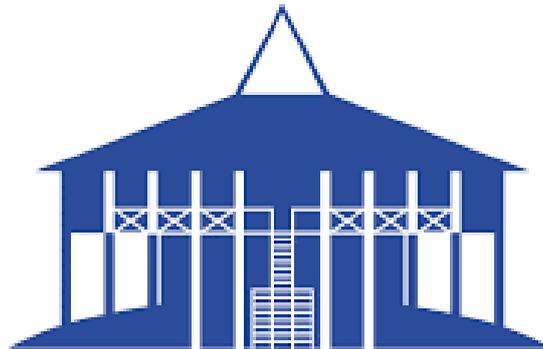




Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

# GUÍA DE BIENVENIDA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL EXCMO. AYUNTAMIENTO DE PUNTA UMBRÍA- INFRAESTRUCTURAS



AYUNTAMIENTO DE PUNTA UMBRÍA

Ejemplar para el trabajador/a.



## Bienvenida del Alcalde

Bienvenido/a al Excmo. Ayuntamiento de Punta Umbría,

Como alcalde del municipio es una de mis prioridades facilitarle una integración eficaz a su puesto de trabajo, evitando todos los riesgos que puedan suponer un daño para su salud.

Para ello hemos desarrollado esta Guía de Bienvenida a lo largo del cual le iremos informando del sistema de gestión en Prevención de este Ayuntamiento, de sus derechos y obligaciones preventivas como trabajador/a, de los medios de información y comunicación, así como de los riesgos a los que puede estar expuesto/a y las normas y medidas preventivas para eliminar o evitar estos riesgos.

Esperamos que este recorrido profesional que acaba de comenzar con nosotros sea una etapa de mejora de calidad de vida, seguridad y empleabilidad con éxito para usted.

Un Saludo.

D. José Carlos Hernández Cansino

Alcalde Ayto. Punta Umbría.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

Es muy importante que lea atentamente esta Guía y consulte cualquier duda antes de incorporarse a su puesto. Al final de la Guía hay un justificante escrito que deberá rellenar y entregar al jefe de Servicio o al Servicio de Prevención. Sin más preámbulos, le explicamos el funcionamiento de la Guía.

La Guía se divide en dos partes, esta que está leyendo, que es una parte introductoria y general, donde se especifican todas las características comunes para todos los usuarios del Ayuntamiento, así como “qué debo hacer” cuando tengo un accidente o para recoger mi reconocimiento médico, y otra segunda parte, específica de los riesgos del puesto de trabajo al que se va a incorporar, que se le entregará más adelante.

Esta parte de la Guía es para todo el personal del Ayuntamiento. Aquí se responderá a las siguientes preguntas:

**“Cómo funciona y/o está organizada la prevención en este Ayuntamiento”**

**“Cuáles son las obligaciones del Ayuntamiento”**

**“Cuáles son MIS obligaciones en prevención”**

**“Cómo realizo mis consultas de prevención”**

**“Cómo funciona y/o está organizada la prevención en este Ayuntamiento”**

Este Ayuntamiento organiza la Prevención de Riesgos Laborales a través del Servicio de Prevención. Este Servicio responderá a todas sus preguntas y dudas sobre prevención, así como gestionará su reconocimiento médico y su formación en prevención de los riesgos relativos a su puesto.

**Departamento de Personal- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**

**Edificio Galeón. Av. de la Marina nº7, 21100 Punta Umbría**

**Horario: 9:00 a 13:00 horas**

**Teléfonos: 959 49 51 11, 959 49 51 00**

**e-mail de contacto: prl.aytop.umbria@gmail.com**



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

A nivel de consulta y participación de los trabajadores/as este Ayuntamiento dispone de un Comité de Seguridad y Salud:

### **Miembros del Comité de Seguridad y Salud:**

**-Representantes de UGT.**

**-Representantes CCOO.**

**-Representantes de la corporación.**

## **Derechos y Obligaciones de los Trabajadores**

Para ponerse en contacto con el Comité de Seguridad y Salud:

Secretaria del Comité de Seguridad y Salud:

Francisco Galloso Delgado.

Para ponerse en contacto con los representantes de los/as trabajadores/as:

- José Fuentes Fernández. (UGT).
- Juan Carlos Rodríguez Martín. (CCOO)

## **“Cuáles son las obligaciones del Ayuntamiento”**

Este Ayuntamiento tiene el objetivo y la obligación de preservar la seguridad y salud de sus trabajadores/as. Para ello realiza, entre otras, las siguientes actividades preventivas, por medios propios o concertados:

1. Evaluación de riesgos de los puestos de trabajo y planificación de las medidas preventivas.
2. Formación e información de los riesgos.
3. Vigilancia de la Salud (reconocimientos médicos)



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

4. Entrega de Equipos de Protección Individual (EPI, s).
5. Investigación de accidentes.
6. Controles de las condiciones de trabajo.
7. Planes de emergencias.

### “Cuáles son MIS obligaciones como trabajador/a de este Ayuntamiento”

- 1) Realizar y/o asistir a la formación en prevención que determine el Ayuntamiento.
- 2) Realizar el Reconocimiento Médico Inicial (y los periódicos obligatorios).
- 3) Informar a mi superior jerárquico de cualquier incidencia que ocurra en el trabajo, con el fin de evitar un accidente.
- 4) Colaborar en mi puesto de trabajo para evitar cualquier tipo de accidente.
- 5) Cumplir las normas de trabajo seguro.
- 6) Cuidar y mantener los equipos de protección individual que se me entreguen.
- 7) Comunicar cualquier incidente/accidente a mi superior jerárquico de forma inmediata.

### “¿Mi reconocimiento médico es público?”

No, el reconocimiento médico es confidencial. Este Ayuntamiento NO tendrá acceso a los datos confidenciales, solo recibirá un comunicado en el que indicará lo siguiente:

- Apto/a
- No Apto/a
- Apto/a con restricciones (ejemplo: apto/a con restricción de trabajar en altura

No indicará el motivo de la restricción, así como ninguno de los resultados de analíticas ni diagnósticos médicos.



### “¿Es obligatorio el reconocimiento médico?”

**El Reconocimiento Médico Inicial, es obligatorio.** Con este reconocimiento médico se puede establecer que el puesto de trabajo, así como las tareas y herramientas, no van a perjudicar la salud del trabajador/a y que éste está capacitado/a para realizar las tareas de su puesto.

