MANUAL PRL 2026

UGT EMT MADRID

FORMACIÓN



INSPECTORES E INSPECTORAS

APP UGT EMT MADRID

CONTACTO 674 311 628 - 91 406 88 00 [+ext. 8655]

EMAIL formacion@emtmadrid.com

REDES UGT EMT MADRID

Índice

1 RECOMENDACIONES GENERALES 3
2. PRIMEROS AUXILIOS 4
1. NORMAS GENERALES 4
2. HERIDAS 5
3. HEMORRAGIAS 5
4. QUEMADURAS 5
5. ELECTROCUCIONES 6
6. CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE BOTIQUINES 6
3. NORMAS DE SEGURIDAD PARA EL EMPLEO DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL 6
1. NORMAS GENERALES 6
2. PROTECCIÓN DE LA CABEZA 6
3. PROTECCIÓN DE LA VISTA 7
4. PROTECCIÓN DEL OÍDO 7
5. PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES SUPERIORES 7
6. PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES INFERIORES 7
7. PROTECCIÓN DEL TRONCO 7
8. PROTECCIÓN DEL SISTEMA RESPIRATORIO 8
4. NORMAS DE SEGURIDAD PARA EL TRÁNSITO DE PERSONAS 8
1. CALZADO 8
2. AL DESPLAZARSE POR LA PISTA EN LOS CENTROS DE OPERACIONES 8
3. AL DESPLAZARSE POR EL TALLER 9
4. AL SUBIR O BAJAR DEL VEHÍCULO 9
5. EN LA CALLE 10
5. NORMAS DE SEGURIDAD EN EL PUESTO DE CONDUCCIÓN DEL AUTOBÚS 10
1. REGULACION DEL ASIENTO 10
2. REGULACION DEL VOLANTE 10
3. COLOCACIÓN DE LOS ESPEJOS RETROVISORES 10
4. MOVIMIENTOS DESDE EL PUESTO DEL CONDUCTOR 11
5. EMPLEO DE LA MAQUINA EXPENDEDORA DE BILLETES (CONSOLA) Y CANCELADOR MANUAL 11
6. PUERTA DE ACCESO AL PUESTO DEL CONDUCTOR 11
10. NORMAS DE SEGURIDAD PARA TRABAJOS EN ZONAS COMUNES Y LOCALES DE MAQUINARIA 11
1. NORMAS GENERALES 11
2. PARA TRABAJOS EN EQUIPO 11
11. NORMAS DE SEGURIDAD CONTRA RIESGOS ELÉCTRICOS 12
1. NORMAS GENERALES 12
2. CENTROS DE TRANSFORMACIÓN 13

3. EMPLEO DE LÁMPARAS PORTÁTILES 14
24. NORMAS DE SEGURIDAD PARA TRABAJOS DE OFICINA 14
1. PARA EVITAR CAÍDAS 14
2. EN EL USO DE ESCALERAS 14
3. EN EL USO DE ASCENSORES 15
4. PARA EL MANEJO DE ESTANTERIAS, ARMARIOS Y ARCHIVADORES 15
5. PARA EL USO DE PUERTAS 15
6. PANTALLAS DE VISUALIZACION DE DATOS 15
7. EL TECLADO 15
26. PREVENCIÓN DE INCENDIOS 16
1. CLASIFICACIÓN DE LOS INCENDIOS 16
2. EXTINCIÓN DE INCENDIOS 16
3. MEDIOS DE EXTINCIÓN 18
4. NORMAS DE ACTUACIÓN 20
5. PREVENCIÓN 21
6. VÍAS DE EVACUACIÓN 22
27. OBLIGACIONES Y DERECHOS DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES 22
DERECHOS DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES 23
ANEXO 1 PROTOCOLO AGRESIONES 23
ANEXO 7 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE DE TRABAJO 27
ANEXO 8 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE MUJERES EMBARAZADAS, PARTURIENTAS O LACTANCIA 29

UGT EMT MADRID FORMACIÓN

1 RECOMENDACIONES GENERALES

1. Cumplir las leyes, normas e instrucciones establecidas, evita estar expuesto a riesgos innecesarios. Tenga presente que hay leyes, normas, señales e instrucciones específicas complementarias a las que se exponen a continuación: normas reglamentarias para la circulación de vehículos en la vía pública, situación y uso de extintores, salidas de emergencia, manejo de carretillas elevadoras, etc. Normas que se deben tener presente en lo que afecten a la conducción de autobuses y a su puesto de trabajo.

2. Comunique inmediatamente de cualquier situación o práctica que entrañe peligro o que pueda causar lesión o no a los trabajadores, a terceros o daño al E.T. (1) o instalaciones. Se necesita toda su ayuda para lograr que los lugares de trabajo sean lo más seguros posible. Si tiene algunas sugerencias de seguridad, indíquelas a través de los buzones de sugerencias, mandos intermedios, Servicio de Prevención, Delegados de Prevención o Comité de Seguridad y Salud.

3. Mantenga el área de trabajo limpia y ordenada, colocando las herramientas, equipos y material en lugares adecuados así como recoger y depositar los vertidos, desechos y piezas inservibles en los recipientes destinados a tal fi n. Cualquier objeto abandonado y/o cualquier tipo de vertido en el área de trabajo, puede generar un incidente o accidente de trabajo debido a un tropiezo o caída al mismo nivel respectivamente. Si detecta alguno, retírelo. Limpie con frecuencia su puesto de trabajo de materiales de desecho, utilizando el tiempo imprescindible para ello y utilizando los contenedores destinados al efecto.

4. Use las herramientas y el E.T. adecuado a cada trabajo y de forma segura. Si no se tiene la herramienta adecuada solicítela a sus mandos directos, y no realice ese trabajo hasta que no pueda hacerlo óptimamente. Cada trabajo requiere una herramienta apropiada, asegúrese de que además esté en buen estado; en caso contrario solicite su sustitución. Muchos accidentes ocurren por usar una herramienta incorrecta o en malas condiciones. El uso de una herramienta inadecuada es perjudicial no sólo para la herramienta o el equipo, sino también para el que la maneja.

Compruebe que los E.T.'s. están en perfecto estado de conservación y funcionamiento, antes de usarlos. Guarde y mantenga en buen estado de uso, ordenadamente y en lugar limpio y seguro sus herramientas de trabajo. Si tiene que desplazarse con materiales, herramientas o E.T.'s, hágalo de forma segura para Vd. y las personas que encuentre a su paso.

5. Siempre que Vd. o el E.T. que maneja sufra un incidente o accidente, aunque sea leve, informe de ello inmediatamente a su mando directo. Si hay lesiones, obtenga primeros auxilios con prontitud. Colabore con su mando inmediato en la investigación de accidentes, diciendo la verdad de lo acontecido. La finalidad de la investigación no es sancionar al accidentado, sino averiguar cuál fue la causa que produjo el accidente y así adoptar medidas correctoras que eviten que se repitan hechos similares. Las pequeñas lesiones pueden derivar en problemas graves, por ello en caso de duda, acuda al botiquín de su centro y en ausencia de éste, seguir el Protocolo de accidente.

6. Use, ajuste y repare el E.T. sólo cuando tenga autorización y formación adecuada para desarrollar ese trabajo. Antes de empezar a trabajar en un E.T. sepa exactamente lo que tiene que hacer, en caso contrario, pregunte al mando directo. Fíjese si los resguardos o protecciones del E.T. están colocados y falta alguno y Vd. cree que debiera estar colocado, pregunte al mando. No elimine ni modifique los dispositivos y resguardos de seguridad de los E. T., el objetivo de ellos no es entorpecer el trabajo, sino proteger al trabajador de posibles accidentes. Si está manejando un E.T. nunca trate de limpiarlo, ajustarlo o engrasarlo sin asegurarse antes de que está parado y no hay posibilidad de una puesta en marcha intempestiva. A ser posible, desconecte la alimentación

eléctrica e impida que, mediante enclavamiento y carteles, otra persona pueda conectarlo. No intente reparar algo que desconoce, ni manipular cuadros eléctricos si no es su tarea habitual y no tiene formación adecuada. Informe de ello a su mando superior.

