

MANUAL

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES NIVEL BÁSICO SEGÚN NORMATIVA DEL SECTOR

CTR0012

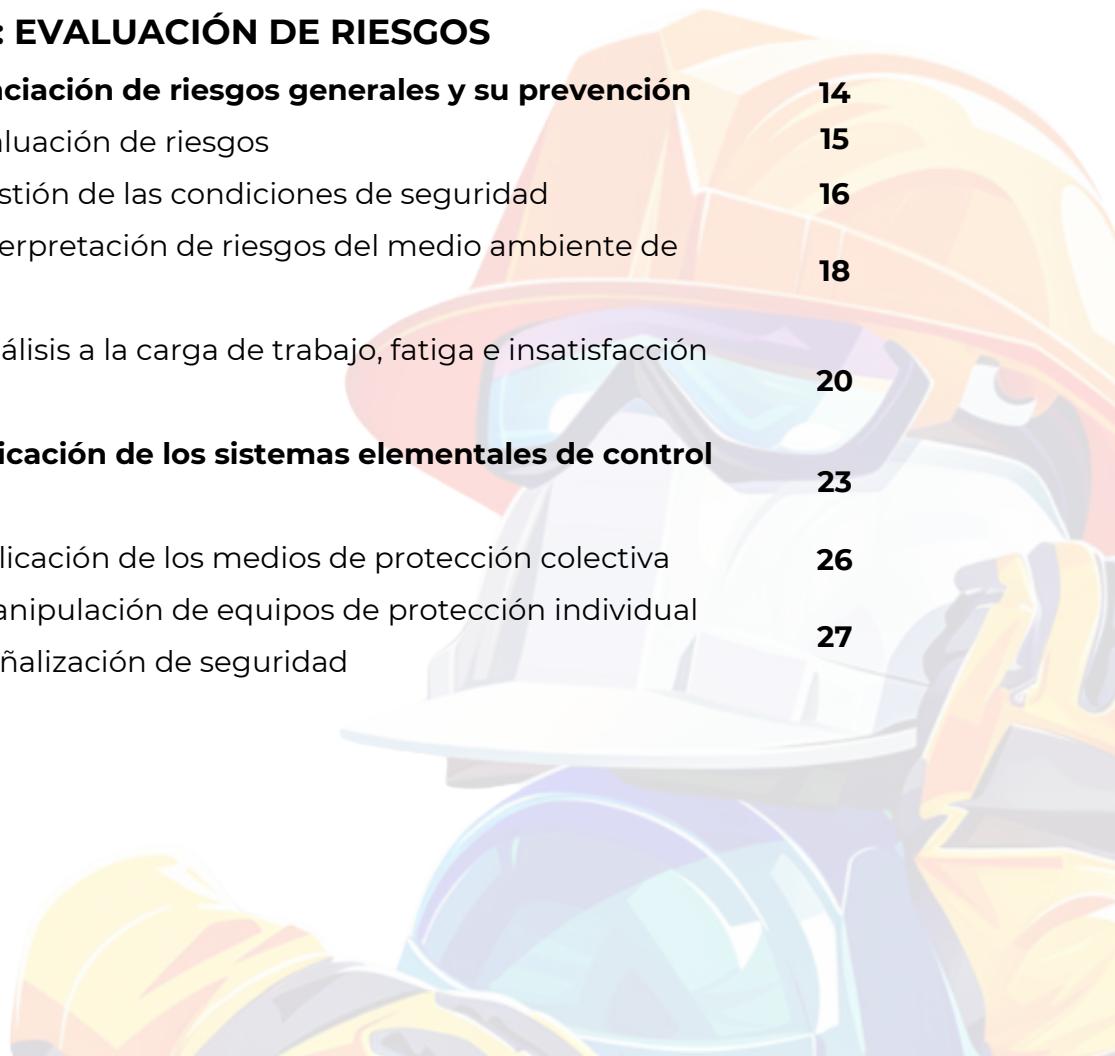


DISEÑO: GRUPO COLÓN

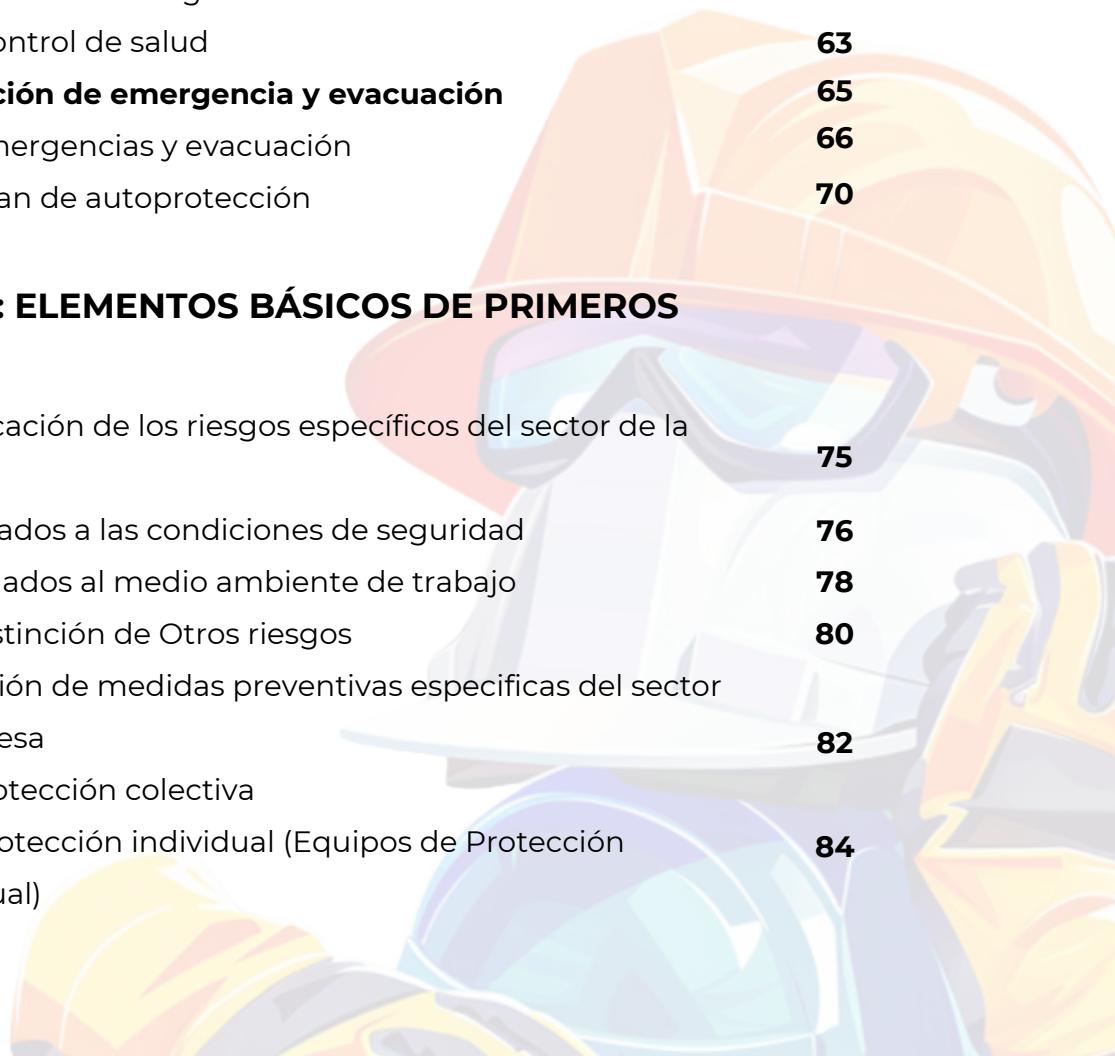
RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS. El contenido de esta obra está protegido por la ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y prejuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicasen públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier medio, sin la preceptiva autorización. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño, puede ser reproducida, almacenada o transmitida de ninguna forma, no por ningún medio, se a éste electrónico, electro-óptico, grabación, fotocopia o cualquier otro, sin la previa autorización por parte del autor.

ÍNDICE

• MÓDULO 1: SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	
◦ 1.1 Identificación de los conceptos de seguridad y salud en el trabajo	3
▪ 1.1.1. Trabajo y la salud (riesgos profesionales y factores de riesgo)	4
▪ 1.1.2. Daños derivados del trabajo (los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales)	5
▪ 1.1.3. Otras patologías derivadas del trabajo	8
▪ 1.1.4. Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales	9
▪ 1.1.5. Derechos y deberes básicos en materia preventiva	10
• MÓDULO 2: EVALUACIÓN DE RIESGOS	
◦ 2.1. Diferenciación de riesgos generales y su prevención	14
▪ 2.1.1. Evaluación de riesgos	15
▪ 2.1.2. Gestión de las condiciones de seguridad	16
▪ 2.1.3. Interpretación de riesgos del medio ambiente de trabajo	18
▪ 2.1.4. Análisis a la carga de trabajo, fatiga e insatisfacción laboral	20
◦ 2.2. Identificación de los sistemas elementales de control de riesgos	23
▪ 2.2.1. Aplicación de los medios de protección colectiva	26
▪ 2.2.2. Manipulación de equipos de protección individual	27
▪ 2.2.3. Señalización de seguridad	



• MÓDULO 3: GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	
○ 3.1. Introducción a la gestión de la prevención	34
■ 3.1.1. Organismos públicos relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo	35
■ 3.1.2. Organización del trabajo preventivo. Rutinas básicas	37
○ 3.2. Gestión de la Prevención de Riesgos Laborales	42
■ 3.2.1. Representación de los trabajadores	43
■ 3.2.2. Coordinación de actividades empresariales	45
■ 3.2.3. Descripción del recurso preventivo	48
■ 3.2.4. Clasificación de los organismos públicos	50
■ 3.2.5. Representación de rutinas básicas	52
• MÓDULO 4: ELEMENTOS BÁSICOS DE PRIMEROS AUXILIOS	
○ 4.1. Análisis primeros auxilios y salud	58
■ 4.1.1. Procedimiento general RCP-CAB	59
■ 4.1.2. Control de salud	63
○ 4.2. Actuación de emergencia y evacuación	65
■ 4.2.1. Emergencias y evacuación	66
■ 4.2.2. Plan de autoprotección	70
• MÓDULO 5: ELEMENTOS BÁSICOS DE PRIMEROS AUXILIOS	
○ 5.1. Identificación de los riesgos específicos del sector de la empresa	75
■ 5.1.1. Ligados a las condiciones de seguridad	76
■ 5.1.2. Ligados al medio ambiente de trabajo	78
■ 5.1.3. Distinción de Otros riesgos	80
○ 5.2. Aplicación de medidas preventivas específicas del sector de la empresa	82
■ 5.2.1. Protección colectiva	
■ 5.2.2. Protección individual (Equipos de Protección Individual)	84



MÓDULO 1: SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

INTRODUCCIÓN

¡Bienvenidos al curso de Prevención de Riesgos Laborales nivel básico! Este módulo te introduce en los conceptos esenciales de la **seguridad y salud en el trabajo**, sentando las bases para identificar riesgos, prevenir accidentes y garantizar entornos laborales más seguros.

Exploraremos temas clave como la **relación entre el trabajo y la salud**, los **riesgos profesionales**, los **daños derivados del trabajo**, y el **marco normativo básico** que regula los derechos y deberes preventivos. Todo esto, con un enfoque práctico, que te permitirá aplicar lo aprendido para proteger tu salud y la de tus compañeros a la vez que mejoras las condiciones laborales.

Este módulo es tu oportunidad de ser un agente de cambio, capaz de identificar problemas y proponer soluciones que marquen una diferencia. ¡Comienza hoy a construir un entorno laboral más seguro y humano!

[HTTPS://YOUTU.BE/JKG8SZMBG2S](https://youtu.be/jkg8szmbg2s)

OBJETIVOS

- Identificar los conceptos de seguridad y salud en el trabajo para **reconocer** riesgos profesionales y factores de riesgo en diferentes entornos laborales.
- Analizar los daños derivados del trabajo, como accidentes y enfermedades profesionales, para **prevenir** su aparición y minimizar sus consecuencias.
- Comprender el marco normativo básico en prevención de riesgos laborales para **aplicar** correctamente los derechos y deberes en materia de seguridad laboral.
- Interiorizar los principios de la prevención para **promover** un entorno de trabajo más seguro y saludable en el día a día.

[HTTPS://YOUTU.BE/N9TPMEUPRSK](https://youtu.be/n9tpmeuprsk)

1.1. IDENTIFICACIÓN DE LOS CONCEPTOS DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

La primera etapa para asegurar un ambiente seguro consiste en entender los principios fundamentales que respaldan la prevención de riesgos laborales. Para ello es vital comprender dos conceptos importantes:

SEGURIDAD EN EL TRABAJO

Hace referencia al conjunto de medidas y recursos destinados a **prevenir** accidentes, **reducir** riesgos y **proteger** la integridad de las personas que desarrollan actividades profesionales.



SALUD EN EL TRABAJO

Consiste en garantizar el **bienestar físico, mental y social** de los trabajadores de una empresa, no sólo evitando enfermedades, sino también promoviendo **hábitos saludables y condiciones óptimas** en el trabajo.



Ambos términos son inalterables en el contexto de la prevención de riesgos. Aunque la seguridad tiene como objetivo minimizar los accidentes, la salud se dedica a prevenir enfermedades y fomentar el bienestar integral.

1.1.1. TRABAJO Y LA SALUD (RIESGOS PROFESIONALES Y FACTORES DE RIESGO)

La seguridad y salud laboral no solo se basan en la **implementación de estrategias preventivas**, sino también en el **estudio de los riesgos profesionales y factores de riesgo** inherentes a cada actividad. El entendimiento de la interacción entre estos componentes facilita la formulación de estrategias más eficaces para minimizar incidentes y proteger a los empleados de posibles impactos.

Por este motivo, resulta esencial implementar medidas de prevención no solo para proteger al trabajador, sino también para **mejorar la productividad y evitar costes innecesarios** derivados de incidentes laborales.

- **Ejemplo:** en un entorno de construcción, proporcionar cascos de seguridad reduce el riesgo de lesiones craneales, mientras que informar sobre la postura adecuada para levantar peso minimiza problemas musculoesqueléticos.



1.1.2. DAÑOS DERIVADOS DEL TRABAJO (LOS ACCIDENTES DE TRABAJO Y LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES)

Los daños laborales abarcan aquellas **circunstancias que impactan negativamente en la salud de los empleados** como resultado de su desempeño laboral. Estos perjuicios pueden ser categorizados principalmente en dos categorías:

ACCIDENTES LABORALES

Aluden a sucesos imprevistos y no deseados que se producen durante la jornada laboral o en traslados vinculados con el trabajo (**in itinere**). Estos sucesos frecuentemente **desencadenan lesiones físicas inmediatas**, tales como cortes, fracturas o quemaduras.



ENFERMEDADES PROFESIONALES

Se refieren a aquellas **afecciones** surgidas como consecuencia de la **exposición a ciertos riesgos asociados a la actividad laboral**, tales como la inhalación de sustancias tóxicas, la exposición prolongada a ruidos intensos o la ejecución de movimientos repetitivos.



- **Ejemplo:** un trabajador en una fábrica que manipula productos químicos sin el equipo de protección adecuado puede desarrollar enfermedades respiratorias crónicas con el tiempo. De igual forma, un empleado de oficina que mantiene una postura incorrecta durante jornadas prolongadas podría sufrir lesiones en la columna vertebral

Además de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales, existen otras **patologías relacionadas con las condiciones laborales** que también pueden afectar al bienestar de los trabajadores. La **Unión Europea** cuenta con una lista de enfermedades laborales reconocidas que orienta a los estados miembros en la identificación y prevención de estos problemas.

En España, algunas de las patologías laborales más destacadas incluyen:



Trastornos musculoesqueléticos

Problemas como tendinitis, lumbalgias o síndrome del túnel carpiano causados por movimientos repetitivos, esfuerzos excesivos o posturas inadecuadas.

Afecciones respiratorias

Enfermedades como el asma laboral o la silicosis, relacionadas con la exposición a polvo, humos o sustancias químicas. Es importante destacar que, debido a la pandemia de 2019, la enfermedad de la COVID-19 fue considerada temporalmente como una patología laboral. Sin embargo, con la normalización de la situación sanitaria, pasó a catalogarse como una enfermedad común, similar al resfriado.



Estrés laboral y burnout

Patologías psicológicas derivadas de la carga laboral excesiva, falta de apoyo organizacional o conflictos en el lugar de trabajo.

Enfermedades cutáneas

Dermatitis de contacto provocadas por el manejo de productos químicos o alérgenos.

1.1.3. OTRAS PATOLOGÍAS DERIVADAS DEL TRABAJO

- **Ejemplo:** un trabajador de limpieza que utiliza productos químicos sin guantes puede desarrollar dermatitis en las manos. Asimismo, un empleado que pasa largas horas frente al ordenador sin pausas adecuadas podría sufrir síndrome del túnel carpiano.