En el caso del reconocimiento periódico, solo es obligatorio en los siguientes puestos de trabajo: or/a Social

“Acta Comité Seguridad y Salud 26 de enero de 2018:

Todas aquellas ocupaciones enclavadas en deportes, almacén, talleres de empleo, de colegios, teatro, seguridad (Policía Local, vigilantes, Protección Civil), Salinas del Astur. Exceptuando esta obligatoriedad para las ocupaciones relacionadas con trabajos en oficinas ,despachos.”

### “¿Dónde y cuándo realizo el reconocimiento médico?”

Para realizar el reconocimiento médico, una vez que se incorpore a su puesto de trabajo, será citado por el Servicio de Prevención del Ayuntamiento, donde se le proporcionará un bote para la analítica de orina, indicándosele la hora y el lugar. Recuerde que tendrá que asistir en ayunas y a ser posible con copia de su historial médico. En caso de ser discapacitado, no olvide su certificado de discapacidad.

### “¿Dónde y cuándo recojo los resultados de mi reconocimiento médico?”

Durante el reconocimiento, el médico/a le preguntará cómo desea recibir los resultados, habiendo dos posibilidades:

a) Recibirlo en sobre cerrado en el Servicio de Prevención del Ayuntamiento y recogerlo en dicho Servicio.

Para ello deberá identificarse mediante su DNI o cualquier otro documento válido que le identifique.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

En caso de no poder acudir personalmente a recogerlo podrá autorizar, por escrito, a otra persona para que lo haga en su nombre, debiendo presentar su DNI o fotocopia de este.

La recogida de los reconocimientos médicos y, en su caso, los diplomas de los cursos de formación, se realizará única y exclusivamente los lunes de 9:00 a 13:00 horas.

b) Visualizar y/o descargar en la página web del Servicio de Prevención con el que se tiene contratada la vigilancia de la Salud, por lo que el médico le solicitará un número de teléfono móvil para enviarle un mensaje con las claves de descarga, o bien un correo electrónico.

Los resultados de los reconocimientos médicos suelen tardar unos 15 días

Si usted no retira los resultados de su reconocimiento médico, en un plazo máximo de 6 meses, desde su realización, el mismo será enviado a su origen para su destrucción

### “¿Qué debo hacer si no recibo los resultados por estos medios?”

Si usted no recibiese los resultados por ninguno de los medios anteriores, o necesitase copia de uno de sus informes, podrá:

- Realizar una incidencia de su caso en el Servicio de Prevención (**Edificio Galeón**. Av. de la Marina nº7), mediante correo electrónico a [francisco.galoso@puntaumbria.es](mailto:francisco.galoso@puntaumbria.es)

### “¿Qué debo hacer si no entiendo el resultado de mi reconocimiento médico?”

En caso de que usted sufra un accidente de trabajo deberá realizar las siguientes actuaciones:

Si el accidente es grave o muy grave, y/o necesita asistencia urgente, diríjase al centro médico u hospitalario más cercano, informando que ha sido accidente de trabajo. Una vez que sea atendido diríjase al Servicio de Prevención con el parte del centro médico u hospital, o llame por teléfono (959 49 51 18) para informar del accidente. Deberá informar lo antes posible a su jefe/a de lo ocurrido, personalmente o a través de un/a compañero/a de trabajo.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

Si el accidente NO es grave, deberá realizar estas actuaciones en el orden que se indica:

Informar a su jefe/a directo.

2) Con el informe de lo ocurrido deberá presentarse en el Servicio de Prevención, en horario de mañana, para solicitar volante de asistencia para ser atendido/a en la mutua de accidentes.

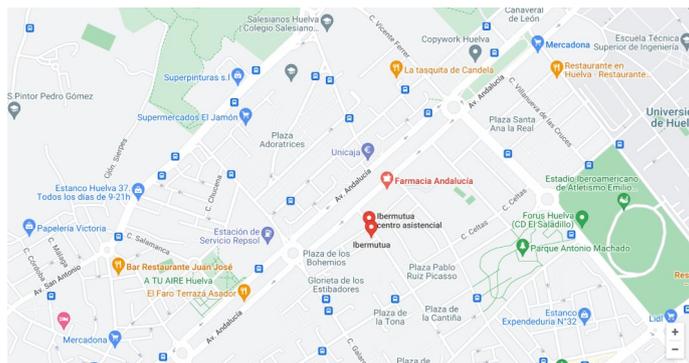
3) Con el volante de asistencia podrá ser atendido/a en el siguiente centro médico:

### **IBERMUTUAMUR:**

**Calle Cartagenera, 21006 Huelva**

**Telf: 959 26 05 22**

**De 8:00 a 15:00, de lunes a viernes no festivos**



Fuera de los horarios anteriores también podrá ser atendido/a en los siguientes centros:

**-Clínica Quirón Salud, Huelva:**

**-C. Punta Umbría, 8**

**-959 24 21 00**



### “¿Qué formación debo realizar y cuándo?”

Desde el Departamento de Recursos Humanos- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de este ayuntamiento, se realizará la planificación de su formación en prevención de riesgos laborales. Esta se realizará de forma presencial/online y en horario de trabajo.

Para ello es necesario que una vez que reciba esta Guía, en el justificante de entrega indique su teléfono y e-mail para facilitar el contacto a la hora de planificar su formación.

Le informamos que recibirá un diploma acreditativo de todos los cursos que realice, los cuales le servirán tanto para su acreditación en este Ayuntamiento, como para otras empresas, así como para procesos selectivos y concursos futuros.

### “¿Cómo puedo realizar más formación en Prevención de Riesgos Laborales?”

Si está interesado/a en realizar más formación en prevención de riesgos laborales, puede contactar con el Departamento de Recursos Humanos- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Ayuntamiento para que se le inscriba en los cursos on-line o a distancia que se tengan programados.

Para ello puede llamar al teléfono **959 49 51 18** o enviar un e-mail a [pri.aytop.umbria@gmail.com](mailto:pri.aytop.umbria@gmail.com)

### “¿Cómo comunicar una situación de riesgo?”

En caso de querer realizar cualquier tipo de consulta sobre riesgos laborales, se puede poner en contacto con:

- Departamento de Recursos Humanos- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Ayuntamiento:
  - a. Por teléfono
  - b. Mediante nota interior dirigida al Servicio de Prevención Propio.



c. De forma presencial en horario de trabajo

- Los/as Delegados/as de Prevención del Ayuntamiento.