7. Utilice el/los E.P.I./s (2) necesario/s y manténgalo/s en buenas condiciones. La necesidad de utilizar un E.P.I. no es cómodo ni agradable, pero su uso evita posibles daños a su salud. Por ello, acéptelo, hágalo parte de su trabajo y manténgalo en buenas condiciones de uso. Siempre que detecte un defecto de fabricación, desgaste, avería o caducidad en el E.P.I., informe a su superior y pida la sustitución del mismo. Utilice el E.P.I., correctamente y por breve que sea el trabajo a efectuar.

8. Evite distracciones al realizar su trabajo. Preste atención durante todo el tiempo que dure una tarea.

9. Cuando levante una carga, flexione las rodillas, agárrela firmemente y luego, levántela manteniendo la espalda tan recta como sea posible. Levantar manualmente objetos pesados, sin las debidas precauciones, puede ocasionar lesiones irreversibles. El modo correcto, es usar los músculos más fuertes del cuerpo (brazos y piernas) para minimizar el riesgo de accidente.

10. No tome alcohol y/o sustancias estupefacientes antes ni durante la jornada de trabajo. Está prohibido ir a trabajar bajo los efectos de los mismos, para evitar riesgos a su salud y a la de sus compañeros. El alcohol y las sustancias estupefacientes reducen las capacidades de la persona, pudiendo generar un accidente que cause daños irreparables a otras personas o a las instalaciones. Sea solidario con los que cumplen las reglas, por su bien y el de los demás.

11. Tenga especial precaución si trabaja bajo tratamiento médico. Algunos medicamentos pueden producir pérdida de concentración, somnolencia, etc. Si tiene que tomar algún medicamento o algún tratamiento, póngalo en conocimiento del Servicio de Prevención y de su médico de familia, para conocer la influencia del/los medicamento/s con el desarrollo de las tareas de su puesto de trabajo.

12. Cumpla las normas en todos los lugares de trabajo. Son aquellas dictadas por la legislación vigente y todas las normas recogidas en el presente manual que son de aplicación a las actividades indicadas bajo cada epígrafe, independientemente del lugar donde se realicen o por quien sean desarrolladas. En aquellos trabajos que se realizan a la intemperie deberá seguirse la normativa establecida para cada actividad.

(1) E.T. Equipo de Trabajo: Cualquier máquina, aparato, instrumento o instalación utilizada en el trabajo.

(2) E.P.I. Equipo de Protección Individual: Cualquier equipo destinado o ser llevado, sujetado por el trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud, así como cualquier complemento o accesorio a tal fin.

2. PRIMEROS AUXILIOS

Se llama Primer Auxilio al cuidado de emergencia que se debe prestar a una persona lesionada o gravemente enferma, para evitar su muerte, aliviar el dolor, contrarrestar el shock y evitar lesiones secundarias o infecciones, hasta que la asistencia médica llegue. El primer auxilio no se realiza para reemplazar al médico, sino solamente para proteger al lesionado hasta que llegue la asistencia sanitaria.

1. NORMAS GENERALES

1.1. Si no es absolutamente necesario, no se moverá al accidentado. No se pedirá al lesionado que intente realizar cualquier movimiento innecesario del cuerpo y se cuidará de que la parte lesionada esté en una posición tan normal como sea posible, sin tratar de reducir nunca las fracturas ni corregir cualquier deformación de un miembro.

1.2. Se deberá desatar la ropa ajustada, especialmente alrededor del cuello, pecho y cintura; si el rostro del accidentado está enrojecido y congestionado, se le colocará de forma que quede semincorporado; si su rostro está pálido, se pondrá la cabeza al mismo nivel que el cuerpo sin almohada alguna, elevando ligeramente las extremidades inferiores.

1.3. Si el accidentado vomita, se pondrá la cabeza de lado, de tal manera que lo arrojado no se le introduzca en el aparato respiratorio. Se le extraerá de la boca cualquier elemento extraño que pudiera tener. Si la lengua la tiene en la parte posterior, se cogerá su punta y se hará tracción mediante la interposición de algún tejido (pañuelo, etc.) para que no resbale. Si está inconsciente se le colocará en la "posición de seguridad", que se realiza tumbándolo sobre un costado, con el miembro inferior sobre el que descansa con la rodilla y cadera flexionados y el superior del mismo lado extendido hacia atrás por debajo del cuerpo; el miembro inferior del otro lado se dejará extendido normalmente y el superior se llevará hasta tocar con la mano el plano en que se encuentra tumbado, es decir, en la misma dirección hacia la que mire la cara.

1.4. En ningún caso se intentará dar de beber a una persona que está sin sentido; si el accidentado está consciente y no tiene herida abdominal, se le dará toda el agua que desee, pero a pequeños sorbos.

1.5. La persona lesionada gravemente deberá quedar en reposo horizontal y cubierta con mantas, sin que se le permita nunca ponerse de pie y mucho menos caminar.

1.6. Deberá tranquilizar siempre al accidentado, quitándole importancia a su lesión, sin informarle nunca de otros daños que hayan podido sufrir sus compañeros al mismo tiempo que él.

2. HERIDAS

2.1. Limpiar suavemente con agua y jabón o con agua oxigenada, desde el centro hacia los bordes, utilizando gasas pero nunca algodón.

2.2. No se tocará con los dedos o instrumentos el interior de una herida.

2.3. Desinfectar la herida con "desinfectante", previamente vertido en una gasa.

2.4. Cubrir toda la lesión con gasa y, según el tamaño de ésta, sujetar con venda ó esparadrapo.

2.5. Se cubrirán todas las heridas con vendajes compresivos o gasas estériles, o en su defecto cualquier paño limpio.

2.6. Si hay fracturados o personas que sangran y no tienen botiquín, se improvisarán tablillas, camillas, etc., pero sólo por personal entrenado.

3. HEMORRAGIAS

3.1. Se debe comprimir la zona a través de gasas. Si cesa de sangrar cubrir como en el apartado anterior.

3.2. Si prosigue sangrando, aplicar varias compresas de gasa y gruesa capa de algodón, haciendo vendaje bastante compresivo.

4. QUEMADURAS

4.1. Si sólo se observa enrojecimiento de la piel, efectuar un lavado con agua fría. Puede colocarse una compresa húmeda.

4.2. Si existen ampollas no romperlas. Tapar con gasa, algodón y vendaje compresivo.

4.3. Si las ampollas están rotas, lavar con agua fría y aplicar una compresa grasa sobre la que se hará vendaje compresivo como el descrito en el apartado anterior.

5. ELECTROCUCIONES

Para socorrer (desenganchar) a una persona electrizada por una corriente, debe tener en cuenta lo siguiente:

5.1. Corte inmediatamente la corriente, no le toque.

5.2. No olvide que una persona electrizada que se encuentra en un emplazamiento elevado, corre el riesgo de caer en el momento que se corte la corriente.

5.3. Si se tarda demasiado, o resulta imposible cortar la corriente, trate de desenganchar a la persona electrizada por medio de un elemento aislante (tabla, listón, silla de madera....).

5.4. En presencia de una persona electrizada por una corriente de alta tensión, no se aproxime a ella. Se debe llamar inmediatamente a un especialista eléctrico.

