

MANUAL DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES SECTOR ALBAÑILERÍA



Autores:
Nicolás Alonso Llorente
Carmelo Gonzalez Martínez
Técnicos Superiores en Prevención de Riesgos Laborales

Queda prohibida la reproducción total o parcial del contenido de este manual sin autorización expresa.
© www.academia-formacion.com

INDICE

1. OBJETIVO / INTRODUCCIÓN

2. DEFINICIÓN DE LOS TRABAJOS

- ▶ Fachadas (fábrica de ladrillo, revestimiento de cemento, tipos de fachada).
- ▶ Distribución interior.
- ▶ Materiales (cerámicos, cartón-yeso, escayola, etc.).
- ▶ Cubiertas, características y materiales.

3. TÉCNICAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS

- ▶ Aplicación del plan de seguridad y salud en la tarea concreta. Evaluación de riesgos en el caso de que no exista plan.
- ▶ Protecciones colectivas (colocación, usos y obligaciones y mantenimiento). ▶ Protecciones individuales (colocación, usos y obligaciones y mantenimiento).

4. MEDIOS AUXILIARES, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS

- ▶ Andamios. ▶ Borriquetas.
- ▶ Plataformas de trabajo, pasarelas, etc.

5. VERIFICACIÓN, IDENTIFICACIÓN Y VIGILANCIA DEL LUGAR DE TRABAJO Y SU ENTORNO.

- ▶ Orden, Limpieza y señalización.
- ▶ Riesgos y medidas preventivas necesarias.
- ▶ Conocimiento del entorno del lugar de trabajo. Planificación de las tareas desde un punto de vista preventivo.
- ▶ Manipulación de productos químicos. Ficha de datos de seguridad. Simbología.

6. CONCEPTOS BÁSICOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.

- ▶ Trabajo y Salud. Riesgos Profesionales. Factores de Riesgos.

7. DERECHOS Y OBLIGACIONES.

1.- OBJETIVO

Este manual sobre Seguridad y Salud es válido para todos los trabajadores del sector de Albañilería y sirve de guía para desarrollar el trabajo en condiciones de seguridad.

También será capaz de reconocer los elementos y circunstancias que pueden afectar a la salud y seguridad de los trabajadores; y al mismo tiempo modificar ciertos comportamientos laborales inseguros, que pueden perjudicar su salud y la de sus compañeros con el fin de ayudar a prevenir accidentes y enfermedades profesionales.



RECUERDA!!!

En resumen se puede decir que el Objetivo General de este curso de Prevención de Riesgos Laborales en el sector de Albañilería es dotar al alumno de los conocimientos necesarios para poder prevenir y evitar los riesgos más habituales en el desarrollo de esta actividad profesional.

¡PREVENIR Y CONOCER LOS RIESGOS ES SIEMPRE LA MEJOR MEDIDA DE SEGURIDAD!

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Al realizar este curso, **el alumno adquirirá las siguientes habilidades y conocimientos:**

- ✓ Comprender los conceptos fundamentales de la prevención de riesgos laborales y la relación existente entre ellos.
- ✓ Conocer responsabilidades, derechos y obligaciones de empresarios, y trabajadores en materia de PRL.
- ✓ Conocer el marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales, así como otras disposiciones de carácter técnico de aplicación en dicha materia.
- ✓ Aprender a identificar los factores de riesgo relacionados con los daños derivados del trabajo, así como las medidas preventivas de aplicación general para la eliminación o reducción y el control de los mismos.
- ✓ Comprender cómo se gestionan globalmente los riesgos laborales y la adopción de las medidas de control o reducción de los mismos.
- ✓ Cuáles son las protecciones colectivas que deben existir en una obra y cómo se utilizan.
- ✓ Promover comportamientos seguros y la correcta utilización de los equipos de trabajo.
- ✓ Conocer los riesgos más significativos que se originan durante la ejecución de las obras de construcción, así como las medidas preventivas de aplicación general para la eliminación o reducción y el control de los mismos.

- ✓ Cómo afrontar las normas de seguridad en los trabajos en altura y en la utilización de todo tipo de andamiaje y escaleras durante la obra.
- ✓ Identificar las distintas situaciones de emergencia que pueden acontecer de forma más frecuente en las obras de construcción y conocer las actuaciones generales que se han de llevar a cabo frente a las mismas.
- ✓ Distinguir los principales mecanismos y procedimientos a través de los cuales resulta posible llevar a cabo la integración de la prevención de riesgos laborales, así como conocer los aspectos básicos de la gestión preventiva en las obras de construcción.
- ✓ Conocer los principales organismos públicos y privados relacionados con la seguridad y salud en el trabajo en España.



INTRODUCCIÓN

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, se aprobó ya hace más de 20 años y durante estos años, se ha avanzado en el desarrollo de la normativa referente a prevención de riesgos laborales, pero en la realidad, la implantación de la prevención no ha ido aplicándose paralelamente, y aún nos encontramos con unos niveles de siniestralidad inaceptables.

Para el logro de este objetivo es necesario conocer, tanto la naturaleza de dicho trabajo como todos aquellos aspectos del mismo que pueden influir en la aparición de los riesgos.



A lo largo de este módulo se abordan de manera general los aspectos formales de la relación trabajo-salud, los efectos negativos que dicha relación puede tener sobre el trabajador, así como las distintas técnicas preventivas utilizadas para la mejora de las condiciones de trabajo.

No todos los trabajadores son conscientes de los riesgos que entraña su actividad. En la mayor parte de los casos, la ignorancia de su existencia; en otros, una confianza, derivada de la experiencia, induce a eliminar las medidas preventivas con la confianza de que se es capaz de sortear el riesgo. Unas veces la incomodidad o las molestias derivadas de su utilización, en especial de los equipos de protección individual, les lleva a asumir unos riesgos fácilmente evitables, en otras los intereses económicos, cuando se trabaja a tarea o destajo, priman sobre los preventivos.

Una vez determinado el significado de riesgo, introducimos ahora el concepto de daño laboral como una consecuencia negativa del riesgo laboral. Decíamos que riesgo era la posibilidad de que un trabajador o trabajadora pueda sufrir un daño; pues bien, daño es la materialización del riesgo.

Por último y no menos importante se hace referencia a la normativa de referencia en materia de prevención de riesgos laborales y de aplicación de sector de la construcción que incluye los derechos y obligaciones de trabajadores y empresarios en esta materia.

RECUERDA !!!

Las fachadas son los cerramientos exteriores del edificio que se ejecutan, generalmente, con ladrillo macizo, ladrillo hueco doble o bloque de hormigón.

La albañilería es un oficio cuya actividad principal es la ejecución de obras de fábrica (fachadas y distribución de obras interiores).

También se suele encargar de la realización de otros trabajos, como la ejecución de revestimientos continuos (tales como enfoscados con morteros, monocapas, guarnecidos y enlucidos de yeso), solados, alicatados, cubiertas y recibidos de marcos; además, realiza trabajos de ayuda a otros gremios (abrir rozas, recibir las distintas conducciones, etc.).

Dentro del oficio de albañil existen diferentes actividades que han adquirido un grado de especialización, como:

- ▶ Ejecución de guarnecidos y enlucidos de yeso, que realizan los yesistas.
- ▶ Revestimiento de suelos, como solados y aplacados, que realizan los soladores.
- ▶ Revestimiento de paredes, como azulejado y aplacado, que realizan los alicatadores.

La especialización se realiza, fundamentalmente, en obras grandes, ya que en las pequeñas los mismos equipos llevan a cabo las diferentes actividades antes comentadas. Estas especialidades se imparten en otros cursos especialmente diseñados para ello.

2.- DEFINICIÓN DE LOS TRABAJO

2.1. FACHADAS (Fabricas de ladrillo y Revestimiento de cemento):

Las fachadas son los cerramientos exteriores del edificio que se ejecutan, generalmente, con ladrillo macizo, ladrillo hueco doble o bloque de hormigón.

De acuerdo con la situación de las fachadas respecto a los edificios próximos, se dice que el edificio:

- ▶ Está exento cuando tiene cuatro fachadas, la principal, la trasera y las dos laterales.
- ▶ Es colindante a otros edificios cuando una de las fachadas es, a su vez, el cerramiento en la unión de los dos edificios.
- ▶ Es medianero con otro edificio cuando el muro de unión pertenece a los dos edificios.



