancho de la zona de peligro para evitar que las personas penetren en la misma. ¡Desde luego!, dice **Eugenia**, se hará inmediatamente. ¡Solo faltaba que alguien más sufriera otro accidente!

¿Sabemos hasta qué punto son importantes las señales de seguridad? La vigente normativa define como señalización de seguridad y salud en el trabajo:

Una señalización que, referida a un objeto, actividad o situación determinadas, proporcione una indicación o una obligación relativa a la seguridad o la salud en el trabajo mediante una señal en forma de panel, un color, una señal luminosa o acústica, una comunicación verbal o una señal gestual, según proceda.

Se trata de estímulos que pretenden condicionar, con la antelación mínima necesaria, la actuación de la persona que los recibe frente a unas circunstancias que se pretende resaltar.

La señalización es una herramienta de prevención que complementa las estrategias de promoción para la salud y la seguridad en los lugares de trabajo.

El REAL DECRETO 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo establece el marco legal sobre esta materia y recoge en su artículo 3, como obligación general del empresario o de la empresaria:

Adoptar, siempre que sea necesario, las medidas necesarias para que en los lugares de trabajo exista una señalización de seguridad y salud que cumpla con lo establecido.

Debería utilizarse para indicar aquellas situaciones de riesgo que no se han podido eliminar o reducir suficientemente. En particular se usará para:

- Llamar la atención sobre la existencia de determinados riesgos, prohibiciones u obligaciones.
- Alertar ante situaciones de emergencia.
- Facilitar la localización e identificación de determinados medios o instalaciones de protección, evacuación, emergencia o primeros auxilios.
- Orientar o guiar a los trabajadores o las trabajadoras que realicen determinadas maniobras peligrosas.

¿Sabías que...?

En cualquier caso la señalización será una medida complementaria y no sustitutoria de otras medidas de prevención técnicas u organizativas. Tampoco es sustitutoria de la formación e información a los trabajadores y a las trabajadoras. Se debe tener en cuenta que la señalización por sí sola no elimina el riesgo.

Para saber más

En este enlace encontrarás una guía útil sobre todo lo que debes saber de señalización de seguridad en el trabajo:

[Señalización de seguridad](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Normativa/GuiasTecnicas/Ficheros/senal.pdf) <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Normativa/GuiasTecnicas/Ficheros/senal.pdf>

3.1.- Tipos de señalización.






¿Cuántos tipos de señales conoces? ¿Sabías que existen señales olfativas? Se utilizan fundamentalmente con los gases, como el butano que a pesar de ser inodoro, cuando hay un escape percibimos un olor característico. Pues bien, se trata de un aditivo que se le añade y que nos sirve como señal olfativa para detectar su presencia en el ambiente.

Existen distintos tipos de señalización:

Tipo	Descripción
Panel	Es una señal que, por la combinación de una forma geométrica, de colores y de un símbolo o pictograma, proporciona una determinada información, deben ser visibles y fáciles de interpretar.
Luminosa	Es una señal emitida por medio de un dispositivo formado por materiales transparentes o translúcidos, iluminados desde atrás o desde el interior, de tal manera que aparezca por sí misma como una superficie luminosa.

Acústica	Es una señal sonora codificada, emitida y difundida por medio de un dispositivo apropiado, sin intervención de voz humana o sintética.
Verbal	Es un mensaje verbal predeterminado, en el que se utiliza voz humana o sintética.
Gestual	Es un movimiento o disposición de los brazos o de las manos en forma codificada para guiar a las personas que están realizando maniobras que constituyan un riesgo o peligro para los trabajadores y las trabajadoras.
Olfativa	Son aditivos olorosos que se añaden a los gases tóxicos inodoros, para detectar su escape.

Las señales en forma de panel son las señales más usuales, combinan colores y formas e incluyen un dibujo o pictograma que ayuda a interpretar su significado. La siguiente tabla recoge los diferentes tipos de señales en forma de panel:

Tipo	Forma	Color	Significado	Ejemplo
Prohibición	Círculo	Bordes y banda transversal: rojos. Fondo: blanco. Pictograma: negro.	Prohíbe un comportamiento susceptible de provocar un peligro.	
Obligación	Círculo	Fondo: azul Pictograma: blanco.	Obliga a un comportamiento determinado.	
Advertencia	Triángulo	Bordes: negros Fondo: amarillo Pictograma: negro.	Advierte de un riesgo o peligro.	
Salvamento o socorro	Rectángulo	Fondo: verde Pictograma: blanco.	Proporciona indicaciones relativas a las salidas de socorro, a los primeros auxilios o a los dispositivos de salvamento.	
Relativa a los equipos de lucha contra incendios	Cuadrado o rectangular	Fondo: rojo Pictograma: blanco.	Proporciona otras informaciones, como incendios y otros.	

