TEMA 09 – LA ORGANIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN Y LA ACTUACIÓN EN CASOS DE EMERGENCIA

La gestión de la prevención

* LPRL obliga a las empresas a diseñar un sistema de gestión de la prevención que facilite una prevención efectiva y real en el trabajo
* Se plasma en el documento Plan de Prevención de Riesgos Laborales
* Incluye:
  + Política de prevención (principios básicos en materia de prevención que asumirán todos)
  + Cómo se organizará la prevención en la empresa
  + Procedimientos que se han de seguir
* Primeras actuaciones: realizar una evaluación de los riesgos que hay en la empresa
  + Proceso dirigido a:
    - Detectar, describir y estimar los riesgos presentes en una empresa
    - Determinar los que se pueden eliminar
    - Actuar sobre los que no han podido evitarse
  + La evaluación permite:
    - Obtener información para tomar una decisión apropiada
    - Detectar la necesidad de adoptar medidas preventivas
    - Seleccionar las más adecuadas para cada caso
  + Qué incluye
    - Riesgos
      * Se detectan y se describen los riesgos presentes
      * Se estima y valora el riesgo conforme a una escala: trivial, tolerable, moderado, importante o intolerable
    - Medidas preventivas para cada riesgo
      * Plazo previsto para llevarla a cabo
      * Personas responsables de su ejecución
      * Recursos humanos y materiales necesarios
* Cuándo se realiza la evaluación de riesgos
  + Antes del inicio de la actividad empresarial
  + Se revisará y actualizará periódicamente
  + Evaluaciones concretas en los siguientes casos:
    - Incorporación de nuevas tecnologías, condiciones de trabajo, equipos, maquinaria o herramientas
    - Cuando se produzcan daños a la salud
    - Cuando se incorporen trabajadores nuevos o especialmente sensibles (condiciones especiales, menores, embarazadas, ETT o temporales)
* Quién la integra
  + Al menos 2 de las especialidades preventivas:
    - Seguridad en el trabajo
    - Higiene industrial
    - Ergonomía y psicosociología aplicada
    - Medicina del trabajo

La organización de la prevención

* Formas:
  + Asumiendo personalmente el empresario la actividad preventiva
    - Hasta 10 trabajadores o hasta 25 si solo tienen un centro de trabajo
    - Que el empresario esté capacitado para ello (curso de nivel básico de PRL de 30-50h según la actividad que realice)
    - Que el empresario desarrolle su trabajo de forma habitual en la empresa
    - Que no desarrolle por sí mismo la Medicina de la salud
    - Que no se trate de una empresa cuyas actividades se consideren especial- peligrosas
  + Designando a uno o varios trabajadores para que se ocupen de la actividad preventiva
    - Los trabajadores han de tener la capacidad correspondiente a las funciones que van a desempeñar
  + Creando un servicio de prevención propio
    - Obligatorio cuando:
      * >500 trabajadores
      * 250-500 trabajadores y realice alguna actividad del Anexo I del Reglamento de los Servicios de Prevención
      * Realiza actividades peligrosas
  + Contratando un servicio de prevención ajeno
    - Concierta prevención, asesora- y apoyo
    - Se suele recurrir cuando no es obligatorio constituir servicio propio
* Auditorías
  + Empresas que no hayan concertado el servicio de protección con una entidad especializada
  + Periodicidad
    - 12 meses siguientes al momento en que se disponga la planificación de la act preventiva
    - Se repite cada 4 años
    - Cada 2 años cuando act especial- peligrosa
    - Cada 2 años siempre que lo requiera la Autoridad Laboral

El plan de autoprotección

* Documento en e que se recogen el sistema de control y gestión de seguridad en las empresas ante una situación de emergencia (incendio, inundación, amenaza de bomba, explosión…)
* Instrucciones
  + No descolgar el teléfono ni usarlo para que esté disponible
  + No ascensor
  + No volver al puesto de trabajo o retirar vehículos del aparca-
  + Utilizar vías, escaleras y salidas de emergencia
  + Dirigirse al punto de reunión en el exterior
    - Agruparse como se haya indicado
    - Si falta alguien, comunicarlo

