



1. El Plan de Prevención de Riesgos Laborales
2. La vigilancia de la salud
3. Atención a colectivos específicos
4. El Plan de Autoprotección
5. La protección frente al fuego

## En Resumen



### ¿Qué es?

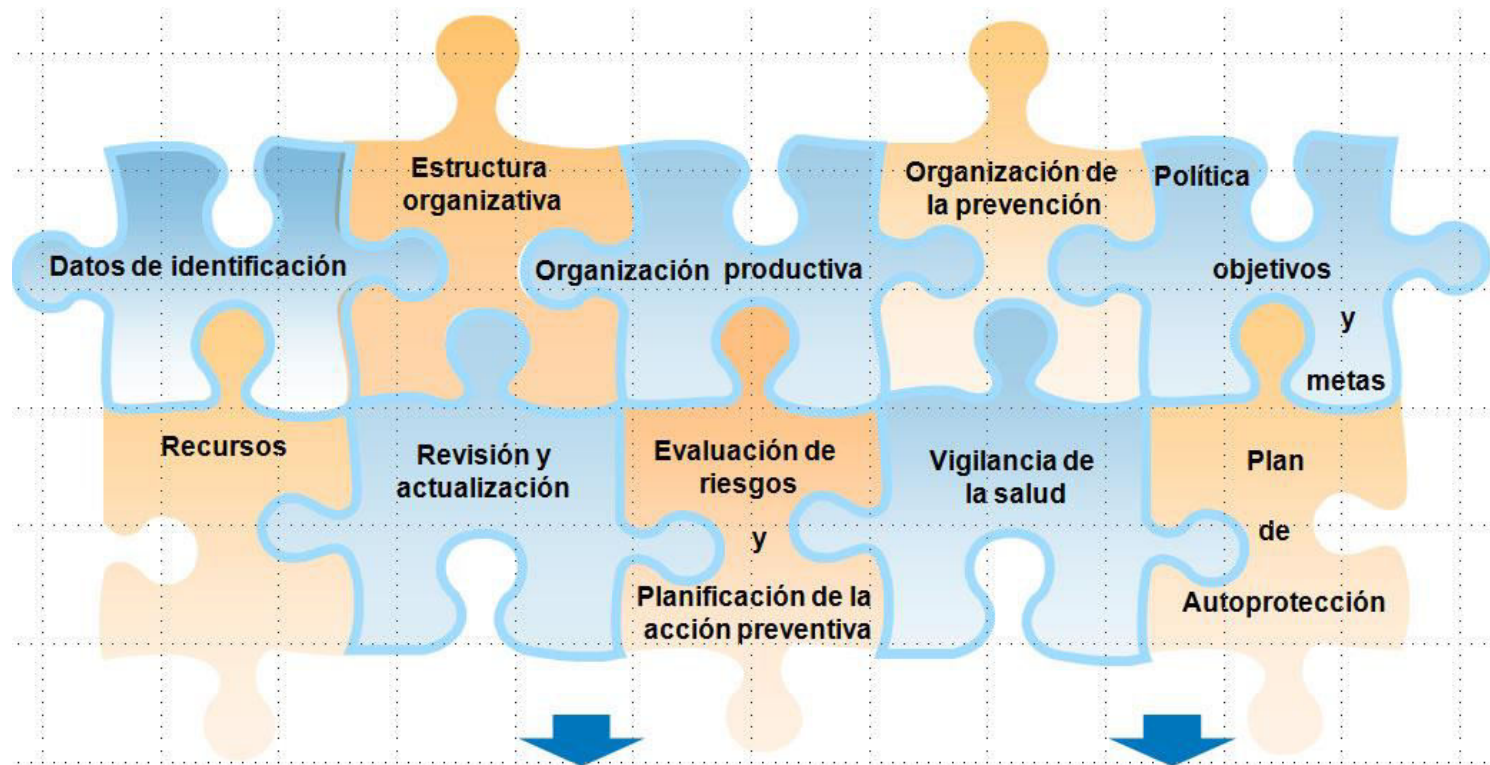
Herramienta utilizada para **integrar la actividad preventiva** de la empresa en su sistema general de gestión y establecer su **política de prevención**.

### Características

- **Documento obligatorio.**
- **Asumido y conocido** por todos los niveles jerárquicos.
- Estará **a disposición** de las autoridades laborales y sanitarias y de los representantes de los trabajadores.
- **Debe ser actualizado y adecuarse a los cambios** que se producen en las organizaciones empresariales.