➔ FÁBRICA DE LADRILLO

Se denomina "fábrica de ladrillo" a un muro o pared levantado verticalmente para cerrar un espacio, en el caso de los cerramientos, o para soportar una carga, en el caso de los muros portantes.

Habitualmente, para comenzar la ejecución de la fachada con ladrillo se tiene que haber efectuado previamente la estructura del edificio (pilares y vigas).

También existen pequeños edificios, viviendas unifamiliares, sin pilares, en los que las vigas se apoyan en los muros, en cuyo caso se les denomina "muros portantes o resistentes".

Los ladrillos se unen entre sí mediante mortero de cemento, de cal o de yeso y se distribuyen de una forma determinada hasta conformar el muro o pared. A esta distribución se le denomina "aparejo".

La fábrica de ladrillo puede ser de diferentes tipos:

- ▶ Ladrillo cara vista: se llama así cuando una de las caras queda a la vista, es decir, sin recibir ningún tipo de revestimiento.
- ▶ Ladrillo oculto: cuando el revestimiento se aplica por las dos caras.

➔ REVESTIMIENTO DE LA FÁBRICA DE LADRILLO

Los revestimientos continuos son capas o cubriciones aplicadas a superficies verticales. Estos revestimientos se realizan en una o dos caras de la fábrica de ladrillo con mortero de cemento, de cal o mixto; cuando se ejecutan en distribuciones interiores suele hacerse con yeso.

Los revestimientos se denominan de diferentes maneras según la función que cumplen y el material que se aplica:

- ▶ Enfoscado es la primera capa que compone un revestimiento.
- ▶ Guarnecido tiene la misma función que el enfoscado, es decir, sirve de base reguladora, pero está realizado con otro material.
- ▶ Enlucido se utiliza como última capa del revestimiento.

Estos revestimientos se tratarán con más detalle más adelante (revestimientos continuos).

TIPOS DE FACHADAS

- Fábrica de ladrillo hueco doble y revestimiento de cemento constituida por una hoja exterior formada por hileras de ladrillo y mortero de cemento que actúa como trabazón o unión entre las piezas de ladrillo.

Por su cara exterior se realiza un revestimiento continuo de mortero de cemento y por su cara interior se puede aplicar un enfoscado de cemento y sobre éste una impermeabilización o un aislamiento térmico. También puede constar de una hoja interior formada por ladrillo hueco sencillo separada de la hoja exterior por una cámara de aire.

- Fábrica de ladrillo cara vista con distinto aparejo o distribución de los ladrillos: formada como la anterior, se diferencia de la misma en que el ladrillo no recibe revestimiento de mortero sino que queda a la vista.

- Fábrica de ladrillo hueco doble, revestimiento de cemento y colocación de plaqueta cerámica: el revestimiento exterior se realiza con una plaqueta cerámica colocada sobre el enfoscado de mortero y puede imitar al ladrillo cara vista.

- Fábrica de ladrillo en cerramientos provisionales: se realiza cuando se necesita cerrar espacios durante un determinado tiempo. Posteriormente hay que demolerlo para realizar el cierre definitivo.

- Fábrica de bloque de hormigón: la diferencia con las anteriores es el material de cierre empleado; en lugar de ladrillo se utiliza bloque de hormigón.

2.2. DISTRIBUCIÓN INTERIOR

La distribución interior consiste en la realización de elementos verticales que delimitan espacios de mayor o menor superficie destinados a distinto uso. A estos elementos se les denomina "tabiques".

La distribución interior consiste en la realización de elementos verticales que delimitan espacios de mayor o menor superficie destinados a distinto uso. A estos elementos se les denomina "tabiques".

Los tabiques tienen espesores diferentes según la situación que tengan en el edificio, por ejemplo, separación entre habitaciones, entre viviendas, entre diferentes locales, etc.

Algunas divisiones, además de separar el espacio, pueden soportar cargas que se encuentran apoyadas en las mismas. En este caso se denominan "muros de carga".

Los tabiques se pueden realizar utilizando métodos tradicionales, es decir, ladrillos cerámicos, unidos con pasta de yeso o mortero de cemento, o bien con bloque de hormigón.

También pueden construirse con materiales prefabricados, como paneles de cartón yeso con estructura o perfilería metálica, placas de escayola, prefabricados a base de madera, etc.



CUBIERTAS

Se entiende por "cubierta" la parte superior exterior de un edificio. También se denomina "tejado". La cubierta tiene la función de proteger al edificio contra:

- ▶ Agua de lluvia y nieve (impermeabilidad).
- ▶ Viento (resistencia mecánica).
- ▶ Frío (aislamiento térmico).
- ▶ Ruido (aislamiento acústico).

Según la inclinación de la estructura que las sustenta, las cubiertas pueden ser planas o inclinadas.

Características de las cubiertas:

- ▶ Se denominan "cubiertas transitables" las cubiertas planas cuya pendiente es inferior al 3% y son aptas para el uso y la permanencia de las personas. Agua de lluvia y nieve (impermeabilidad).
- ▶ Se denominan "cubiertas no transitables" las cubiertas planas cuya pendiente es superior al 3% e inferior al 15% y son visitables a efectos de mantenimiento y reparación. Frío (aislamiento térmico).
- ▶ Las cubiertas inclinadas son aquellas cuya pendiente es superior al 15%.

Los albañiles ejecutan las cubiertas una vez que se ha efectuado el forjado o la losa de la última planta.

En el caso de cubiertas planas, estos trabajos se realizan sobre una superficie horizontal.

En las cubiertas inclinadas dichos trabajos se ejecutan sobre un forjado o losa inclinada o bien sobre un forjado (o losa) horizontal en el que se construyen unos tabiques con distintas alturas para conseguir la inclinación deseada; sobre éstos se coloca un tablero.

Materiales:

- Ladrillos
- Bloques de hormigón
- Morteros de cemento cal o yeso
- Paneles de cartón yeso
- Aislantes
- Tejas
- Prefabricados

3.- TÉCNICAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS

3.1. PLANES DE SEGURIDAD Y SALUD

- Según se establece en el Real Decreto 1627/1997, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción, cada contratista elaborará un plan de seguridad y salud.
- En relación con los puestos de trabajo en la obra, el plan de seguridad y salud, constituye el instrumento básico de ordenación de las actividades de identificación y, en su caso, evaluación de los riesgos y planificación de la actividad preventiva.
- El plan de seguridad y salud podrá ser modificado por el contratista en función del proceso de ejecución de la obra, de la evolución de los trabajos y de las posibles incidencias o modificaciones que puedan surgir a lo largo de la obra.
- Asimismo, el plan de seguridad y salud deberá estar en la obra.

3.2. PROTECCIONES COLECTIVAS

Se entiende por protección colectiva a cualquier útil o dispositivo de seguridad que puede proteger simultáneamente a más de una persona, y no se aplica sobre el cuerpo.

Existen dos tipos diferentes de protecciones colectivas: las que impiden la caída (barandillas, en tablados, redes de seguridad etc) y las que simplemente la limitan.

Serán instaladas previamente antes de iniciar cualquier trabajo que requiera su montaje.

Quedará prohibido el comienzo de un trabajo o actividad que requiera protección colectiva, hasta que esta esté montada por completo en el ámbito de riesgo que neutraliza o elimina.

RECUERDA !!

Siempre debe anteponer la protección colectiva a la individual.

TIPOS DE SISTEMAS DE PROTECCIÓN COLECTIVA:

- ➔ **MARQUESINAS O VISERAS DE PROTECCIÓN:** Constituidas de materiales rígidos y resistentes, colocadas en zonas de paso de trabajadores donde existe riesgo de caída de objetos desde niveles superiores.

- ➔ **BARANDILLAS:** Colocación obligatoria en lugares con riesgo de caída de altura superior a 2 metros. Componentes de una barandilla:
 - ▶ Barandilla: es la barra superior de suficiente resistencia situado a 90 cm del suelo, como mínimo.
 - ▶ Listón intermedio: es el elemento situado entre el rodapié y la barandilla, asegurando una protección suplementaria para evitar que pase el cuerpo de una persona.
 - ▶ Rodapié: es un elemento de una altura entre 15 y 30 cm. apoyado sobre el suelo que impide la caída de objetos.
 - ▶ Soporte vertical: es el elemento vertical que permite el anclaje del conjunto de la barandilla al borde de la abertura a proteger.