La prevención de dichas patologías demanda la implementación de estrategias tales como la adaptación ergonómica de los espacios laborales, la instrucción en el uso apropiado de equipos y herramientas, y la promoción de un entorno laboral saludable.

1.1.4. MARCO NORMATIVO BÁSICO EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

En cuanto a la legislación sobre los riesgos laborales, se centran en las **bases necesarias para proteger la seguridad y salud del empleado** a toda costa. En España algunas normativas más destacadas son:

- **Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales**

Establece las obligaciones de empleadores y trabajadores en materia preventiva.

- **Ley 54/2003 de reforma del marco normativo de prevención de riesgos laborales**

Introduce mejoras para reforzar la gestión preventiva en las empresas.

- **Real Decreto 604/2006**

Modifica aspectos del **Reglamento de los Servicios de Prevención** y las disposiciones mínimas de seguridad en obras de construcción.

- **Ejemplo:** en una obra, la instalación de barandillas en las zonas elevadas y el uso de arneses por parte de los trabajadores minimizan el riesgo de caídas, cumpliendo con las disposiciones de este decreto.

Real Decreto 1627/1997, de 24 de octubre: establece las disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción. Su aplicación es esencial para garantizar que las condiciones en este sector cumplan con estándares de prevención, como la instalación de barandillas, redes de seguridad y equipos de protección individual.



1.1.5. DERECHOS Y DEBERES BÁSICOS EN MATERIA PREVENTIVA

Los derechos y obligaciones en el ámbito de la prevención son esenciales para **asegurar un ambiente laboral seguro**. Aunque los derechos tienen como objetivo **salvaguardar a los trabajadores**, las obligaciones se centran en las obligaciones que deben asumir para preservar la seguridad colectiva. Estos principios están regulados en la **Constitución Española**, el **Estatuto de los Trabajadores** (artículos 4, 5 y 19) y la **Ley de Prevención de Riesgos Laborales**.

- **DIFERENCIAS ENTRE DERECHOS Y DEBERES**

- **DERECHOS**

- **Recibir formación en prevención.**
 - **Disponer de un entorno seguro.**
 - **Ser informado sobre los riesgos.**
 - **Participar en decisiones.**



- **DEBERES**

- **Usar equipos de protección.**
 - **Cumplir las normas de seguridad.**
 - **Cooperar en actividades preventivas.**
 - **Notificar los riesgos detectados.**

Por ejemplo, un trabajador tiene derecho a recibir formación sobre cómo manejar correctamente una máquina, pero también tiene el deber de utilizarla según las instrucciones para evitar accidentes.

A continuación, se muestra una lista de algunos derechos y deberes destacados:

- **Derecho a una vigilancia de la salud:** los empleadores deben garantizar **revisiones médicas periódicas** para evaluar el bienestar de los trabajadores.
- **Derecho a la formación:** los empleados deben recibir **información** y capacitación sobre los **riesgos asociados a su puesto de trabajo**.
- **Deber de uso correcto de los equipos:** los empleados están obligados a utilizar adecuadamente las **herramientas y equipos de protección**.
- **Deber de informar riesgos:** es responsabilidad de los trabajadores **reportar cualquier condición peligrosa o anómala** en su entorno laboral.

RESUMEN TEMA 1

- Este módulo introduce los principios fundamentales de la **prevención de riesgos laborales**, diferenciando entre **seguridad y salud en el trabajo**, así como la importancia de identificar y gestionar los riesgos profesionales. La **seguridad en el trabajo** abarca las medidas para evitar accidentes, mientras que la **salud laboral** se enfoca en garantizar el bienestar físico, mental y social de los trabajadores.
- El estudio de los **riesgos profesionales** y sus **factores asociados** es clave para implementar estrategias preventivas eficaces. La evaluación de riesgos permite identificar peligros en el entorno laboral y tomar decisiones que minimicen incidentes. Estos riesgos pueden clasificarse en **accidentes laborales**, que ocurren de manera imprevista durante la jornada o en desplazamientos laborales, y **enfermedades profesionales**, derivadas de la exposición prolongada a condiciones adversas, como sustancias tóxicas o ruido.
- Además de los accidentes y enfermedades, existen otras patologías laborales como **trastornos musculoesqueléticos** (tendinitis, lumbalgias), **afecciones respiratorias** (asma, silicosis), **estrés laboral y burnout**, y **enfermedades cutáneas** (dermatitis por exposición a químicos). La adaptación ergonómica del puesto de trabajo y el uso adecuado de equipos de protección ayudan a prevenir estos problemas.
- El **marco normativo** establece las bases para garantizar la seguridad en el trabajo. Destacan la **Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales**, la Ley **54/2003** sobre mejora de la gestión preventiva y el **Real Decreto 604/2006**, que regula la seguridad en obras de construcción. Estas normativas garantizan la protección de los trabajadores mediante la aplicación de medidas preventivas, como el uso de **barandillas y arneses en trabajos en altura**.
- Los **derechos y deberes en prevención** establecen que los trabajadores tienen derecho a **recibir formación en seguridad, disponer de un entorno protegido y ser informados sobre los riesgos de su puesto**, mientras que sus deberes incluyen **usar los equipos de protección, cumplir con las normas de seguridad y comunicar riesgos detectados**.
- En definitiva, una adecuada gestión de la **seguridad y salud en el trabajo** no solo protege a los empleados, sino que también mejora la productividad y reduce costos derivados de incidentes laborales. La implementación de normativas, la evaluación constante de riesgos y la concienciación en prevención son esenciales para garantizar entornos laborales seguros y saludables.

MÓDULO 2: SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

INTRODUCCIÓN

En este módulo, te adentrarás en el importante proceso de **evaluación de riesgos**, una herramienta esencial para garantizar la seguridad y la salud en cualquier entorno laboral. La evaluación de riesgos te ayudará a identificar los peligros presentes en el trabajo y aplicar medidas preventivas que protejan a los empleados de posibles accidentes o enfermedades.

Durante este módulo, aprenderás a diferenciar los **riesgos generales** y cómo prevenirlas, además de abordar la **gestión de las condiciones de seguridad** en el lugar de trabajo. Te enseñaremos cómo interpretar los **riesgos del medio ambiente laboral**, identificando elementos como la iluminación, la temperatura o la ventilación que puedan influir en la salud de los trabajadores. También profundizaremos en la importancia de analizar factores como la **carga de trabajo**, la **fatiga** y la **insatisfacción laboral**, que pueden afectar tanto al bienestar como al rendimiento de los empleados.

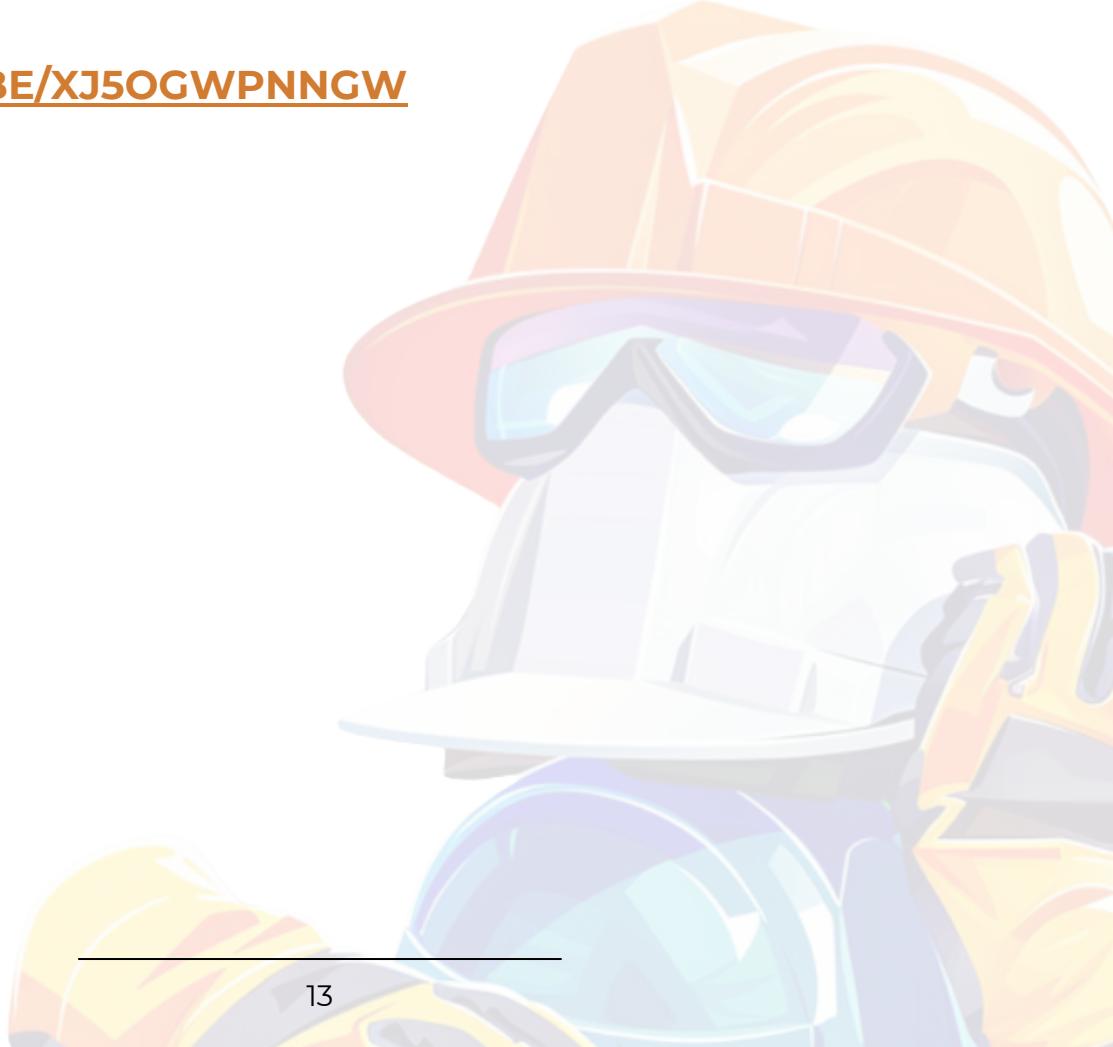
En la segunda parte del módulo, explorarás los **sistemas elementales de control de riesgos**, como la **protección colectiva** y el uso adecuado de los **equipos de protección individual (EPI)**. Además, aprenderás la importancia de la **señalización de seguridad**, un aspecto vital para la prevención de accidentes y la creación de un entorno de trabajo seguro.

[HTTPS://YOUTU.BE/TJNG89J95EG](https://youtu.be/TJNG89J95EG)

OBJETIVOS

- Diferenciar los **riesgos generales** y su prevención para **identificar** posibles peligros en el entorno laboral y aplicar medidas correctivas de manera efectiva.
- Analizar la **gestión de condiciones de seguridad** en el trabajo para **crear** un ambiente laboral más seguro, reduciendo los riesgos asociados a las instalaciones y herramientas.
- Comprender la importancia de la **protección colectiva** y el uso adecuado de los **equipos de protección individual** (EPI) para **garantizar** la seguridad de los trabajadores en su día a día.
- Evaluar factores como la **carga de trabajo**, la **fatiga** y la **insatisfacción laboral** para **mejorar** el bienestar de los empleados y prevenir riesgos psicosociales.

[HTTPS://YOUTU.BE/XJ5OGWPNNGW](https://youtu.be/XJ5OGWPNNgW)



2.1. DIFERENCIACIÓN DE RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN

En el módulo anterior, se exploraron los conceptos básicos de seguridad y salud en el trabajo, sentando las bases para comprender la importancia de la prevención en el entorno laboral. Ahora, avanzamos hacia la **diferenciación entre riesgos generales y las medidas de prevención** específicas para cada caso, un paso esencial para una gestión eficaz de la seguridad en cualquier sector.

Los **riesgos generales** comprenden **los peligros habituales** en la mayoría de los contextos laborales, tales como caídas al mismo nivel, incendios o manipulación de cargas. En cuanto a su prevención, se requiere la **implementación de medidas estándar** aplicables a una variedad de actividades.

Ejemplo: en un almacén, un riesgo general podría ser el resbalón causado por un derrame de líquidos. La prevención incluye la limpieza inmediata del derrame, señalizar la zona afectada y proporcionar calzado antideslizante a los empleados.



2.1.1. EVALUACIÓN DE RIESGOS

La evaluación de riesgos constituye un procedimiento clave en el ámbito de la prevención laboral, dado que **facilita la identificación, el análisis y la asignación de prioridad a los riesgos existentes** en un contexto laboral. Este análisis posibilita la implementación de acciones específicas para reducir la repercusión de los riesgos generales, asegurando la seguridad y salud de los trabajadores.

El propósito principal de la evaluación es identificar los riesgos que podrían inducir accidentes o patologías, **evaluando su severidad** y la probabilidad de su aparición. Esto establece los cimientos para la toma de decisiones fundamentadas respecto a las medidas preventivas más apropiadas.

2.1.1.1. TIPOS DE EVALUACIONES

Existen diversos tipos de evaluaciones de riesgos, cada uno de ellos adaptado a las particularidades y requerimientos del contexto. A continuación, se describen los más destacados:

- **EVALUACIÓN INICIAL**

- Se realiza al inicio de la actividad laboral o al implementar nuevos procesos o equipos. Permite identificar los riesgos desde el principio para establecer medidas preventivas adecuadas.

- **EVALUACIÓN PERIÓDICA**

- Consiste en revisar **regularmente** los riesgos existentes para comprobar si las medidas preventivas siguen siendo eficaces o si se requieren ajustes debido a cambios en las condiciones laborales.

- **EVALUACIÓN ESPECÍFICA**

- Enfocada en un riesgo **concreto** o actividad específica, como la exposición a productos químicos, manipulación de cargas pesadas o el uso de maquinaria peligrosa.

- **EVALUACIÓN TRAS INCIDENTES**

- Se lleva a cabo después de un accidente o incidente laboral para identificar las **causas, corregir fallos y evitar que se repitan**.

Ejemplo: En una fábrica, una evaluación inicial podría identificar que ciertos trabajadores están expuestos a ruidos elevados. A partir de esta evaluación, se implementarían medidas como el uso obligatorio de protectores auditivos y la instalación de sistemas de aislamiento acústico.

2.1.2. GESTIÓN DE LAS CONDICIONES DE SEGURIDAD

La gestión eficaz de las condiciones de seguridad en el ambiente laboral es fundamental para la prevención de incidentes y patologías derivadas de la práctica profesional. **La Organización Internacional del Trabajo (OIT)** ha elaborado directrices que funcionan como marco para la implementación de sistemas de gestión de la seguridad y salud en el trabajo (**SST**), incentivando una mejora continua en este campo.

En 2023, la OIT presentó una "**Estrategia global en materia de seguridad y salud en el trabajo**", la cual establece fundamentos estratégicos para fortalecer la administración de la seguridad y salud en el trabajo, promoviendo una gobernanza eficiente, la inversión en políticas preventivas y la implementación de un enfoque sistémico adaptado a los contextos laborales.



DIRECTRICES DE LA OIT PARA LA GESTIÓN DE LA SEGURIDAD

En **2001**, la OIT publicó las "**Directrices relativas a los sistemas de gestión de la seguridad y la salud en el trabajo (ILO-OSH 2001)**", que proporcionan un enfoque sistemático para gestionar la SST en las organizaciones. Estas directrices se basan en el ciclo de mejora continua y abarcan elementos clave como:

- **Política de la organización**

Establecimiento de una política de SST que refleje el **compromiso** de la alta dirección con la seguridad y salud de los trabajadores.

- **Organización de la prevención**

Definición de responsabilidades y estructuras para la gestión de la SST dentro de la empresa.

- **Planificación y aplicación del sistema**

Identificación de peligros, evaluación de riesgos y establecimiento de controles adecuados.

- **Evaluación de los resultados**

Monitoreo y medición del desempeño en SST para **asegurar la eficacia** de las medidas implementadas.

- **Acción en pro de mejora**

Implementación de acciones correctivas y preventivas para **lograr mejoras continuas** en la SST.



2.1.2.1. CONDICIONES DE SEGURIDAD DESTACADAS

La gestión de las condiciones de seguridad implica abordar diversos aspectos esenciales en el entorno laboral, entre los cuales destacan:

- **Control de riesgos físicos**

Implementación de medidas para **mitigar riesgos** asociados a maquinaria, herramientas y equipos, asegurando su correcto mantenimiento y uso.

- **Gestión de sustancias peligrosas**

Establecimiento de protocolos para el manejo, almacenamiento y eliminación de productos químicos, garantizando la protección de los trabajadores y el medio ambiente.

- **Ergonomía**

Diseño de puestos de trabajo que promuevan posturas y movimientos adecuados, **reduciendo** la probabilidad de **lesiones** musculoesqueléticas.

- **Emergencias y primeros auxilios**

Desarrollo de **planes de emergencia** y capacitación del personal en primeros auxilios para responder eficazmente ante incidentes.

