

## **ANEXO ACTA 5**

### **PROPUESTA DE BAREMO DE APTITUD MÉDICA Y FÍSICA**

**Primero.-** El personal fijo discontinuo del sector de montes que opte a prestar servicio en la Campaña de Prevención y Extinción de Incendios Forestales, deberá someterse a las pruebas de aptitud médica y física descritas en el presente Anexo, con anterioridad al inicio de cada Campaña.

**Segundo.-** Durante la realización de las pruebas de reconocimiento clínico el trabajador deberá responder, con veracidad y bajo su responsabilidad, a las preguntas y cuestiones que formule el facultativo, sobre sus antecedentes médicos y extremos relativos a su salud.

**Tercero.-** El servicio médico, a la vista de los resultados, podrá ponderar la aptitud general del personal sometido a examen, valorando fundamentalmente la capacidad de resistencia y su aclimatación rápida, para poder trabajar con seguridad, proponiendo a su vez al personal examinado, para la prestación de servicios en los puestos de la red de vigilancia y alerta, conductor de todo tipo de vehículos contra incendios, así como en puestos de peón.

**Cuarto.-** Aptitud médica: Son excluyentes **según criterio clínico**: el embarazo en su último trimestre, **salvo para los puestos de trabajo de escucha de incendios en las emisoras centrales**, las lesiones graves de corazón, pulmón o intestinales, los trastornos psicológicos, las incapacidades del aparato locomotor y la obesidad manifiesta, así como las disfunciones severas del aparato de visión y la sordera. Sin perjuicio de lo anterior, los aspirantes podrán ser excluidos del llamamiento si una vez examinados concurriesen las siguientes circunstancias en grado menos grave:

*A) Enfermedades generales:*

1. Obesidad en el caso de que el índice de masa corporal (IMC) sea superior a 30, quedando a valorar según criterio médico.
2. Infantilismo marcado.

*B) Enfermedades en los tejidos:*

1. Cicatrices que por su extensión o adherencia a los órganos profundos o al esqueleto, comprometan el funcionamiento de tales órganos o los movimientos de los miembros.

*C) Enfermedades del aparato respiratorio y circulatorio:*

1. Deformación del tórax que modifique o dificulte la respiración o circulación, o entorpezca los movimientos del tronco.

2. Varices que se marquen claramente en bipedestación, según criterio médico.
3. Alteraciones cardíacas (Valvulopatías, isquemias coronarias, ...) a valorar según el informe cardiológico
4. Hipertensión, valores: 160-90, o hipotensión, valores 95-50, con carácter general y sin perjuicio de poder matizar esos valores en atención a la edad del trabajador, según criterio médico.

*D) Enfermedades del aparato locomotor:*

1. Amputación y otras lesiones de cualquier dedo o parte del mismo en ambas manos que le impida seriamente el ejercicio de la función, **según criterio clínico.**
2. Pies planos rígidos.
3. Atrofias, anquilosis y cualquiera otra alteración de un miembro que sean manifiestamente incompatibles con los esfuerzos y servicios de la tarea.
4. Escoliosis, cifosis o lordosis, si tiene carácter invalidante a criterio del evaluador .
5. Acortamiento de una extremidad inferior, (valores iguales o superiores a 3 cm.), con asimetría a las articulaciones coxofemorales en bipedestación.

*E) Enfermedades del aparato de la visión:*

1. Reconocimiento del aparato de la visión y comprobación de la agudeza visual. Serán causas de inutilidad aquéllas en las que con ó sin corrección, en cada uno de los ojos no alcancen los 2/3 de la visión normal.

*F) Enfermedades del aparato de audición:*

1. Sordera: Capacidad auditiva igual o superior al 75% en ambos oídos.

*G) Enfermedades del sistema nervioso:*

1. Equilibrio: Vértigo y/o alteraciones del equilibrio detectadas en la exploración física según criterio médico

**Quinto.- Aptitud física:** Se consideran ventajas de una buena aptitud física aquéllas que permiten resistir mejor el calor, aclimatarse rápidamente, trabajar con menos pulsaciones y temperatura corporal más baja. Por ello, se considera la capacidad aeróbica como el factor más importante a tener en cuenta en la selección

del personal para los incendios forestales; para obtenerla se han de desarrollar una serie de ejercicios físicos que determina aquélla aptitud física.

Se define la aptitud física como la suma de dos factores, la capacidad aeróbica y la aptitud muscular, entendiendo por la primera la capacidad máxima de oxígeno que se puede captar, -sistema respiratorio-, y transportar,-sistema circulatorio- a los músculos,-sistema muscular-.

La aptitud muscular incluye: Fuerza, resistencia, agilidad, así como otros factores, tales como: reflejos, el equilibrio y la habilidad.

Para la medición y valoración de la aptitud física del personal fijo discontinuo que interviene en la extinción de los incendios forestales, se utilizará ponderadamente, pruebas de esfuerzo homologadas y de acuerdo con las recomendaciones efectuadas por la Comisión Técnica de Normalización sobre Incendios Forestales con validez para dos años a partir de la reunión del CLIF de 9 de abril de 2002, cuyas características y descripción se recogen en Anexo al presente báremo.

