

# 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](http://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).

## 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 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 instalaran 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.

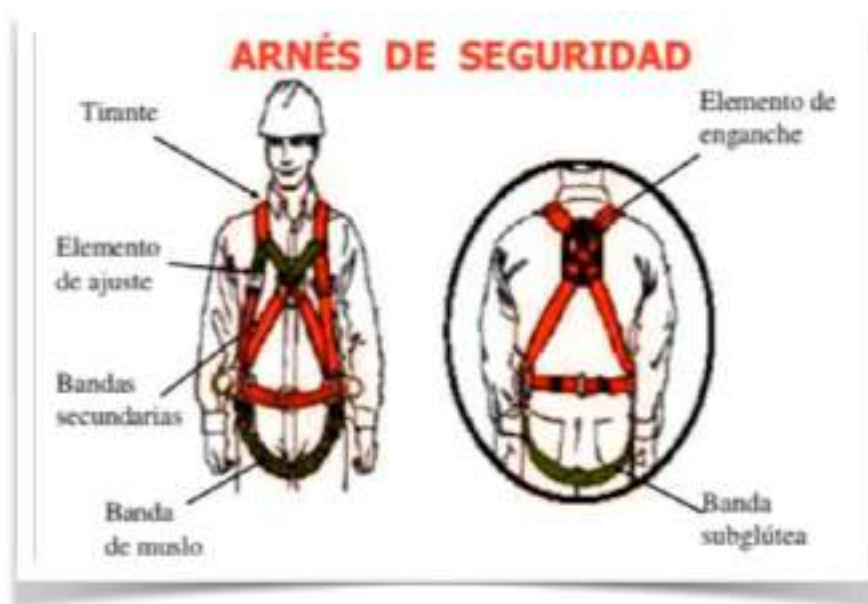
## IMPORTANTE!!!:

### 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

## **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.

A man with a beard, wearing a yellow hard hat and an orange polo shirt, is holding a large white rectangular sign in front of his chest. The sign contains text in Spanish. The background is plain white.

**¡Ya terminaste!**  
**Pulsa aquí: Comenzar Examen**