- **Formación y capacitación**

Provisión de programas educativos continuos para los empleados, fomentando una **cultura** de seguridad y conciencia de los riesgos laborales.

2.1.3. INTERPRETACIÓN DE RIESGOS DEL MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

La interpretación de riesgos en el entorno laboral implica la identificación y análisis de los **elementos ambientales** que pueden **influir** adversamente **en la salud y seguridad** de los empleados. Estos riesgos frecuentemente están vinculados con **agentes físicos, químicos y biológicos** que, en caso de una gestión inadecuada, pueden ocasionar accidentes laborales o patologías ocupacionales.

AGENTES



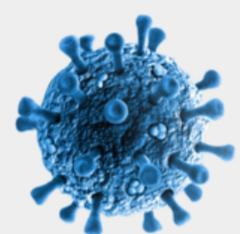
Agentes físicos

Se refieren a **factores ambientales** como ruido, vibraciones, temperaturas extremas, radiaciones y condiciones de iluminación inadecuadas. Estos agentes pueden generar problemas de salud si se prolonga la exposición.



Agentes químicos

Incluyen **sustancias peligrosas** como gases, vapores, líquidos inflamables o corrosivos que pueden inhalarse, ingerirse o entrar en contacto con la piel, causando intoxicaciones o lesiones.



Agentes biológicos

Son **organismos vivos o sus toxinas** que pueden generar infecciones o alergias. Esto incluye bacterias, virus, hongos y parásitos presentes en el entorno laboral.

- **Ejemplo:** durante la pandemia de **COVID-19**, la presencia del virus en

espacios cerrados aumentó los riesgos de transmisión, destacando la necesidad de implementar medidas como el uso de mascarillas y ventilación adecuada.

- **Ejemplo:** en una fábrica con altos niveles de ruido constante, los trabajadores podrían desarrollar pérdida de audición si no se utilizan protectores auditivos adecuados.

2.1.4. ANÁLISIS A LA CARGA DE TRABAJO, FATIGA E INSATISFACCIÓN LABORAL

El análisis de la carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral resulta esencial para comprender cómo las **condiciones laborales pueden afectar el bienestar físico y mental** de los trabajadores. Estas tres dimensiones están interrelacionadas y, si no se gestionan adecuadamente, pueden reducir la productividad y aumentar los riesgos laborales.

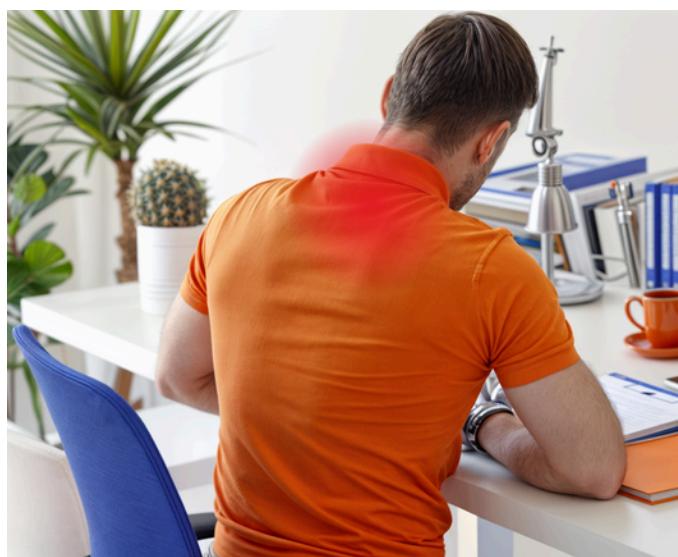
- **CARGAS DE TRABAJO**

Se refiere al esfuerzo físico o mental que un empleado debe realizar para cumplir con sus tareas laborales. Las **cargas laborales insuficientemente administradas** pueden **ocasionar afecciones musculoesqueléticas o estrés**.

Posturas adecuadas

- En un trabajo de oficina, una postura correcta incluye una silla ajustada, los pies apoyados en el suelo y una pantalla a la altura de los ojos.
- En trabajos que implican transportar carga, es esencial levantar objetos desde las piernas, no desde la espalda, y usar equipos como carretillas para reducir el esfuerzo físico.

Ejemplo: *un operario que levanta cajas pesadas de forma incorrecta puede sufrir lesiones en la zona lumbar, mientras que un empleado de oficina con una mala postura puede desarrollar dolor de cuello y espalda.*



• FATIGA

Se define como el estado de agotamiento físico y/o mental debido a una carga de trabajo excesiva o inadecuada. Puede ser:

- **Fatiga muscular:** agotamiento físico que se da por realizar **actividades repetitivas, malas posturas o esfuerzos de manera prolongada.**
- **Fatiga mental:** se da como consecuencia de una **alta carga cognitiva, falta de descanso o estrés continuo.**
- **Fatiga crónica:** se acumula con el tiempo y se relaciona con horarios prolongados y falta de descanso adecuado, por lo que es una **combinación de cansancio mental y físico.**



• MEDIDAS PREVENTIVAS

- Incorporar pausas regulares.
- Promover el sueño reparador.
- Ajustar horarios para evitar jornadas laborales excesivas.
- Asegurar un entorno ergonómico.
- Proporcionar apoyo emocional en caso de sobrecarga laboral.

- **Ejemplo:** un conductor que trabaja largas horas sin pausas puede experimentar fatiga crónica, aumentando el riesgo de accidentes.



• INSATISFACCIÓN LABORAL

Es el **descontento** que un trabajador siente hacia su empleo, derivado de factores como **malas condiciones laborales**, falta de reconocimiento, relaciones conflictivas o un salario insuficiente.



• FACTORES Y MEDIDAS PREVENTIVAS

- **Factores:** **falta de comunicación**, exceso de presión o tareas repetitivas.
- **Prevención:** establecer un entorno laboral colaborativo, ofrecer oportunidades de desarrollo profesional y **garantizar condiciones justas**.
 - **Ejemplo:** un empleado que realiza tareas repetitivas sin posibilidades de crecimiento puede desarrollar insatisfacción laboral, lo que puede llevar a un bajo rendimiento y absentismo.



2.2. IDENTIFICACIÓN DE LOS SISTEMAS ELEMENTALES DE CONTROL DE RIESGOS

La administración de riesgos en el contexto laboral demanda la identificación de los sistemas de protección requeridos para asegurar la seguridad laboral. De acuerdo con el **artículo 15.1.h de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales**, se establece la prioridad de implementar medidas de **protección colectivas por encima de las individuales**, fomentando un ambiente de mayor seguridad para todos los trabajadores antes de implementar medidas específicas para cada empleado.

- **MEDIOS DE PROTECCIÓN COLECTIVA**

Los mecanismos de protección colectiva están concebidos para **salvaguardar de manera simultánea a todos los empleados** que se encuentran expuestos a un riesgo común. Estas intervenciones se orientan a reducir la exposición al riesgo en el entorno laboral.

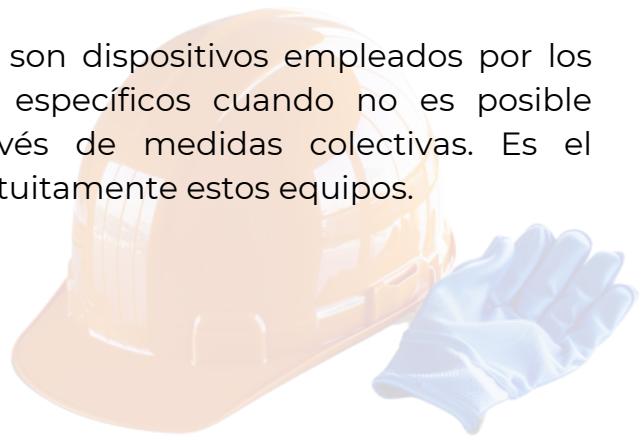
Ejemplos:

- **Barandillas y redes de seguridad:** previenen caídas en alturas.
- **Sistemas de ventilación:** reducen la concentración de sustancias peligrosas en el aire.
- **Pantallas de protección en maquinaria:** evitan el contacto con piezas móviles.



• MEDIOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

Los Equipos de Protección Individual (**EPIs**) son dispositivos empleados por los trabajadores para resguardarse de riesgos específicos cuando no es posible eliminar completamente el peligro a través de medidas colectivas. Es el empresario el encargado de proporcionar gratuitamente estos equipos.



CATEGORÍAS DE EPIS

Según su nivel de riesgo, los EPIs se clasifican en tres categorías:

• Categoría I (riesgos mínimos)

Protegen frente a **riesgos leves**.

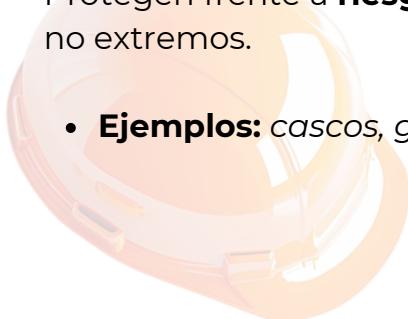
- **Ejemplos:** guantes para labores domésticas, calzado antideslizante.



• Categoría II (riesgos intermedios)

Protegen frente a **riesgos moderados**, como lesiones físicas o productos químicos no extremos.

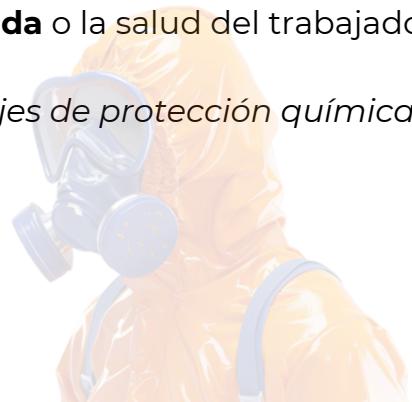
- **Ejemplos:** cascos, gafas de seguridad, guantes anticorte.



• Categoría III (riesgos graves o mortales)

Protegen frente a **riesgos que ponen en peligro la vida** o la salud del trabajador.

- **Ejemplos:** respiradores, arneses de seguridad, trajes de protección química.



CATEGORÍAS DE PROTECCIÓN



Protección respiratoria:
mascarillas filtrantes, equipos de
respiración autónoma.

Protección ocular y facial:
pantallas faciales, gafas ajustadas
para productos químicos.

Protección del cuerpo:
ropa ignífuga, trajes impermeables.



Protección de las extremidades:
calzado con puntera reforzada,
guantes térmicos.

Protección auditiva:
tapones y orejeras contra ruido
elevado.

2.2.1. APLICACIÓN DE LOS MEDIOS DE PROTECCIÓN COLECTIVA

Los mecanismos de protección colectiva son fundamentales para reducir los riesgos a los que se exponen múltiples empleados en un contexto laboral. Estas medidas no solo protegen la integridad de un individuo, sino que **funcionan como barreras generalizadas** para **garantizar la seguridad de todos** los individuos presentes en un espacio dado. A continuación, se expone un caso real de la construcción dónde se aplican estos materiales.

En un edificio en construcción, se instalan **redes de seguridad** en las fachadas para evitar que los trabajadores sufran caídas desde las alturas. Estas redes actúan como una barrera física que protege tanto al empleado que trabaja en niveles superiores como a quienes se encuentran en la base de la obra, al evitar que herramientas o materiales caigan desde zonas elevadas.

Además de las redes de seguridad, otros medios como las **barandillas perimetrales** evitan que los trabajadores se acerquen demasiado a los bordes sin protección. También se implementan **sistemas de ventilación** para eliminar polvo o partículas nocivas, garantizando que el aire sea seguro para todos los operarios.

La aplicación de estos medios es especialmente importante en tareas donde la exposición al **peligro es constante**.



2.2.2. MANIPULACIÓN DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

En situaciones en las que las estrategias de protección colectiva no resultan suficientes para erradicar o regular los riesgos, se recurre a los equipos de protección individual (**EPIs**). Estos aparatos están concebidos para proteger al trabajador de riesgos particulares y requieren un uso apropiado para asegurar su eficacia. La correcta manipulación y conservación de estos equipos es vital para prevenir anomalías en su funcionamiento y, consecuentemente, accidentes laborales.

En un **laboratorio** donde se manipulan productos químicos corrosivos, el uso de **guantes resistentes a productos químicos, gafas de seguridad y mascarillas con filtros** específicos es imprescindible. Antes de comenzar la tarea, el trabajador debe:

- Inspeccionar los guantes para asegurarse de que no tienen fisuras o desgastes.
- Ajustar correctamente las gafas para que no quede espacio por donde puedan ingresar vapores o líquidos.
- Verificar que el filtro de la mascarilla sea el adecuado para las sustancias manipuladas y que esté correctamente sellada al rostro.



Durante la manipulación, es esencial que el trabajador no toque su rostro ni utilice los **EPIs** de forma incorrecta, como retirar los guantes o las gafas en zonas contaminadas. Al finalizar la tarea, los guantes y otros elementos desechables deben depositarse en contenedores específicos para residuos peligrosos, mientras que los reutilizables deben limpiarse y guardarse en condiciones óptimas.

2.2.3. SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD

La señalización de seguridad es fundamental en el entorno laboral para **prevenir accidentes y garantizar la protección** de los trabajadores. Estas señales proporcionan **información clara y directa** sobre los riesgos presentes, las medidas preventivas y las acciones a tomar en caso de emergencia. Su correcta implementación contribuye a la organización del espacio laboral, mejorando la respuesta frente a posibles peligros.

TIPOS DE SEÑALES DE SEGURIDAD

Señales de prohibición

Indican acciones que están terminantemente prohibidas para evitar riesgos o accidentes.

- Prohibido fumar.
- Prohibido el paso a personas no autorizadas.
- Prohibido apagar con agua.
- Prohibido apagar con agua.



Señales de advertencia

Alertan sobre posibles peligros o riesgos en el entorno.

- Peligro de sustancias tóxicas.
- Atención: riesgo de caída.
- Advertencia: radiación.



Señales de emergencia

Indican rutas de evacuación o localización de equipos de emergencia.

- Salida de emergencia.
- Ubicación de extintores.
- Ruta de evacuación.



Señales informativas

Brindan información general o instrucciones relacionadas con la seguridad.

- Punto de reunión.
- Área de primeros auxilios.
- Zona de carga y descarga.



Señales de obligación

Indican acciones o uso de equipos que son obligatorios para garantizar la seguridad.

- Uso obligatorio de casco.
- Uso obligatorio de gafas de protección.
- Uso obligatorio de guantes.



SEÑALES EN FUNCIÓN DE SU FORMA

Forma	Color	Significado
	Círculo azul	Azul y blanco Obligación
	Círculo rojo	Rojo y blanco Prohibición
	Triángulo amarillo	Amarillo y negro Advertencia
	Cuadrado	Rojo y blanco Señalización de lucha contra incendios.
	Cuadrado	Verde y blanco Emergencia



RESUMEN TEMA 2

- El módulo aborda la importancia de la **seguridad y salud en el trabajo**, diferenciando entre **riesgos generales** y medidas de prevención específicas para cada caso. Los **riesgos generales** incluyen peligros comunes, como caídas, incendios o manipulación de cargas, y requieren medidas estándar como la limpieza de derrames y el uso de calzado adecuado. La **evaluación de riesgos** es crucial para identificar y priorizar riesgos, y existen diferentes tipos de evaluaciones: inicial, periódica, específica y tras incidentes.
- La **gestión de condiciones de seguridad** es esencial para prevenir accidentes y enfermedades, con directrices de la OIT que abogan por una mejora continua en la seguridad laboral. Estas directrices incluyen establecer políticas de seguridad, planificar sistemas de gestión de riesgos y evaluar resultados. También se destacan medidas para controlar **riesgos físicos**, gestionar **sustancias peligrosas**, aplicar **ergonomía** en el diseño de puestos y ofrecer formación continua.
- La **interpretación de riesgos** en el ambiente laboral identifica los agentes físicos (como ruido y radiación), químicos (como productos inflamables) y biológicos (como bacterias y virus), y subraya la importancia de una gestión adecuada para evitar accidentes y enfermedades.
- El **análisis de carga de trabajo, fatiga e insatisfacción laboral** es clave para el bienestar de los empleados. Una mala gestión de la carga laboral puede causar estrés y lesiones, mientras que la fatiga física y mental puede afectar la productividad y seguridad. Es fundamental incorporar pausas regulares, promover descanso y ajustar horarios para prevenir fatiga y mejorar la satisfacción laboral. Además, el **entorno laboral** debe ser colaborativo y proporcionar oportunidades de desarrollo para evitar insatisfacción y ausentismo.