## 1. El Plan de Prevención de Riesgos Laborales

### Contenido mínimo del Plan de Prevención



Las **empresas de hasta 50 trabajadores**, que no realicen actividades especialmente peligrosas (Anexo I RD 39/1997), podrán reflejar en **un único documento**: el plan de prevención de riesgos laborales, la evaluación de riesgos y la planificación de la actividad preventiva.



### Proceso de vigilancia de la salud

- **EVALUACIÓN DE RIESGOS INICIAL:**
  - ✓ **Evaluación de riesgos de cada puesto** de trabajo y un **estudio de la exposición a contaminantes** físicos, químicos y biológicos.
  - ✓ Se volverán a realizar evaluaciones del puesto de trabajo cuando:
    - se detecten daños en la salud,
    - después de ausencias prolongadas por motivos de salud y
    - en el caso de trabajadores especialmente sensibles.
- Después, la empresa puede establecer un **PLAN DE ACTUACIÓN:**
  - ✓ la realización de **reconocimientos médicos periódicos**, asistencias
  - ✓ **campañas de prevención**.

**Intimidad y confidencialidad**

**Casos de obligatoriedad de los reconocimientos médicos**



Se garantiza específicamente la protección de los **trabajadores especialmente sensibles a los riesgos laborales** por sus características personales, estado biológico conocido o discapacidad física, psíquica o sensorial.

**¿Cuáles son  
estos  
colectivos  
específicos?**

**M**aternidad

**M**enores de edad

**T**rabajadores  
temporales y de ETT



- Documento redactado y firmado por un técnico competente y suscrito por la empresa.
- Establece el marco orgánico y funcional previsto para un centro, establecimiento, espacio, instalación o dependencia para prevenir y controlar los riesgos sobre las personas y los bienes y dar respuesta adecuada a las posibles situaciones de emergencia.
- Garantiza la integración de las actuaciones internas con el sistema de protección civil.
- Actualizado y revisado con una periodicidad no superior a tres años.
- En él se establecen procedimientos preventivos y de control de riesgos.
- Designa a un responsable para gestionar las actuaciones encaminadas a la prevención y el control de riesgos.



### Plan de actuación en emergencias

- Respuestas ante emergencias concretas
- Medidas de prevención y de intervención
- Procedimientos y secuencia de actuación que garanticen:

Documento del Plan de  
Autoprotección

¿qué incluye?

- ✓ la detección y alerta
- ✓ la alarma
- ✓ la intervención coordinada
- ✓ el refugio, evacuación y auxilio
- ✓ la información en emergencia
- ✓ la solicitud y recepción de ayuda externa

### Responsables en materia de emergencias

#### Director del Plan de Actuación de Emergencia

Persona con autoridad y capacidad de gestión, responsable de activar el Plan de Emergencias, que dirige y coordina la actuación en la emergencia.

#### Jefe de Intervención

Se encuentra en el lugar de la emergencia y dirige a los equipos de intervención.

#### Centro de Control

Centraliza toda la información durante la emergencia y da los avisos de alarma.

#### Equipos de Primera Intervención

Intervienen inmediatamente con la finalidad de eliminarla o evitar su extensión.

#### Equipos de Segunda Intervención

Personas internas o externas que actúan en emergencias cuando los EPI no logran controlar y eliminar la situación.

#### Equipos de Alarma y Evacuación

Dirigen y supervisan la evacuación de una zona, asegurándose de que no queda nadie.