IMPORTANTE !!!

No se usarán nunca como barandillas, cuerdas, cintas, u otros elementos de señalización, ya que no impiden la caída al no tener resistencia.

Los puntales tampoco deben ser utilizados como barandillas, ya que no hay ningún tipo de seguridad,



➔ **REDES DE SEGURIDAD:** Son protecciones colectivas que sirven para limitar la altura de caída o para impedirla, son resistentes a los agentes atmosféricos y pueden soportar el peso de un hombre cayendo desde la altura máxima admisible desde dos pisos aproximadamente. Tipos de redes:

- ▶ Horizontales: evitan caída de operarios y materiales por los huecos.
- ▶ Verticales: evitar caída en fachadas tanto en exteriores como en patios en interiores.
- ▶ Redes tipo horca: se diferencia de las verticales de fachada en el tipo de soporte metálico al que se fijan y en que éstas impiden la caída únicamente de la planta inferior, mientras que en la superior sólo limitan la caída.

➔ **MALLAZO METÁLICO:** Se utiliza durante la fase de forjado, protegiendo de las caídas a distinto nivel y evitan las caídas de objetos a plantas inferiores.

➔ **LÍNEA DE VIDA HORIZONTAL Y VERTICAL:** En trabajos en altura en los que el trabajador se tenga que desplazarse debe instalar una línea de vida que abarque todo el recorrido del trabajador y permita realizar el trabajo con comodidad y seguridad. Clases de línea de vida:

▶ Línea de vida **vertical:** son de uso exclusivo para una sola persona y consta de:

- Cable metálico de 8 o 10mm
- Cuerda trenzada, o cuerda de cabos con terminal o nudo manufacturado.
- Raíl galvanizado, aluminio o acero inoxidable acoplado a escalera aligerada.

Se utilizan en zonas muy localizadas para desplazamientos, ejemplo tareas de mantenimiento, de limpieza de cristales, etc. También como complemento para engancharse a instalaciones móviles (puentes grúas, andamios, etc.)

▶ Línea de vida **horizontal:** Se instalan en lugares donde exista un tránsito continuado de personas para realizar trabajos de mantenimiento, inspecciones, etc. Pueden soportar 1, 2 o 3 personas y debe quedar constancia por escrito del no de personas que admite. El sistema está compuesto de:

- Cable metálico de 8 o 10mm.
- Cuerda trenzada, o cuerda de cabos con terminal o nudo manufacturado.
- Carrito o lanzadera aligerada que se acopla a estructuras .

IMPORTANTE, RECUERDA !!!

La instalación de estos sistemas de seguridad sólo se puede hacer por instaladores autorizados por el fabricante y se debe realizar una inspección obligatoria a todos los dispositivos de seguridad o anclaje.

➔ DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD PASIVOS

- Interruptor **automático**: Se activa cortando la corriente eléctrica cuando la intensidad que circula por el circuito excede de determinado valor.
- Interruptor **diferencial**: Actúa cortando el suministro eléctrico cuando detecta una fuga. Puesta a tierra: La puesta a tierra evita que cualquier equipo descargue su potencial eléctrico a través de nuestro cuerpo.

3.3. PROTECCIONES INDIVIDUALES. DEFINICIÓN, CATEGORIAS Y TIPOS

Entendemos por equipo de protección personal, cualquier dispositivo que vaya a llevar o del que vaya a disponer una persona con el objetivo de que le proteja contra uno o varios riesgos que puedan amenazar su salud y su seguridad. Son siempre complementarios a la protección colectiva.

Los equipos de protección individual (E.P.I.s) nunca serán prioritarios frente a otros tipos de medidas. El empresario deberá proporcionar gratuitamente a los trabajadores los EPI acompañados de las instrucciones de uso necesarias. Los trabajadores deberán ser debidamente informados, sobre cómo, cuándo y dónde deben emplearlos. Todos Equipo de Protección Individual (EPI) debe llevar:

- Marcado CE
- Folleto informativo con instrucciones de almacenamiento, uso, limpieza y mantenimiento.
- Norma EN que cumple.
- Fecha o plazo de caducidad.

Los equipos de protección individual deberán utilizarse cuando existan riesgos para la seguridad o salud de los trabajadores que no hayan podido evitarse o limitarse suficientemente por medios técnicos de protección colectiva o mediante medidas, métodos o procedimientos de organización del trabajo.

Los equipos de protección individual se clasifican en tres categorías distintas:

CATEGORIA I. Son EPIs cuyo diseño sencillo permite proteger contra riesgos mínimos.

CATEGORIA II. Son EPIs que, no reuniendo las condiciones de la Categoría I, no están diseñados de la forma y para la magnitud de riesgo que se indica en la categoría III.

CATEGORIA III. Son modelos de EPI de diseño complejo, destinados a proteger al usuario de todo peligro mortal o que pueda dañar gravemente o de forma irreversible la salud. Están obligados a pasar un examen CE de tipo y, periódicamente, un control de aseguramiento de la calidad de la producción.

TIPOS DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

A. CASCO DE PROTECCIÓN Uso y mantenimiento

Mantener el casco en perfectas condiciones.

Seguir las pautas de uso, conservación y Mantenimiento que se establecen en las instrucciones.

Se debe sustituir cuando haya caducado o cuando sufra un impacto severo, aunque no presente signos aparentes de haber sufrido daños.

B. PROTECCIÓN DE LA CARA Y/O LOS OJOS

Se utiliza frente a riesgo de proyección de partículas o radiaciones nocivas, se clasifica en dos grandes grupos: pantallas y gafas.

Gafas de seguridad

Pantalla facial, complementaria con las gafas de seguridad. También es obligatorio su uso para trabajos en tensión eléctrica con riesgo de accidente por arco eléctrico y en trabajos de soldadura.

C. PROTECCIÓN DE LAS MANOS Y BRAZOS

Se utilizan guantes de protección ante riesgos mecánicos, físicos (ocasionados por abrasiones, cortes, perforaciones, rasgados y contusiones), químicos (contacto con lubricantes y grasas), o térmicos.

Cada tipo de guante lleva marcado un pictograma que indica el riesgo del que protegen.

También se pueden utilizar manguitos para la protección de los brazos.

D. PROTECCIÓN DE LOS PIES Y RODILLAS

El calzado de seguridad debe disponer de suela reforzada a prueba de perforaciones, puntera metálica, suela sintética con dibujos para evitar resbalones.

Sustitución cuando la suela esté desgastada o en mal estado, el cuero exterior esté en mal estado o se vean capas de tejido interior, Hayan perdido sus cualidades protectoras e hidrófugas. La talla debe ser adecuada y su diseño no debe generar incomodidad.

· Las rodilleras proporcionan una protección eficaz contra las lesiones que se puedan producir en las rodillas al realizar trabajos que requieren estar apoyados en ellas durante largos períodos de tiempo.

E. PROTECCIÓN AUDITIVA

Los protectores auditivos se clasifican en tapones, orejeras y cascos anti ruido que cubren, además del pabellón externo del oído.

Uso y mantenimiento

- No compartir su uso entre los trabajadores.
- Mantenerlos siempre limpios y secos.
- Sustituir siempre cuando se ensucien o deterioren.
- Es importante que no impidan escuchar una señal de alarma o peligro.

F. PROTECCIÓN RESPIRATORIA

Protegen al aparato respiratorio de contaminantes en forma de partículas, aerosoles, vapores y gases. Cada equipo está fabricado para la protección contra un determinado tipo de contaminante, por lo que es importante seleccionar el más adecuado en cada caso.