### “¿Quiénes son personas especialmente protegidas?”

El Ayuntamiento garantizará de manera específica la protección de los trabajadores/as que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, incluidos aquellos que tengan reconocida la situación de discapacidad física, psíquica o

sensorial, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo. A tal fin deberá tener en cuenta dichos aspectos en las evaluaciones de los riesgos y, en función de éstas, adoptará las medidas preventivas y de protección necesarias.

Los trabajadores/as no serán empleados en aquellos puestos de trabajo en los que, a causa de sus características personales, estado biológico o por su discapacidad física, psíquica o sensorial debidamente reconocida, puedan ellos/as, los demás

trabajadores/as u otras personas relacionadas con la empresa ponerse en situación de peligro o, en general, cuando se encuentren manifiestamente en estados o situaciones transitorias que no respondan a las exigencias psicofísicas de los respectivos puestos de trabajo.

Igualmente, el Ayuntamiento tendrá en cuenta en las evaluaciones los factores de riesgo que puedan incidir en la función de procreación de los trabajadores/as, en particular por la exposición a agentes físicos, químicos y biológicos que puedan ejercer efectos mutagénicos o de toxicidad para la procreación, tanto en los aspectos de la fertilidad, como del desarrollo de la descendencia, con objeto de adoptar las medidas preventivas necesarias.

**Por todo ello, si usted se encuentra en uno de estos casos, debe informar al Departamento de Recursos Humanos- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Ayuntamiento para que realice una evaluación específica de su puesto y se tomen las medidas oportunas. Toda la información que reciba el Servicio de Prevención sobre su situación personal será confidencial.**

### Riesgos del Puesto de Trabajo.

A continuación se enumeran los distintos riesgos de accidente que puede encontrarse en su puesto de trabajo, los cuales se irán explicando a lo largo del presente documento:



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- **Caídas de personas a distinto nivel** (desde medios auxiliares como andamios, borriquetas, etc.). Incluye tanto las caídas desde alturas (ventanas, máquinas, vehículos, etc.) como en profundidades (puentes, excavaciones).



- **Caídas de personas al mismo nivel** (tropiezos, resbalones, etc.). Incluye caídas en lugares de tránsito o superficies de trabajo, caídas sobre objetos o contra objetos.



- **Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento.** Caídas desde edificios, muros, etc. y desprendimiento de tierras, rocas, etc.



- **Caídas de objetos por manipulación.** Caída de materiales herramientas, etc. sobre un trabajador, siempre que el accidentado se la misma persona a la que se le cae el objeto que está manejando.



- **Caídas de objetos desprendidos.** Caída de herramientas, materiales, etc. sobre un trabajador, siempre que éste no los estuviese manipulando.





- **Choques contra objetos inmóviles.** El trabajador es una parte dinámica, batiéndose contra un objeto que no estaba en movimiento.



- **Choques contra objetos móviles.** El trabajador recibe golpes, etc. ocasionados por elementos móviles de las máquinas o instalaciones. No se incluyen los atrapamientos.



- **Pisadas sobre objetos.** Lesiones como consecuencia de pisadas sobre objetos cortantes y punzantes.





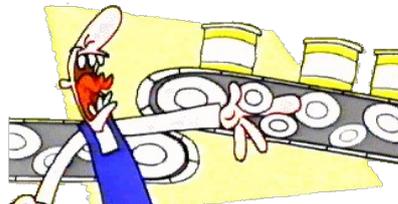
- **Golpes por objetos o herramientas.** Lesión producida por un objeto o herramienta movida por fuerza distinta a la gravedad (martillazos, golpes con piedras, hierros); no se incluyen golpes por caídas de objetos.



- **Proyección de fragmentos o partículas.** Accidentes debidos a la proyección de fragmentos o partículas voladoras procedentes de máquinas herramientas.



- **Atrapamientos por o entre objetos.** Piezas de máquinas, diversos materiales, etc.



- **Atrapamientos por vuelco de máquinas, tractores o vehículos.** Incluye atrapamientos debidos a vuelcos tractores, vehículos u otras máquinas que dejen al trabajador lesionado.

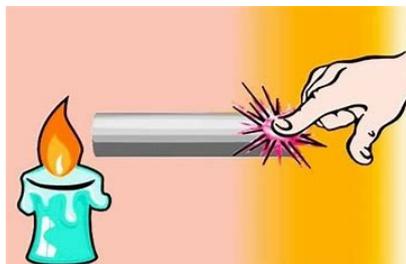




- **Sobreesfuerzos.** Originados por ejemplo de carretas o por movimientos mal realizados.



- **Contactos térmicos.** Accidentes debidos a las temperaturas externas que tienen los objetos que entran en contacto con cualquier parte del cuerpo (líquidos o sólidos).



- **Exposición a contactos eléctricos.** Se incluyen todos los accidentes generados por electricidad (directos e indirectos).



- **Contactos sustancias cáusticas y/o corrosivas.** Accidentes por contactos o sustancias y productos que dan lugar a lesiones externas.





- **Exposición a sustancias nocivas (polvo).** Accidentes causados por el estado de una atmósfera tóxica o por la ingestión de productos nocivos. Se excluyen las asfixias y ahogos.



- **Incendios.** Accidentes producidos por efectos del fuego o de sus consecuencias.



- **Accidentes causados por seres vivos.** Se incluyen los accidentes causados directamente por personas y animales, como agresiones, patadas, picaduras, mordeduras.



- **Atropellos o golpes con vehículos.** Abarca atropellos de personas por vehículos, así como los accidentes de vehículos en el que el trabajador lesionado va contra el vehículo o vehículos. No se incluyen accidentes en tránsito.



- **Enfermedad Profesional (E.P.)** producida por agentes físico (ruido y vibraciones). Están constituidas por las diversas manifestaciones energéticas, como el ruido, las vibraciones, etc.



## Medidas Preventivas

### 1. NORMAS GENERALES:

- Pensar el método de trabajo a seguir antes del inicio de las operaciones.
- Respete las consignas de seguridad.
- Si es posible, aléjese inmediatamente de todas las condiciones peligrosas o señáleselas a su jefe/a inmediato.
- Se efectuará un estudio de habilitación de las zonas de trabajo, para prever la colocación de plataformas, torretas, zonas de paso y plataformas de acceso, y poder utilizarlos de forma conveniente.
- Utilice las herramientas y los equipos de trabajo únicamente para el uso al que estén destinados.
- Utilice los elementos portaherramientas suministrados (cajas, fundas, cinturones, etc.).
- No consuma, ni antes ni durante la jornada laboral, bebidas alcohólicas.