5.5. En todos los casos llame inmediatamente a un médico, o en su defecto, a un socorrista cualificado.

6. CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE BOTIQUINES

6.1. Mantener el botiquín siempre totalmente cerrado, pero con total accesibilidad por parte de cualquier trabajador o a través de su mando inmediato.

6.2. El algodón y las gasas se conservarán dentro de sus bolsas.

6.3. Las gasas que se precisen se extraerán de su bolsa con pinzas.

6.4. Los frascos de agua oxigenada o “yodo” se mantendrán siempre cerrados.

6.5. La pinza y tijera estarán limpias. Después de cada uso se esterilizarán. En caso de deterioro se solicitará su reposición.

6.6. Cualquier duda en relación con el adecuado uso de los botiquines será consultada al Personal Facultativo.

3. NORMAS DE SEGURIDAD PARA EL EMPLEO DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

1. NORMAS GENERALES

1.1. Los E.P.I.’s serán de uso obligatorio.

1.2. El E.P.I. debe conservarse en perfecto estado. Si ha sufrido desperfectos deberá solicitar el cambio por otro nuevo.

1.3. La ropa de trabajo deberá llevarse correctamente abrochada y no demasiado holgada, sin partes desgarradas, sueltas o que cuelguen.

1.4. En todo momento deberá usarse, de forma correcta, la ropa de trabajo suministrada por la empresa.

2. PROTECCIÓN DE LA CABEZA

2.1 Los operarios expuestos a objetos que puedan caer o proyectar- se, o a golpes en la cabeza, deberán usar casco.

2.2 En los puestos de trabajo donde exista riesgo de enganche de los cabellos, o se produzca acumulación ocasional o permanente de polvo o algún A.Q. (1), se deberá utilizar el E.P.I. correspondiente u otra prenda adecuada para el caso.

2.3 Aquellos cascos que hayan sufrido impactos violentos, aunque no se les aprecie exteriormente deterioro alguno, deberán ser sustituidos.

2.4 Se deberá usar casco siempre que haya personal trabajando a nivel superior.

(1) A.Q. Agente Químico: Elemento/compuesto químico, solo/mezclado en estado natural/producido, utilizado/vertido en una actividad laboral, se haya elaborado o no de modo intencional y se haya comercializado o no

3. PROTECCIÓN DE LA VISTA

3.1 Se utilizarán gafas de seguridad siempre que se efectúen o presencien trabajos en los que pueda producirse proyección de partículas sólidas o líquidas, emisión de A.Q., etc.

3.2 Si el operario expuesto a peligro para los ojos necesita cristales correctores para la vista, deberá usar sobre-gafas de protección o gafas protectoras con la adecuada graduación óptica.

3.3 En los trabajos con exposición a radiaciones, se deberán usar lentes o cristales con filtro adecuado para las mismas.

4. PROTECCIÓN DEL OÍDO

4.1 Se utilizarán protectores auditivos en todos aquellos trabajos donde el nivel de ruido pueda suponer un riesgo y no se haya podido eliminar o minimizar a niveles no peligrosos.

5. PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES SUPERIORES

5.1 La protección de las extremidades superiores se hará por medio de los E.P.I.'s adecuados (guantes, manguitos…) seleccionados según los riesgos existentes en cada trabajo.

5.2 Queda prohibido el uso de guantes cuando se esté cerca de cualquier elemento en movimiento, giratorio o alternativo, siempre que el puesto de trabajo no lo requiera.

6. PROTECCIÓN DE LAS EXTREMIDADES INFERIORES

6.1 Todo personal de taller y el que trabaje en el interior de las naves, deberá usar botas o zapatos de seguridad con refuerzo en la puntera y piso de goma con dibujo bien marcado.

6.2 Los trabajadores ocupados en tareas con peligro de descarga eléctrica utilizarán calzado aislante sin ningún elemento metálico.

6.3 En aquellos trabajos con desprendimiento de material candente se completará la protección de las extremidades inferiores con polainas, pantalones, atendiendo a la posición del operario y al lugar de trabajo.

7. PROTECCIÓN DEL TRONCO

7.1 En los trabajos con llama abierta, objetos incandescentes o con desprendimiento de material, se usará mandil de cuero.

8. PROTECCIÓN DEL SISTEMA RESPIRATORIO

8.1 Para realizar trabajos en los que exista riesgo de aspirar polvos, gases, vapores o cualquier sustancia nociva, deberán usarse mascarillas, caretas, filtros o equipos respiratorios. Los E.P.I.'s serán los apropiados al riesgo.

8.2 Los filtros serán reemplazados cuando su uso dificulte la respiración o lo prescriba el fabricante.

4. NORMAS DE SEGURIDAD PARA EL TRÁNSITO DE PERSONAS

1. CALZADO

1.1. Deberá emplearse calzado adecuado para cada trabajo a realizar, debiendo ser, en todo caso, con suela antideslizante y deberá mantener el pie sujeto en toda circunstancia.

1.2. El calzado deberá usarse siempre abrochado y perfectamente ajustado al pie, sin modificar las características de origen.

2. AL DESPLAZARSE POR LA PISTA EN LOS CENTROS DE OPERACIONES

2.1. Siempre que sea posible deberán utilizarse aceras y pasos protegidos o señalados, aún cuando representen mayores distancias a recorrer.

2.2. Prestar atención al salir de los recintos cerrado a otros abiertos, al desplazarse por la pista de aparcamiento y al cruzar las vías de circulación del centro de trabajo.

2.3. Tener presente en todo momento la existencia de vehículos en movimiento y en pruebas; estos pueden aparecer de repente después de una intersección de vías y no darles tiempo a frenar.

2.4. Tener en cuenta la posible existencia de capas de aceite, grasa, gas-oíl e incluso hielo. Si se diera esta circunstancia y fuera inevitable caminar por encima, hacerlo con pasos muy cortos.

2.5. Los trabajadores que hayan de realizar su cometido transitando a pie por las pistas, deberán utilizar ropa o chalecos reflectantes siempre.

2.6. Evitar realizar trabajos en la pista en la medida que sea posible y sobre todo en condiciones de poca visibilidad o condiciones atmosféricas adversas.

2.7. Cuando se utilice un vehículo para realizar actuaciones básicas en la pista de aparcamiento, se colocará el mismo de forma que nos sirva como balizamiento y señalización (intermitentes y/o sirena) respecto a otros vehículos en movimiento, y también como iluminación complementaria de la zona de trabajo en condiciones de baja visibilidad.

2.8. Cuando se utilice un carro de trabajo para realizar actuaciones básica en la pista de aparcamiento, se utilizará como balizamiento y señalización respecto a otros vehículos en movimiento, los conos y los focos intermitentes respectivamente, y como iluminación complementaria de la zona de trabajo en condiciones de baja visibilidad el foco de luz complementario a la luz general.

2.9. Tanto el carro de trabajo como el vehículo, se utilizará como medio de transporte para trasladar exclusivamente el equipamiento y los repuestos necesario en dicha actuación básica.

2.10. Para la realización de trabajos ocasionales y de corta duración en la pista de aparcamiento, como la arrancada en el turno de mañana, donde no se lleva carro de trabajo con foco ni conos, sino como máximo el carro de baterías, intentar colocarse en zonas resguardadas y seguras respecto a vehículos en movimiento.

2.11. El cumplimiento de las anteriores medidas deberá extremarse durante las horas nocturnas debido a la reducción del campo de visión, mayor ocupación de la pista de aparcamiento y mayor número de movimiento de vehículos por ella.

3. AL DESPLAZARSE POR EL TALLER

3.1. Siempre que sea posible utilizar los pasos protegidos o señalizados, aun cuando representen mayores distancias a recorrer.

3.2. Nunca ha de saltarse sobre los fosos; se deben emplear las plataformas y escaleras de acceso y plataformas de trabajo o bordearlos.