- La **administración de riesgos laborales** se enfoca en implementar **medidas de protección colectiva** antes de recurrir a **equipos de protección individual** (EPIs), con el fin de garantizar la seguridad de todos los trabajadores. Las **protecciones colectivas** incluyen barreras como **barandillas, redes de seguridad y sistemas de ventilación** que reducen riesgos comunes como caídas, inhalación de sustancias peligrosas y contacto con maquinaria.
- Los **EPIs** se utilizan cuando los riesgos no pueden eliminarse colectivamente. Se clasifican en tres categorías según el nivel de riesgo: **I (mínimos), II (intermedios) y III (graves o mortales)**, y deben ser correctamente utilizados y mantenidos para ser efectivos. Ejemplos de EPIs incluyen guantes, gafas de seguridad y respiradores.
- La **señalización de seguridad** es crucial para prevenir accidentes, ofreciendo información clara sobre riesgos y medidas preventivas. Las señales incluyen **prohibiciones, advertencias, obligaciones, emergencias e información general**, cada una con un diseño y color específico para asegurar su comprensión y visibilidad en el entorno laboral.

MÓDULO 3: GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

INTRODUCCIÓN

¡Felicitaciones por llegar a la mitad de este curso! En este módulo, nos adentraremos en la **gestión de la prevención de riesgos laborales**, una parte clave para mantener entornos de trabajo seguros y saludables. Aprenderás a organizar de manera eficiente las tareas preventivas, garantizando que las medidas adecuadas estén en su lugar y se mantengan activas de forma continua.

Comenzaremos con una **introducción a la gestión preventiva**, donde conocerás los **organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo**, esenciales para regular y supervisar las condiciones laborales. Además, exploraremos cómo se organiza el trabajo preventivo, desde la **documentación** necesaria para gestionar riesgos hasta las **rutinas básicas** que deben seguirse para mantener un entorno seguro.

En la segunda parte del módulo, profundizaremos en la **representación de los trabajadores** y la **coordinación de actividades empresariales**, asegurando que todos los involucrados trabajen de forma alineada en materia de prevención. También aprenderás a gestionar el **recurso preventivo** de manera efectiva y a clasificar los **organismos públicos** encargados de la prevención de riesgos.

Todo lo aprendido te permitirá organizar las rutinas preventivas diarias, gestionar la documentación relacionada con la seguridad y colaborar con los organismos públicos para cumplir con las normativas preventivas. Estarás capacitado para implementar y coordinar medidas de seguridad, promoviendo un ambiente laboral más seguro y organizado.

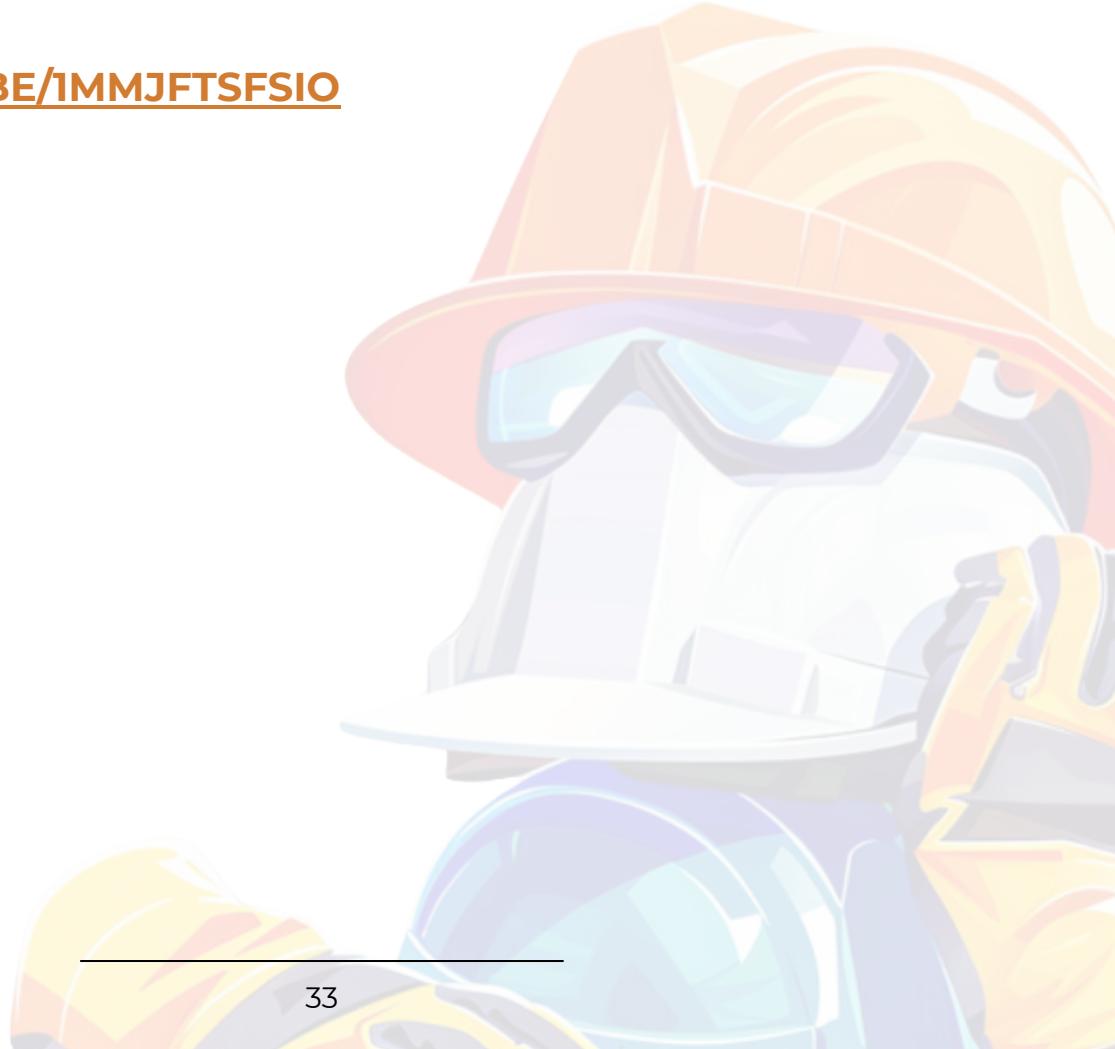
¡Estás avanzando a buen ritmo! Con los conocimientos adquiridos en este módulo, estarás más preparado para asumir un papel activo en la gestión de la seguridad y la salud laboral.

[HTTPS://YOUTU.BE/SYTRV-NZVVU](https://youtu.be/SYTRV-NZVVU)

OBJETIVOS

- Conocer los **organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo** para **colaborar** eficazmente con ellos en la implementación de medidas preventivas.
- Aprender a gestionar la **documentación preventiva** y establecer **rutinas básicas** para **organizar** de forma eficiente las tareas de seguridad laboral en el día a día.
- Identificar la importancia de la **representación de los trabajadores** y la **coordinación de actividades empresariales** para **garantizar** un enfoque colectivo y alineado en la prevención de riesgos laborales.
- Comprender la gestión del **recurso preventivo** y la clasificación de organismos relacionados para **aplicar** soluciones prácticas que promuevan un entorno laboral seguro y bien estructurado.

[HTTPS://YOUTU.BE/1MMJFTSFSIO](https://youtu.be/1MMJFTSFSIO)



3.1. INTRODUCCIÓN A LA GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN

La gestión de la prevención se refiere al compendio de acciones, procedimientos y estrategias organizativas concebidas con el objetivo de **identificar, evaluar y regular los riesgos laborales** en cualquier ambiente laboral. Su principal propósito es incorporar la seguridad y salud en todos los estratos de la organización, fomentando un entorno laboral seguro y eficaz.

Esta metodología demanda una planificación apropiada y un compromiso tanto de la organización como de los empleados. La administración de la prevención trasciende la mera mitigación de accidentes, persiguiendo también la mejora de la calidad laboral y la garantía del cumplimiento normativo en relación con la prevención.

COMPONENTES BÁSICOS DE GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN:

- **Identificación de riesgos**

- Reconocer posibles fuentes de peligro en la actividad laboral que se va a realizar.

- **Planificación de medidas preventivas**

- Diseñar estrategias para eliminar y prevenir los riesgos identificados.

- **Control y seguimiento**

- Asegurar que las medidas implementadas sean efectivas a través de un seguimiento periódico.

Ejemplo: En una empresa de transporte, se identifica que los conductores realizan jornadas prolongadas sin descansos adecuados, lo que aumenta el **riesgo de accidentes por fatiga**. Como parte de la gestión de la prevención, la empresa introduce un protocolo que obliga a realizar **pausas cada dos horas de conducción**. Además, se establecen sesiones de formación para concienciar a los trabajadores sobre los peligros asociados al cansancio.

Esta medida no solo mejora la seguridad de los conductores, sino que también protege a otros usuarios de la vía, destacando la importancia de la prevención integrada en las operaciones diarias de la empresa.

3.1.1. ORGANISMOS PÚBLICOS RELACIONADOS CON LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

En España, la seguridad y salud laboral representan ámbitos de gran relevancia que se benefician del **apoyo de diversas entidades públicas** a escala nacional. Estos entes cumplen roles fundamentales como la formulación de regulaciones, la supervisión del cumplimiento de las leyes, la promoción de prácticas seguras y la investigación de las condiciones laborales. Su principal propósito es **asegurar ambientes laborales seguros y saludables para todos los empleados.**

- **CONSEJO DE SEGURIDAD NUCLEAR (CSN)**

- Es el organismo independiente encargado de supervisar y **regular las actividades relacionadas con las radiaciones ionizantes**, protegiendo a los trabajadores, la población y el medio ambiente frente a sus efectos.



- **RED ESPAÑOLA DE EMPRESAS SALUDABLES (REES)**

- Esta red promueve la **implantación de políticas** que favorezcan la salud de los trabajadores en las empresas, fomentando hábitos saludables y programas de bienestar.



- **INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO (INSST)**

- Es el organismo técnico especializado en la prevención de riesgos laborales. Su función principal es **investigar, asesorar y formar** en materia de seguridad y salud en el trabajo. También actúa como enlace entre **España y la Unión Europea** en esta área.



- **ORGANISMO ESTATAL INSPECCIÓN DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL (ITSS)**

- Se encarga de vigilar el cumplimiento de la legislación laboral y de seguridad social, incluyendo la **normativa en prevención de riesgos** laborales. Puede imponer sanciones y paralizar actividades que presenten riesgos graves.



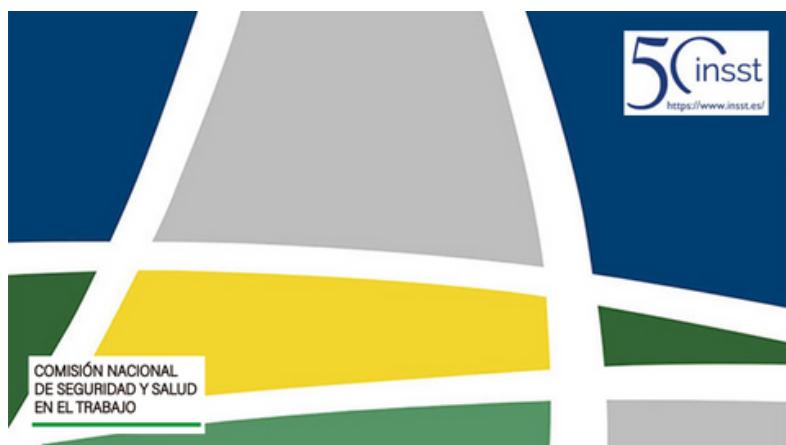
- **INSTITUTO NACIONAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL (INSS)**

- **Gestiona las prestaciones económicas relacionadas con la seguridad social**, incluyendo las derivadas de accidentes laborales y enfermedades profesionales. También colabora en el reconocimiento de contingencias profesionales.



COMISIÓN NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO (CNSST)

- Actúa como órgano **asesor en materia preventiva**, reuniendo a representantes de administraciones públicas, organizaciones empresariales y sindicatos para coordinar políticas y medidas de seguridad y salud en el trabajo.



3.1.2. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO PREVENTIVO. RUTINAS BÁSICAS

La organización del trabajo preventivo implica la estructuración y planificación de acciones orientadas a la **identificación y control de riesgos en el entorno laboral**. Esta metodología garantiza que la prevención se integre en la rutina cotidiana de la organización, influyendo en todos los niveles y actividades laborales.

La instauración de medidas esenciales en prevención **no solo disminuye la probabilidad de incidentes**, sino que también **optimiza la productividad y el bienestar laboral** al ofrecer un ambiente más seguro y saludable.

RUTINAS BÁSICAS:

FORMACIÓN CONTINUA

Se proporcionarán formación regular sobre los riesgos propios al puesto y las estrategias de prevención correspondientes.

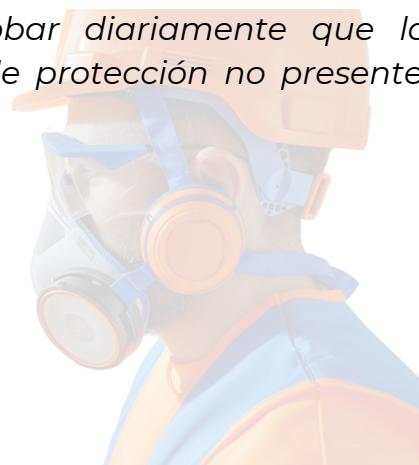
- **Ejemplo:** en un almacén, entrenar a los empleados en el manejo seguro de carretillas elevadoras para prevenir accidentes.



CONTROL DE EPIS

Hay que asegurarse que los **EPIs** estén disponibles, en óptimo estado y que los empleados los utilicen de manera adecuada.

- **Ejemplo:** en una carpintería, comprobar diariamente que las mascarillas para el polvo y las gafas de protección no presenten daños antes de iniciar la jornada.



INSPECCIÓN PERIÓDICA

Se llevarán a cabo **inspecciones periódicas de las instalaciones, equipos y condiciones** laborales con el objetivo de identificar posibles riesgos antes de que se materialicen en dificultades.

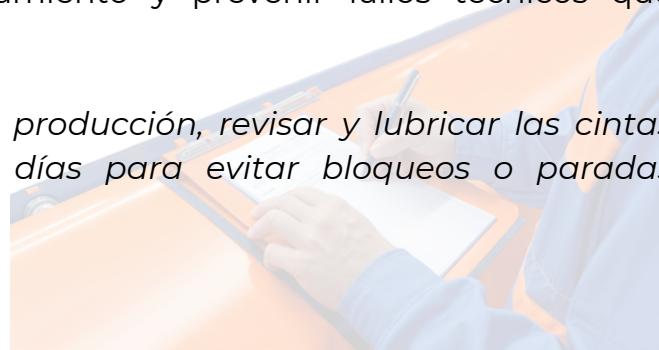


- **Ejemplo:** en una cocina industrial, revisar semanalmente el estado de los extractores de humo y los sistemas de extinción para evitar incendios.

MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Se planificarán **inspecciones de maquinaria y herramientas** con el objetivo de garantizar su correcto funcionamiento y prevenir fallos técnicos que puedan ocasionar accidentes.

- **Ejemplo:** en una línea de producción, revisar y lubricar las cintas transportadoras cada 15 días para evitar bloqueos o paradas inesperadas.



GESTIÓN DE EMERGENCIAS

Se sugiere la **implementación y prueba de protocolos** de evacuación, asistencia inicial y respuesta frente a incendios o vertidos químicos.

- **Ejemplo:** en una planta química, realizar simulacros trimestrales para preparar a los trabajadores ante una posible fuga de sustancias peligrosas.



3.1.3. DOCUMENTACIÓN (RECOGIDA, ELABORACIÓN Y ARCHIVO)

La documentación en prevención de riesgos laborales es **necesaria para asegurar un ambiente laboral seguro y el cumplimiento de las regulaciones vigentes**. Esta documentación engloba desde la detección y valoración de riesgos hasta la instauración de estrategias de prevención y el monitoreo de la salud laboral.

Una adecuada administración documental promueve la accesibilidad, la organización y la prontitud de la información, elementos esenciales para una prevención efectiva.



DOCUMENTACIÓN ESENCIAL EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Una gestión preventiva eficaz requiere la elaboración y mantenimiento de diversos documentos, entre los cuales se incluyen

- EVALUACIONES DE RIESGOS LABORALES**

Análisis detallados de los posibles riesgos asociados a cada puesto de trabajo.

- REGISTROS DE FORMACIÓN**

Constancia de las actividades formativas realizadas por los trabajadores en materia de seguridad y salud.

- **REGISTROS DE ENTREGA DE EPIS**

Documentación que acredita la entrega y recepción de equipos de protección individual por parte de los empleados.

- **PLANES DE PREVENCIÓN**

Estrategias y medidas diseñadas para eliminar o minimizar los riesgos identificados.

- **INFORMES MÉDICOS**

Resultados de las evaluaciones de salud de los trabajadores, garantizando la confidencialidad de la información.

NORMATIVA Y GUÍAS RELEVANTES

La gestión documental en prevención de riesgos laborales está **respaldada por diversas normativas** y guías técnicas que orientan a las empresas en el cumplimiento de sus obligaciones. Entre ellas destacan:

- **Nota Técnica de Prevención NTP 484:** proporciona directrices sobre la documentación del sistema de prevención de riesgos laborales.
- **Ley 6/2023, de 19 de diciembre:** establece medidas urgentes para la ejecución del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia en materia de servicio público de justicia, función pública, régimen local y mecenazgo. Aunque no se centra exclusivamente en prevención de riesgos laborales, incluye disposiciones que pueden afectar la gestión documental en este ámbito.