## **2. NORMAS DE ENTRADA, TRÁNSITO, ESTANCIA Y ACOPIO DE MATERIALES.**

- En todo momento se mantendrán libres los pasos o caminos de intercomunicación interior y exterior de la obra/lugar de trabajo, para evitar los accidentes por tropiezos o interferencias.
- En todo momento los tajos se mantendrán libres de cascotes, recortes metálicos y demás objetos punzantes, para evitar los accidentes por pisadas sobre objetos.
- Los materiales se acopiarán en los lugares destinados a tal efecto.
- Deben mantenerse limpios y despejados los pasos o caminos de comunicación.
- Se deberá prestar especial atención al movimiento de la grúa y vehículos.
- Si hubiera riesgo para los demás trabajadores, las zonas de trabajo deberán protegerse y señalizarse de forma adecuada.
- Bajo ningún concepto se podrán retirar o alterar las barreras de protección y/o las señales existentes.
- Prohibir el vertido de escombros directamente por las aberturas de fachadas, huecos, patios, ...

## **3. INSTALACIÓN ELÉCTRICA.**

- La manipulación de interruptores solo será realizada por personal autorizado.
- No se utilizarán alargadores que no tengan una protección RV inferior a 1.000 voltios.
- No realizar el conexionado eléctrico de equipos, aparatos, etc. sin la utilización de las clavijas macho-hembra. Se prohíbe enchufar con los cables “pelados” directamente en el enchufe.
- Antes de utilizar un aparato o instalación eléctrica asegúrese de que su estado aparente es perfecto, infórmese sobre las precauciones que hay que adoptar para su manejo y respételas escrupulosamente.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- Antes de conectar un aparato eléctrico, comprobar que la tensión de la red es la que corresponde a la máquina.
- Para retirar una clavija de un enchufe, tire de la clavija, nunca del cable del alimentación.
- Para utilizar un aparato o una instalación eléctrica, maniobre únicamente los órganos de mando previstos a tal fin. No manipule ni modifique los dispositivos de seguridad.
- No utilice aparatos eléctricos ni manipule sobre instalaciones eléctricas, cuando accidentalmente se encuentren mojados, o si es usted quien tiene las manos o los pies mojados.
- No manipule ni trate de reparar las instalaciones o máquinas eléctricas. En caso de anomalía avise al electricista. Queda expresamente prohibida la manipulación eléctrica en el interior de los cuadros o maquinaria.
- No abra nunca las protecciones de los aparatos eléctricos y respete toda señal o protección destinadas a evitar el contacto del cuerpo con un conductor o pieza bajo tensión eléctrica.
- Para realizar trabajos de cualquier clase o en las proximidades de una instalación eléctrica, deber recibir imprescindiblemente instrucciones de un especialista en electricidad.



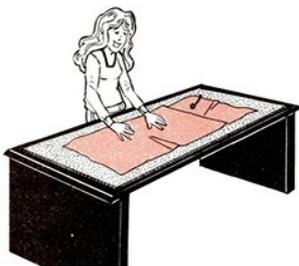
### **4. MÁQUINAS Y HERRAMIENTAS DE TRABAJO (RADIALES, TALADROS, MESAS DE CORTE, MARTILLOS NEUMÁTICOS, ETC.).**

- Las máquinas deben ser certificadas CE o adecuadas según el RD 1215/97 por un Organismo de Control Autorizado (O.C.A.).
- Las máquinas dispondrán de su manual de instrucciones en castellano y su declaración de conformidad del fabricante.
- Antes de la utilización de cualquier máquina-herramienta, se comprobará que se encuentra en óptimas condiciones y con todos los mecanismos y protectores de seguridad instalados en perfectas condiciones.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- Solo se utilizarán los equipos de trabajo para los que se cuente con autorización expresa por escrito. Su manipulación se realizará siempre de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
- La maquinaria portátil será de doble aislamiento.
- Prohibido anular protecciones de seguridad.
- No usar anillos, pulseras, cadenas, collares, ni cualquier objeto similar en el puesto de trabajo.
- La ropa de trabajo no será holgada y el pelo largo se llevará recogido.
- Es obligatorio hacer uso de las protecciones personales necesarias en cada caso.
- La limpieza y mantenimiento de la maquinaria se realizará siempre en posición parada y bloqueada. Se colocarán avisos que indiquen la prohibición de puesta en marcha durante la parada.
- Diariamente, antes de poner en funcionamiento el equipo de soldadura, se revisarán por los usuarios, los cables de alimentación, conexiones, pinzas, y demás elementos del equipo eléctrico.