3.2. Tener en cuenta los desplazamientos propios, los de los demás y la posibilidad de encontrar en el camino equipos de trabajo u otros objetos móviles.

3.3. Nunca pasar o permanecer debajo de cargas suspendidas.

3.4. No acceder ni detenerse en zonas no autorizadas.

3.5. Dar preferencia de paso y facilitar los accesos a otros trabajadores que transporten una carga y se encuentren en su camino.

3.6. No interrumpir el trabajo de los demás. Advertir la intención de paso en un momento adecuado y esperar a poder hacerlo sin riesgos ni interferencia para otros trabajadores.

3.7. Evitar dejar objetos en lugares de paso. Mantener el buen estado de limpieza de pasillos y lugares de trabajo.

3.8. Cuando se transite por una zona en la que haya operarios trabajando, alejarse de ellos porque ellos están protegidos contra el riesgo de su tarea y usted en ese momento no lo está. Si no es posible permanecer a una distancia de seguridad, advertir de su intención de paso siguiendo las normas anteriores.

4. AL SUBIR O BAJAR DEL VEHÍCULO

4.1. Prestar atención a la presencia de escalones o peldaños, especialmente cuando se esté transportando una carga. No fiarse del conocimiento que proporciona la costumbre.

4.2. Utilizar siempre las barras pasamanos existentes, pueden evitar una caída.

4.3. Antes de subir o bajar, cerciorarse que no hay ninguna sustancia resbaladiza en la suela del calzado; si así fuera, limpiarla antes.

4.4. Si es el piso el que está mojado o con grasa y es inevitable pisarlo, debe hacerse dando pasos cortos, separando las piernas lo menos posible y agarrándose a las barras o asideros en todo momento.

4.5. Al subir o bajar del coche, asegurarse de pisar con toda la planta del pie en el piso y tener cuidado con las irregularidades del suelo u objetos presentes en el interior del vehículo o en el exterior.

5. EN LA CALLE

5.1. Tener cuidado especialmente en los bordillos de las aceras y en los alcorques de los árboles.

5.2. Hay que prever la existencia de manchas de grasa, hielo, etc. Si hay que caminar sobre ellas, hacerlo con pasos cortos.

5.3. Se cruzará siempre por pasos de cebra y semáforos.

5.4. Deberá prestarse especial atención a los objetos y obstáculos que existan en las aceras (obras, mobiliario urbano, desperdicios, etc.) así como posibles baches.

5.5. No se debe realizar ninguna actividad (leer, escribir, etc.) mientras se anda; si es necesario, deténgase.

5. NORMAS DE SEGURIDAD EN EL PUESTO DE CONDUCCIÓN DEL AUTOBÚS

1. REGULACION DEL ASIENTO

• Ver protocolo de acceso y regulación del asiento del conductor de autobús urbano Otras recomendaciones:

1.1 El asiento del conductor debe regularse de forma que la posición de trabajo frente al volante, y demás dispositivos, sea lo más cómoda posible y accesibles.

2. REGULACION DEL VOLANTE

2.1 El volante deberá regularse en altura e inclinación para adecuarse a la estatura y envergadura del conductor.

2.2 Se aconseja que la altura sea tal que al asir el volante el antebrazo se mantenga en posición horizontal.

2.3 Regular la inclinación del volante entre 15º y 50º hacia el conductor; los puntos más cercanos y el volante distará del asiento más de 20 centímetros.

2.4 En cualquier caso, el volante no debe contactar con ninguna parte del cuerpo del conductor.

2.5 Para graduar el volante deberá previamente aflojarse la palanca de regulación. En ningún caso se realizará la regulación forzando directamente la posición del volante sin actuar sobre dicha palanca, pues ello podría provocar distensiones musculares y/o posibles accidentes.

2.6 La regulación del volante deberá realizarse de acuerdo con la regulación hecha para el asiento.

3. COLOCACIÓN DE LOS ESPEJOS RETROVISORES

3.1 Los espejos retrovisores deberán regularse de modo que se permita al conductor el mayor campo de visión posible.

4. MOVIMIENTOS DESDE EL PUESTO DEL CONDUCTOR

4.1 Cuando sea necesario modificar la postura normal del conductor (por ejemplo, para realizar alguna labor sobre el cancelador automático), deberá girarse el cuerpo completo, levantándose del asiento si es necesario, y no efectuando exclusivamente el giro sobre la cintura y/o cuello.

4.2 Si necesitamos coger algo del suelo del habitáculo del conductor, hacerlo con precaución, para evitar golpearnos con el cancelador manual u otros elementos ubicados en dicho habitáculo.

5. EMPLEO DE LA MAQUINA EXPENDEDORA DE BILLETES (CONSOLA) Y CANCELADOR MANUAL

5.1 Todas las manipulaciones sobre estos elementos habrán de realizarse sin movimientos bruscos, ajustando las piezas correctamente y cerciorándose de que las fijaciones se encuentran bien aseguradas. Debido a la geometría de los aparatos y a las aristas que presentan, cualquier operación brusca puede traducirse en contusiones o heridas en los dedos.

6. PUERTA DE ACCESO AL PUESTO DEL CONDUCTOR

6.1 La manipulación del mecanismo de apertura y cierre de la puerta, deberá realizarse cuidadosamente, sin accionarlo de golpe y siempre deberá hacerse con la mano.

6.2 Antes de comenzar a circular con el vehículo, el conductor deberá asegurarse de que la puerta se encuentra bien cerrada, si el vehículo puede circular con la puerta abierta, hacer un parte de averías para que lo reparen lo más rápido posible, y pedir que cambien el vehículo. En ningún caso se circulará con la puerta abierta.

10. NORMAS DE SEGURIDAD PARA TRABAJOS EN ZONAS COMUNES Y LOCALES DE MAQUINARIA

1. NORMAS GENERALES

1.1 Prevea si su trabajo puede interferir con el de otros operarios que se encuentren próximos, y advierta de los posibles riesgos que su trabajo puede generar.

1.2 Evitar permanecer en las zonas de riesgo, sino es imprescindible y se dispone de los E.P.I.'s requeridos.

2. PARA TRABAJOS EN EQUIPO

2.1 Siempre que se tenga que trasladar o manipular cargas pesadas o voluminosas, pedir ayuda a otro trabajador. No tratar de hacerlo solo.

2.2 Evite las distracciones a otros operarios cuando estos estén realizando un trabajo.

2.3 Conozca la labor que está realizando su compañero y el lugar donde se encuentra en todo momento.

11. NORMAS DE SEGURIDAD CONTRA RIESGOS ELÉCTRICOS

1. NORMAS GENERALES

1.1 Antes de utilizar un E.T., o instalación eléctrica, debe asegurarse de su perfecto estado.

- No se deben utilizar cables dañados, clavijas de enchufe resquebrajadas, ni aparatos cuya carcasa presente desperfectos.
- Cuando se utilicen cables alargadores, se debe asegurar que sus enchufes sean compatibles con el aparato eléctrico que va a conectar.
- No se debe utilizar cables pelados como clavijas.
- Se debe evitar que se dañen los conductores eléctricos, protegiéndolos especialmente contra las quemaduras, los contactos con productos corrosivos, los cortes producidos por útiles afilados, máquinas en funcionamiento, ángulos vivos, etc.

1.2 Para utilizar un E.T., o una instalación eléctrica, se debe maniobrar únicamente sobre los órganos de mando previstos a este fin por el constructor o instalador.

- Solo las personas autorizadas podrán manipular o modificar los dispositivos de seguridad.
- Solo las personas autorizadas podrán modificar la regulación de los órganos de mando, bloquearlos.
- Para desconectar una clavija de enchufe, se debe tirar siempre de ella, nunca del cable de alimentación.
- Después de terminar el trabajo, se deben desconectar los cables de alimentación y los prolongadores.