G. SISTEMA ANTICAÍDA:

COMPONENTES, CONSEJOS DE UTILIZACIÓN Y OBLIGACIONES DE USUARIOS

La finalidad sostener y frenar el cuerpo del trabajador en caso de caída de altura. Sus componentes son:

- ▶ Arnés anti caída: destinado a detener y absorber el impacto de las caídas.
- ▶ Conectores: componentes de conexión del sistema anti caída, que va unido al arnés y al propio dispositivo anti caída o al punto de anclaje.
- ▶ Punto de anclaje: punto estructural donde se engancha el dispositivo retráctil o un elemento de amarre.
- ▶ Disipador o absorbedor de energía: durante la caída absorbe parte importante de la energía, reduciendo la velocidad y la fuerza del impacto que soporta el cuerpo.
- ▶ Dispositivo anti caída retráctil: está provisto de una función de bloqueo automático.
- ▶ Dispositivo anti caída deslizante: dispone de una función de bloqueo automático y un elemento de guía, desplazándose a lo largo de la línea de anclaje, y acompaña al usuario sin requerir intervención manual durante los cambios de posición hacia arriba o hacia bajo.

IMPORTANTE, RECUERDA !!!

Consejos de utilización del arnés :

- ✓ Utilizar siempre que se trabaje a más de 2 metros de altura.
- ✓ Colocar correctamente, verificar que el anclaje es seguro y que los elementos auxiliares están dispuestos apropiadamente.
- ✓ No utilizar un punto de anclaje por debajo de la cintura o del centro de gravedad.
- ✓ Nunca anclarse a una línea de vida improvisada o en mal estado.
- ✓ Nunca trabajar en altura sin la supervisión de un compañero.

Colocación correcta del Arnés:

- ➔ Se identifica en el arnés la anilla de anclaje, en la zona superior se introducen los brazos y la zona inferior se ajustan las piernas.
- ➔ Se colocan los tirantes de los hombros y se rodean los muslos con las cintas pasándolas por debajo de los glúteos.
- ➔ El arnés no debe quedar apretado y las tiras no deben quedar dobladas o arrugadas, ya que esto aumenta el riesgo de cortes en caso de caída.
- ➔ Las cintas de los glúteos deben tener una holgura que permita meter la mano.
- ➔ Las tiras de los hombros deben tener aprietes simétricos en ambos lados.
- ➔ Todos los anclajes, anillas y demás elementos de sujeción no estarán deformados ni oxidados.
- ➔ Las anillas de anclaje torsal (en el pecho) y dorsal (en la espalda) han de estar correctamente posicionadas y centradas con el eje longitudinal del cuerpo.
- ➔ Los elementos textiles no deben presentar rasguños ni partes desgastadas.

IMPORTANTE!!!:

Obligaciones de usuarios de cinturones y arneses de seguridad

Tiene el deber de cuidar del perfecto estado, seguir siempre las instrucciones de mantenimiento del suministrador y revisiones periódicas, con objeto de determinar el grado de desgaste y otros posibles defectos.

Las partes primordiales del mosquetón, deben permanecer engrasados para evitar la aparición de óxidos y su consiguiente pérdida de resistencia, debe limpiarse adecuadamente sin emplear agresivos.

Una vez limpios los cinturones, se guardarán en locales de ambiente seco, procurar mantenerlos suspendidos, sin enrollar, evitando el contacto con líquidos corrosivos, aceites, detergentes u objetos cortantes.



IMPORTANTE!!!, Deben ser desechados cuando:

- ➔ Haya sufrido los efectos de una caída desde una altura apreciable.
- ➔ Ante la presencia de descosidos de costuras principales del cinturón.
- ➔ Existencia de rotura de hilos de la cuerda o elemento de amarre de los cinturones de caída.
- ➔ Cuando hayan sido expuestos a radiaciones solares, ultravioleta, etc., y aparezcan marcas que denoten la cristalización y fragilidad de las fibras

4.- MEDIOS AUXILIARES, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS

ANDAMIOS

Son estructuras provisionales metálicas que permiten situar al trabajador a la altura que requiere la tarea, y proporcionan soporte a equipos y materiales.

Existen varios tipos de andamios según su forma y construcción, andamios sobre borriquetas, metálicos tubulares, sobre ruedas, colgados, etc... Los riesgos más comunes son de caídas de personas y objetos a distinto nivel, caídas de personas al mismo nivel por pisadas sobre objetos, golpes, cortes y atrapamientos, etc.

Medidas preventivas:

Los andamios deben ser instalados por personal debidamente cualificado y avisar a superior de cualquier defecto que se observe en la seguridad.

- ➔ No utilizar andamios y plataformas de trabajo sin barandillas de seguridad, o zócalos protectores de caídas de material, y por supuesto no eliminar medios de protección (barandillas), ni tampoco saltar ni correr.
- ➔ Se debe mantener el orden y limpieza en la plataforma y evitar la sobrecarga de la misma, antes de subir a una escalera se comprueba que las suelas del calzado no tienen grasa, barro o cualquier otro elemento que pueda hacer resbalar el pie..
- ➔ No se deben utilizar escaleras empalmadas, deformadas, con escalones rotos, o que no garanticen un sistema antideslizante. La subida y bajada con escaleras de mano debe hacerse siempre de frente a ella y sin transportar cargas que dificulten el agarre a los largueros, no se permite utilizar la escalera al mismo tiempo por más de una persona.
- ➔ No suplementar la altura de trabajo de la plataforma con otros elementos estructurales.
- ➔ Extremar las precauciones en días de lluvia y viento.

RECUERDA !!!

Que ESTÁ PROHIBIDO subir por la estructura.

Se debe acceder siempre desde la base del andamio utilizando las escaleras interiores.



B. TIPOS DE ANDAMIOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

1) Andamios sobre **ruedas**

- Antes de usarlo se comprobará que la plataforma esté bien sujeta a la estructura del andamio y las ruedas provistas de dispositivos de bloqueo.
- Durante el movimiento del andamio deberá permanecer libre de objetos, herramientas, materiales y personas.
- El acceso a la plataforma se hará por medio de escaleras.

2) Andamios en **borriquetas**

- Cuando la altura sea igual o superior a 2 m se rodeará de barandillas sólidas de 90cm.
- No se sustituirán las borriquetas por elementos extraños
- Las plataformas de trabajo estarán formadas por 3 tablones de 5x20cm mínimo unidos entre sí por listones transversales.

3) Andamios **metálicos tubulares**

- A partir de los 2 m, es necesaria la instalación de barandilla, listón intermedio y rodapié, y trabajar sujeto a partes sólidas mediante cinturón de seguridad.
- Cubrir completamente las plataformas de trabajo e inmovilizar los elementos que la componen.
- Inspeccionar la instalación al inicio de cada jornada.

4) Andamios **colgados**

- El montaje debe ser realizado por personal formado y autorizado para este tipo de trabajos.
- La plataforma ha de subirse hasta su posición de trabajo descargada de materiales y manteniéndola lo más horizontal posible.
- No utilizar con viento.
- Comprobar la inexistencia de obstáculos en el recorrido de la plataforma y evitar que los materiales sobresalgan de la plataforma de trabajo.

RECUERDA !!!

Utilizar arnés anti caída unido a la línea de vida en todo momento.

EQUIPOS

Medidas preventivas

Todas máquina y herramienta deben llevar el marcado “CE”, o en su defecto un certificado que homologue su adecuación a la normativa legal vigente, y un manual de instrucciones facilitado por el fabricante escrito en español.



Existen diferentes medidas de protección, (Resguardos y dispositivos de protección, dispositivos acústicos y luminosos, de parada de emergencia, etc), que detienen la maquina cuando el operario se aproxima a una zona de peligro, al sujetar piezas, cambiar herramientas, limpiar, reparar, etc.

IMPORTANTE !!!

- ◆ El trabajador debe conocer el adecuado funcionamiento de las máquinas, y bajo ningún concepto inutilizar, modificar, y/o anular los dispositivos de seguridad y en ningún caso se utilizaran para fines distintos a los que están destinados.
- ◆ Los operadores de maquinas con elementos en movimiento (tornos, taladros, fresadoras, etc.) no deben usar guantes porque aumenta el riesgo de atrapa miento.
- ◆ Es obligatorio mantener el orden y la limpieza alrededor de la maquina y estas deben estar limpias de grasas, aceites y otras sustancias deslizantes.
- ◆ La manipulación en el interior de la máquina solo puede hacerse con la máquina parada y con dispositivos que impidan su puesta en marcha.
- ◆ Los sistemas de seguridad deben probarse periódicamente para comprobar que funcionan adecuadamente y cualquier deficiencia en los mismos debe ser comunicada urgentemente al su supervisor.