### 5. PROTECCIÓN COLECTIVA Y MEDIOS AUXILIARES DE TRABAJO EN ALTURA.

#### Protecciones de huecos horizontales y verticales:

- Se comprobará que están bien colocadas las barandillas, redes, mallazo o ménsula que se encuentren en la obra, protegiendo la caída de altura de las personas en la zona de trabajo. Está totalmente prohibido quitar las barandillas sin autorización expresa.
- Todas las aberturas y huecos estarán debidamente protegidas contra caídas.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- Será debidamente cercada la zona en la cual pueda haber peligro de caída de materiales.
- Será debidamente cercada la zona en la cual pueda haber peligro de caída de materiales.
- Los huecos horizontales que puedan quedar al descubierto sobre los forjados o el terreno a causa de los trabajos de albañilería, cuyas dimensiones puedan permitir la caída de personas a su interior, deberán ser condenados al nivel de la cota de trabajo instalando si es preciso pasarelas completas y reglamentarias para los viandantes o personal de obra. Esta norma deberá cumplirse cuando existan esperas posicionadas verticalmente.
- Cuando por el proceso productivo se tengan que retirar los tableros o plataformas de paso, se realizará simultaneando este proceso con la colocación de barandillas y rodapiés, de manera que se evite la existencia de aberturas sin protección.
- Los grandes huecos (patios) estarán cubiertos con una red horizontal instalada alternativamente cada dos plantas, para la prevención de caídas. No se desmontarán hasta estar concluidos en toda su altura los antepechos de cerramiento de los dos forjados que cada paño de red protege. En el caso de que el cerramiento se efectúe desde el exterior se prescindirá de las redes horizontales.
- Cuando por el proceso productivo se tengan que retirar las redes de seguridad, se realizará simultaneando este proceso con la colocación de barandillas y rodapiés o clausurando los huecos horizontales, de manera que se evite la existencia de aberturas sin protección.
- Cuando se realicen trabajos en niveles superpuestos se protegerán a los trabajadores de los niveles inferiores con redes, marquesinas rígidas o elementos de protección equivalentes.
- Cuando la construcción de la obra de fábrica de ladrillo no pueda ser ejecutada desde andamios tubulares, y si las circunstancias técnicas lo permiten, se efectuará desde el interior de la obra y sobre el forjado, estando protegidos los operarios contra el riesgo de caída de altura, mediante redes horizontales situadas en la planta inmediatamente inferior o redes verticales sujetas a horcas metálicas.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- Los andamios para recibir materiales desde el interior de las fachadas, estarán limitados en su parte delantera, la que da hacia el vacío, por una barandilla sólida de 90 cm. de altura, medida desde la superficie de trabajo, formada por pasamanos, listón intermedio y rodapié para evitar el riesgo de caídas desde altura.
- En los trabajos de albañilería sobre elementos situados a más de 2 m de altura, se emplearán torretas o andamios dotados con barandillas perimetrales reglamentarias.
- Cuando un trabajador tenga que realizar su trabajo en altura superior a 2 m. y su plataforma de apoyo no disponga de protecciones colectivas en previsión de caídas, deberá estar equipado con un arnés de seguridad con dispositivo de anclaje y retención.
- La construcción desde planta baja en directriz ascendente de la fachada si se realizara desde el interior de la planta se procederá según el siguiente método preventivo:
  - 1º Se descenderán las redes a nivel de planta 1ª para efectuar el amarre inferior a nivel de calle; sujetando la cuerda de amarre inferior mediante sogas tirantes a los pilares de la planta de calle.
  - 2º Se edificarán así protegidas las plantas baja y 1ª.
  - 3º Se elevarán las redes a nivel de planta 3ª. El amarre inferior se efectuará sujetando la cuerda mediante sogas introducidas por los huecos de ventanas y atadas a los pilares interiores.
  - 4º Se elevarán así protegidas las plantas 2ª y 3ª. -
  - 5º Se repetirá el proceso completo hasta cerrar la fachada.



### **Protección de rampas y escaleras:**

- Las escaleras fijas se procurará que se realicen en su totalidad dotándolas de peldañado definitivo y barandilla sólida de 90 cm de altura, formada por pasamanos,



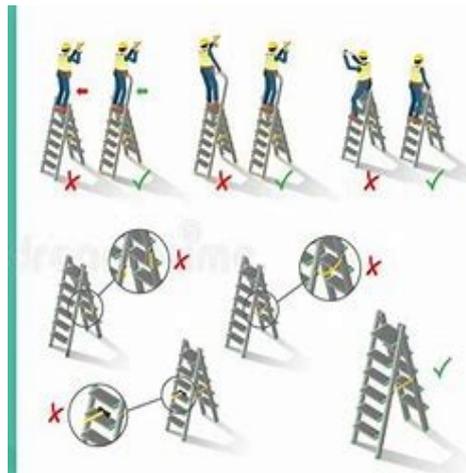
## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

listón intermedio y rodapié de 15 cm. En caso contrario se peldañearán las rampas de escalera de forma provisional.



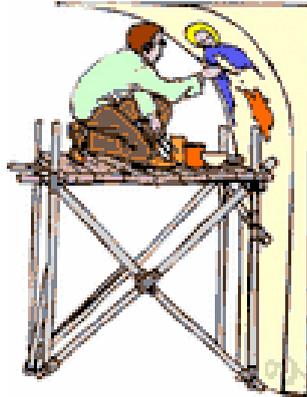
### Uso de escaleras manuales:

- Las escaleras de mano cumplirán la Norma EN-131.
- Las escaleras de mano se inspeccionarán antes de iniciar un trabajo, rechazándose aquéllas que no ofrezcan garantías de seguridad. Los largueros deben ser de una sola pieza y los peldaños deben estar ensamblados y no solamente clavados.
- Antes de subir o bajar por una escalera de mano, se debe mirar si le falla algún peldaño. Suba por la escalera con las manos libres y de cara a ella.
- Se trabajará de cara a la escalera y sosteniéndose con una mano. Si esto último no es posible, se usará un arnés de sujeción anclado a un punto fijo superior, no a la escalera.
- Se prohíbe el empalme de dos escaleras que no cuenten con dispositivos especialmente preparados para ello, así como cadena que impida la apertura en las escaleras de tijera.
- No se utilizarán las escaleras simultáneamente por dos personas.
- Las escaleras estarán provistas de algún dispositivo antideslizante en su pie, o ganchos de sujeción en la parte superior. Las escaleras deben sobresalir 1m. desde el punto de apoyo cuando se pretende acceder a alguna terraza, planta de encofrado,.....
- Cuando no se empleen, las escaleras de mano deben guardarse al abrigo del sol y de la lluvia. No deben dejarse nunca tumbadas en el suelo.
- Las escaleras de mano no deben utilizarse como contraviento, larguero, puntal o cualquier otra aplicación que no sea para la que han sido diseñadas .
- La separación de pie de la escalera respecto al punto superior de apoyo tiene que ser la altura dividida por 4.



#### Uso de andamios de borriquetas:

- Los andamios de borriquetas tendrán la anchura adecuada y estará sólidamente constituidos.
- Para utilizar andamios de borriquetas en balcones, terrazas y bordes de forjados deberá haberse instalado una red de seguridad o una protección sólida formada por pies derechos y travesaños sólidos horizontales.
- Con riesgo de caída de altura, balcones o voladizos, es obligatorio el uso del arnés de seguridad o colocación de elementos de protección colectiva (redes verticales o barandillas). Las medidas de protección colectivas deberán anteponerse a las individuales.
- Para su formación se emplearán caballetes de madera ensamblada o borriquetas metálicas, nunca construirlos con materiales sueltos u otros elementos (bidones, ladrillos, etc.)
- La anchura no debe ser inferior a 0,60 m. (3 tablones) presentando sistemas de sujeción entre ellos y barandillas cuando superen los 2 m. de altura.
- No se utilizarán tableros de encofrado como plataformas de trabajo (grosor mínimo 5 cm.)
- Antes de iniciar la jornada laboral es obligatorio repasar su formación.
- No sobrecargar las plataformas de trabajo con materiales, herramientas o escombros.