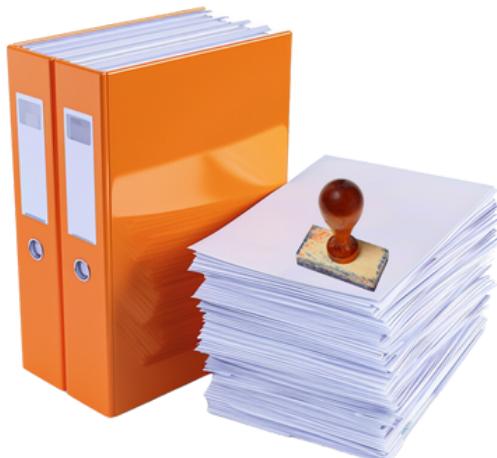


3.1.3.1. IMPLEMENTACIÓN DE LA FIRMA DIGITAL

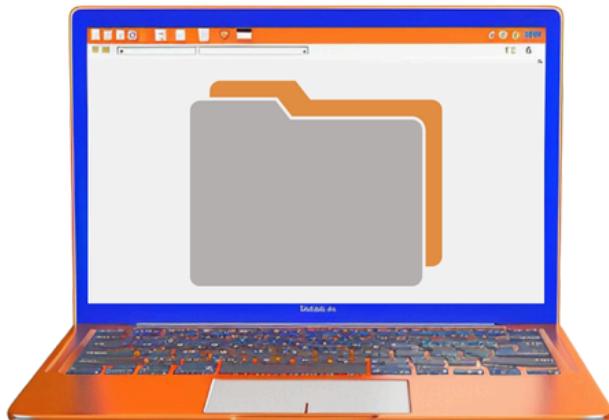
La adopción de la firma digital en la gestión de la documentación de prevención de riesgos laborales **agiliza los procesos administrativos**, mejora la accesibilidad y asegura la integridad de los documentos. Mediante la firma digital, es posible:



- Firmar electrónicamente evaluaciones de riesgos, planes de prevención y otros documentos relevantes.



- Garantizar la autenticidad y validez legal de los documentos firmados.



- Reducir el uso de papel y facilitar el almacenamiento y recuperación de la información.

Herramientas como SIGNply o AutoFirma ofrecen soluciones para la firma digital de documentación relacionada con la prevención de riesgos laborales, incluyendo la entrega de **EPIs**, certificados de formación e informes médicos.

3.2. GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

En este apartado, se abordará cómo estructurar y aplicar de manera efectiva la gestión de la prevención de riesgos laborales en una organización. Este proceso no solo implica **identificar y mitigar riesgos**, sino también coordinar esfuerzos entre las diferentes partes involucradas y garantizar que las medidas preventivas sean eficaces y sostenibles.

Los pilares fundamentales de esta gestión incluyen como bien se mencionó anteriormente: **reconocimiento de riesgos, diseño de estrategias preventivas y monitoreo continuo**.

A lo largo de los siguientes puntos, se profundizará en:

- **REPRESENTACIÓN DE LOS TRABAJADORES**

Se analizará cómo los representantes de los empleados participan en el diseño e implementación de la prevención, **asegurando que sus derechos y necesidades sean considerados**.

- **COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES**

Se explicará cómo coordinar acciones preventivas entre empresas que comparten un mismo espacio laboral, **garantizando un entorno seguro para todos**.

- **DESCRIPCIÓN DEL RECURSO PREVENTIVO**

Se detallará el papel de los recursos preventivos, responsables de **supervisar el cumplimiento de las medidas** en situaciones de alto riesgo.

- **CLASIFICACIÓN DE LOS ORGANISMOS PÚBLICOS**

Se explorarán las funciones de las entidades públicas involucradas en la **supervisión y promoción** de la seguridad laboral.

- **REPRESENTACIÓN DE RUTINAS BÁSICAS**

Se proporcionarán ejemplos prácticos de rutinas esenciales para integrar la **prevención en las actividades diarias** de cualquier organización.

3.2.1. REPRESENTACIÓN DE LOS TRABAJADORES

MARCO NORMATIVO

La representación de los trabajadores desempeña un papel crucial en la gestión de la prevención de riesgos laborales. Estos representantes **actúan como intermediarios entre los empleados y la dirección de la empresa**, velando por el cumplimiento de las normativas de seguridad y salud, así como por la mejora continua de las condiciones laborales. La participación de los trabajadores en estos procesos es un **derecho** recogido en la legislación española.

- **Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales:**
 - Establece que las empresas tienen la obligación de **garantizar la consulta y participación** de los trabajadores en todas las cuestiones relacionadas con la seguridad y salud en el trabajo.
- **Real Decreto 171/2004:**
 - **Regula la coordinación de actividades empresariales** en aquellas situaciones donde varias empresas comparten un mismo espacio laboral, estableciendo la necesidad de una representación específica de los trabajadores en estos contextos.
- **Anexo I del Real Decreto 39/1997:**
 - Define los criterios para la **designación de delegados** de prevención y los comités de seguridad y salud, dependiendo del tamaño de la empresa.



REPRESENTACIÓN SEGÚN EL TAMAÑO DE LA EMPRESA

La normativa adapta la representación de los trabajadores en función del número de empleados:

- **Empresas con menos de 6 empleados:**

- No es obligatorio contar con delegados de prevención, pero los trabajadores tienen derecho a ser informados y consultados sobre las medidas de prevención.



- **Empresas con 6 a 49 empleados:**

- Es obligatorio contar con al menos un delegado de prevención elegido por los trabajadores.



- **Empresas con 50 o más empleados:**

- Deben constituir un Comité de Seguridad y Salud, compuesto por representantes de los trabajadores y de la empresa, quienes se reunirán periódicamente para abordar cuestiones preventivas.



IMPORTANCIA DE LA REPRESENTACIÓN

Los representantes de los trabajadores desempeñan funciones como:

- **Supervisar las condiciones laborales y proponer mejoras.**
- **Participar en la elaboración y evaluación de las medidas preventivas.**
- **Asegurarse de que la formación y los recursos en materia de prevención sean adecuados.**

Ejemplo: En una empresa con 60 empleados, el Comité de Seguridad y Salud se reúne trimestralmente para revisar las evaluaciones de riesgos y discutir las medidas preventivas implementadas, como la adquisición de nuevos equipos de protección. Los delegados de prevención recogen las inquietudes de los empleados y las plantean durante estas reuniones para garantizar su inclusión en la gestión preventiva.



3.2.2. COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES

También denominada **La Normativa CAE**, estipula las pautas para asegurar la seguridad y salud en contextos laborales donde coexisten múltiples entidades empresariales. Este concepto, principalmente regulado por el **Real Decreto 171/2004**, busca prevenir riesgos derivados de la concurrencia de actividades, promoviendo la colaboración entre las partes involucradas.

Esta normativa **obliga** a las empresas a **colaborar en la prevención de riesgos laborales**, asegurándose de que todas las organizaciones implicadas en un mismo espacio comparten la información necesaria y cumplan con las medidas de seguridad correspondientes.

OBJETIVO PRINCIPAL

- **Normativa CAE**

El propósito fundamental de la **Normativa CAE** es:

- **Garantizar la seguridad de los trabajadores de todas las empresas concurrentes.**
- **Prevenir los riesgos que puedan surgir de la interacción de diferentes actividades.**
- **Fomentar la cooperación, información y vigilancia entre las empresas implicadas.**

- **Real Decreto 171/2004**

El **Real Decreto 171/2004** establece que las empresas deben coordinarse mediante:

- **Intercambio de información:** informar sobre los riesgos específicos de cada actividad y las medidas preventivas adoptadas.
- **Colaboración activa:** asegurar que todas las partes cumplan con sus obligaciones preventivas.
- **Vigilancia del cumplimiento:** supervisar que las medidas de seguridad se ejecuten correctamente.



EJEMPLO:

*En una obra de construcción, donde trabajan simultáneamente una empresa principal y varias subcontratas, es obligatorio aplicar la **Normativa CAE**. La empresa principal debe:*



2. **Coordinar** medidas de prevención comunes, como la instalación de señalización de seguridad o la delimitación de zonas restringidas.



1. **Informar** a las subcontratas sobre los riesgos específicos de la obra, como áreas peligrosas o condiciones del terreno.



3. **Verificar** que cada subcontrata proporciona a sus empleados los EPIs necesarios, como cascos o chalecos reflectantes, y que se sigan los protocolos de seguridad establecidos.

Esta normativa garantiza que todas las empresas involucradas asuman un compromiso en la prevención de riesgos, protegiendo tanto a los trabajadores como a la integridad del proyecto.

3.2.3. DESCRIPCIÓN DEL RECURSO PREVENTIVO

Un recurso preventivo es **una figura designada por la empresa para supervisar la correcta aplicación de las medidas de prevención de riesgos laborales** en actividades que conlleven riesgos especialmente graves o complejos. Su principal objetivo es garantizar la seguridad y salud de los trabajadores durante la ejecución de tareas que puedan generar peligros significativos.

- **FUNCIONES DEL RECURSO PREVENTIVO**

El recurso preventivo tiene un papel clave en la vigilancia y control de las actividades de alto riesgo. Entre sus funciones principales destacan:

- **Supervisar el cumplimiento de las medidas preventivas establecidas.**
 - **Informar y asesorar a los trabajadores sobre los riesgos específicos asociados a las tareas que realizan.**
 - **Paralizar actividades en caso de detectar incumplimientos graves que pongan en peligro la seguridad.**
 - **Coordinarse con otros recursos preventivos en actividades compartidas entre varias empresas.**
-
- **¿CUÁNDO ES OBLIGATORIO DESIGNAR UN RECURSO PREVENTIVO?**

Según la normativa de prevención de riesgos laborales, el recurso preventivo es obligatorio en los siguientes casos:

- **Cuando las actividades desarrolladas sean peligrosas**, como trabajos en altura, manipulación de sustancias químicas peligrosas o actividades en espacios confinados.
- En operaciones que requieran una **gran coordinación** entre diferentes trabajadores o equipos, donde la falta de organización pueda incrementar los riesgos.
- En situaciones donde la evaluación de riesgos haya detectado peligros específicos que requieran **supervisión continua**.

3.2.3.1. DIGITALIZACIÓN DEL RECURSO PREVENTIVO

La digitalización ha transformado la gestión de los recursos preventivos, facilitando su trabajo mediante el uso de aplicaciones tecnológicas. Algunas aplicaciones de la digitalización incluyen:

- Uso de plataformas digitales para **registrar incidencias** y medidas correctivas en **tiempo real**.
- Implementación de software que permite el **acceso inmediato a evaluaciones de riesgos, normativas y protocolos de actuación**.
- **Monitorización** mediante dispositivos electrónicos, como cámaras o sensores, para reforzar el control en zonas de difícil acceso.

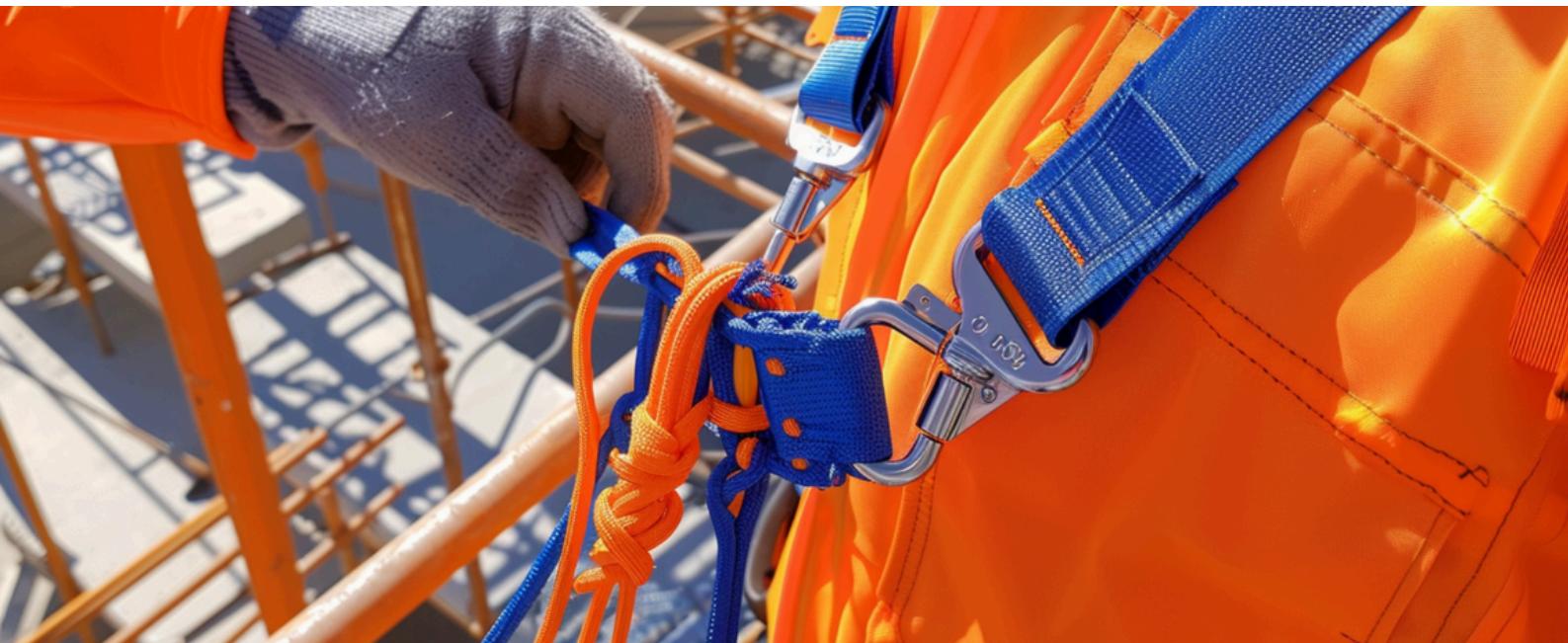


Algunas de las herramientas actualmente más utilizadas son **Smart OSH** y **Prevenplan**.

Ejemplo:

En una obra de construcción de un edificio de gran altura, el recurso preventivo supervisa la instalación de andamios y arneses para trabajos en altura. Este profesional verifica que todos los empleados utilicen correctamente los equipos de protección individual, como cascos y líneas de vida, y se asegura de que los andamios cumplan con las normativas de seguridad.

Además, utiliza una aplicación digital para reportar cualquier incidencia en tiempo real al coordinador de seguridad, permitiendo tomar decisiones rápidas y efectivas ante cualquier imprevisto. Este nivel de supervisión asegura que las tareas se realicen de manera segura, minimizando el riesgo de caídas y accidentes.



3.2.4. CLASIFICACIÓN DE LOS ORGANISMOS PÚBLICOS

Dentro del contexto de la prevención de riesgos laborales, las entidades gubernamentales ejercen un papel fundamental en la vigilancia, regulación y promoción de la seguridad y salud laboral. A pesar de que estas organizaciones ya fueron aludidas en el punto de **Organismos públicos relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo**, por lo que se clasificarán en función de su relevancia y funciones esenciales.

- **Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST)**

No solo asesora en materia de prevención, sino que **publica Notas Técnicas de Prevención (NTPs)**, documentos clave que ofrecen directrices y recomendaciones aplicadas en diferentes sectores laborales.

- **Organismo Estatal Inspección de Trabajo y Seguridad Social (ITSS)**

Tiene la potestad de **realizar inspecciones sin previo aviso**, permitiendo detectar incumplimientos en seguridad y salud laboral de manera inesperada para garantizar un mayor control.

- **Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CNSST)**

Su composición incluye a **representantes del gobierno, sindicatos y empresarios**, lo que la convierte en un organismo de consenso donde se debaten y diseñan políticas de prevención para todos los sectores laborales.

- **Consejo de Seguridad Nuclear (CSN)**

Es el único organismo en España **cuyo criterio técnico y regulador en seguridad nuclear y protección radiológica es vinculante**, lo que significa que sus decisiones deben ser cumplidas obligatoriamente por todas las instalaciones que manejen radiaciones ionizantes.

- **Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)**

Además de gestionar prestaciones por accidentes laborales, es el encargado de evaluar la **incapacidad permanente** de los trabajadores afectados por enfermedades profesionales o accidentes graves.

- **Red Española de Empresas Saludables (REES)**

Forma parte de una **iniciativa europea** que busca promover el bienestar laboral, pero su adhesión es **voluntaria** para las empresas, lo que incentiva a que las organizaciones se comprometan con la salud de sus trabajadores de manera proactiva.