HORMIGONERA

- ▶ Se instalaran sobre superficies horizontales, evitando las zonas de paso.
- ▶ Nunca se colocarán en zonas de paso de cargas suspendidas.
- ▶ Las carcasas y demás partes metálicas de la hormigonera estarán puestas a tierra.
- ▶ El personal encargado del manejo de la misma tendrá la suficiente experiencia en el manejo.

RADIAL

- ▶ La máquina dispondrá de doble aislamiento o en su defecto, conexión a toma de tierra.
- ▶ Cuando se termine el trabajo con la máquina esta se desconectará y nunca se dejará abandonada en el suelo.
- ▶ El plano de trabajo con la máquina deber ser tal, que el trabajador no tenga que realizar torsiones de la espalda de demasiada inclinación.
- ▶ Se utilizarán protectores auditivos y mascarillas filtrantes.

MARTILLO

- ▶ Elige el tamaño y tipo de martillo más adecuado en función del trabajo a realizar.
- ▶ Elige un martillo con el mango de madera dura, resistente y elástico a la vez.
- ▶ Mantén la superficie del mango limpia y sin barnizar.
- ▶ La cabeza y el mango del martillo deben estar sólidamente encajados.
- ▶ Para ello, el mango debe ir provisto de una cuña de fijación.
- ▶ Al golpear con el martillo, agarra el mango el extremo, lejos de la cabeza de éste. Golpea de forma que la cara de la cabeza del martillo quede paralela a la superficie para evitar proyecciones.
- ▶ Cuando realices un golpe suave, emplea el movimiento de muñeca.
- ▶ Cuando realices un golpe más fuerte, usa el movimiento combinado, de muñeca, codo y hombro.

CORTAFRÍOS Y CINCELES

- ▶ Dirige la mirada a la parte cortante del cincel y no a su cabeza.
- ▶ Emplea gafas de protección
- ▶ La pieza con la que trabajes debe estar firmemente sujeta.
- ▶ Cuando afilas el cincel debes tener cuidado que no se caliente excesivamente, ya que podría perder el temple. Rectifícalo en etapas o enfriándolo periódicamente con agua.

ESCALERAS DE MANO

- ▶ Las escaleras de madera serán revisadas antes del uso, comprobando que los largueros son de una pieza y los peldaños están ensamblados.
- ▶ Rechaza todas las escaleras con reparaciones provisionales.
- ▶ Las escaleras de tijeras deben disponer de dispositivos de seguridad centrales (cadenas) y en el extremo superior (topes).
- ▶ El apoyo inferior dispondrá de dispositivos antideslizantes.
- ▶ Sube y baja las escaleras de cara a la misma y con las manos libres de herramientas (en cinturones adaptados para ello).
- ▶ No subas pesos superiores a 25 Kl.
- ▶ El cuerpo se mantendrá dentro del frontal de la escalera, nunca asomará por los laterales.
- ▶ No utilices las escaleras para improvisar andamios o pasarelas ni para transportar materiales.
- ▶ No trabajes a horcajadas en las escaleras de tijeras ni pases de un lado otro por la parte superior.
- ▶ Almacénalas en posición vertical u horizontal, pero siempre fijadas.

HERRAMIENTA MANUAL EN GENERAL

- ▶ Seleccionar la herramienta correcta para el trabajo a realizar.
- ▶ Realizar un mantenimiento adecuado de la herramienta.
- ▶ Las herramientas serán de materiales para soportar golpes sin mellarse o formar rebordes en las cabezas, pero tan duras como para no astillarse o romperse.
- ▶ Los mangos de madera serán duros, lisos y sin astillas o bordes agudos.
- ▶ No se utilizarán para lo que no han sido concebidas.
- ▶ No deben utilizarse cuando se observen defectos como cabezas aplastadas, mangos rajados, filos mellados o mal afilados.

TRABAJOS EN CUBIERTAS

- ✓ Las maniobras del montacargas deberán ser efectuadas siempre por una sola persona que estará a su cargo.
- ✓ Utiliza el mantenimiento del montacargas cuando la máquina este desenchufada de la red eléctrica.
- ✓ Se colocarán plataformas voladas bajo la cubierta, inclinada para protección de los trabajadores.
- ✓ Todos los trabajos se realizaran con cinturón de seguridad y anclajes correctos.
- ✓ Se suspenderá el trabajo, si existen fuertes vientos, lluvias o heladas.

5. VERIFICACIÓN, IDENTIFICACIÓN y VIGILANCIA DEL LUGAR DE TRABAJO EN SU ENTORNO

ORDEN Y LIMPIEZA

Mantener el orden y la limpieza en el lugar de trabajo, eliminará muchos de los peligros que pueden llevar a desencadenar un accidente.

Manteniendo el orden y la limpieza en el lugar de trabajo, realizara sus tareas de forma más segura, evitara caídas y golpes, encontrará las herramientas y otros utensilios más rápidamente y gastará menos energía innecesariamente.

- ✓ Debemos mantener limpio el lugar de trabajo.
- ✓ Los escombros se recogerán diariamente.
- ✓ Eliminar todos los elementos innecesarios.
- ✓ Recoger inmediatamente cualquier vertido o derrame que se produzca.
- ✓ Almacenar los útiles de trabajo de forma ordenada y segura.
- ✓ Almacenar apilando con una base solida, evitando alturas excesivas, respetando las zonas de paso de personas y carretillas.
- ✓ Los materiales de poca estabilidad, se almacenarán en cajones o contenedores para impedir la caída.
- ✓ Calzar los objetos circulares como tubos, bidones, etc, para evitar que rueden.

SEÑALIZACIÓN

- ✓ Toda obra de construcción estará correctamente señalizada, tanto los Epis a utilizar, como la disposición de extintores, como las zonas de peligro (huecos, caída de objetos...) y zonas de tránsito para trabajadores, personas ajenas a la obra y paso de carretilla manuales.

RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

En este apartado, se incluyen los riesgos que se dan en el puesto de mantenimiento albañilería y las medidas preventivas para evitarlos.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Pisadas sobre objetos punzantes o cortantes.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Se recomienda mantener el orden y la limpieza en la zona de trabajo para evitar pisar objetos.
- ▶ En el caso que pese a las medidas de orden y limpieza no se pudiera mantener el suelo sin el tipo de objetos descritos, entonces habría que usar botas de seguridad con plantilla resistente a objetos punzantes y cortantes, (categoría S3 o S5, cumpliendo norma UNE-EN 345), marcado CE.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: En algunas tareas puede haber riesgo de caídas de personas a distinto nivel.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Será necesario el empleo o uso de medios y conductas adecuadas, a saber:
 - Uso de andamios: estos estarán bien montados, con las bases estables, con el hueco hasta la pared que no permita que pueda caerse una persona y con todas las medidas de protección colectivas (barandillas y rodapiés).
 - Uso de escaleras de mano: inspección visual de las mismas para comprobar su perfecto estado de uso, fijación de bases estables o sujeción por una segunda persona en caso de necesidad.
 - Encaramarse a cubiertas o a otros lugares sin protecciones colectivas: uso correcto del arnés.
 - En caso de tenerse que encaramar a un lugar sin protecciones colectivas, se usará arnés de seguridad, con sus elementos y conectores, todos marcados CE categoría III, cumpliendo respectivamente las normas EN 361, 363 y 362.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Cortes, punciones, etc, en trabajos que requieran manipulado materiales con astilla, viruta o bordes afilados.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Se recomienda uso de guantes cuando las piezas a manipular lo requieran. Estos han de ser contra agresiones mecánicas especialmente indicado para ello y marcado CE.
- ▶ No se emplearán en el caso de que exista riesgo de que el guante quede atrapado en la utilización de una máquina.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: En ciertas tareas puede haber riesgo de exposición a particular de polvo.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Se recomienda mantener ventilado el lugar de trabajo y hacer uso de la extracción localizada en los puntos donde se genere mucho polvo.
- ▶ En caso de que la concentración ambiental de polvo sea elevada a pesar de haberse tomado las medidas anteriores, se recomienda uso de EPIs.
- ▶ Se puede optar bien por el uso de mascarillas o respiradores autofiltrantes para partículas marcados CE y que cumplan la norma EN 149 como mínimo al nivel FFP3S, o se puede optar por el uso de protección respiratoria con filtro para partículas que cumpla la norma EN 143 como mínimo a nivel P3S, y todo marcado CE.
- ▶ La protección respiratoria puede ser de media máscara o de máscara completa, teniendo que cumplir respectivamente la norma EN 140 o la norma EN 136.
- ▶ Respetar siempre una buena conducta higiénica en el trabajo.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Puntualmente se puede realizar alguna tarea que implique exposición a ruido.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Se recomienda organizar el trabajo de manera que el tiempo expuesto al ruido sea el menor posible.
- ▶ Se recomienda el uso de protectores auditivos en las operaciones que generen más de 80 dB(A) durante ratos prolongados, y lo tendrán que usar tanto la persona que realice la operación como los que se encuentren expuestos por estar en el mismo recinto y estén expuestos al mismo ruido. Han de estar marcados CE de categoría 2 y cumplir norma EN 458.
- ▶ Pueden ser tapones (cumpliendo EN 352-2), u orejeras (cumpliendo EN 352-1), el específico será en función al nivel de exposición sonora. En caso de duda consúltese al Servicio de Prevención.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Golpes contra objetos inmóviles.