#### Equipos de Primeros Auxilios

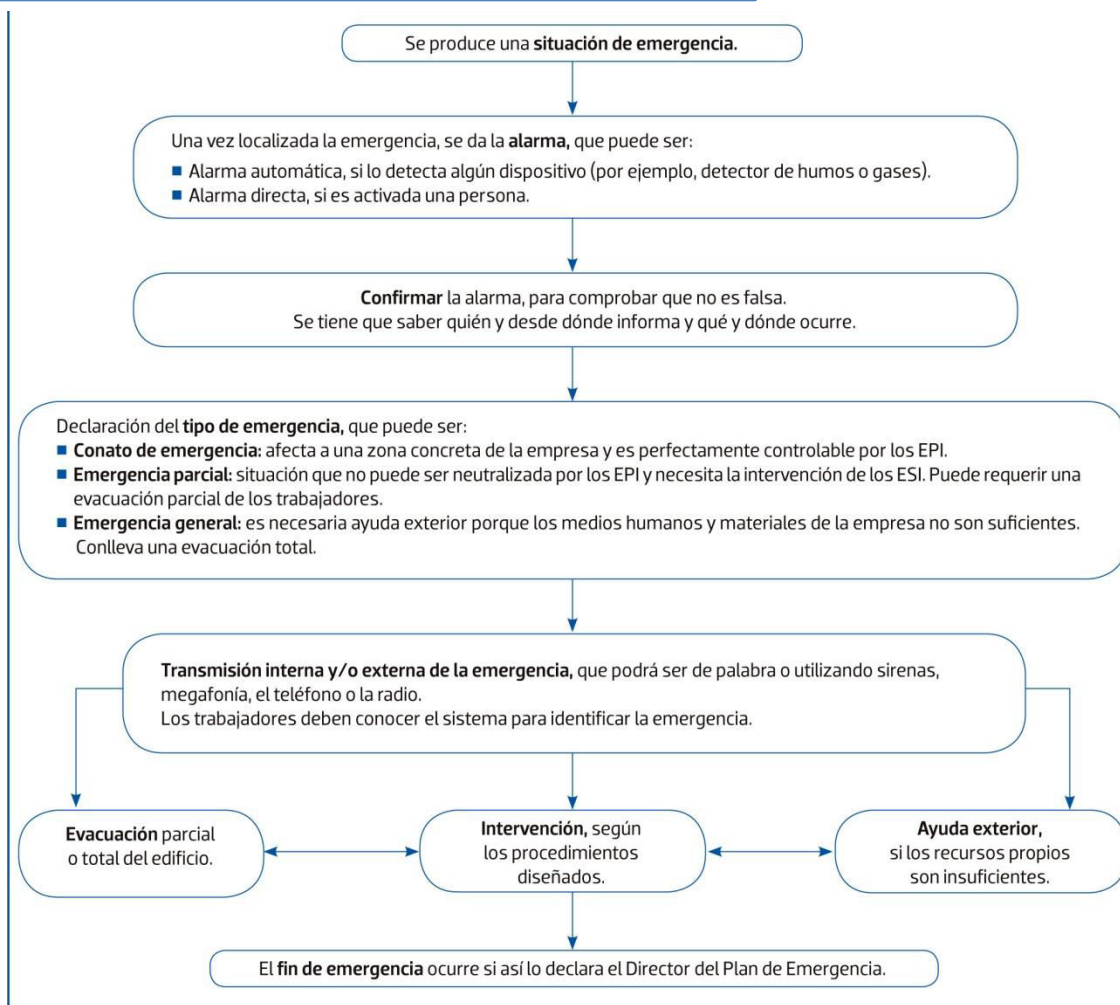
Prestan los primeros auxilios antes que llegue la asistencia médica.