Autoevaluación

Relaciona el color y la forma con su significado:

Color	Significado	Forma
1. Azul	Obligación	Círculo
2. Amarillo	Advertencia	Triángulo
3. Rojo	Prohibición	Círculo
4. Verde	Salvamento	Rectángulo

Para saber más

En el siguiente recurso puedes consultar el REAL DECRETO 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

[Real Decreto 485/97](https://www.boe.es/buscar/pdf/1997/BOE-A-1997-8668-consolidado.pdf) <https://www.boe.es/buscar/pdf/1997/BOE-A-1997-8668-consolidado.pdf>

4.- Actuación ante situaciones de emergencia.**Caso práctico**

Eugenia está en el despacho de **Manuel**, el Gerente de la empresa. También asiste a la reunión **Rodrigo**, el Jefe de mantenimiento. **Manuel** les ha convocado para hablar de los incidentes de los últimos días y les pregunta sobre el plan de emergencias. **Eugenia** le dice que aún no lo tienen terminado, les falta designar un socorrista laboral que intervenga en situaciones de emergencia, que tenga los conocimientos básicos en primeros auxilios. Les comenta preocupada, que el otro día cuando se cayó la empleada de administración, nadie se atrevió a tocarle el brazo por temor a provocarle una lesión mayor. **Eugenia** les comunica que están trabajando para tenerlo lo antes posible, pero no sabe cuando estará listo. También informa a **Rodrigo** de que como nuevo responsable de emergencias, la próxima semana debe incorporarse a un curso intensivo de 50 horas de formación en emergencias. **Rodrigo** protesta, pues ahora con la llegada de los obreros que van a reparar los desperfectos tiene mucho trabajo acumulado. **Eugenia** le hace la pregunta clave:

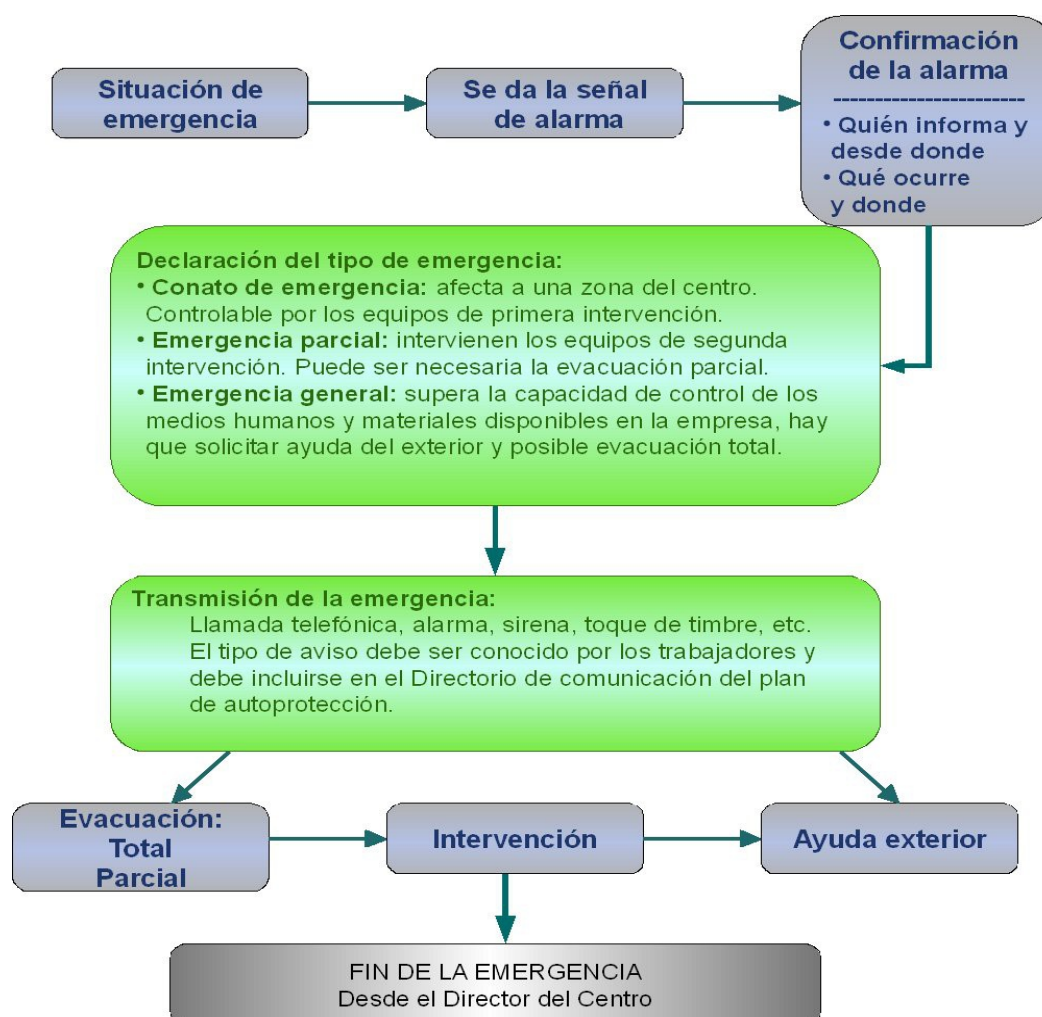
-Entonces, si se produce un incendio o algún accidente grave, ¿qué hacemos? ¿Sabrías cómo actuar para evitar una desgracia?