3.2.5. REPRESENTACIÓN DE RUTINAS BÁSICAS

Las rutinas básicas en prevención de riesgos laborales son prácticas esenciales que integran la seguridad y salud en el trabajo dentro de las actividades diarias de una empresa. Estas rutinas **buscan identificar, evaluar y controlar los riesgos** asociados a las tareas laborales, promoviendo una cultura preventiva que minimice la ocurrencia de accidentes y enfermedades profesionales.

ELEMENTOS CLAVE

- **PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES**

Este plan define la estructura organizativa de la empresa, asigna **responsabilidades** y establece las prácticas, procesos y procedimientos necesarios para integrar la prevención en el sistema de gestión empresarial. Incluye la política de seguridad, los objetivos preventivos y las estrategias para alcanzarlos.

- **EVALUACIÓN DE RIESGOS**

Consiste en **identificar y analizar los riesgos** presentes en cada puesto de trabajo. A través de esta evaluación, se determina la probabilidad y severidad de posibles incidentes, lo que permite priorizar las acciones preventivas. Es una herramienta fundamental para conocer la situación real y planificar la acción preventiva.

- **PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA**

Una vez identificados los riesgos, se deben planificar las medidas preventivas necesarias para eliminarlos o controlarlos. Esto incluye la **definición de acciones concretas**, asignación de recursos, establecimiento de plazos y designación de responsables para su implementación.

- **INFORMACIÓN Y FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES**

Es esencial que los **empleados** estén **informados sobre los riesgos asociados a sus tareas** y reciban formación adecuada para desempeñar su trabajo de manera segura. La capacitación debe ser continua y adaptada a las necesidades específicas de cada puesto.

- **VIGILANCIA DE LA SALUD**

Realizar **controles de salud iniciales y periódicos** permite detectar de manera precoz cualquier alteración en la salud de los trabajadores derivada de su actividad laboral. Esta vigilancia contribuye a la prevención de enfermedades profesionales y a la promoción de la salud en el entorno laboral.

- **AUDITORÍAS INTERNAS Y SEGUIMIENTO**

La realización de **auditorías internas y evaluaciones periódicas** permite verificar el cumplimiento de las medidas preventivas y la eficacia del sistema de gestión de la prevención. Este seguimiento facilita la identificación de áreas de mejora y la implementación de acciones correctivas.



RESUMEN TEMA 3

- La gestión de la prevención de riesgos laborales consiste en un **conjunto de acciones, procedimientos y estrategias** orientadas a **identificar, evaluar y regular los riesgos** dentro de un entorno de trabajo. Su propósito es garantizar un ambiente laboral seguro y eficiente, integrando la seguridad y la salud en todos los niveles de la organización. Para ello, es fundamental que tanto la empresa como los empleados se comprometan con esta tarea. Esta gestión no solo se limita a reducir los accidentes laborales, sino que también busca mejorar la calidad del trabajo y asegurar el cumplimiento de las normativas de seguridad.
- En la práctica, la **gestión preventiva** abarca **tres componentes** esenciales: la **identificación de riesgos, la planificación de medidas preventivas y el control o seguimiento de la implementación de dichas medidas**. Un ejemplo de esto se da en una empresa de transporte, donde se identifican los **riesgos de fatiga** debido a jornadas largas sin descansos. Para mitigar este riesgo, se establece un protocolo que obliga a los conductores a tomar pausas cada dos horas, lo que no solo mejora la seguridad de los trabajadores, sino también la de los usuarios de la vía. Además, existen organismos públicos, como el **Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST)** y la **Inspección de Trabajo**, que supervisan y regulan las actividades preventivas en el ámbito laboral en España.
- La gestión de la prevención de riesgos laborales implica **estructurar y aplicar de manera efectiva las acciones preventivas** en una organización. Esta gestión no se limita únicamente a la identificación y mitigación de riesgos, sino que también requiere coordinar esfuerzos entre las diferentes partes involucradas, garantizando que las medidas preventivas sean eficaces y sostenibles. Es esencial contar con la **participación de los representantes** de los trabajadores en el diseño y la implementación de las medidas preventivas, ya que ellos **velan por el cumplimiento de las normativas y por la mejora continua** de las condiciones laborales.

- **La coordinación de actividades empresariales** es otro aspecto crucial de la gestión preventiva, especialmente en contextos donde varias empresas comparten un mismo espacio laboral, como en una obra de construcción. En estos casos, **la normativa exige que las empresas colaboren entre sí**, intercambiando información sobre los riesgos y las medidas preventivas que se deben adoptar, garantizando un entorno seguro para todos los trabajadores involucrados. Asimismo, en situaciones de alto riesgo, como trabajos en altura o la manipulación de sustancias peligrosas, es obligatorio designar un recurso preventivo que supervise la correcta aplicación de las medidas preventivas, asesore a los trabajadores y, en caso necesario, paralice las actividades si se detectan riesgos graves.
- Finalmente, **la digitalización** ha transformado la **gestión preventiva, facilitando la supervisión y el control en tiempo real** de las medidas adoptadas. Con el uso de plataformas digitales y dispositivos electrónicos, es posible realizar un seguimiento más eficiente de las condiciones laborales y tomar decisiones rápidas y efectivas ante cualquier incidente. La implementación de la **firma digital** también ha permitido **agilizar** los **procesos administrativos** y mejorar la accesibilidad y la integridad de la documentación relacionada con la prevención de riesgos laborales. Todo este sistema integral garantiza un entorno de trabajo seguro y saludable, protegiendo la salud de los empleados y cumpliendo con las normativas legales.

MÓDULO 4: ELEMENTOS BÁSICOS DE PRIMEROS AUXILIOS

INTRODUCCIÓN

En este módulo, nos adentraremos en los **elementos esenciales de los primeros auxilios**, una habilidad esencial para responder de manera efectiva ante situaciones de emergencia en el entorno laboral. Saber cómo actuar en los primeros minutos tras un accidente o incidente puede marcar una gran diferencia en el bienestar de los afectados y contribuir a salvar vidas.

Comenzaremos con un análisis de los **primeros auxilios y la salud**, donde explorarás el **procedimiento general RCP-CAB**, una técnica imprescindible para intervenir en casos de paro cardiorrespiratorio. También aprenderás sobre **el control de la salud**, un aspecto esencial para identificar señales tempranas de emergencia y actuar con rapidez. Posteriormente, abordaremos cómo gestionar situaciones críticas mediante la **actuación en emergencias y evacuaciones**, con un enfoque en la elaboración de **planes de autoprotección** que garanticen una respuesta organizada y eficaz ante cualquier eventualidad.

El contenido de este módulo tiene una aplicación directa tanto en el entorno laboral como en tu vida cotidiana. Serás capaz de actuar con rapidez y confianza en situaciones críticas, proteger a tus compañeros, y colaborar en la creación de entornos seguros y preparados para emergencias. Cada conocimiento que adquieras te acerca más a convertirte en un referente en prevención y acción inmediata. ¡Ánimo, estás cada vez más cerca de alcanzar tus objetivos!

[HTTPS://YOUTU.BE/PY790CRREQ0](https://youtu.be/PY790CRREQ0)

OBJETIVOS

- Aprender el procedimiento general RCP-CAB para **actuar** de manera rápida y eficaz ante emergencias que involucren paros cardiorrespiratorios en el entorno laboral o personal.
- Identificar las técnicas de control de salud para **reconocer** señales tempranas de alerta y **prevenir** que una situación de riesgo evolucione a un estado crítico.
- Desarrollar habilidades en la actuación de emergencias y evacuaciones para **garantizar** una respuesta organizada y eficiente, minimizando riesgos durante situaciones de crisis.
- Comprender la elaboración de un plan de autoprotección para **diseñar** estrategias que aseguren la protección de las personas y bienes en el lugar de trabajo ante posibles contingencias.

[HTTPS://YOUTU.BE/XXK8SPOR-YS](https://youtu.be/XXK8SPOR-YS)



4.1. ANÁLISIS PRIMEROS AUXILIOS Y SALUD

La capacidad de proporcionar primeros auxilios y mantener una buena salud en el entorno laboral es imprescindible para garantizar la seguridad y el bienestar de los trabajadores. Una respuesta rápida y adecuada ante emergencias puede prevenir complicaciones mayores y salvar vidas. Este apartado se centra en dos aspectos fundamentales:

- **PROCEDIMIENTO GENERAL DE REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP) SIGUIENDO EL PROTOCOLO CAB**

- Este procedimiento es vital para responder eficazmente ante situaciones de paro cardiorrespiratorio, asegurando la oxigenación y circulación sanguínea hasta la llegada de los servicios médicos.



- **CONTROL DE SALUD**

- Una vigilancia periódica de la salud de los trabajadores permite la detección temprana de posibles afecciones derivadas de la actividad laboral, ayudando en la implementación de medidas preventivas y correctivas.

La formación en primeros auxilios y la promoción de la salud en el trabajo son muy importantes para crear un entorno laboral seguro y saludable. Una intervención oportuna y bien ejecutada puede marcar la diferencia en situaciones críticas, mientras que el monitoreo constante de la salud contribuye a la prevención de enfermedades profesionales y al mantenimiento del bienestar general de los empleados.

4.1.1. PROCEDIMIENTO GENERAL RCP-CAB

La **Reanimación Cardiopulmonar (RCP)** es un procedimiento de emergencia utilizado para mantener la circulación sanguínea y la oxigenación en una persona que ha dejado de respirar o cuyo corazón ha dejado de latir. Es una técnica esencial en situaciones críticas como un paro cardíaco, un ahogamiento o un colapso repentino, y puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte mientras llega la asistencia médica.



Dependiendo del nivel de capacitación, la RCP puede realizarse únicamente con compresiones torácicas o combinando estas con respiraciones de rescate. En algunos casos, también puede implicar el uso de un **desfibrilador externo automático (DEA)**, que administra descargas eléctricas controladas para restaurar el ritmo cardíaco normal.

La RCP es una habilidad que cualquier persona puede aprender a través de cursos de formación, y su aplicación inmediata aumenta significativamente las posibilidades de supervivencia y recuperación de la víctima.

CÓMO HACER UNA RCP-CAB

La RCP se basa en tres pasos fundamentales, resumidos como **CAB**:



1. Compresiones torácicas (C):

Se realizan presiones rápidas y firmes en el centro del pecho para restaurar el flujo de sangre al cerebro y otros órganos vitales. Estas compresiones deben realizarse a un ritmo de 100-120 por minuto y con una profundidad de aproximadamente 5 cm.

2. Apertura de las vías respiratorias (A):

3. Respiración de rescate (B):

Se insufla aire en los pulmones de la persona mediante respiración boca a boca o un dispositivo de ventilación, proporcionando oxígeno esencial.

CUANDO BUSCAR AYUDA DE EMERGENCIA EN UNA SITUACIÓN QUE REQUIERA RCP

Es fundamental actuar rápidamente en emergencias que involucren la falta de respiración o pulso. Saber cuándo buscar ayuda de emergencia es crucial para garantizar la mejor respuesta posible. Aquí están los pasos a seguir:

1. Llamar al número de emergencias (112 en España)

- Si encuentras a una persona inconsciente que no respira o no tiene pulso, llama inmediatamente a los servicios de emergencia o pide a alguien cercano que lo haga mientras inicias la RCP.
- Si estás solo y tienes acceso a un teléfono, realiza la llamada antes de iniciar la RCP.

2. Sigue las instrucciones del operador de emergencias

- Los operadores están capacitados para guiarte a través del proceso de RCP si no tienes experiencia o dudas.
- Si hay un desfibrilador externo automático (DEA) disponible, el operador puede ayudarte a utilizarlo.

3. Prioriza la seguridad

- Antes de iniciar cualquier acción, asegúrate de que el lugar sea seguro tanto para ti como para la víctima (por ejemplo, alejarte de vehículos en movimiento, fuego, productos químicos peligrosos, etc.).



POSIBLE TRATAMIENTO A SEGUIR TRAS INICIAR LA RCP

El tratamiento que se implemente dependerá de la situación específica y del estado de la persona al recibir ayuda médica. Entre los procedimientos que pueden seguirse se encuentran:

1. Uso del desfibrilador externo automático (DEA)

- Si está disponible, se utiliza para administrar descargas eléctricas que restauren el ritmo cardíaco normal en casos de arritmias como fibrilación o taquicardias ventriculares.

2. Atención médica avanzada

- Una vez que llegue el personal médico, podrían continuar con maniobras avanzadas como intubación para garantizar una vía aérea abierta o la administración de medicamentos como adrenalina o amiodarona para estabilizar la actividad cardíaca.

3. Traslado a un centro médico

- En el hospital, la persona recibirá monitoreo continuo, pruebas diagnósticas y tratamiento adicional, que podría incluir un cateterismo cardíaco, la colocación de un marcapasos temporal o intervenciones más específicas dependiendo de la causa del paro cardíaco o del problema inicial.



4.1.2. CONTROL DE SALUD

El control de la salud en el ámbito laboral, también conocido como vigilancia de la salud, es una disciplina de la medicina del trabajo que se centra en identificar y monitorear los riesgos a los que están expuestos los trabajadores, con el objetivo de prevenir posibles daños a su salud.

BENEFICIOS DEL CONTROL DE SALUD EN EL ÁMBITO LABORAL

Detección temprana de enfermedades profesionales

Permite identificar de manera precoz patologías relacionadas con la actividad laboral, ayudando en intervenciones oportunas.

Evaluación de la eficacia de las medidas preventivas

Facilita a determinar si las estrategias implementadas para mitigar riesgos laborales son efectivas o requieren ajustes.

Adaptación del puesto de trabajo

Permite la adecuación de las tareas o condiciones laborales según las necesidades específicas de cada trabajador, buscando mejorar su bienestar.

Promoción de la salud

Fomenta hábitos saludables y prácticas seguras dentro del entorno laboral, contribuyendo al bienestar general de la plantilla.



- **Carácter voluntario**

- Según el **Artículo 22 de la Ley 31/1995** de Prevención de Riesgos Laborales, la vigilancia de la salud debe realizarse con el consentimiento del trabajador, salvo en situaciones donde sea imprescindible para evaluar los efectos de las condiciones de trabajo o cuando el estado de salud del empleado pueda representar un peligro para él mismo o para otros.



- **Confidencialidad**

- Los datos obtenidos durante los reconocimientos médicos son confidenciales y deben ser gestionados respetando la intimidad y dignidad del trabajador.



- **Realización por personal cualificado**

- Las evaluaciones de salud deben ser llevadas a cabo por profesionales sanitarios con la formación y competencia técnica adecuada.

4.2. ACTUACIÓN DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN

En el aspecto de la seguridad laboral, es importante contar siempre con procedimientos para actuar ante situaciones de emergencia que pongan en riesgo a las personas y las instalaciones. Estas situaciones pueden variar desde incendios y fugas de gas hasta desastres naturales o accidentes laborales. La preparación y planificación adecuadas permiten una respuesta eficaz, minimizando posibles daños.

Una **emergencia** es una situación inesperada que pone en peligro a las personas, los bienes o el medio ambiente, como incendios, fugas de gas, derrames químicos o desastres naturales. Requiere una respuesta rápida y organizada para reducir sus efectos y garantizar la seguridad.

La **evacuación** es un proceso planificado en el que las personas se trasladan de manera ordenada y segura desde una zona peligrosa a un lugar seguro, con rutas de escape, señalización y roles asignados para agilizar la salida.

El plan de autoprotección establece criterios básicos para una actuación rápida y ordenada del personal según el tipo de emergencia, respondiendo a las preguntas: **¿qué se hará?, ¿cuándo?, ¿cómo y dónde? y ¿quién lo hará?**

Estas definiciones las trataremos en mayor profundidad en los siguientes apartados.



4.2.1. EMERGENCIAS Y EVACUACIÓN

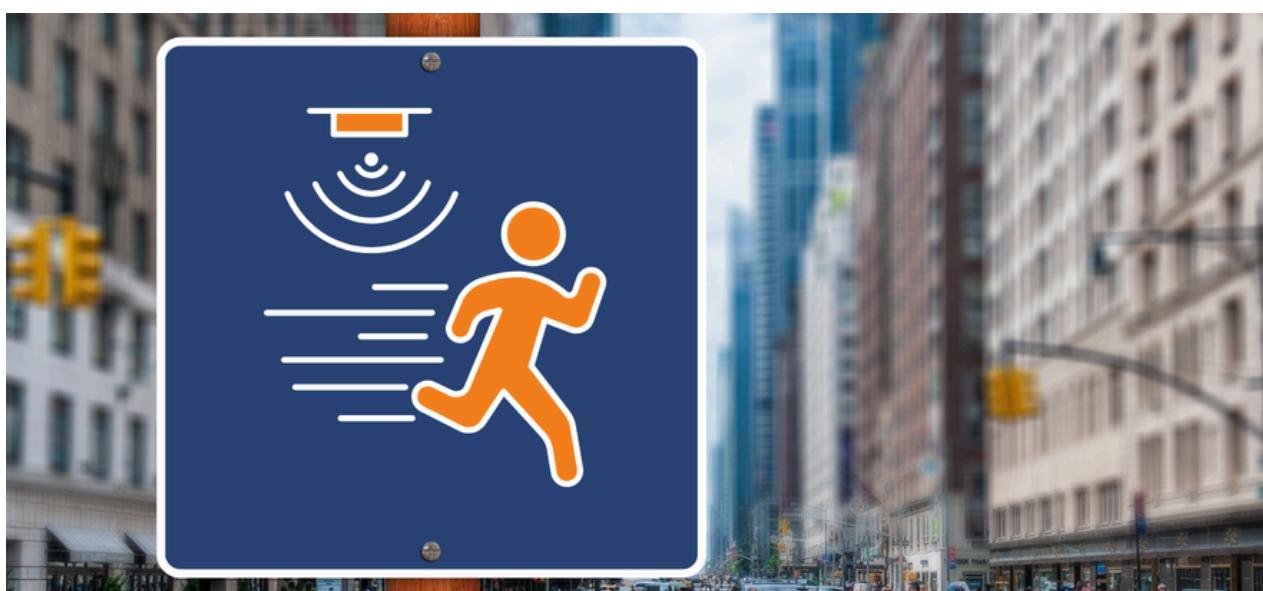
Emergencias

Como se ha mencionado previamente, las **emergencias** en el ámbito laboral se refieren a situaciones inesperadas que amenazan la seguridad de las personas, las instalaciones o el entorno, como incendios, explosiones, inundaciones o escapes de sustancias peligrosas.