1.3 No se deben utilizar E.T. eléctrico, ni manipular sobre instalaciones eléctricas, cuando accidentalmente se encuentren mojadas, o con las manos o los pies húmedos.

- En ambientes húmedos, se debe asegurar que las máquinas eléctricas y todos los elementos de la instalación responden a las condiciones de utilización prescritas para estos casos.

Se debe evitar la utilización de aparatos o equipos eléctricos:

- En caso de lluvia o presencia de humedad.
- Cuando los cables o cualquier otro material eléctrico atraviesen charcos, etc.
- Cuando sus pies pisen agua o cuando alguna parte de su cuerpo esté mojada (los pies y las manos especialmente).

1.4 En caso de avería o accidente, como primera medida debe cortarse la corriente.

1.5 Para reemplazar una lámpara:

- Cortar la corriente desde el interruptor o disyuntor.
- Cuando la lámpara esté alimentada a través de una toma de corriente, retirar por completo la clavija de enchufe de esa toma.

1.6 Para reemplazar un fusible:

- Cortar la corriente desde el interruptor o disyuntor más próximo.
- Para reemplazar los fusibles utilizar siempre otros del mismo tipo e intensidad nominal.
- Antes de volver a poner en servicio la instalación colocar la tapa de protección.
- Si el fusible reemplazado o el corta-circuitos automático rearmado se disparase de nuevo, no cambiar otra vez los fusibles y poner otros de mayor intensidad. Tampoco se debe rearmar la corta-circuito automática. Se debe llamar inmediatamente al servicio de mantenimiento.

1.7 En caso de avería, apagón o cualquier otra anomalía que exceda de las operaciones anteriores, llamar al servicio de mantenimiento. No utilizar el aparato averiado hasta después de su reparación, e impedir que otros lo hagan.

Esta regla se aplica también a las siguientes situaciones:

No se deben suprimir, desplazar, ni rebasar:

- Las balizas o dispositivos de advertencia, destinados a delimitar una zona con riesgo eléctrico.
- Las pantallas destinadas a mantener fuera del alcance los conductores bajo tensión.
- Las fundas o revestimientos aislantes de protección, instalados sobre conductores desnudos bajo tensión o sobre barras colectoras.
- No puentear interruptores diferenciales ni otros elementos de protección.
- Para realizar trabajos de cualquier clase, sobre o en las proximidades de una instalación eléctrica, se deben recibir instrucciones del especialista eléctrico encargado de su protección.
- Para realizar trabajos de cualquier naturaleza en las proximidades de líneas eléctricas de distribución, aéreas o subterráneas, se deben adoptar todas las precauciones necesarias para evitar cualquier contacto con los cables.

2. CENTROS DE TRANSFORMACIÓN

2.1 Los trabajos en los Centros de Transformación sólo serán realiza- dos por el personal especialmente autorizado para ello.

2.2 Queda prohibido el acceso a los Centros de Transformación y la manipulación de cualquier órgano del mismo, al personal que no sea del Servicio de Mantenimiento de dichos Centros.

3. EMPLEO DE LÁMPARAS PORTÁTILES

3.1 Queda prohibido a todo el personal utilizar lámparas portátiles conectadas a tensiones superiores a 24 voltios.

3.2 Antes de conectar una luz portátil, comprobar el buen estado de la manguera y del portalámparas.

3.3 Todas las lámparas portátiles deberán tener su correspondiente clavija de enchufe en buen estado.

3.4 Una vez instalada, se deberá comprobar que la manguera no queda expuesta a golpes o en zonas de altas temperaturas que pudieran deteriorarla.

3.5 El cambio de una lámpara en un portátil se hará siempre con la misma desconectada de la red.

3.6 Siempre que se vea un defecto en un equipo, se avisará al jefe inmediato.

3.7 Tanto al inicio como a la finalización del empleo de una lámpara portátil, deberá comprobarse su perfecto estado.

3.8 No se utilizará nunca una lámpara portátil sin protección

24. NORMAS DE SEGURIDAD PARA TRABAJOS DE OFICINA

1. PARA EVITAR CAÍDAS

1.1. No corra por los pasillos, simplemente camine a velocidad normal.

1.2. No abandone obstáculos en los espacios previstos para el paso.

1.3. Notifique al responsable las anomalías que se detecten y que puedan generar accidentes (baldosas sueltas, alfombras o moquetas con bordes levantados, etc.)

1.4. Al sentarse, utilice toda la superficie de la silla, no lo haga sólo en el borde.

1.5. No se balancee en las sillas; siéntese de manera que todas las patas estén en permanente contacto con el suelo.

1.6. Cada vez que haya que sentarse, asegúrese que la silla se encuentra en el lugar apropiado y a la distancia correcta.

2. EN EL USO DE ESCALERAS

2.1. Suba los peldaños de las escaleras de uno en uno.

2.2. Si circula por una escalera no se distraiga ni desvíe la mirada de los escalones

2.3. Utilice un calzado correcto. Evite las suelas resbaladizas y los tacones demasiados altos.

2.4. Cuando se requiera alcanzar un objeto situado en lo alto de un estante, utilice una escalera, tarima o banqueta, pero no otro elemento no previsto para ese fin.

3. EN EL USO DE ASCENSORES

3.1. No exceda el número de personas ni el peso limitado por el fabricante, ni transporte carga en ellos.

3.2. No entre ni salga cuando una puerta automática se esté cerrando.

3.3. En el interior se ha de procurar moverse lo menos posible y bajo ningún concepto se darán saltos.

3.4. En caso de parada imprevista por mal funcionamiento del ascensor, y se quede atrapado en el mismo, no pierda los nervios accione la alarma y espere a ser rescatado.

4. PARA EL MANEJO DE ESTANTERIAS, ARMARIOS Y ARCHIVADORES

4.1. No utilice los estantes como peldaños de escalera.

4.2. Llene los armarios empezando por su parte trasera, así se evitará el vuelco cada vez que se vayan a abrir las puertas de este.

4.3. Nunca intente sujetar una estantería, armario o archivador que se esté cayendo, apártese inmediatamente

5. PARA EL USO DE PUERTAS

5.1. Abra y cierre las puertas despacio. Las que no son traslúcidas y abren hacia fuera pueden producir golpes a las personas que estén al otro lado.

6. PANTALLAS DE VISUALIZACION DE DATOS

6.1. Ante cualquier trabajo con pantallas, evite en lo posible que la distancia visual cambie con mucha frecuencia o con gran rapidez.

6.2. Evita que la pantalla se posicione de frente o a espaldas a las ventanas, eliminando así brillos y reflejos. La pantalla debe mirarse de frente, no desde un costado.

6.3. Posición de la pantalla:

- La distancia de visión estará comprendida entre 45 y 55 cm para evitar fatiga visual.
- La altura ha de ser tal que el borde superior quede al mismo nivel horizontal que los ojos.
- El ángulo visual para trabajos con pantalla de visualización de datos debe estar entre 10º y 60º por debajo de la horizontal de los ojos del operador.

6.4. Procure desempolvar y limpiar regularmente la pantalla para conseguir una óptima legibilidad del texto.

7. EL TECLADO

7.1. La hilera de teclas media, debe tener una inclinación hacia adelante de 5º a 15º.

7.2. La distancia entre dicha hilera y el borde del plano de trabajo (mesa), debe ser al menos de 16 cm.

7.3. Deben adoptarse medidas contra el deslizamiento del teclado.

7.4. Para la introducción de datos, la inclinación del portadocumento debe corresponder aproximadamente a la de la pantalla. Además es preciso conseguir que la distancia ojo-documento y la distancia ojo-pantalla sean iguales, para evitar constantes acomodaciones del ojo, y prevenir la fatiga. Si la mirada alterna entre el documento y la pantalla, ambos han de situarse cerca.