#### **Uso de andamios tubulares:**

- Uso de Andamios Europeos en trabajos de 2 m. de altura o más.
- El andamio debe descansar sobre un suelo o apoyo sólido, por ejemplo piezas de madera que presenten un asentamiento suficiente, pero nunca debe reposar sobre ladrillos, cajas, etc.
- Los andamios deben tener barandillas que impidan la caída de personas, materiales y herramientas. La separación entre la plataforma del andamio y la fachada de la construcción debe ser lo menor posible.
- Cuando se ejecuten trabajos sobre andamios rodantes, se bloquearán las ruedas y se usarán los estabilizadores, para evitar desplazamientos o vuelcos de andamios.
- No se almacenará sobre los andamios más material que el necesario para garantizar la continuidad del trabajo, para no sobrecargarlo y disponer de espacio libre.
- Las herramientas, útiles y materiales que se utilicen en la plataforma de trabajo se colocarán dentro de capazos o cajones, minimizando así el riesgo de caída de su caída.
- En el montaje del andamio se respetarán las siguientes recomendaciones.
- Instalar todos los elementos que den rigidez y consistencia (tijeras).
- Arriostrar cada 8 m. en horizontal y cada 6 m. en vertical.
- La anchura no debe ser inferior a 0,60 m. presentando barandillas y rodapiés.



- Los sistemas de ascenso nunca pueden encontrarse en la misma vertical a lo largo de toda su altura. En andamios de estructura tubular, los accesos a los distintos niveles, se realizará por medio de sus correspondientes escaleras inclinadas interiores, dotadas con trampillas de acceso abatibles en cada plataforma horizontal.



#### **Uso de andamios colgados (bambas):**

- Deben ser certificadas CE.
- Estabilizar las plataformas mediante anclajes, a fin de evitar movimientos y vuelcos.
- No realizar movimientos bruscos, ni saltar, ni correr.
- Suspender los trabajos en días de mucho viento.
- Hacer uso del sistema anticaídas, sujeto a puntos resistentes del edificio independientes de los pescantes



## **6. USO DE PROTECCIONES INDIVIDUALES PARA TRABAJOS EN ALTURA.**

- Cuando un trabajador tenga que realizar su trabajo en alturas superiores a 2 m. y no pueda ser protegido mediante protecciones colectivas adecuadas, deberá ser provisto de arnés de seguridad en vigencia de utilización, con puntos de anclaje no



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

improvisados, sino previstos en proyecto y en la planificación de los trabajos, debiendo acreditar previamente que ha recibido la formación suficiente por parte de sus mandos jerárquicos, para ser utilizado restrictivamente, pero con criterio.

- Se instalarán cables fijados a puntos fuertes de la construcción a los que amarrar los mosquetones del arnés de seguridad, especialmente en las operaciones de carga y la descarga de cargas en las plantas.



### 7. TRABAJOS EN ENTIBADOS (APUNTALAMIENTOS).

- No descender nunca a una zanja sin entibar (apuntalar).
- Para descender a una zanja entibada debe llevarse el casco de seguridad.
- No deben apilarse materiales en los bordes de una zanja, aunque esta esté entibada.
- Para franquear una zanja deben utilizarse las pasarelas instaladas a tal fin. No se debe pasar nunca por los postes del entibado.
- Para bajar y salir de una zanja deben utilizarse escaleras de mano.
- Las zanjas deben estar rodeadas de un zócalo que impida la caída de materiales sobre el personal que trabaja en el fondo de la excavación.



### 8. OPERACIONES DE ELEVACIÓN Y TRANSPORTE



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- Prohibición de uso de equipos de elevación (grúa torre): solo personal cualificado con el título oficial de gruistas.
- Al manejar o situarse en la proximidad de cargas en altura, no permanecer en la zona de influencia de las cargas suspendidas.
- Se comprobará la situación, estado y requisitos de los medios de transporte y elevación de los materiales para la ejecución de éstos trabajos (grúas, cabrestante, uñas portapalets, eslingas, carretilla portapalets, plataformas de descarga, etc.), con antelación a su utilización.



### 9. MANIPULACIÓN DE CARGAS

- Como norma general un solo operario/a no manipular manualmente cargas superiores a 25 kg/15 kg (hombre/mujer).
- El levantamiento de la carga se realizará con la espalda recta, la carga cerca del cuerpo y flexionando las piernas.
- En los tramos longitudinales, las cargas transportadas a mano se llevarán con la parte delantera más elevada para evitar golpes a otros.
- Siempre que sea posible se utilizarán medios auxiliares mecánicos.
- El izado de materiales a plantas o niveles superiores, mediante montacargas o grúas, se realizará por bloques de elementos flejados o atados. Nunca elementos sueltos de forma desordenada. Una vez colocado en su lugar se soltarán los flejes para su distribución y puesta en obra.
- No se balancearán las cargas suspendidas.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

- Los materiales se izarán y descargarán en bloques perfectamente flejados o atados, pendientes mediante eslingas del gancho de la grúa.
- Los perfiles y piezas metálicas, empleados para la ejecución de trabajos de albañilería, se transportarán en bateas adecuadas, o en su defecto, se colgarán para su transporte por medio de eslingas bien enlazadas y provistas en sus ganchos de pestillo de seguridad



### 10. PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS.

Se dispondrá de un extintor de polvo polivalente cerca de la zona de trabajo o en el vehículo oficial, y otro de CO2 junto al cuadro eléctrico principal.



### 11. TRABAJOS CON AMIANTO (uralita, fibrocemento, ...)

El amianto o asbesto es un material fibroso de origen natural, constituido por silicatos de variada composición y aspecto sedoso. Los materiales como uralita, fibrocemento,.. están compuestos por fibras microscópicas que pueden permanecer en suspensión en el aire el tiempo suficiente para que representen un riesgo respiratorio.