Evacuaciones

Y las **evacuaciones**, por su parte, es el proceso de trasladar a las personas afectadas hacia zonas seguras en caso de emergencia. Este procedimiento incluye acciones planificadas para garantizar una salida rápida, ordenada y efectiva, minimizando el riesgo de lesiones o pérdidas humanas.



CLASIFICACIÓN DE LAS EMERGENCIAS

Según la **gravedad** y el impacto de la emergencia, se distinguen los siguientes niveles:



Nivel I: Conato

Emergencias localizadas que no representan un riesgo de propagación ni involucran personas heridas.



Nivel II: Emergencia parcial

Situaciones que afectan a una parte del edificio y tienen riesgo de propagación.



Nivel III: Emergencia general

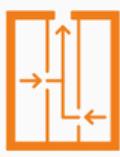
Escenarios críticos que comprometen gran parte de las instalaciones y requieren intervención externa.

TIPOS DE EVACUACIÓN



Evacuación urgente

Se realiza sin preparativos debido a un peligro inminente. Ejemplo: incendios.



Evacuación preventiva

Se ejecuta de manera planificada ante una anomalía que pueda escalar a emergencia.



Evacuación horizontal

Movilización en el mismo nivel del edificio, utilizada en plantas bajas o servicios con pacientes immobilizados.



Evacuación vertical

Implica descender o ascender por escaleras hacia zonas seguras.



Confinamiento

En casos donde no es posible evacuar, las personas permanecen en zonas protegidas dentro del edificio.

PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS



- Identificar la emergencia mediante sensores automáticos o aviso manual.
- Comunicar la situación al Centro de Control de Seguridad (CCS).



- Informar al personal afectado y activar los protocolos de evacuación.
- Cerrar puertas y ventanas para limitar la propagación del riesgo.



- Seguir las rutas predefinidas, evitando aglomeraciones.
- Designar responsables para asistir a personas con movilidad reducida.



- Establecer puntos de reunión seguros para realizar el recuento de personas evacuadas.

4.2.2. PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

Los planes de autoprotección son documentos que describen las acciones y medidas para prevenir y controlar riesgos en un lugar, evitando daños a las personas y a los bienes. También buscan dar una respuesta adecuada a posibles emergencias y asegurar su conexión con el sistema público de protección civil.

CONTENIDO ESENCIAL DE UN PLAN DE AUTOPROTECCIÓN:

- **Identificación de riesgos**

- Análisis detallado de las posibles amenazas que pueden afectar a la organización.

- **Medidas preventivas**

- Establecimiento de acciones para minimizar o eliminar los riesgos identificados.

- **Protocolos de actuación**

- Definición de procedimientos a seguir en caso de emergencia, incluyendo evacuación, primeros auxilios y comunicación con servicios de emergencia.

- **Recursos y medios**

- Inventario de los recursos humanos y materiales disponibles para hacer frente a una emergencia.

- **Formación y simulacros**

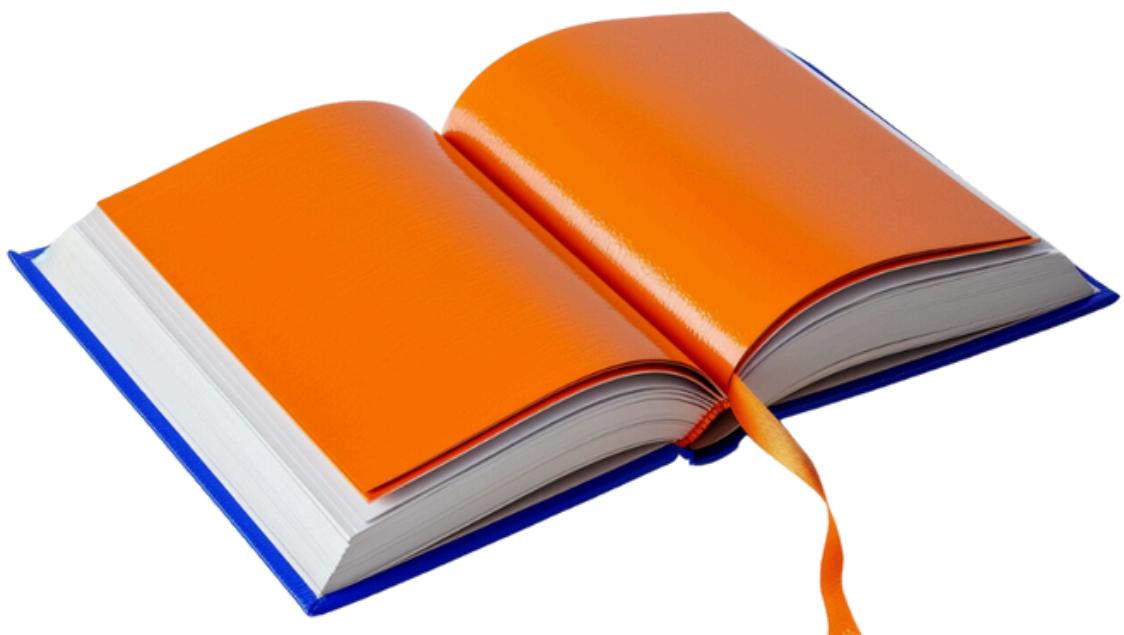
- Programas de capacitación para el personal y realización periódica de simulacros para asegurar la eficacia del plan.

CADA CUÁNTO HAY QUE ACTUALIZAR UN PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

El Real Decreto 393/2007 no establece una periodicidad exacta, se recomienda revisar el plan al menos cada **tres años**, según las buenas prácticas en autoprotección. Sin embargo, cualquier cambio significativo en las instalaciones o actividades debe implicar una actualización inmediata del plan.

QUIÉN TIENE LA OBLIGACIÓN DE ELABORAR UN PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

En el ámbito laboral esta obligación recae sobre los titulares de las actividades, es decir, los responsables legales de los centros, establecimientos, empresas o instalaciones que desarrollen actividades que puedan generar riesgos para las personas, bienes o el medio ambiente. Esta responsabilidad se encuentra regulada principalmente por el Real Decreto 393/2007, que aprueba la Norma Básica de Autoprotección (NBA).



RESUMEN TEMA 4

- La capacidad de proporcionar **primeros auxilios** y promover la **salud laboral** es esencial para garantizar el **bienestar** y la **seguridad** en el entorno de trabajo. La **Reanimación Cardiopulmonar (RCP)**, basada en el protocolo **CAB** (Compresiones, Apertura de vías respiratorias y Respiración), es una técnica fundamental para mantener la **oxigenación** y la **circulación sanguínea** en emergencias, como un paro cardiorrespiratorio, mientras llega la asistencia médica. Su correcta ejecución, junto con el uso de un **desfibrilador externo automático (DEA)**, incrementa significativamente las probabilidades de supervivencia.
- Por otro lado, el **control de la salud laboral** permite identificar riesgos y detectar enfermedades profesionales de manera temprana. Esto contribuye a implementar medidas preventivas, adaptar las condiciones de trabajo según las necesidades de los empleados y fomentar **hábitos saludables**. La vigilancia de la salud debe realizarse respetando la **confidencialidad** de los datos y contar con el consentimiento del trabajador, garantizando así su dignidad y bienestar.
- La formación en primeros auxilios y el monitoreo constante de la salud son pilares para prevenir riesgos, responder eficazmente ante emergencias y mantener un entorno laboral seguro y saludable.
- La **actuación ante emergencias** y la correcta planificación de la **evacuación** son esenciales para garantizar la seguridad de las personas y minimizar los daños en el entorno laboral. Las emergencias incluyen situaciones inesperadas, como **incendios, fugas de gas o derrames químicos**, que requieren una respuesta rápida y organizada para reducir riesgos. La **evacuación** consiste en trasladar a las personas de una zona peligrosa a un lugar seguro, siguiendo rutas definidas, con señalización adecuada y roles asignados.
- Los **planes de autoprotección** son documentos clave que establecen las medidas preventivas y los protocolos para responder a emergencias, incluyendo la identificación de riesgos, las acciones necesarias para mitigarlos y los recursos disponibles. También contemplan la formación y realización de simulacros para garantizar la eficacia de las medidas.
- Según la **Norma Básica de Autoprotección**, los titulares de las actividades son responsables de elaborar y mantener actualizados estos planes, especialmente cuando se produzcan cambios significativos en las instalaciones o actividades. Aunque no hay una periodicidad específica para su revisión, se recomienda actualizarlos al menos cada **tres años**. La preparación y planificación adecuada ante emergencias contribuyen a proteger la integridad de los trabajadores, los bienes y el entorno.

MÓDULO 5: RIESGOS ESPECÍFICOS Y SU PREVENCIÓN EN EL SECTOR CORRESPONDIENTE A LA ACTIVIDAD DE LA EMPRESA

INTRODUCCIÓN

En este último módulo del curso, nos enfocaremos en los **riesgos específicos** asociados a las actividades propias del sector de la empresa, destacando la importancia de implementar medidas preventivas adaptadas a cada entorno laboral. Reconocer y gestionar estos riesgos es fundamental para proteger la salud y seguridad de los trabajadores y garantizar el cumplimiento de las normativas vigentes.

Comenzaremos identificando los **riesgos específicos del sector**, que incluyen aquellos **ligados a las condiciones de seguridad** y al **medio ambiente de trabajo**, además de otros riesgos que puedan influir en el bienestar de los empleados. Este conocimiento te permitirá anticiparte a las situaciones potencialmente peligrosas y actuar con eficacia.

A continuación, aprenderás a aplicar medidas preventivas específicas, dividiéndolas en dos grandes áreas: la **protección colectiva**, que busca reducir los riesgos mediante herramientas y procedimientos que benefician a todos, y la **protección individual**, enfocada en el uso adecuado de los Equipo de Protección Individual (EPIs).

El contenido de este módulo tiene una aplicación directa en la realidad laboral, ya que te permitirá adaptar las medidas preventivas a las características particulares de cada actividad. Desde mejorar las condiciones de seguridad en una obra, hasta garantizar un ambiente saludable en oficinas o fábricas, este conocimiento te convertirá en un referente en la implementación de soluciones prácticas y efectivas.

¡Has llegado al último módulo del curso! Este es tu momento para consolidar lo aprendido y poner en práctica todo lo necesario para crear entornos de trabajo más seguros y responsables. ¡Estas rozando la meta, sigue así!

[HTTPS://YOUTU.BE/HAVFLPCXQG0](https://youtu.be/HAVFLPCXQG0)

OBJETIVOS

- Identificar los **riesgos específicos** asociados a las condiciones de seguridad y al medio ambiente de trabajo para **anticipar y minimizar** posibles incidentes en el ámbito laboral.
- Reconocer y analizar los **otros riesgos asociados al sector** para **adaptar** las medidas preventivas a las necesidades particulares de la actividad desempeñada.
- Aplicar estrategias de **protección colectiva** y usar correctamente los **Equipos de Protección Individual (EPIs)** para **garantizar** la seguridad tanto individual como colectiva en cualquier entorno de trabajo.
- Diseñar e implementar medidas preventivas específicas para **crear** entornos laborales más seguros y alineados con las exigencias normativas del sector.

[HTTPS://YOUTU.BE/KEJKQU0JYTK](https://youtu.be/KEJKQU0JYTk)



5.1. IDENTIFICACIÓN DE LOS RIESGOS ESPECÍFICOS DEL SECTOR DE LA EMPRESA

En el ámbito laboral, la identificación de riesgos específicos es un paso fundamental para garantizar un entorno seguro y saludable. Cada sector empresarial presenta características únicas que conllevan diferentes tipos de **riesgos**. Estos pueden variar desde peligros **relacionados con la seguridad física** hasta factores del **entorno laboral o incluso** riesgos emergentes **derivados** de las nuevas tecnologías o cambios en la organización del trabajo.

Este punto se enfoca en clasificar y analizar los riesgos más relevantes según su origen, lo que permite implementar medidas preventivas adecuadas y personalizadas para cada actividad profesional.

Los riesgos específicos se dividen en tres grandes categorías:

- **Riesgos ligados a las condiciones de seguridad:**

- Se centran en los **peligros físicos** asociados al uso de **maquinaria, herramientas o infraestructuras**. Estos riesgos, si no se gestionan adecuadamente, pueden provocar accidentes como caídas, cortes o atrapamientos.



- **Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo:**

- Relacionados con las condiciones **ambientales** del entorno laboral, como la exposición a agentes químicos, físicos o biológicos que puedan afectar la salud a corto o largo plazo.

- **Distinción de otros riesgos:**

- Incluye aquellos riesgos no contemplados en las categorías anteriores, como los **psicosociales** (estrés, fatiga o insatisfacción laboral) y los relacionados con la ergonomía o la carga mental.



En los próximos subpuntos, se analizarán en detalle las características y ejemplos prácticos de cada una de estas categorías, destacando las medidas de prevención más efectivas en el ámbito laboral.

5.1.1. LIGADOS A LAS CONDICIONES DE SEGURIDAD

Los riesgos ligados a las condiciones de seguridad son aquellos que están relacionados con las características del entorno laboral y el uso de herramientas, maquinaria o materiales. Una adecuada **gestión de estos riesgos, basada en el orden, la limpieza y el cumplimiento de normas**, es esencial para prevenir accidentes y garantizar la seguridad de los trabajadores.

ELEMENTOS CLAVE DE LOS RIESGOS DE SEGURIDAD

- **Lugar y superficie de trabajo**

- El orden y la limpieza son esenciales para evitar accidentes como caídas o tropiezos. Mantener las áreas despejadas y libres de obstáculos reduce significativamente los riesgos.

- **Herramientas**

- Las herramientas manuales y eléctricas, como martillos neumáticos, taladradoras o motosierras, son una fuente frecuente de lesiones. Estas suelen ocurrir por:

- Uso inadecuado.
 - Falta de mantenimiento.
 - Almacenamiento incorrecto.
- Es imprescindible que las herramientas estén en buen estado y sean adecuadas para la tarea a realizar.

- **Máquinas**

- Las máquinas deben cumplir con los estándares de seguridad, como el marcado **CE**, que garantiza que son seguras para su uso. Además:
 - Se deben instalar y utilizar siguiendo las instrucciones del fabricante.
 - El mantenimiento regular es indispensable para evitar fallos que puedan provocar accidentes.

- **Electricidad**

- La electricidad es una de las principales causas de accidentes graves en el trabajo. **5 importantes consejos** para trabajar de manera segura con electricidad incluyen:
 - Cortar todas las fuentes de tensión.
 - Bloquear los aparatos de corte.
 - Verificar la ausencia de tensión.
 - Poner a tierra y en cortocircuito todas las posibles fuentes de tensión.
 - Delimitar y señalizar la zona de trabajo.
- Recuerda que la combinación de electricidad y humedad aumenta el riesgo de accidentes.

- **Incendios**

- La formación en protocolos de emergencia es esencial para que los trabajadores sepan cómo actuar en caso de incendio. Esto incluye:
 - Realizar simulacros periódicos.
 - **Capacitar al personal** sobre el uso de extintores y salidas de emergencia.

- **Almacenamiento, manipulación y transporte**

- Los materiales deben almacenarse correctamente para evitar colisiones entre trabajadores y elementos. Es importante:
 - Mantener el área ordenada y libre de obstáculos.
 - Evitar el almacenamiento en altura inestable.
 - Disponer de la materia prima necesaria para la jornada, evitando acumulaciones innecesarias.

- **Señalización**

- Una **correcta señalización** de riesgos (peligro, obligación, prohibición, emergencia) es una medida complementaria eficaz. Sin embargo, la señalización por sí sola no elimina los riesgos, por lo que debe ir acompañada de medidas adicionales.