7.5. Ubicación de las pantallas respecto de las ventanas:

• No conviene que ninguna ventana se encuentre delante ni detrás de la pantalla.

• El eje principal de la línea de la vista del operador debe ser paralelo a la línea de ventanas.

• Dentro del puesto de trabajo, la pantalla debe situarse en el lado o zona más alejada de las ventanas.

26. PREVENCIÓN DE INCENDIOS

Evitar los incendios, que frecuentemente son ocasionados por imprudencias, omisiones o fallos humanos; conocer los principios básicos de la detección y de la extinción y del comportamiento en caso de siniestro, son hoy en día deberes sociales de primer orden en cuanto que la seguridad total es consecuencia de la suma de las actitudes de los individuos que integran la colectividad.

1. CLASIFICACIÓN DE LOS INCENDIOS

Los incendios se clasifican según la naturaleza de los materiales combustibles y de acuerdo con lo siguiente:

CLASE A:

Materiales sólidos combustibles formando llamas y brasas (madera, tejidos, carbón, neumáticos, etc.) con excepción de metales.

CLASE B:

Líquidos combustibles formando llamas (aceites, benzol, grasas, barnices, disolventes, etc.).

CLASE C:

Productos que arden en estado gaseoso o gases inflamables.

CLASE D:

Incendio de metales de elevado carácter reactivo (metales alcalinos, aluminio en polvo).

CLASE E:

Fuegos de instalaciones y equipos eléctricos cuando están bajo tensión.

2. EXTINCIÓN DE INCENDIOS

Para que se produzca un incendio o explosión son necesarios los siguientes factores: combustible, oxígeno o comburente y energía de activación (calor). Estos tres factores forman el triángulo del fuego. La eliminación de cualquiera de ellos determina la desaparición del fuego.

Modernamente se ha visto la necesidad de considerar un cuarto factor: la reacción de los gases desprendidos de la combustión entre sí y con el oxígeno del aire, hasta formar productos inertes (reacción en cadena).

2.1. Estudiaremos cada uno de estos factores:

a.) Combustible:

• Sustancia que en presencia del comburente y aportándole una cierta energía de activación es capaz de arder.

• Los combustibles pueden ser gaseosos, líquidos y sólidos.

• La combustión de los sólidos se caracteriza por la aparición de llamas, brasas y gran cantidad de calor.

• Para que un sólido llegue a arder ha de calentarse hasta una temperatura a la cual se desprendan vapores suficientes para que puedan inflamarse y arder en forma de llamas.

b.) Comburente:

El comburente por excelencia es el oxígeno que se encuentra en el aire en la proporción del 21% en volumen. Si la proporción es inferior al 15%, la combustión se extingue.

c.) Calor:

Manifestación de la energía de activación. Las fuentes de incendios más comunes pueden ser: cigarrillos, chispas, fallos eléctricos, etc.

d.) Reacción en cadena:

Es la reacción sucesiva de los productos intermedios de la combustión entre sí con el oxígeno del aire hasta llegar a productos inertes.

También hay que tener en cuenta que:

1. Una sustancia combustible se incendia y se quema más rápidamente si está repartida finamente y subdividida (para prender fuego al polvo, una pequeña chispa es suficiente). Por eso se debe tener un especial cuidado con las virutas y el serrín de los talleres de carpintería.

2. La falta de humedad y una temperatura inicial elevada, activan la inflamación.

3. No solamente la madera y los textiles, sino también los materiales sintéticos son combustibles.

4. Las materias combustibles, aún colocadas detrás de un revestimiento incombustible (mortero, cemento de amianto, chapas, etc.), pueden prender fuego a consecuencia de una acumulación de calor.

5. Los canales, falsos suelos y otras cavidades semejantes favorecen la propagación del fuego.

6. En los talleres existen varios factores de riesgo: las sustancias inflamables (gasolinas, aceites, desengrasantes, productos de limpieza), los rozamientos mecánicos que constituyen una fuente de calor o de ignición por chispa, las chispas de la soldadura, el desprendimiento de hidrógeno en la zona de carga de baterías y otros fluidos combustibles.

Las acciones encaminadas a eliminar cualquiera de los 4 factores del fuego nos dan diversas formas de extinción de incendios. Estas son:

a.) Por supresión del comburente.

• Sofocación

• Acción encaminada a evitar la llegada de aire a la superficie del combustible, con lo que el fuego se apagará.

b.) Modificación del ambiente

• Consistente en sustituir la atmósfera de aire por otra inerte.

c.) Por supresión del combustible.

• Es la forma más clara de extinción. Como ejemplo podemos citar el cierre de la llave de paso del combustible - líquidos gaseosos – o aislando los combustibles sólidos.

d.) Por eliminación del calor.

• Se trata de enfriar el combustible absorbiendo calor hasta detener la reacción del combustible.

e.) Por inhibición de la reacción en cadena.

• Se basa en proyectar sobre el incendio ciertas sustancias químicas que bloqueen las reacciones, dando productos inertes.

3. MEDIOS DE EXTINCIÓN

Estos equipos pueden agruparse en dos: instalaciones fijas y equipo portátil.

A) INSTALACIONES FIJAS

Se pueden considerar como tales las instalaciones extintoras automáticas, rociadores, bocas de incendio, etc.

B) EQUIPO PORTÁTIL

El más representativo es el extintor cuyo agente está contenido en los mismos, con peso y dimensiones adecuados para su transporte y uso a mano.

Los extintores se fabrican de acuerdo con cada tipo de agente. Los más utilizados son los descritos a continuación:

C) EXTINTOR HÍDRICO

• El mismo extintor se puede fabricar en dos versiones: de agua a chorro y agua pulverizada, teniendo la pistola de este último una larga lanza con un difusor en el extremo.

• La impulsión del agua se consigue con CO_2 o N_2, a presión que puede estar contenido en botellín adicional (caso de extintores compresión adosada) o bien el extintor está presurizado con los gases antes citados denominándose entonces de presión incorporada.

Estos últimos suelen llevar un manómetro indicador de la presión que permite comprobar el adecuado estado del extintor.

• La ventaja de los extintores con presión adosada es su fácil recarga, que sólo afectaría a la sustitución del botellín.

• Generalmente tienen una capacidad de 10 l, su alcance es de unos 8 m (en los de agua pulverizada 1 m) y la duración de su descarga está alrededor de 1 minuto.

Para hacer funcionar estos extintores se realizan las actuaciones siguientes:

1. Sacar la anilla que hace de seguro.

2. Golpear el percutor con la mano (caso de presión adosada). Entonces una aguja taladra una lámina de cobre, liberando el CO_2, que pasa a la parte alta del extintor dándole la presión que impulsará el agua al extintor cuando se accione el gatillo.

3. Apretar el gatillo.

4. Dirigir el chorro a la base de las llamas y barriendo en abanico.

D) EXTINTOR DE POLVO SECO

- Puede ser de polvo seco normal o antibrasa. La impulsión se consigue con CO_2, en forma similar a los hídricos; es decir, con botellón adosado o con presión incorporada.
- Generalmente tienen capacidad de 6 o 12 kg. El alcance es de unos 6 m y el tiempo de descarga de 1 minuto.

Para hacer funcionar este tipo de extintor se realizan los siguientes pasos:

1. Sacar la anilla que hace de seguro.
2. Abrir la válvula de gas impulsor del botellín adosado (si es de presión incorporada no tiene este paso).
3. Apretar la pistola.
4. Dirigir el chorro a la base de las llamas y barriendo en abanico.