Rodrigo no sabe qué responder...

¿Alguna vez has vivido una situación de emergencia? ¿Crees que las personas saben afrontar esas circunstancias? ¿Son realmente útiles los simulacros?

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales recoge la obligación de la empresa de analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores y las trabajadoras. Los recursos humanos y materiales necesarios para actuar en una emergencia son determinados por la empresa después de conocer su siniestralidad, factores de riesgo habituales, número de empleados, actividad, etc.

Ante una situación de emergencia, los responsables deben desarrollar una serie de acciones que dependerán del tipo de emergencia, de acuerdo con el siguiente esquema:



4.1.- Plan de autoprotección.

Caso práctico

Ana le pide a Mercedes que le cuente lo sucedido en el incendio. Esta le comenta, que la empresa tiene su plan de autoprotección totalmente implantado y han realizado varios simulacros de evacuación con buenos resultados. El año pasado hubo un incendio, **Eugenia** que es la jefa de emergencias acudió a la cocina rápidamente, tras comprobar la situación, avisó a **Luisa**, responsable de los equipos de alarma y evacuación que compone la brigada de emergencia de la empresa, para que activase la alarma y avisase al 112. **Germán**, que es el responsable de primeros auxilios, ayudó a una trabajadora que estaba inconsciente en el suelo y tenía una quemadura de muy mal aspecto en la mano, le practicó los primeros auxilios. Los trabajadores fueron evacuados inmediatamente y todos acudimos al punto de reunión, que es la plaza que hay al lado de la entrada del edificio, comprobamos que estábamos todos y esperamos a que llegara la ayuda exterior. Cuando llegaron, **Eugenia** les facilitó un plano del edificio, les indicó donde era el incendio y les informó de que había una persona con una quemadura y que fue hallada inconsciente.

¿Qué es el plan de autoprotección? ¿Es igual que el plan de emergencias? ¿Es obligatorio establecerlo?

Aunque no son obligatorios para todas las empresas, en algunas de ellas, dependiendo de su tamaño, de la peligrosidad de las instalaciones con que cuenten o la actividad que desarrollen, así como la posible presencia de público en las mismas, se deberá contar con un plan de autoprotección. El RD 393/2007, de 23 de marzo, que aprueba la Norma Básica de Autoprotección (NBA) define en qué consiste este plan:

El Plan de Autoprotección es el documento que establece el marco orgánico y funcional previsto para un centro, establecimiento, espacio, instalación o dependencia, con el objeto de prevenir y controlar los riesgos sobre las personas y los bienes y dar respuesta adecuada a las posibles situaciones de emergencia, en la zona bajo responsabilidad del titular de la actividad, garantizando la integración de éstas actuaciones con el sistema público de protección civil.

Este documento debe ser redactado y firmado por personal técnico competente, se mantendrá actualizado y se revisará con una periodicidad no superior a tres años. El plan será suscrito por la empresa que debe designar a una persona como responsable técnica para la gestión de las actuaciones de prevención y control de los riesgos. Debe comprender el contenido mínimo que se especifica en la NBA, en el que se incluye el plan de actuación ante situaciones de emergencia. También debe recoger procedimientos preventivos y de control de riesgos como son:

- **Códigos de buenas prácticas para evitar accidentes.**
- **Permisos especiales de trabajo para actividades arriesgadas.**
- **Comunicación a la empresa de las incidencias.**
- **Programa de operaciones preventivas y de mantenimiento de las instalaciones, equipos, etc.**

Los órganos competentes de Protección Civil actuarán como unidad de mando externa, y velarán por que los planes de autoprotección sean suficientemente operativos frente a los riesgos, y para que exista la adecuada coordinación entre dichos planes y los de protección civil.

