

Trabaja la competencia digital

RD 486/1997

Disposiciones mínimas de seguridad y salud

La altura de los locales

Altura mínima: En los locales de trabajo cerrados, la altura no debe ser inferior a 3 metros desde el suelo hasta el techo.

Excepciones: Se permiten alturas mínimas de 2,5 metros en áreas donde las tareas realizadas no requieran un gran esfuerzo físico o no haya una alta concentración de trabajadores.

La anchura del pasillo principal

Pasillo principal: El decreto recomienda que los pasillos principales tengan una anchura mínima de 1,20 metros para permitir el paso seguro de los trabajadores y, si es necesario, el transporte de materiales.

La huella y la contrahuella de los escalones

Huella: Se recomienda que la huella tenga una profundidad mínima de 28 centímetros para proporcionar una superficie de apoyo adecuada y evitar resbalones.

Contrahuella: La contrahuella debe tener una altura máxima de 18 centímetros para evitar que los escalones sean demasiado altos y dificulten el ascenso o descenso, lo cual reduce la fatiga y el riesgo de tropiezos.

La anchura mínima de puertas exteriores

La **anchura mínima** de las puertas exteriores debe ser de 90 centímetros (0,90 metros).

Los elementos que deben estar presentes en los locales de primeros auxilios

Botiquín de primeros auxilios

- Vendas (gazas, vendas elásticas, etc.)
- Apósitos adhesivos.
- Antisépticos (como alcohol o yodo).
- Guantes desechables.
- Tijeras.
- Pinzas.
- Termómetro.
- Mantas térmicas.
- Medicamentos básicos (según lo que se considere apropiado).

-Material de inmovilización:

-Camas o camillas

-Suministro de agua potable

-Acceso a un teléfono

-Información de contacto de servicios de emergencia

-Instrucciones de primeros auxilios

-Formación del personal

El espacio libre por persona trabajadora

Volumen mínimo: Cada trabajador debe disponer de al menos 10 metros cúbicos de espacio en el área de trabajo.

Superficie mínima: En términos de superficie, se sugiere que cada trabajador tenga al menos 2 metros cuadrados de superficie libre para garantizar un entorno no congestionado.

La anchura de la escalera principal

Anchura mínima general: La escalera principal debe tener una anchura mínima de 1 metro. Si la escalera es una ruta de evacuación o se espera un tránsito alto de personas, es recomendable que la anchura sea mayor de 1 metro, con el fin de permitir un flujo seguro y sin obstrucciones en caso de emergencia.

La altura de las barandillas

La **barandilla** debe tener una altura mínima de 90 centímetros desde el nivel del suelo o plataforma.

En zonas de mayor riesgo o donde pueda haber una caída significativa, se recomienda una altura de hasta 110 centímetros para mejorar la seguridad.

El numero de trabajadores necesaio para disponer de local de primeros axilios

Se requiere que **exista un local** de primeros auxilios cuando hay más de 50 trabajadores en el centro de trabajo.

Iluminacion en áreas o locales y en vías de circulacion

Oficinas y trabajos de lectura: 300-500 lux.

Áreas de trabajo con maquinaria: 500-1000 lux, dependiendo de la precisión necesaria.

La intensidad mínima recomendada es de al menos 100 lux en áreas de circulación.