- **Trabajos de mantenimiento**

- Las labores de mantenimiento deben ser realizadas por personal capacitado y especializado. Además, es importante:
 - Planificar las tareas con antelación.
 - Eliminar la improvisación en operaciones puntuales.
 - Garantizar la formación adecuada de los trabajadores que realicen estas actividades..

5.1.2. LIGADOS AL MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO

El entorno laboral puede presentar diversos factores ambientales que, si no se gestionan adecuadamente, pueden **afectar la salud y seguridad** de los trabajadores. Estos riesgos se clasifican principalmente en agentes físicos, químicos y biológicos.

AGENTES FÍSICOS

Ruido

La exposición prolongada a niveles elevados de ruido puede provocar pérdida auditiva irreversible y aumentar el riesgo de accidentes al dificultar la comunicación y la percepción de **señales de alerta**. Es esencial monitorear los niveles de ruido y aplicar medidas de control, como la insonorización de equipos y el uso de protectores auditivos.

Vibraciones

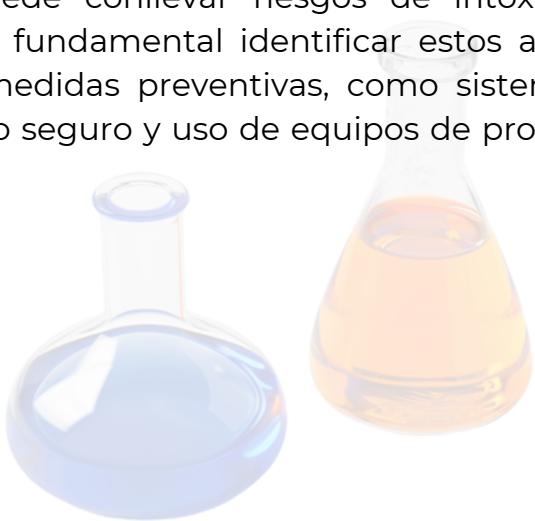
El uso de maquinaria que genera vibraciones puede causar **trastornos musculoesqueléticos y vasculares**. Se deben implementar estrategias para reducir la exposición, como el mantenimiento adecuado de equipos y la limitación del tiempo de uso.

Radiaciones

Las radiaciones ionizantes y no ionizantes representan riesgos significativos. La exposición a radiaciones ionizantes, como las emitidas por equipos de rayos X, puede aumentar el **riesgo de cáncer**, mientras que las radiaciones no ionizantes, como las de microondas, pueden causar quemaduras y otros efectos. Es crucial utilizar equipos de protección y seguir protocolos de seguridad específicos.

AGENTES QUÍMICOS

La presencia de sustancias químicas en el ambiente laboral ya sea en forma de gases, vapores, polvos o líquidos, puede conllevar riesgos de intoxicación, alergias o **enfermedades crónicas**. Es fundamental identificar estos agentes, evaluar su peligrosidad y establecer medidas preventivas, como sistemas de ventilación adecuados, almacenamiento seguro y uso de equipos de protección personal.



AGENTES BIOLÓGICOS

En ciertos entornos laborales, especialmente en el sector sanitario o agroalimentario, los trabajadores pueden estar expuestos a microorganismos patógenos como bacterias, virus, hongos o parásitos. Esta exposición puede **provocar infecciones, alergias o toxicidades**. La implementación de protocolos de higiene, vacunación y el uso de barreras de protección son medidas esenciales para minimizar estos riesgos.



5.1.3. DISTINCIÓN DE OTROS RIESGOS

Además de los riesgos directamente ligados a las condiciones de seguridad y al medio ambiente de trabajo, existen otros riesgos que pueden afectar la salud y el bienestar de los trabajadores. Estos riesgos, aunque menos evidentes, tienen un impacto significativo en la productividad y calidad de vida laboral.

RIESGOS Y CÓMO PREVENIRLOS

Psicosociales

- Problemas: estrés, burnout, conflictos laborales.
- Prevención: fomentar un buen clima laboral, equilibrar la carga de trabajo y ofrecer apoyo psicológico.

Ergonómicos

- Problemas: lesiones musculoesqueléticas, como lumbalgia o tendinitis.
- Prevención: adaptar los puestos de trabajo, incluir pausas activas y ofrecer formación en ergonomía.

Tecnológicos

- Problemas: fatiga visual, dependencia tecnológica, ciberacoso.
- Prevención: limitar el tiempo frente a pantallas, ajustar estaciones de trabajo y establecer políticas de uso responsable.

Carga mental

- Problemas: fatiga mental, errores en tareas, dificultad para concentrarse.
- Prevención: simplificar procesos, priorizar tareas y fomentar una comunicación clara.

Entorno social

- Problemas: acoso laboral, discriminación, falta de apoyo social.
- Prevención: implementar políticas contra el acoso, reforzar la cohesión del equipo y ofrecer canales de comunicación confidenciales.

TIPOS DE RIESGOS

Riesgos ligados a las condiciones de seguridad

- Lugar y superficie de trabajo
- Herramientas
- Máquinas
- Electricidad
- Incendios
- Almacenamiento, manipulación y transporte
- Señalización
- Trabajos de mantenimiento



Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo

- Agentes físicos
 - Ruido
 - Vibraciones
 - Radiaciones
- Agentes químicos
 - Gases
 - Vapores
 - Polvos
 - Líquidos
- Agentes biológicos
 - Bacterias
 - Virus
 - Hongos
 - Parásitos



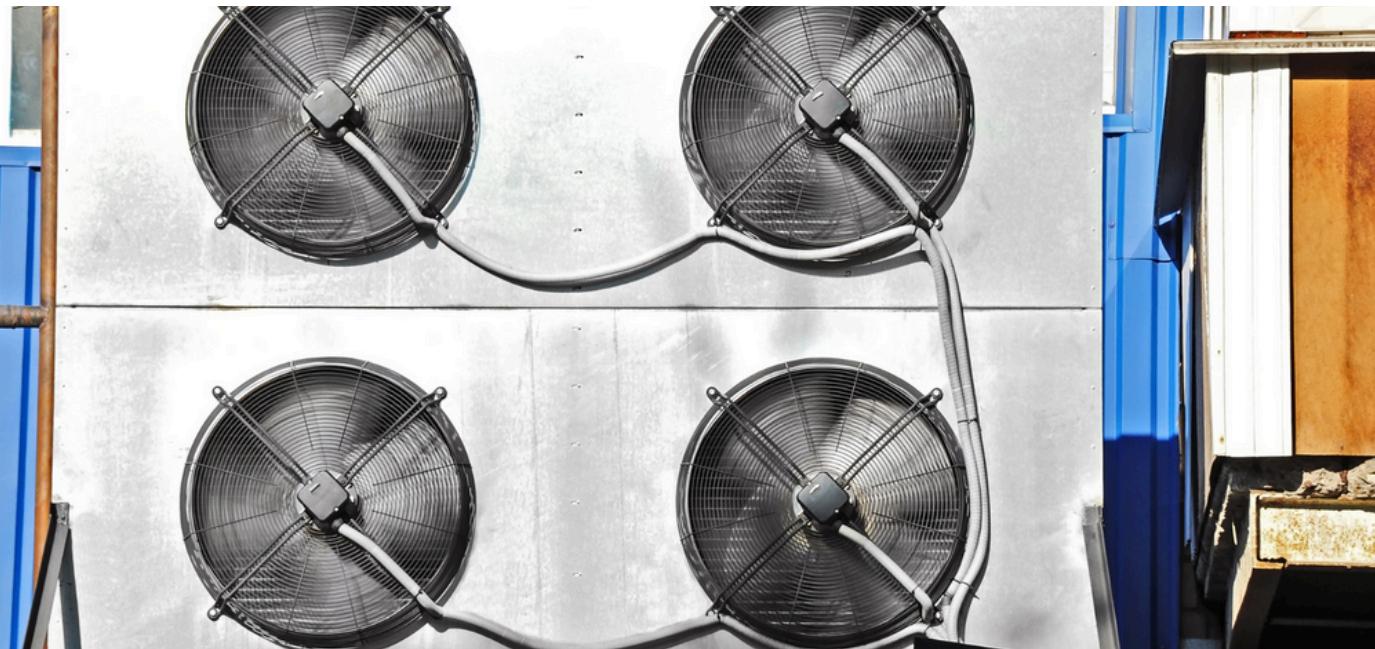
Distinción de otros riesgos

- Psicosociales
 - Estrés
 - Burnout
 - Conflictos
- Ergonómicos
 - Lesiones musculoesqueléticas
- Tecnológicos
 - Fatiga visual
 - Dependencia
 - Ciberacoso
- Carga mental
 - Fatiga mental
 - Errores en tareas
- Entorno social
 - Acoso laboral
 - Discriminación
 - Falta de apoyo social
- Dificultad para concentrarse



5.2. APLICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS DEL SECTOR DE LA EMPRESA

Aplicar medidas preventivas en el entorno laboral es esencial para reducir accidentes, mejorar la seguridad y garantizar la salud de los trabajadores. **Cada sector** presenta riesgos específicos que requieren **soluciones adaptadas**. Por ejemplo, en la construcción, las caídas desde altura son un peligro frecuente, por lo que se deben instalar barandillas y redes de seguridad. En industrias químicas, la exposición a sustancias tóxicas exige el uso de ventilación adecuada y equipos de protección individual.



5.2.1. PROTECCIÓN COLECTIVA

La **protección colectiva** engloba todas las medidas diseñadas para reducir los riesgos laborales protegiendo a varios trabajadores simultáneamente. Se diferencia de la protección individual en que no depende del uso de un equipo personal, sino de sistemas de seguridad implementados en el entorno de trabajo.

TIPOS DE PROTECCIÓN COLECTIVA

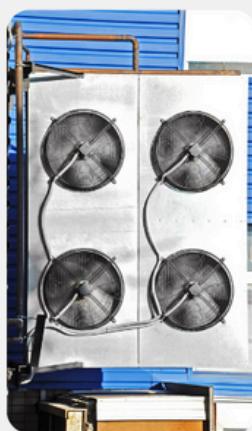
Los más relevantes son los siguientes:



Barandillas: previenen caídas en zonas elevadas como andamios y plataformas.



Redes de seguridad: se instalan en obras de construcción para evitar accidentes por caída.



Sistemas de ventilación y extracción de aire: eliminan contaminantes en fábricas y laboratorios, reduciendo la exposición a sustancias nocivas.



Protección de maquinaria: resguardos en equipos industriales para evitar atrapamientos y proyecciones de materiales.



Barrieras de protección acústicas: reducen el impacto del ruido en el ambiente laboral, protegiendo la audición de los trabajadores.



Extintores de incendios: permiten controlar incendios en su fase inicial y evitar su propagación.



Orden y limpieza: evita accidentes por tropiezos, caídas y acumulación de materiales peligrosos.

IMPLEMENTACIÓN Y MANTENIMIENTO DE PROTECCIÓN COLECTIVA

Instalación

- Debe realizarse siguiendo las normativas de seguridad, garantizando su correcta fijación y funcionalidad.

Inspección y mantenimiento

- Es necesario revisar periódicamente estos sistemas para asegurar su eficacia y detectar posibles fallos.

NORMATIVA Y REGULACIÓN

Legislación aplicable

- Real Decreto 486/1997 sobre seguridad en los lugares de trabajo.

Estándares internacionales y nacionales

- Normas UNE y EN relacionadas con la seguridad en estructuras y sistemas de protección colectiva.

5.2.2. PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL)

La **protección individual** como hemos explicado en puntos anteriores consiste en el uso de equipos diseñados para reducir los riesgos específicos a los que está expuesto cada trabajador. Debe utilizarse cuando la protección colectiva no elimina completamente el peligro.

TIPOS DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)

Los tipos de EPIs más relevantes son los siguientes:



Casco de seguridad: protege contra impactos y caídas de objetos en sectores como la construcción e industria.

Guantes: previenen cortes, quemaduras y contacto con productos químicos.

Gafas de protección: evitan lesiones oculares por partículas, productos químicos o radiaciones.

Arnés de seguridad: indispensable en trabajos en altura, evitando caídas graves.

SELECCIÓN DE EPI ADECUADOS

La elección del equipo debe basarse en la evaluación de riesgos laborales de cada puesto. Es fundamental que los EPI cumplan con la normativa y sean adecuados para la tarea realizada.

USO Y MANTENIMIENTO DE EPI

Uso correcto

- Todos los trabajadores deben recibir formación sobre el uso adecuado de los EPI.

Revisión y reemplazo

- Los equipos deben inspeccionarse regularmente para garantizar su eficacia y ser reemplazados cuando presenten deterioro.

NORMATIVA Y REGULACIÓN

Legislación aplicable

- Real Decreto 773/1997 sobre uso de equipos de protección individual.

Certificaciones y estándares

- EPIs deben cumplir con la normativa CE y estándares EN específicos según su tipo.

5.2.2.1. CASO PRÁCTICO: EPIS EN UNA OBRA DE CONSTRUCCIÓN

En una obra, los trabajadores están expuestos a diversos riesgos, como caídas, golpes, ruido y polvo. Para minimizar estos peligros, es obligatorio el uso de los siguientes **EPI específicos**:

Por ejemplo, un operario que trabaja en el montaje de una estructura metálica en altura debe llevar **casco, gafas de seguridad, guantes resistentes, botas de seguridad y arnés con línea de vida** para evitar caídas. Además, si está en una zona con mucho polvo, usará una **mascarilla FFP3** para proteger sus vías respiratorias.

El uso adecuado de estos EPI es fundamental para reducir el riesgo de accidentes y cumplir con la normativa de prevención de riesgos laborales en construcción.

EPI ESPECÍFICOS



RESUMEN TEMA 5

- Cada sector laboral presenta riesgos particulares que pueden afectar la seguridad y salud de los trabajadores. Estos se clasifican en **tres categorías principales: condiciones de seguridad, medio ambiente de trabajo y otros riesgos emergentes**, cada una con medidas preventivas específicas.

Riesgos ligados a las condiciones de seguridad

Incluyen peligros físicos relacionados con el uso de herramientas, máquinas y estructuras del lugar de trabajo. Entre ellos destacan:

- **Orden y limpieza** para prevenir caídas.
- **Seguridad en herramientas y máquinas** mediante mantenimiento y uso adecuado.
- **Electricidad e incendios**, con formación y protocolos de actuación.
- **Manipulación y almacenamiento** seguro de materiales.
- **Señalización y mantenimiento preventivo** para evitar accidentes.
- **Riesgos ligados al medio ambiente de trabajo**

Factores como el ruido, vibraciones, radiaciones, productos químicos y agentes biológicos pueden afectar la salud.

- **Ruido y vibraciones:** pueden causar pérdida auditiva o trastornos musculoesqueléticos.
- **Radiaciones:** requieren protección adecuada para evitar daños a la salud.
- **Productos químicos:** deben manipularse con medidas de seguridad para evitar intoxicaciones.
- **Exposición a agentes biológicos:** especialmente en sectores sanitarios y agroindustriales.

• Otros riesgos laborales

Existen peligros menos evidentes pero igualmente importantes:

- **Riesgos psicosociales**, como el estrés o el burnout, que afectan el bienestar mental.
- **Riesgos ergonómicos**, relacionados con posturas inadecuadas y lesiones musculoesqueléticas.
- **Riesgos tecnológicos**, como la fatiga visual o el ciberacoso.
- **Carga mental**, derivada de exceso de tareas o concentración prolongada.
- **Entorno social**, que incluye problemas como el acoso laboral y la discriminación.

- Garantizar la seguridad en el trabajo implica adoptar medidas preventivas adaptadas a los riesgos de cada sector. Desde **barandillas en construcción** para evitar caídas hasta **ventilación en la industria química** para reducir la exposición a sustancias tóxicas, cada entorno requiere soluciones específicas.

Protección colectiva

Son sistemas diseñados para proteger a varios trabajadores sin depender de equipos individuales:

- **Barandillas y redes de seguridad** en alturas.
- **Sistemas de ventilación** para eliminar contaminantes.
- **Protección de maquinaria** para evitar atrapamientos.
- **Barreras acústicas** para reducir el ruido.
- **Extintores de incendios** para controlar emergencias.
- **Orden y limpieza**, clave en la prevención de accidentes.

Mantenimiento y regulación: La protección colectiva debe cumplir con normativas como el **Real Decreto 486/1997** y estándares UNE y EN.

• Protección individual (EPI)

Cuando la protección colectiva no es suficiente, los **Equipos de Protección Individual** (EPI) reducen riesgos específicos:

- **Cascos** para impactos.
- **Guantes** contra cortes o productos químicos.
- **Gafas** de seguridad para partículas o sustancias.
- **Arnés de seguridad** en trabajos en altura.

Uso y mantenimiento: Es fundamental que los trabajadores reciban formación y que los EPI sean revisados y reemplazados periódicamente. Su uso está regulado por el **Real Decreto 773/1997** y deben cumplir con certificaciones CE y normas EN.