MEDIDAS PREVENTIVAS: Mantener en todo momento el orden y la limpieza en el área de trabajo.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Sobreesfuerzos en caso de que se muevan cargas pesadas.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Siempre que sea posible, efectuar la manipulación de cargas ayudándose de medios mecánicos.
- ▶ En caso de tener que ser manual seguir las pautas y consejos para la manipulación de cargas: formación e información que proporciona el Servicio de Prevención.
- ▶ Hacerlo preferentemente entre dos o más personas, manipulándolo coordinadamente y asegurándose de agarrarlo correctamente.
- ▶ Los equipos de protección individual no deberán interferir en la capacidad de realizar movimientos, no impedirán la visión ni disminuirán la destreza manual.
- ▶ Se evitarán los bolsillos, cinturones, u otros elementos fáciles de enganchar.
- ▶ La vestimenta deberá ser cómoda y no ajustada.
- ▶ El calzado constituirá un soporte adecuado para los pies, será estable, con la suela no deslizante, y proporcionará una protección adecuada del pie contra la caída de objetos.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: En algunas tareas puede haber riesgo de caída de objetos por desplome o derrumbamiento y/o caída de objetos desprendidos.

MEDIDAS PREVENTIVAS: Uso del casco en los lugares con ese riesgo, marcado CE categoría II, cumpliendo EN 397.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Puntualmente podría haber riesgo de proyección de fragmentos o partículas por uso de algún tipo de máquinas o máquinas herramientas.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Se recomienda que se usen siempre las protecciones colectivas de las máquinas y máquinas - herramientas, estas no deben estar nunca sin protección bajo ningún pretexto.
- ▶ Gafas de seguridad o pantalla facial que proteja específicamente contra impactos, ha de cumplir la norma EN166, estar marcada CE y ser compatible con el uso de otros EPIs.

DESCRIPCIÓN DEL RIESGO: Exposición a cemento que puede ocasionar dermatitis de contacto en trabajadores sensibles.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- ▶ Realizar una higiene cutánea correcta con lavado con jabón y aclarado para evitar que queden residuos de cemento en la piel que puedan originar la dermatitis o sensibilizar a la piel.
- ▶ En manipulaciones secas de cemento uso de guantes de material transpirable.

CLIMA EXTERIOR: Son los daños a la salud producidos por fenómenos físicos (ruido, calor, frío, etc.)

➔ Riesgo de exposición a ruido por el uso de equipos y herramientas ruidosos (radial, hormigonera, mesa de corte, etc.).

- ✓ Confinar, apantallar, si es posible, el equipo o la actividad ruidosa.
- ✓ Reducir los tiempos de exposición.
- ✓ Utilizar protectores auditivos
- ✓ Señalizar las áreas ruidosas.

➔ Riesgo de exposición a temperaturas y condiciones climáticas adversas:

- ✓ Utilizar ropa de trabajo adecuada (calor, frío, lluvia), chaquetones, gorra, ropa impermeable, etc.
- ✓ Tener agua a disposición de los trabajadores.
- ✓ Tener en cuenta el periodo de aclimatación.

MANIPULACIÓN DE CARGAS Y POSICIONES FORZADAS: Riesgo de sobreesfuerzo debido a la elevación y el transporte de cargas y a los trabajos en posturas forzadas (agachado, brazos en alto, cuerpo inclinado, etc.)

- ✓ Siempre que sea posible, se realizará el transporte de cargas mecánicamente.
- ✓ Respetar las cargas máximas según edad y sexo.
- ✓ Selección de útiles y herramientas adecuados para evitar posturas forzadas
- ✓ Para elevar una carga, se flexionarán las rodillas, se agarrará firmemente la carga con las manos y manteniendo la espalda recta se enderezarán las rodillas.

RIESGO ELECTRICO

La electricidad es un fenómeno físico que consiste en el movimiento de electrones a través de la materia (cobre, aluminio, etc.).

A la cantidad de electrones que circula se denomina Intensidad (I) y se mide en amperios. La dificultad que ofrece la materia al paso de la corriente eléctrica se llama Resistencia (R) y se mide en ohmios. Para que circulen los electrones es necesario que exista una diferencia de potencial entre dos puntos (V) y se mide en voltios.

Existen **dos tipos** de contacto eléctrico: directo e indirecto.

➔ Riesgo de contacto eléctrico **directo**, producidos al tocar alguna parte de nuestro cuerpo un conductor por el que circula corriente eléctrica y derivándose ésta a tierra (o a otro potencial):

- ✓ Asegurarse de que los equipos y herramientas tienen certificación CE.
- ✓ Utilizar apantallamientos, recubrir conductores, alejamiento de partes activas
- ✓ Señalizar y delimitar las zonas con riesgo de contactos eléctricos directos.

➔ Riesgo de contacto eléctrico **indirecto**, producido al tocar alguna parte de un equipo (máquina, herramienta, instalación, etc.) que no debería estar en tensión pero que, por diversos motivos, si lo está. Protecciones:

- ✓ Doble aislamiento.
- ✓ Puesta a tierra de las masas y disyuntor diferencial.
- ✓ Tensión de seguridad.
- ✓ Leer las instrucciones de utilización de los equipos y realizar inspecciones periódicas

MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

Los productos químicos conllevan una peligrosidad intrínseca. Sin embargo, es evidente que el riesgo que generan estos productos proviene no solamente de esta peligrosidad, sino también de la manipulación de los mismos.

PELIGRO	CLASIFICACIÓN	Símbolos de peligro (RE)	Pictogramas de peligro (CLP)
Productos que originan accidentes	Inflamables Muy inflamables Comburentes u oxidantes Explosivos Corrosivos	  	   
Productos o sustancias que producen daños a la salud	Tóxicos Muy tóxicos Nocivos Sensibilizantes Iritantes Cancerígenos Mutágenos Tóxicos para la reproducción Disruptores endocrinos	    	   
Productos o sustancias que dañan el medio ambiente	Ecotóxicos Contaminantes de las aguas Contaminantes de suelos Contaminantes atmosféricos Persistentes Bioacumulativos		

Contacto con sustancias químicas peligrosas.

En el trabajo cotidiano del albañil se realizan preparados (morteros, mezclas, pegamentos, etc.) con productos que contienen muy diversas sustancias, todas ellas susceptibles de poder ocasionar daños a la salud: dermatosis, alergias, irritaciones, etc.