#### Equipos de Apoyo

Prestan ayuda especializada a los diferentes equipo



## Esquema general de actuación de emergencias





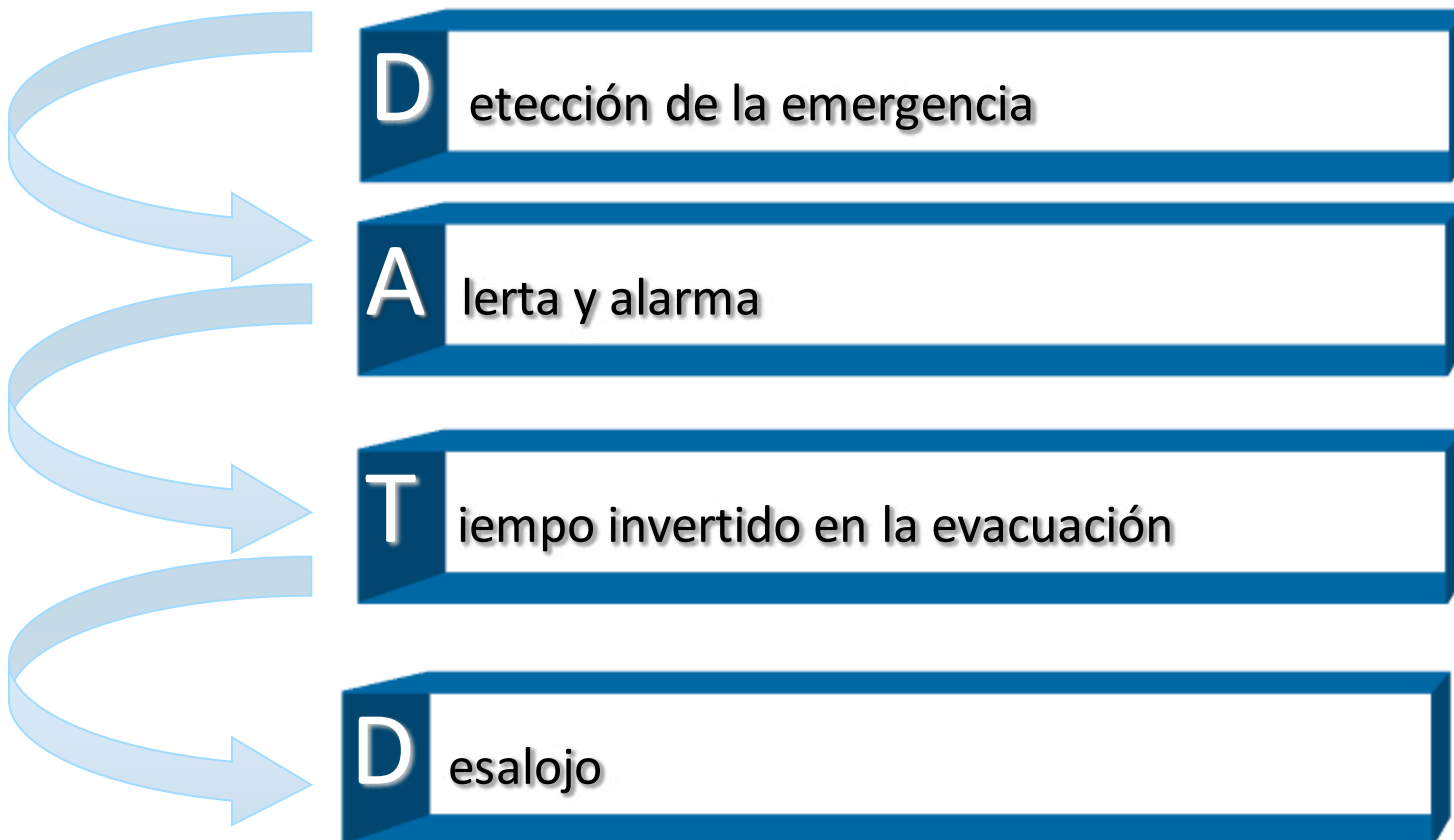
### Plan de evacuación

Conjunto de actuaciones cuyo fin es el de realizar el desplazamiento de los ocupantes de una zona o edificio determinado hasta un espacio seguro.

#### Principios de la Evacuación

- **Rapidez** en el desalojo
- **Orden** en la evacuación de las personas
- **Control** comprobando que se siguen los procedimientos y no queda nadie por evacuar
- **Eficacia**

### Fases de la evacuación



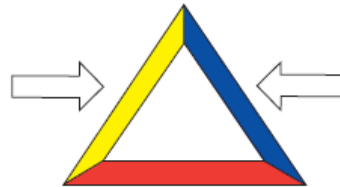
## 5. La protección frente al fuego

Reacción química donde ocurre una rápida oxidación o combustión de un elemento, que necesita que coincidan en tiempo y lugar tres elementos: combustible, oxígeno y calor.

### Triángulo del fuego

#### COMBUSTIBLE

Materia sólida, líquida o gaseosa que pueda arder



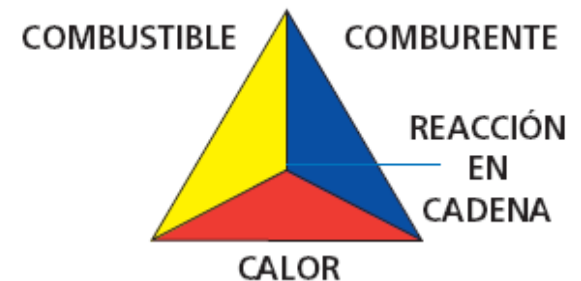
#### COMBURENTE

Normalmente es el oxígeno. El fuego requiere una atmósfera de por lo menos el 16% de oxígeno

#### CALOR

Energía que inicia el proceso de ignición de un material combustible

Los tres elementos producen una reacción en cadena, que es un proceso que permite la continuidad y la propagación del incendio. El conjunto de estos cuatro elementos se denomina el **tetraedro del fuego**.