El riesgo de que pasen fibras respirables al aire aumenta durante la manipulación de materiales que contienen amianto, por ejemplo en trabajos de demolición, corte, taladrado, rotura o cuando los materiales están muy envejecidos. Por este motivo este sector de población es el potencialmente más expuesto ya que además, en general, desconocen totalmente su presencia y sus peligros.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

Por este motivo las personas que por su profesión estén expuestas al amianto, como en trabajos de derribos y mantenimiento, siempre deben llevar Equipos de Protección Individual (EPI,s).



La principal vía de entrada del amianto es la vía respiratoria. Las fibras de amianto, debido a sus características aerodinámicas, pequeño tamaño y forma alargada, pueden permanecer en suspensión en el aire el tiempo suficiente, para que representen un riesgo respiratorio. Igualmente, pueden adherirse a la ropa y a la piel y desprenderse posteriormente con el consiguiente riesgo de inhalación. La exposición al amianto puede ocasionar tres tipos de enfermedades irreversibles:

### **Cáncer de pulmón**

El cáncer de pulmón es la primera causa de muerte relacionada con el amianto en los pacientes expuestos. Todas las fibras de amianto pueden causar cáncer, aunque la crocidolita (amianto azul) es la más cancerígena de todas.

### **Mesotelioma maligno**

El mesotelioma maligno es el cáncer de la célula mesotelial, y afecta a la pleura y al peritoneo en el 80 y 20% de los casos, respectivamente. Se suele producir en personas que han estado expuestas de forma laboral al amianto al menos 30 años antes, aunque en ocasiones se ha desarrollado en personas con exposiciones muy leves.

### **Asbestosis**

Enfermedad pulmonar crónica producida por la inhalación de fibras de amianto. Las fibras penetran en los pulmones e irritan el tejido pulmonar, lo inflaman y provocan, a cabo de unos años, una fibrosis pulmonar (engrosamiento y cicatrización del tejido pulmonar). Puede pasar mucho tiempo (20 años o más) entre la exposición a las fibras de amianto y el comienzo de la enfermedad.

El síntoma principal es una dificultad respiratoria que se va agravando a medida que progresa la enfermedad. También puede producir una tos seca y sensación de tirantez en el pecho. El 15 de junio de 2002 entra en vigor la prohibición de fabricar productos que contengan amianto.



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

Hasta el 15 de diciembre de 2002 se podían comercializar e instalar productos con amianto fabricados antes del 15 de junio de 2002.

La presencia de amianto puede acarrear graves consecuencias económicas. Las empresas y las instituciones son responsables de preservar a los trabajadores y usuarios de los riesgos derivados de la presencia de amianto en sus edificios e instalaciones, por ejemplo, durante trabajos de mantenimiento y reforma.

La limpieza y reparación del saneamiento de amianto siempre debe ser realizada por una empresa especializada y registrada.

En caso de incendio o tormenta (granizo) puede provocar una contaminación de amianto del ambiente de los alrededores, de cuya limpieza sería responsable el propietario.

### 12. PRODUCTOS QUÍMICOS.

- No utilice nunca envases de bebidas o alimentos para contener productos químicos, aunque le haya cambiado el rótulo.
- No tenga en su puesto de trabajo mayor cantidad de productos de los que vaya a consumir en una jornada laboral.
- Cuando haya acabado de utilizar el producto cierre perfectamente el envase.
- Respete las normas de incompatibilidad al almacenarlos. Si no las conoce infórmese.
- No mezcle productos químicos, pueden reaccionar violentamente y generar gases tóxicos o irritantes.
- Cuando use productos químicos utilice las protecciones adecuadas, si las desconoce, infórmese.
- En su centro de trabajo deben encontrarse las fichas de seguridad de los productos que estás manejando. Solicítelas.
- Extreme su higiene personal, sobre todo antes de las comidas y al abandonar el trabajo.





- Cuando maneje productos químicos tenga a mano el teléfono de información toxicológica. Tlf.: 915 62 04 20.



**LEE ATENTAMENTE LA ETIQUETA DEL PRODUCTO.**  
**CONTIENE INFORMACIÓN VITAL**

### 13. TRABAJOS DE SEÑALIZACIÓN VIAL

Uno de los factores de riesgo en los trabajos de señalización vial es el relacionado con el tráfico de vehículos junto a la zona de trabajo, por tanto está presente el riesgo de atropello. Deberá acotarse y señalizarse la zona de trabajo. Igualmente nos podemos encontrar factores de riesgo ligados al uso de escaleras manuales, productos químicos, uso de máquinas/herramientas, contactos eléctricos.



**Primeros auxilios.**



No todos los trabajadores de la empresa deben ser entrenados como socorristas, pero sí es conveniente que todos y cada uno de los trabajadores estén informados y formados en Primeros Auxilios, principalmente los responsables de grupo (mandos intermedios, encargados,...) así como aquellos que trabajan en zonas de riesgo.

Se entiende por Primeros Auxilios el conjunto de actuaciones y técnicas que permiten la atención inmediata de un accidentado hasta que llega la asistencia médica profesional, a fin de que las lesiones que ha sufrido no empeoren.

Existen **10 consideraciones** que se deben tener en cuenta, siempre, como actitud a mantener ante los accidentes.

El asumir estos consejos nos permitirá evitar cometer los errores más habituales en la atención de accidentados y, con ello, conseguir no agravar las lesiones de los mismos.

**1. Conservar la calma.** No perder los nervios es básico para poder actuar de forma correcta, evitando errores irremediables.

**2. Evitar aglomeraciones que puedan entorpecer la actuación del socorrista.**

**3. Saber imponerse.** Es preciso hacerse cargo de la situación y dirigir la organización de recursos y la posterior evacuación del herido.

**4. No mover.** Como norma básica y elemental no se debe mover a nadie que haya sufrido un accidente hasta estar seguro de que se pueden realizar movimientos sin riesgo de empeorar las lesiones ya existentes. No obstante, existen situaciones en las que la movilización debe ser inmediata: cuando las condiciones ambientales así lo exijan o bien cuando se debe realizar la maniobra de reanimación cardiopulmonar.

**5. Examinar al herido.** Se debe efectuar una evaluación primaria, que consistirá en determinar aquellas situaciones en que exista la posibilidad de la pérdida de la vida de forma inmediata. Posteriormente, se procederá a realizar la evaluación secundaria o, lo que es lo mismo, controlar aquellas lesiones que pueden esperar la llegada de los servicios profesionalizados.

**6. Tranquilizar al herido.** Los accidentados suelen estar asustados, desconocen las lesiones que sufren y necesitan a alguien en quien confiar en esos momentos. Es función del socorrista ofrecer esa confianza y mejorar el estado anímico del lesionado.