Para su implantación se requiere:

- **Establecer mecanismos de información previa a todo el personal sobre los riesgos y el plan de autoprotección.**
- **Realizar una formación teórica y práctica del personal asignado al plan.**
- **Concretar los medios y recursos económicos necesarios.**
- **Realizar simulacros de emergencia, al menos una vez al año.**

Para saber más

En el siguiente enlace puedes consultar la Nota Técnica de Prevención 818, que detalla algunos aspectos sobre la aplicación de la Norma Básica de Autoprotección.

[NTP 818: Norma Básica de Autoprotección.](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/786a820/818%20web.pdf)

<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/786a820/818%20web.pdf>

Autoevaluación

Elige la opción más correcta, en referencia al plan de autoprotección.

- ☐ Es un documento cuyo objeto es prevenir y controlar los riesgos y dar respuesta a las situaciones de emergencia.
- ☐ Debe incluir el plan de actuación ante situaciones de emergencia.
- ☐ Requiere la realización de simulacros de periodicidad anual.
- ☒ Todas las respuestas anteriores son correctas.

4.2.- Plan de actuación en caso de emergencia.

Caso práctico

En el caso de la empresa Alt@, dedicada al DAW, el plan de emergencias se ha activado correctamente. **Eugenia** que es la jefa de emergencias, ha cumplido con sus funciones: activar la evacuación y apoyar a las ayudas externas. **Germán**, como responsable de primeros auxilios, ha trasladado a la persona que estaba muy mareada y ha practicado los primeros auxilios correctamente.

¿Crees que es importante que los trabajadores y las trabajadoras sepamos cómo actuar en caso de emergencia?

El artículo 20 de la LPRL obliga a la empresa a analizar las posibles situaciones de emergencia, teniendo en cuenta su tamaño y su actividad, y a adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación del personal que trabaja en la misma.

Uno de los contenidos que forman parte del **Plan de autoprotección es el Plan de actuación en caso de emergencias**. Las empresas deben analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias para afrontarlas. En el plan se deben reflejar los siguientes aspectos:

- La organización de la respuesta ante situaciones de emergencia: incendio, inundación, etc.
- Las medidas de protección e intervención a adoptar.
- Los procedimientos y secuencia de actuaciones en cada emergencia.

¿Sabías que...?

La primera vez que aparece de manera clara la obligación de elaborar un plan de emergencia fue en la Orden de 25 de septiembre de 1979, publicada tras el incendio del Hotel Corona de Aragón, ocurrido el 12 de julio de 1979 en Zaragoza, en el que murieron 76 personas y 113 resultaron heridas.

Las empresas tienen que establecer una estructura organizativa y jerarquizada dentro de su propia organización, constituida por personal especialmente formado y entrenado. Se deben fijar las funciones y responsabilidades de cada uno de sus miembros ante las posibles situaciones de emergencia. En el siguiente cuadro se muestran las funciones correspondientes a cada uno de ellos:

Responsable	Funciones
Director o Directora de emergencias.	Persona con autoridad y capacidad de gestión. Activa el plan de emergencias, dirige y coordina la actuación en la emergencia.
Jefe o Jefa de intervención.	Depende del anterior y le mantiene informado. Se encuentra en el lugar de la emergencia y dirige a los equipos de intervención.
Centro de control.	Normalmente es el personal de recepción, centraliza toda la información y da los avisos de alarma.
Equipos de primera intervención (EPI).	Personas que intervienen de forma inmediata en la emergencia para eliminarla o evitar que se extienda.
Equipos de segunda intervención (ESI).	Personas externas o internas a la empresa, especialmente entrenadas en resolver una emergencia concreta. Actúan cuando los EPI no consiguen controlar o eliminar la emergencia.
Equipos de alarma y evacuación (EAE).	Dirigen la evacuación total.
Equipos de primeros auxilios (EPA).	Prestan los primeros auxilios antes de que llegue la asistencia sanitaria.
Equipos de apoyo.	Prestan ayuda especializada a los diferentes equipos.

En ocasiones la emergencia requerirá llevar a cabo una evacuación total o parcial de las instalaciones para alejar a las personas del peligro al que están expuestas. La evacuación es una actuación compleja que debe ser dirigida y controlada por personas con cierto entrenamiento para que se lleve a cabo con garantías. Por ello será preciso informar previamente a todo el personal de cuáles son las normas de evacuación, las señales de aviso, la actuación de las personas responsables, las zonas de seguridad, etc. También es recomendable realizar simulacros periódicos (anualmente) que permitan comprobar y evaluar la eficacia del sistema de evacuación.