Si se utiliza sobre líquidos inflamables, no se debe aproximar mucho al fuego, ya que se corre el peligro de que se proyecte el líquido al exterior. Hay que barrer desde lejos y acercarse poco a poco al fuego.

E) EXTINTOR DE CO_2

- El A.Q. con que está cargado el extintor es anhídrido carbónico a presión. Al abrir la válvula que cierra el extintor, el gas se autoimpulsa depositándose en forma de nieve.
- Sus capacidades pueden llegar hasta 60 kg necesitando, los tamaños mayores, carro para su transporte.
- El alcance se sitúa en torno a los 4 m y el tiempo de descarga es de 1 minuto.
- Por estar el gas a presión, se encuentra licuado y al vaporizarse, cuando sale al exterior, alcanza temperaturas de -40°C por lo que se ha de coger por el mango de la boquilla para evitar quemaduras.

Su manejo es similar a los extintores anteriores descritos. Una vez utilizado conviene tocar con la boquilla alguna parte metálica para descargar la electricidad estática que se produce al salir el gas.

F) OTROS AGENTES EXTINTORES PORTÁTILES:

- La tierra y la arena vertidas pueden sofocar conatos de incendio y contener líquidos y combustibles derramados.
- El vertido de agua es eficaz en un fuego de clase “A”, echando el agua poco apoco y la base de las llamas.
- Las mantas o telas mojadas, y mejor aún, los cobertores de amianto, pueden ser adecuados para apagar el fuego por sofocación.
- A modo de resumen, la adecuación de los agentes extintores a los tipos de fuego se refleja en el cuadro siguiente:

Agentes extintores	Características	Sólidos	Líquidos	Gases	Eléctricos
Agua	A chorro	**	**		
	Pulverizada	***	***	*	*
Espuma	Física	**	**	***	
Polvo	Seco	*	*	***	**
	Antibrasa	***	***	**	**
Anhídrido carbónico		*	*	*	***
Halones		**	***	**	***

- En los fuegos de clase “D” (M), cada caso debe ser objeto de estudio particular.
- Los asteriscos representan la idoneidad del producto respecto al tipo de fuego:

*** Muy bueno

** Bueno

* Regular

4. NORMAS DE ACTUACIÓN

En caso de producirse el conato de incendio y a fin de limitar su extensión, se tendrá en cuenta entre otras, las siguientes normas de actuación:

4.1. Debe utilizarse el extintor que esté más próximo al incendio. Seguramente es el más idóneo. No obstante, asegúrese de que es el adecuado al tipo de incendio a extinguir.

4.2. Siempre que las actuaciones para atacar el incendio no se dificulten grandemente a consecuencia del humo, no deben abrirse puertas ni ventanas ya que provocarían un “tiro” que favorecería la expansión del incendio.

4.3. Recordar que una protección improvisada es colocarse un pañuelo húmedo cubriendo la entrada de las vías respiratorias, procurando ir agachado a ras del suelo, pues el humo por su densidad, tiende a ir hacia arriba.

4.4. La posición más ventajosa para atacar el fuego es colocarse de espaldas al viento en el exterior o a la corriente en el interior de un local.

4.5. Aprovechar siempre el alcance de lanzamiento del agente extintor colocándose a la máxima distancia, siempre y cuando dicho agente llegue a las llamas.

4.6. Se debe dirigir el chorro de salida hacia la base de las llamas, barriendo en zig-zag y desde la parte más próxima a nosotros hacia el interior del incendio.

4.7. En los extintores en los que se controla la salida del agente extintor mediante la actuación de un “gatillo”, accionar éste solamente cuando se dirija el chorro a la base de las llamas; de esta forma ahorraremos un gasto del agente que se desperdiciaría inútilmente.

4.8. En los extintores que disponen de gas impulsor, sale éste al agotarse el agente extintor, debiendo en dicho momento dejar de utilizarlo, pues la aplicación de dicho gas favorecería el incendio.

4.9. Un extintor ya utilizado, no se debe volver a colocar en su sitio sin haberlo cargado previamente.

4.10. Es mejor actuar con varios extintores que de uno en uno, tomando la precaución de no enfrentarlos entre sí.

4.11. Si se inflaman las ropas, no se debe correr: las llamas aumentarían. Revolcarse por el suelo y/o envolverse con mantas o abrigos. Si es otra la persona que vemos en dicha situación, tratar de auxiliarla actuando de igual forma.

4.12. Como última y elemental medida de seguridad, NO EXPONERSE INUTILMENTE; avanzar en el fuego siempre que no haya duda de que lo que queda detrás queda bien apagado; si el humo espeso dificulta la respiración o se aprecian gases tóxicos por el olor o el principio de mareo, retroceder inmediatamente.

5. PREVENCIÓN

El factor humano puede ser determinante en la generación de un incendio. En este sentido, las medidas más elementales que están a nuestro alcance para evitar su aparición son:

5.1. La limpieza y el orden en los lugares de trabajo y almacenamiento, son fundamentales para evitar incendios.

5.2. Eliminar la presencia de residuos inflamables, evitando su formación, y recogiéndolos cada vez que se produzcan.

5.3. Cuando se necesite emplear líquidos inflamables, deben almacenarse en la cantidad estrictamente necesaria para el proceso.

5.4. Se transportarán los combustibles en recipientes estancos.

5.5. Emplear los líquidos inflamables con la ventilación adecuada.

5.6. Seguir el método establecido de manipulación y trasvase de líquidos inflamables para evitar accidentes, derrames y situaciones peligrosas.

5.7. Queda prohibido fumar o introducir útiles de ignición en los emplazamientos donde existan materiales inflamables.

5.8. No exponer a los rayos solares ni a otras fuentes de calor (motores, etc.), los recipientes a presión ni los productos inflamables.

5.9. No sobrecargar las líneas eléctricas ni puentear interruptores diferenciales ni automáticos.

5.10. No producir chispas originadas por manipulación, golpeteo o roces mecánicos en las proximidades de líquidos inflamables.

5.11. Tener cuidado durante la manipulación y almacenamiento de compuestos de bajo punto de inflamación (gasolina, butano, acetileno, etc.). En las zonas en que se realicen estas operaciones está terminantemente prohibido encender fuego o fumar.

5.12. En los cuartos de calderas o de depósito de combustible se evitará el almacenamiento de materiales ajenos a la instalación. En sus puertas se hará constar la prohibición expresa de entrada de personal ajeno al servicio de las calderas.

5.13. Las fugas y goteos de combustible se solucionarán a la mayor brevedad. En todo caso se dará conocimiento al mando inmediato.

5.14. Mantener en buen estado las instalaciones de calefacción, eléctrica y de alumbrado, no sobrecargando los conductores ni los enchufes.

5.15. Utilizar el alumbrado mínimo necesario y desconectar los aparatos eléctricos que no se precisen. A la electricidad se atribuye el 20% de los siniestros. ESTA PROHIBIDO EL EMPLEO DE APARATOS DE RADIO, HORNILLOS Y CALEFACTORES DE FABRICACIÓN PROPIA.

5.16. Evitar el tendido de cables por debajo de alfombras, moquetas u otros recubrimientos.

5.17. Prestar la máxima atención en las operaciones que impliquen la utilización de generadores de calor. No dejar por olvido fuentes de calor conectadas.

5.18. Mantener adecuadamente los medios de detección y extinción contra incendios.

5.19. Se debe conocer donde están colocados los extintores y las bocas de incendio, debiendo mantenerse libres de toda clase de obstáculos que puedan impedir en un momento dado el acceso a los mismos.

6. VÍAS DE EVACUACIÓN

Son los posibles caminos a utilizar en la acción de desalojar un local en el que se ha declarado un siniestro. Pueden ser vías horizontales (pasillos y puertas) y/o verticales (escaleras u otros medios adecuados).