➔ Riesgo de contactos con sustancias químicas peligrosas (calcio, cromo, sílice, magnesio, etc.):

- ✓ Los trabajadores deben ser informados de los riesgos del contacto con sustancias agresivas. Mantener las etiquetas de los envases.
- ✓ La manipulación de las sustancias agresivas debe realizarse con atención y cuidado.
- ✓ Uso de guantes de protección y de cremas protectoras, si es necesario
- ✓ Vigilancia periódica de la salud

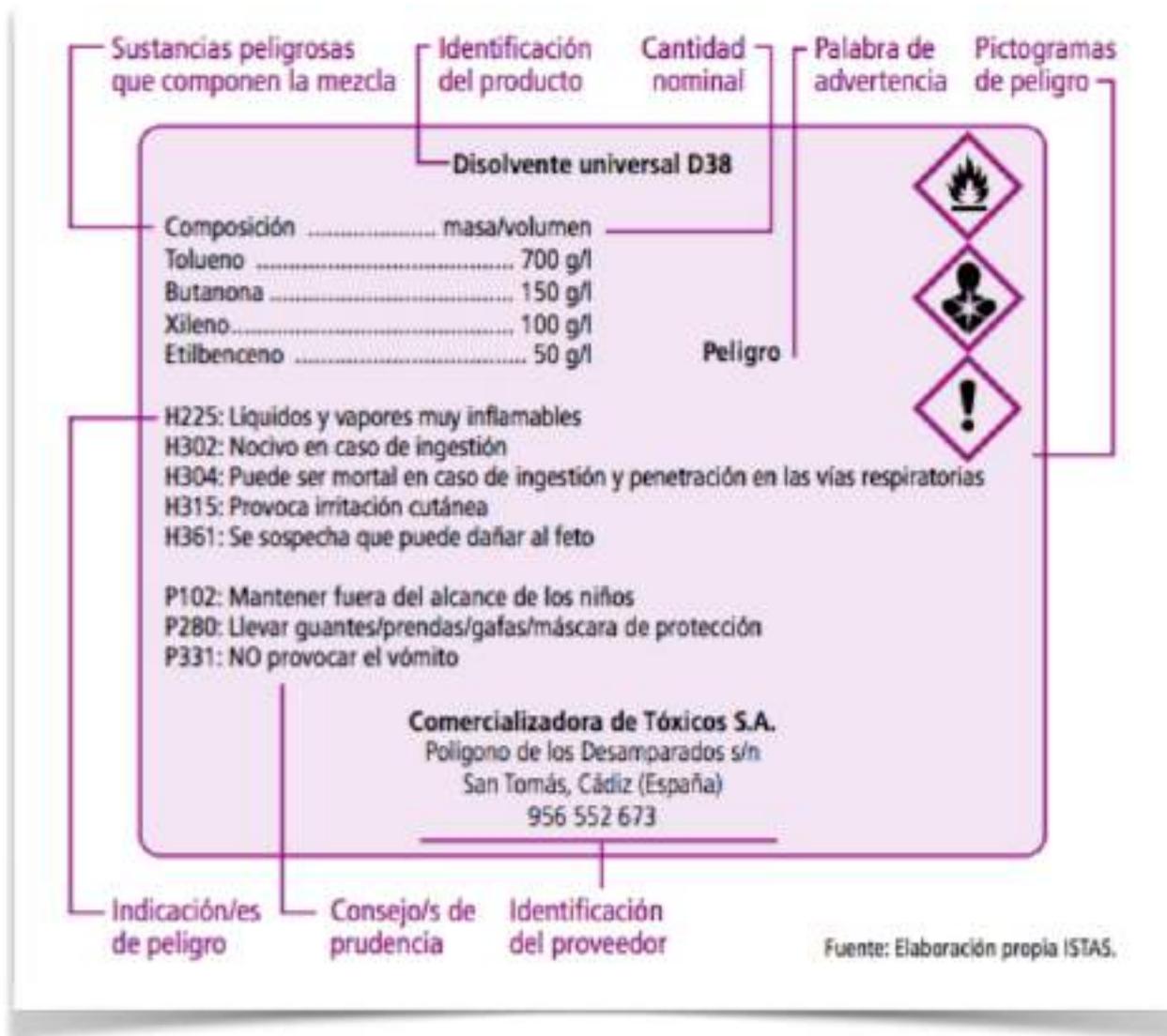
PELIGROS: CLASES Y SÍMBOLOS O PICTOGRAMAS DE PELIGRO

Se llama **clase de peligro** a la naturaleza del **peligro físico** (que origina accidentes), o del peligro para la salud humana o para el medio ambiente que supone una sustancia o mezcla química.

Un **símbolo o pictograma de peligro** es una representación o composición gráfica que sirve para **transmitir una información específica sobre el peligro** en cuestión.

La etiqueta es, en general, la primera información que recibe el usuario y es la que permite identificar el producto en el momento de su utilización.

Ejemplo de etiqueta:



Es obligación del empresario tener todos los envases de los productos químicos adecuadamente etiquetados, de forma clara, legible e indeleble.

Las etiquetas de sustancias y mezclas deben estar escritas al menos en la lengua o lenguas oficiales del Estado en que se comercializan, es decir, las etiquetas de sustancias y mezclas comercializadas en España deben estar escritas en castellano

FICHA DE DATOS DE SEGURIDAD (FDS)

Las fichas de datos de seguridad de los productos **son documentos que ofrecen una información más detallada sobre sus riesgos** (incluyendo sus componentes peligrosos), para proteger la salud y seguridad de los trabajadores que los utilizan.

El proveedor de los productos debe entregar a la empresa fichas de datos de seguridad en el momento de la primera entrega de los productos e incluso antes, y siempre que la empresa lo solicite. Así, la ficha de datos de seguridad deberá permitir al empresario determinar si hay algún agente químico peligroso presente en el lugar de trabajo y evaluar los eventuales riesgos que suponga el uso de dichos agentes para la salud y la seguridad de los trabajadores, así como proteger el medio ambiente.

Las FDS deberán actualizarse además cuando se produzca cualquier modificación en la clasificación de la sustancia o mezcla comercializada, cuando se haya concedido o denegado una autorización o cuando se imponga una restricción. (RD 363/1995)

CONCEPTOS BÁSICOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

A continuación definiremos los Conceptos que aparecen en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

EL TRABAJO Y SALUD

TRABAJO

Se entiende por trabajo cualquier actividad física o intelectual.

El trabajo remunerado es un medio para satisfacer las necesidades humanas: la subsistencia, la mejora de la calidad de vida, la posición del individuo dentro de la sociedad, la satisfacción personal, etc.

SALUD

Normalmente se asocia la salud con no tener enfermedades.

Una definición mucho más completa la da la Organización Mundial de la Salud que dice que Salud es “un estado de bienestar físico, mental y social completo”, por lo tanto, comprende una triple dimensión de la salud física, mental y social y la importancia de lograr que estén en equilibrio en cada persona.

RELACIÓN ENTRE TRABAJO Y LA SALUD

Es evidente que el trabajo y la salud están estrechamente relacionados, ya que el trabajo es una actividad que el individuo desarrolla para satisfacer sus necesidades, al objeto de disfrutar de una vida digna. También gracias al trabajo podemos desarrollarnos tanto física como intelectualmente.

Junto a esta influencia positiva del trabajo sobre la salud existe otra negativa, la posibilidad de perder la salud debido a las malas condiciones en las que se realiza el trabajo, y que pueden ocasionar daños a nuestro bienestar físico, mental y social (accidentes laborales, enfermedades...).

CONDICIONES DE TRABAJO

Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales se entenderá como "condición de trabajo" **cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud del trabajador.**

Quedan específicamente incluidas en esta definición:

- ▶ Las características generales de los locales, instalaciones, equipos, y productos.
- ▶ La naturaleza de los agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el ambiente de trabajo.
- ▶ Las condiciones de trabajo relacionadas con las exigencias físicas (esfuerzos, posturas, movimientos, manipulación de cargas, etc.).
- ▶ Las relacionadas con exigencias mentales de la tarea (nivel de atención, ritmo y cantidad y complejidad de la tarea), así como con los aspectos organizativos y sociales del trabajo (posibilidades de promoción, autonomía sobre la realización de su propio trabajo, horario, relaciones existentes con sus compañeros, etc.).

RECUERDA!!!

Cuando se produce un desequilibrio en algunas de las condiciones de trabajo, existe la posibilidad de que tal circunstancia afecte negativamente a la salud del trabajador.

LOS RIESGOS PROFESIONALES. FACTORES DE RIESGO.

RIESGOS LABORALES

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales define el término RIESGO LABORAL como la posibilidad de que un **trabajador o trabajadora sufra un determinado daño derivado del trabajo.**

El riesgo puede estar presente durante el uso previsto de una maquina (elementos móviles peligrosos en movimiento, arco eléctrico durante una operación de soldadura, etc.), o puede aparecer de forma imprevista (puesta en marcha inesperada/intempestiva, etc.)

Existe otro concepto habitualmente relacionado con la prevención de riesgos y que frecuentemente se confunde al asemejarse al concepto de riesgo. Son los términos de PELIGRO Y POTENCIALMENTE PELIGROSO.