**7. Mantener al herido caliente.** Cuando el organismo humano recibe una lesión, se activan los mecanismos de autodefensa implicando, en muchas ocasiones, la pérdida de calor corporal. Esta situación se acentúa cuando existe pérdida de sangre, ya que una de las funciones de ésta es la de mantener la temperatura interna del cuerpo.



**8. Avisar a personal sanitario.** Este consejo se traduce como la necesidad de pedir ayuda con rapidez, a fin de establecer un tratamiento médico lo más precozmente posible.

**9. Traslado adecuado.** Es importante acabar con la práctica habitual de la evacuación en coche particular, ya que si la lesión es vital no se puede trasladar y se debe atender "in situ", y si la lesión no es vital, quiere decir que puede esperar la llegada de un vehículo debidamente acondicionado.

**10. No medicar.** Esta facultad es exclusiva del médico.

### ACTIVACIÓN DEL SISTEMA DE EMERGENCIA: P.A.S.

En cualquier accidente debemos ACTIVAR EL SISTEMA DE EMERGENCIA.

Para ello recordaremos la palabra P.A.S., que está formada por las iniciales de tres actuaciones secuenciales para empezar a atender al accidentado:

**La "P" de Proteger.** Antes de actuar, hemos de tener la seguridad de que tanto el accidentado como nosotros mismos estamos fuera de todo peligro. Por ejemplo, no atenderemos a un electrocutado sin antes desconectar la corriente causante del accidente, pues de lo contrario nos accidentaríamos nosotros también.

**La "A" de Avisar.** Siempre que sea posible daremos aviso a los servicios sanitarios de la empresa o exteriores (112 - 061) y por el método más rápido, de la existencia del accidente, activando así el Sistema de Emergencia, para inmediatamente empezar a socorrer en espera de ayuda. Hay que indicar siempre: Lugar y tipo del accidente, número de heridos; identificación de la persona que llama, ya que las llamadas anónimas inspiran desconfianza. No abandonar nunca la comunicación hasta que nos lo digan. Si estamos solos, lo primero es socorrer a las víctimas intentando avisar lo antes posible.

**La "S" de Socorrer.** Una vez hemos protegido y avisado, procederemos a evaluar el estado del lesionado.

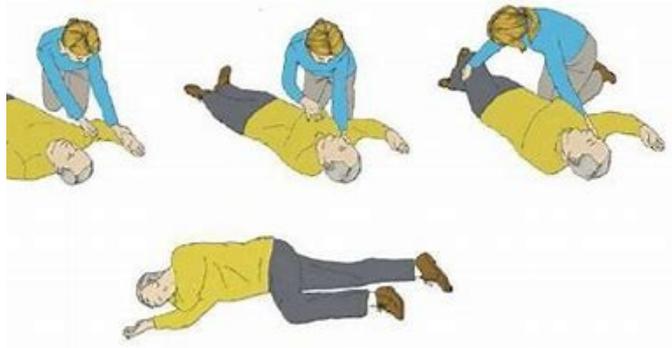




### **¿QUÉ NO SE DEBE HACER?.**

1. Emitir nuestra opinión sobre el estado de salud al lesionado o a los familiares.
2. Dejar que se acerquen curiosos a la víctima (aislaremos el lugar si es posible).
3. Sustituir al médico.
4. Permitir que el lesionado se enfríe.
5. Cegarnos por la aparatosidad de la sangre o la herida.
6. Mover o trasladar al lesionado (salvo necesidad absoluta).
  
7. Dejar que el lesionado se levante o se siente.
8. Administrar comida, agua, café o licor.
9. Administrar medicación.

**POSTURA LATERAL ESTABLE Y DE SEGURIDAD** . En el caso de que el paciente respire pero exista una herida o fractura, **NO LO MOVEREMOS**.



Si el lesionado está inconsciente, pero respira y no existe traumatismo, lo colocaremos en una posición de seguridad para prevenir las posibles consecuencias de un vómito



**PÉRDIDA DE CONOCIMIENTO:** Es una situación en la que la persona no es capaz de responder a los estímulos externos, no es posible despertarla. La actuación general en estos casos es colocar a la persona en posición lateral de seguridad, comprobando que la respiración y el pulso continúen perceptibles hasta la llegada de ayuda médica.

**LA LIPOTIMIA:** Es un desmayo o mareo con pérdida del conocimiento durante unos segundos, debido a una disminución momentánea de la sangre que llega al cerebro.

### ¿Qué hacer?

Tumbar a la persona con las piernas en alto, para facilitar que la sangre llegue al cerebro. Aflojar las prendas de vestir que compriman el cuello, el tórax o la cintura y quitar los calcetines. Aportar suficiente aire abriendo la ventana, con un abanico, etc. Si no se recupera, comprobar las constantes y colocar en posición lateral de seguridad. Si no se detectan las constantes, iniciar R.C.P.

Esperamos que esta Guía le haya servido de utilidad, si desea más información sobre su puesto de trabajo, puede ponerse en contacto con el Servicio de Prevención Propio. Prevención de Riesgos Laborales de este Ayuntamiento



### JUSTIFICANTE DE ENTREGA

D./Dña. \_\_\_\_\_ con D.N.I. \_\_\_\_\_ y puesto de trabajo \_\_\_\_\_, como trabajador/a de este Ayuntamiento, certifica que ha recibido y ha sido informado/a correctamente del contenido de la **presente Guía de Bienvenida para trabajadores P.F.E.A** de Prevención de Riesgos Laborales del Ayuntamiento de Punta Umbría, no quedándole dudas respecto al contenido del mismo, ya que lo ha leído y comprendido de forma íntegra.

Además, se compromete a seguir los consejos e instrucciones indicados en dicha Guía.

En Punta Umbría, Huelva a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 202\_\_.

El trabajador/a

Servicio de Prevención



## Ayuntamiento de Punta Umbría. Guía de Bienvenida Puesto Trabajo Obras de Infraestructuras

Si desea recibir información sobre Prevención de riesgos Laborales, escriba a continuación su dirección de correo electrónico:

---

**RECORTAR ESTA PÁGINA Y ENTREGARLA EN EL SERVICIO DE  
PREVENCIÓN. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL AYUNTAMIENTO DE PUNTA  
UMBRÍA**