### Clases de fuego



#### Clase A

De materias sólidas, generalmente orgánicas (madera, papel, paja...) donde la combustión forma brasas.

Se extingue mediante enfriamiento o eliminando la temperatura.



#### Clase B

De líquidos inflamables o sólidos licuables (gasolina, aceite, pinturas...)

Se apagan eliminando el aire o interrumpiendo la reacción en cadena.



#### Clase C

De líquidos inflamables o sólidos licuables (gasolina, aceite, pinturas..)

Se apagan eliminando el aire o interrumpiendo la reacción en cadena.



#### Clase D

De metales o productos químicos reactivos (magnesio, sodio...).

Para su extinción requieren extintores especiales.

### Principales riesgos de los incendios

- **Generación de vapores tóxicos** que asfixian a las personas.
- **Humo y gases calientes** que pueden provocar quemaduras internas y externas y formar atmósferas explosivas. El humo dificulta la visión y con ello la huida y la actuación de los servicios de extinción. Además, en un primer momento, provoca dolor de cabeza, tos y mareos, para luego pasar a náuseas, irritación en los ojos y dificultad para respirar. Si se continúa respirando el humo, puede causar la muerte.
- El **pánico** altera el comportamiento correcto ante un incendio; incluso pueden producirse comportamientos suicidas.

### Medidas de prevención y de protección del fuego

#### Medidas de prevención

Impiden que se den las condiciones para que aparezca el fuego, actuando sobre alguno de sus tres elementos:

- Reducción o control del **COMBUSTIBLE**. Se consigue:
  - ✓ Mantener el orden y la limpieza.
  - ✓ Alejar los combustibles de las fuentes de calor.
  - ✓ Almacenar y manipular adecuadamente los líquidos combustibles y productos inflamables.
- Eliminar el **OXÍGENO**, creando espacios inertes.
- Eliminar el **CALOR** y las **FUENTES DE IGNICIÓN**. Para ello:
  - ✓ No fumar en los lugares de trabajo.
  - ✓ Apagar los aparatos que produzcan calor cuando no se utilicen.
  - ✓ Usar y mantener adecuadamente las instalaciones eléctricas.
  - ✓ Desconectar la corriente eléctrica de los equipos cuando no se usen.

#### Medidas de protección

Se utilizan si falla la prevención y se produce el fuego

- Mantener la calma. No gritar.
- Controlar sin arriesgarse los fuegos pequeños con medios de extinción.
- Ante fuegos importantes e incontrolables, activar el pulsador de alarma y avisar inmediatamente.
- Abandonar la zona rápidamente, sin correr ni empujarse.
- Desconectar la maquinaria y equipos informáticos.
- No perder tiempo recogiendo objetos personales.
- Cerrar puertas y ventanas.
- Tocar las puertas y solo abrirlas si no están calientes.
- Ante una nube de humo, gatear a ras de suelo.
- Si arde la ropa, no correr, cubrirse la cara, tirarse al suelo y rodar.
- Si el fuego o el humo nos atrapa, encerrarse en un lugar lo más bajo posible, tapar cualquier entrada de humo con ropa, toallas o trapos húmedos y colocar en la ventana una prenda de color vistoso.

# El Plan de Prevención de Riesgos Laborales

## 5. La protección frente al fuego

### Equipos de protección y lucha contra el fuego

**Sistema de detección y alarma**



Medio compuesto por elementos de detección, dispositivos de alarma y por una central de detección

**Extintor**



Aparatos a presión, con una sustancia que se proyecta sobre el fuego para apagarlo

**Boca de incendio equipada (BIE)**



Tomas de agua provistas de una manguera

**Columna seca**



Trazado de tuberías sin agua que se abastecen con agua al que acoplan los bomberos su camión a la toma de alimentación

**Hidrante**



Tomas de agua situadas en el exterior del edificio

**Rociador (sprinkler)**



Dispositivos para distribuir agua automáticamente sobre el fuego

**Pulsador de alarma**



Medio de aviso activado por una persona

**Alumbrado de emergencia**



Indican las salida de emergencia y evacuación



# El Plan de Prevención de Riesgos Laborales

## En Resumen