Peligro: es la Fuente de posible lesión o daño para la salud.

Procesos, actividades, operaciones, equipos o productos potencialmente peligrosos: Son aquellos que, en ausencia de medidas preventivas específicas, originen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores o trabajadoras que los desarrollan o utilizan.

FACTORES DE RIESGO

Para poder evitar o reducir los riesgos laborales y garantizar así la seguridad y la salud del trabajador, es necesario el concepto de FACTOR DE RIESGO, definido como “aquellas situaciones o condiciones de trabajo que pueden perjudicar la salud de las personas, rompiendo el equilibrio físico, mental y social”.

RECUERDA !!!

➔ RIESGO LABORAL: Posibilidad de que un trabajar sufra un determinado daño.

➔ TIPOS DE FACTORES DE RIESGOS:

- Factores ligados a las condiciones de seguridad
- Factores ligados al medio ambiente del trabajo
- Factores psicosociales
- Otros

DAÑOS DERIVADOS DEL TRABAJO

Una vez determinado el significado de riesgo, introducimos ahora el concepto de DAÑO LABORAL como una consecuencia directa del riesgo laboral. Decíamos que riesgo era la posibilidad de que un trabajador o trabajadora pueda sufrir un daño; pues bien, daño es la materialización del riesgo.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales considera "daños derivados del trabajo" las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.

Las consecuencias negativas de unas condiciones de trabajo deficientes se pueden materializar en daños laborales de diferentes formas:

- ➔ Accidente de trabajo
- ➔ Enfermedad profesional
- ➔ Otras patologías derivadas del trabajo

ACCIDENTES DE TRABAJO

La Ley General de la Seguridad Social define EL ACCIDENTE DE TRABAJO como toda lesión corporal que el trabajador sufra con ocasión o por consecuencia del trabajo que ejecuta por cuenta ajena. Siguiendo con la misma referencia legal, tendrán la consideración de accidentes de trabajo:

- A) Los que sufra el trabajador al ir o al volver del los acaecidos en actos de salvamento y otros de naturaleza análoga, cuando tengan conexión con el trabajo.
- B) Los que sufra el trabajador como consecuencia u ocasión del desempeño de cargos electivos de carácter sindical.
- C) Los ocurridos con ocasión o por consecuencia de las tareas que aun siendo distintas de las de su categoría profesional en cumplimiento de las órdenes del empresario o empresaria.
- D) Las enfermedades o defectos padecidos con anterioridad por el trabajador que se agraven como consecuencia del accidente.
- E) Accidente in itinere: Es el accidente laboral que se produce en el trayecto habitual entre el puesto de trabajo y el domicilio del trabajador o trabajadora, en un intervalo de una hora aproximadamente.

Definición de Incidente:

Suceso anormal no querido ni deseado que se presenta de forma repentina o inesperada y que interrumpe la actividad normal. (Ejemplo: el escape de agua por rotura de una tubería).

Desde el punto de vista preventivo, se entiende por accidente de trabajo:

"Todo suceso anormal no deseado, que se presenta de forma brusca e inesperada, normalmente de forma evitable, que interrumpe la continuidad del trabajo y que representa un riesgo para la salud e integridad de las personas".

NO se consideran accidentes de trabajo:

- ▶ Los que sean debidos a fuerza mayor extraña al trabajo (un fenómeno de tal naturaleza que no guarde ninguna relación con el trabajo que se realiza, como un terremoto).
- ▶ Los ocasionados por dolo o imprudencia temeraria por parte del trabajador o trabajadora.

RECUERDA !!!!

Los accidentes son evitables y en muchas ocasiones se pueden evitar con una buena formación y conocimiento de las técnicas de prevención.

ENFERMEDADES PROFESIONALES

Desde el punto de vista técnico, la ENFERMEDAD PROFESIONAL se define como un **deterioro lento y paulatino de la salud del trabajador, producido por una exposición continuada a situaciones adversas.**



Para que una enfermedad **sea reconocida como enfermedad profesional debe cumplir dos requisitos:**

- A) Que la enfermedad sea consecuencia del trabajo que se realiza por cuenta ajena.
- B) Que la enfermedad sea consecuencia de las actividades que se especifiquen en el Decreto 1299/2006 por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales, que clasifica las enfermedades en seis grupos:

GRUPO I: Enfermedades profesionales causadas por agentes químicos.

GRUPO II: Enfermedades profesionales causadas por agentes físicos.

GRUPO III: Enfermedades profesionales causadas por agentes biológicos

GRUPO IV: Enfermedades profesionales causadas por inhalación de sustancias y agentes no comprendidas en otros apartados.

GRUPO V: Enfermedades profesionales de la piel causadas por sustancias y agentes no comprendidas en alguno de los otros apartados

GRUPO VI: Enfermedades profesionales causadas por agentes carcinógenos.

OTRAS PATOLOGÍAS DERIVADAS DEL TRABAJO

Esta relación salud y trabajo puede tener una influencia negativa sobre el trabajador, pero cuando el trabajo a realizar no es capaz de satisfacer o favorecer el desarrollo de la personalidad existe el riesgo de poner en peligro el equilibrio psíquico y la capacidad mental de los trabajadores.

En general, se puede decir que el trabajo ha de colmar las expectativas de las personas, pero cuando el trabajo no es un medio para conseguir dichas expectativas puede ser fuente de alguna de las siguientes patologías:

- ➔ Fatiga laboral
- ➔ Estrés
- ➔ Insatisfacción

FATIGA LABORAL: Está determinada por el grado de esfuerzo muscular que puede ser de tipo estático, dinámico o una combinación de ambos.

Por otra parte, para acometer determinadas tareas no es suficiente con invertir una determinada energía física, se requiere también una energía mental. El trabajador debe realizar un esfuerzo para descifrar la información recibida y actuar en función de ella.

La consecuencia de los esfuerzos físicos y mentales es la “fatiga”, definida como la disminución de la capacidad física y mental del individuo después de haber realizado un trabajo durante un tiempo determinado, que puede generar daños de tipo músculo esquelético (derivados de la fatiga física) o estados de ansiedad, irritabilidad, etc. (derivados de la fatiga mental).

ESTRÉS: Fenómeno que puede provocar la saturación física o mental del trabajador, generando diversas consecuencias que no sólo afectan a su salud, sino también a la de su entorno más próximo. Las causas son variadas: Excesiva carga de trabajo, Elevado nivel de responsabilidad, Relaciones sociales insatisfactorias.

INSATISFACCIÓN LABORAL O GRADO DE MALESTAR: Puede estar ocasionado por factores de tipo personal, ejemplo la relación con compañeros y superiores, baja remuneración, imposibilidad de crecer profesionalmente, etc.; o del Trabajo: Tareas monótonas y repetitivas, volumen de trabajo, etc., que puede conducir a la inadaptación al puesto de trabajo, distracción, falta de interés o desinterés.

VII. DERECHOS Y OBLIGACIONES

DERECHOS

- ▶ Protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo.
- ▶ Información, consulta y participación, formación en materia preventiva.
- ▶ Vigilancia de la salud eficaz.
- ▶ Participación y representación.

OBLIGACIONES

- ▶ Velar, según sus posibilidades, por su propia seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas personas que pueda afectar su actividad profesional.
- ▶ Usar adecuadamente cualquier medio con el que desarrolle su actividad.
- ▶ No poner fuera de funcionamiento los medios y equipos de protección.
- ▶ Informar a los Trabajadores Designados y Responsables sobre las situaciones que puedan suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores.
- ▶ Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la Autoridad Laboral.
- ▶ Cooperar con el empresario para que pueda garantizar unas condiciones.

RECUERDA:

El incumplimiento por los trabajadores de las obligaciones en materia de prevención de riesgos tendrá la consideración de incumplimiento laboral.

NORMATIVA DE REFERENCIA

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el Trabajo.
- Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los Lugares de Trabajo.
- Real Decreto 487/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de manipulación de cargas manuales que entrañen riesgos dorso lumbares.
- Real Decreto 488/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en el trabajo con pantallas de visualización de datos.

[PULSA AQUI: REALIZAR EL EXAMEN PREVENCIÓN ALBAÑILERIA](#)