**Sexto.-** A los efectos de baremación de la aptitud médica y física para cada categoría de puesto de trabajo, se entenderán como mínimos indispensables para participar en las labores de extinción de incendios forestales los siguientes:

I.- Escuchas de Incendios: No podrán padecer defecto visual, auditivo o cualquier otro tipo de enfermedad que imposibilite o dificulte las funciones de vigilancia. Tendrán alta capacidad de comprensión y comunicación verbal, sin defectos relevantes en su expresión oral.

\* Aptitud Médica: No estar incursa en los apartados siguientes del punto cuarto:

\*Apartados: A) 1 y 2

- C)4
- D)1
- E)1
- F)1
- G)1

II.- Conductores: Se valorará la tendencia a ser emocionalmente estable, no depresivo ni agresivo y con capacidad de resistencia y con buena capacidad de comprensión y comunicación verbal.

\*Aptitud Médica y Física: *Cumplir las condiciones de aptitud psicofísica previstas en el Real Decreto 772/1997, de 30 de mayo, Reglamento general de conductores, en el momento de realización del reconocimiento médico de la Campaña.*

\*Aptitud Médica: No estar incursa en ninguno de los apartados del punto Cuarto.

\*Aptitud Física: Prueba del Banco: igual o superior a 35

Prueba Ruffer-Dickinson: máximo 15

III.- Peones: Realizan trabajos en los que predomina la aportación de fuerza física y atención y que no son constitutivos de un oficio específico.

\*Aptitud Médica: No estar incursos en ninguno de los apartados de la Cláusula Segunda

\*Aptitud Física: Prueba del Banco: igual o superior a 40

Prueba Ruffer-Dickinson: máximo 10

IV.- Brigadas Rápidas de Incendios Forestales: Realizan trabajos en los que predomina la aportación de fuerza física y atención.

\*Aptitud Médica: Se valorará la aportación de fuerza física y atención. No estarán incursos en ninguno de los apartados del punto Cuarto.

\* Aptitud Física: Prueba del Banco: igual o superior a 45

Prueba Ruffer-Dickinson: máximo 5

**Séptimo.-** Se considerarán exclusiones temporales aquéllas que se deriven de enfermedad, accidente o proceso natural, que en el momento del llamamiento estén en proceso de curación y/o tratamiento rehabilitador, y que no conlleven en el momento del alta, secuelas definitivas que estén incursas en el punto Cuarto.

**Octavo.-** *El presente baremo de aptitud médica y física se estudiará, para su posible modificación, en el seno del Comité Intercentros de Seguridad y Salud con el fin de adaptar los reconocimientos médicos a las condiciones de los puestos de trabajo. Este Órgano elaborará una propuesta que remitirá a la Comisión Paritaria de Interpretación del Convenio Colectivo para personal Laboral de la Administración General de la Comunidad de Castilla y León y Organismos Autónomos dependientes de esta para su aprobación. Hasta ese momento quedará vigente el último aprobado por la citada Comisión.*

## **PRUEBA DEL BANCO**

Utilizando un banco de 40 cm. de altura para hombres y 33 cm. para mujeres, en el que se subirá y bajará a razón de 90 movimientos por minuto (22,5 veces/minuto) durante un período de cinco minutos. Esta prueba debe realizarse a primera hora de la mañana, ya que no se puede comer, beber alcohol, fumar o haber efectuado antes ningún ejercicio violento. La temperatura del lugar donde se realice la prueba no excederá los 25 °C. El ritmo se marca con un metrónomo. Una vez finalizado este tiempo la persona que ha realizado el ejercicio reposará quince segundos, y una vez finalizados se le tomará el pulso -en la muñeca o cuello, contando sus pulsaciones durante otros quince segundos-. Posteriormente se procederá a pesar a los candidatos anotándose su nombre, edad y peso.

Con los datos obtenidos, EDAD, PESO y PULSACIONES, se pasará a las Tablas cuyos cuadros A y B se adjuntan para determinar la capacidad aeróbica. Siendo aconsejable para mantener y aumentar ésta realizar ejercicios físicos sistemáticamente -tablas de gimnasia- más o menos intensos durante el tiempo de duración de la Campaña.

## **PRUEBA DE RUFFER-DICKINSON**

- Se toma la frecuencia cardíaca en reposo y se anota (Fc. en 6" y se multiplica por 10), y se anota como P1.

-Se realizan 30 flexiones completas de piernas en 45".

-Se toma la frecuencia cardíaca (Fc. en 6" y se multiplica por 10), y se anota como P2.

-Se deja reposar sentado al examinado durante un minuto y se le toma de nuevo y con el mismo método la frecuencia cardíaca y se anota como P3.

-La adaptación cardiovascular al esfuerzo se obtiene con la siguiente fórmula:

$$A.C. = \frac{P1 + P2 - 200}{10}$$

-Valores:

< de 0	Excelente
de 0-5	Muy buena
de 5-10	Buena
de 10-15	Regular
de 15-20	Mala
>de 20	Muy mala