Tanto si se trata de una emergencia real como de un simulacro, cuando se produce una evacuación será preciso tener muy presentes los siguientes principios:

- **Rapidez** en el desalojo, pero sin correr.
- **Orden** en la evacuación.
- **Control** por parte de las personas responsables para comprobar que se ha realizado según lo planificado y que no queda nadie dentro del edificio.

Para saber más

Si deseas conocer cuáles son las funciones que corresponden a cada miembro del equipo de emergencia, puedes consultar el siguiente enlace.

[Plan de autoprotección. Funciones de responsables y equipos de emergencia.](#) (48 KB)

5.- Primeros auxilios.

Caso práctico

Tras entrevistar a varios trabajadores y trabajadoras de la empresa **Eugenia** ha decidido finalmente que **Ana** sea la persona encargada de atender los primeros auxilios. **Ana** está bastante satisfecha. Además va a realizar un curso específico de socorrismo laboral y **Eugenia** ya le ha encargado que prepare el pedido del material necesario y se ocupe de acondicionar el local de primeros auxilios. Es importante disponerlo todo cuanto antes. Ya somos casi ochenta en plantilla y estamos obligados a tener un local.

Todas las empresas, incluso las pequeñas y aquellas que por normativa no necesitan establecer un plan de autoprotección, deberán adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios. Esto supone disponer de cierto material, personal cualificado en socorrismo y normas de actuación que permitan atender correctamente a las personas lesionadas hasta que puedan ser atendidas por personal sanitario competente.

En lo que se refiere al material, el RD 486/1997, de 14 de abril, que establece las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, determina cuál es el equipamiento e instalaciones de primeros auxilios con que debe contar la empresa.

- **Contenido mínimo básico.** Botiquín portátil que contenga desinfectantes y antisépticos autorizados, gasas estériles, algodón hidrófilo, venda, esparadrapo, apósitos adhesivos, tijeras, pinzas y guantes desechables.
- **Contenido aconsejable.** Manta térmica, mascarilla para reanimación cardiopulmonar (RCP), bolsa instantánea de frío, suero fisiológico, férulas digitales y férulas para las extremidades (brazo y pierna), collarín cervical y termómetro. También puede ser útil disponer de algún analgésico.
- **Instalaciones.** Los lugares de trabajo con más de 50 trabajadores o trabajadoras (o más de 25 cuando lo determina la autoridad laboral por la actividad desarrollada o el difícil acceso a centros de asistencia médica), deben disponer de un local de primeros auxilios dotados de agua potable, botiquín y camilla. Deben estar señalizados.

Tanto el material como las instalaciones de primeros auxilios deben estar convenientemente señalizados (señales de panel cuadradas o rectangulares con pictograma blanco sobre fondo verde). Además se revisará periódicamente reponiendo el material caducado o agotado.

Para saber más

El INSHT ha editado una nota técnica de prevención relativa a la organización de los primeros auxilios en la empresa. Puedes consultarla en el siguiente enlace:

[NTP 458: Primeros auxilios en la empresa: organización.](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_458.pdf)

http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_458.pdf

Autoevaluación

El botiquín de empresa para atender los primeros auxilios en la empresa:

- ☐ Sólo es obligatorio en empresas que empleen a más de 50 personas.
- ☐ Debe incluir equipos para reanimación cardiopulmonar y desfibrilador.
- ☐ Debe contar con agua potable y camilla como mínimo.
- ☐ **Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.**

Debes conocer

Es necesario que tengas ciertas nociones básicas sobre primeros auxilios ante situaciones que pueden desarrollarse en el medio de trabajo, en particular las siguientes:

- Hemorragias.
- Heridas.
- Amputaciones.
- Shock traumático.
- Golpes y contusiones.
- Traumatismo en la cabeza.
- Traumatismo en la columna vertebral.
- Politraumatismo o traumatismo grave.
- Quemaduras.
- Electrocuciiones.
- Lesiones producidas por el calor.
- Lesiones producidas por el frío.
- Lipotimias.
- Cuerpos extraños.
- Intoxicaciones.
- Picaduras y mordeduras.
- Epilepsia.
- Infarto de miocardio.
- Asistencia en caso de parto.
- Transporte de accidentados.
- Accidente de tráfico.

Para ello puedes utilizar el manual que propone FREMAP, Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales número 61, que puedes descargar a través del siguiente enlace:

[Manual de primeros auxilios de FREMAP](#) (2.44 MB)