Protección frente al fuego **(leérselo un par de veces)**

* 3 factores: combustible, O2 y calor (triángulo del fuego)
* Principales riesgos
  + Vapores tóxicos
  + Humo dificulta visión -> huida, dolor cabeza, tos y mareos
    - Luego náuseas, irritación ojos y dificultades respirar
    - Finalmente, muerte
  + Pánico
* Medidas prevención
  + Actuación en el combustible
    - Mantener orden y limpieza
    - Alejar un elemento combustible del calor
    - Almacenar productos inflamables en recipientes y lugares adecuados
      * Manipularlos en sitios abiertos y ventilados
  + Eliminar O2: crear espacios inertes para almacenar o utilizar sustancias especial- peligrosas
  + Suprimir calor: actuar frente a la fuente de ignición es lo más eficaz
    - No fumar, mantener buen estado instalación eléctrica, desconectar equipos al acabar el trabajo
* Si se produce fuego, se utilizarán las siguientes medidas de protección:
  + Controlarlo con equipos de protección y lucha contra el fuego
  + En fuegos no controlados o importantes, activar el pulsador de alarma y avisar inmediata- a los responsables
  + Abandonar la zona rápida-, con calma, sin correr y sin empujar
  + No perder T recogiendo objetos personales
  + Cerrar puertas y ventanas para no avivar fuego y no propagar humo
  + Tocar las puertas si se deben abrir (NO abrir si están calientes)
  + Con nube de humo: salir a ras de suelo, gateando
  + Si fuego o humo nos atrapa: encerrarse en un lugar lo más bajo posible, tapar entradas de humo (ropa, toallas, trapos) y colocar en la ventana una prenda de color vistoso como señal
    - No abrir ni romper ventanas hasta que el rescate sea inminente

Primeros auxilios

* Generalidades
  + Técnicas para atender a un herido hasta que llega asistencia sanitaria profesional
  + Principios básicos
    - Proteger: señalizar y eliminar posibles amenazas
      * Solo mover herido si fuera necesario
    - Avisar: nº y estado heridos, peligros presentes y lugar exacto
    - Socorrer: atender, abrigar, acompañar y tranquilizar
  + Actuación secuenciada
    - 1: Evaluación del entorno y primer contacto con la víctima
      * En el lugar del siniestro se comprueba que no hay otros riesgos
      * Se zarandea a la víctima por los hombres preguntando “¿estás bien?”
      * Llamar 112
    - 2: Valoración primaria
      * Verificar constantes vitales
      * Si responde (consciente): mantenerla en misma posición y averiguar qué le pasa con una valoración secundaria
      * No responde (inconsciente):
        + Respira y tiene pulso: posición lateral de seguridad
        + No respira y pulso: reanimación cardiorrespiratoria
        + No respira y no pulso: iniciar la respiración cardiopulmonar
    - 3: Valoración secundaria
      * Exploración rápida, ordenada y concienzuda del herido buscando lesiones, sangre, deformidades y secreciones (sudor, heces, orina o vómitos)
      * Se le pregunta por su estado para detectar problemas de orientación o memoria
  + Técnicas de auxilio
    - Posición lateral de seguridad (PLS):

A screenshot of a computer

Description automatically generated

* + Reanimación cardiorrespiratoria

A screenshot of a computer

Description automatically generated

* + Reanimación cardiopulmonar básica (ERC 2021)

A screenshot of a computer

Description automatically generated

* Actuación según lesión
  + Heridas
    - Leves: capa más externa
      * Desinfectar con agua y con jabón (de dentro a fuera)
      * Poner antiséptico no colorante
      * No cubrir (salvo entorno contaminado o riesgo infección)
    - Graves
      * Controlar estado general del herido y signos vitales
      * Cubrir herida completamente con apósito o gasa húmeda
      * Heridas penetrantes del tórax: semisentado
      * Heridas penetrantes del abdomen: DS flexionando rodillas
      * Trasladar urgente- a centro hospitalario
  + Hemorragias
    - Solo se puede intervenir activa- en externas
      * Compresión directa
        + Cubrir con gasa la herida inmediata-
        + Comprimir 5-10’
      * Compresión arterial
        + Si no se corta o es sobre una fractura abierta
        + Presionar arteria principal que nutre la zona lesionada
      * Torniquete
        + Efectos secundarios
        + Solo cuando lo anterior no funciona
        + Anotar hora colocación y no aflojar
    - Internas: mantener Tª, reposo, piernas elevadas
  + Quemaduras
    - Evacuar de fuente de calor y colocarlo horizontal- envuelto en manta
    - Espalda quemada: PSL
    - Espalda y costado quemados: boca abajo
    - Solo quitar ropa si impregnada de líquido inflamable o productos químicos
    - Leves
      * Lavar zona quemada con mucha agua fresca y limpia 10’
      * Cubrirla con gasas estériles o pañuelo limpio empapados en suero fisiológico (si es posible)
      * Cuidado NO romper ampollas
      * NO H2O2, alcohol ni algodón
    - Graves o muy graves: evacuar urgente-7
  + Fracturas
    - Abierta: herida y riesgo de infección
    - Cerrada: con cuidado para que no se abra o afecte músculos o vasos
    - Inmovilizar:
      * Hombro: cabestrillo al tórax
      * Brazo: cabestrillo hombro y codo7codo: cabestrillo si codo flexionado y férula si extendido (mantener misma posición)
      * Mano: tablilla que rebase muñeca y antebrazo en cabestrilo
      * Pierna y rodilla: férulas y ligaduras de rodilla y tobillo
      * Cráneo: PLS, abrigar y vigilar (evacuar inmediata-)
      * Vértebras: no mover, esperar a servicios especializados