Todo el personal debe conocer los caminos de salida de emergencia. Todas las vías disponibles en cualquier edificio son aptas para canalizar la evacuación del personal, siempre que no estén obstruidas por el propio siniestro.

En caso de producirse un incendio, recordar las siguientes normas de actuación:

1. No hacer uso de ascensores.

2. Si se inflaman las ropas, no correr.

3. No dejarse dominar por el pánico.

4. Comunicar la existencia del incendio con sistemas adecuados (no a gritos) y ponerlo en conocimiento de algún superior.

5. Intentar apagarlo si está formado o se tienen conocimientos básicos con el extintor más próximo.

6. Si se corre peligro, no arriesgarse.

7. Abandonar el local siguiendo las indicaciones de las normas de evacuación.

8. Caminar deprisa, sin detenerse y sin correr.

9. No obstruir puertas ni pasillos.

27. OBLIGACIONES Y DERECHOS DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

1. Corresponde a cada trabajador velar, según sus posibilidades y mediante el cumplimiento de las medidas de prevención que en cada caso sean adoptadas, por su propia seguridad y salud en el trabajo y por aquellas otras personas a las que pueda afectar su actividad profesional, a causa de sus actos y omisiones en el trabajo, de conformidad con su formación y las instrucciones del empresario.

2. Los trabajadores, con arreglo a su formación y siguiendo las instrucciones del empresario, deberá en particular:

a) Usar adecuadamente, de acuerdo con su naturaleza y los riesgos previsibles, los E.T.´s, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte y, en general, cualesquiera otros medios con los que se desarrollen su actividad.

b) Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados por el empresario, de acuerdo con las instrucciones recibidas de éste.

c) No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existente o que se instalen en los medios relacionados con su actividad o en los lugares de trabajo en que ésta tenga lugar.

d) Informar a su superior jerárquico directo y a los trabajadores designados para actividades de prevención de riesgos laborales o, en su caso, al servicio de prevención, acerca de cualquier situación que a su juicio, entrañe por motivos razonables, un riesgo para la seguridad y la salud de los trabajadores.

e) Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.

DERECHOS DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

1. Los trabajadores tienen derecho a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo. El citado derecho supone la existencia de un correlativo deber del empresario de protección de los trabajadores frente a los riesgos laborales

2. Los trabajadores, tendrán derecho por parte del empresario a que adopte las medidas necesarias con el fin que los equipos de trabajos sean adecuados para el trabajo que deba realizar y convenientemente adaptados a tal efecto, de forma que garantice la seguridad y la salud de los trabajadores:

- La utilización del equipo de trabajo quede reservada a los encargados de dicha utilización.
- Los trabajos de reparación, transformación, mantenimiento o conservación sean realizados por trabajadores específicamente capacitados para ello.

3. El empresario deberá proporciona a sus trabajadores equipos de protección individual adecuados para el desempeño de sus funciones.

4. Los equipos de protección individual deberán ser utilizase cuando los riesgos no se puedan evitar o no puedan limitarse suficientemente por medios técnicos de protección colectiva.

5. Los trabajadores tendrán derecho a recibir por parte de empresario una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia de prevención de riesgos laborales, tanto en el momento de la contratación, cualquiera que sea su modalidad o duración de esta, cuando se produzcan cambios en las funciones que se desempeñen o se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo. La formación deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador.

6. La formación deberá impartirse siempre que sea posible dentro de la jornada de trabajo. Dicha formación correrá a cargo del empresario a través de medios propios o contratándola en servicios ajenos y en ningún caso los costes de dicha formación recaerán en el trabajador.

7. Los trabajadores tendrán derecho a conocer los riesgos que derivan de su trabajo.

8. Los trabajadores tendrán derecho por parte del empresario a una vigilancia de la salud, de forma periódica.

ANEXO 1 PROTOCOLO AGRESIONES

La prestación de la actividad de servicio público al ciudadano desarrollado por los trabajadores de la EMT, tanto por los conductores en línea, como por el resto del personal que realiza tareas en calle, puede producir en ocasiones determinadas situaciones de tensión o conflicto entre los trabajadores y ciudadanos, ya sean estos usuarios o no de nuestros servicios.

Dichas actuaciones de conflicto deberán ser tratadas por los trabajadores de la EMT, evitando en la medida de lo posible que el incidente pueda llegar a convertirse en una agresión, procurando aplicar a las mismas todos aquellos recursos que estén a su alcance. En el caso de que se produzca la agresión al trabajador de EMT, éste deberá poner en funcionamiento el protocolo que a continuación se aprueba para tratar de minimizar en la medida de lo posible con su aplicación las consecuencias judiciales que toda agresión puede tener para los trabajadores de la EMT.

En virtud de lo expuesto, y para aquellos casos en los que se produzca una agresión ya sea verbal o física por parte de terceros, tanto a los conductores en línea como al personal con servicio en calle, el Comité de Seguridad y Salud tras las pertinentes deliberaciones, ha aprobado por unanimidad el siguiente protocolo de actuación:

1º.-Pasos a seguir en caso de producirse una agresión verbal.

En aquellos casos en los que el trabajador de la EMT en el ejercicio de su actividad laboral recibe de un tercero insultos y/o amenazas de cualquier clase deberá evitar, en primer lugar y en la medida de lo posible, responder a dichos insultos y/o amenazas procurando en todo caso solicitar la colaboración de terceras personas que intercedan para evitar que sea agredido y para que en calidad de testigos puedan aportar su testimonio en un futuro procedimiento penal.

A tal efecto y en segundo lugar deberá solicitar de éstos los datos personales que permitan una posterior identificación del testigo tales como nombre y apellidos, domicilio, teléfono, etc. Si en el momento de producirse la agresión verbal o en el momento inmediatamente anterior el conductor puede contactar con la CRA o SAE a los efectos de que por éstos se solicite la presencia policial que permita identificar al agresor, lo hará en los términos que se especifican en el presente protocolo para los supuestos de agresión física. Si por otra parte el trabajador agredido verbalmente no puede contactar con la CRA o SAE y puede hacerlo directamente con algún agente o servicio policial, preferentemente del Cuerpo de la Policía Municipal, deberá hacerlo y posteriormente comunicar la incidencia a la CRA o SAE. Que a su vez lo comunicará al personal del Servicio de Seguridad de servicio.

2º.- Pasos a seguir en caso de producirse una agresión física:

En caso de disponer el vehículo de mampara de protección, no hay que abandonarla.

A) Comunicación de emergencia.

• Servicio de conductores en línea.

1. En el momento inmediatamente anterior a aquel en el que conductor prevea la posibilidad de ser agredido, accionará el pisón de emergencia o cualquier otro medio de comunicación a su alcance del cual pueda hacer uso, incluido el teléfono de emergencias 900 848 848.
2. En caso de producirse la agresión, el conductor se pondrá en contacto con su superior más inmediato a través del SAE y éste a su vez comunicará de manera inmediata con el personal del Servicio de Seguridad. Estas comunicaciones se efectuarán a través de cualquier medio de comunicación que sea posible tal como teléfono móvil o teléfono de emergencia, procediendo a facilitar toda la información sobre la agresión así como el lugar donde se encuentra el trabajador agredido y se mantendrá el contacto con el operador de la CRA o SAE de manera ininterrumpida hasta la llegada bien del servicio móvil de la Empresa, bien de los servicios de emergencia.
3. En caso de ser posible, el conductor deberá recabar toda la información que pueda resultar útil para identificar al agresor o agresores de cara a una futura denuncia ante la jurisdicción penal, que será mucho más eficaz si se ha hecho uso del pisón de emergencia. Por lo que respecta a los testigos de la agresión y de

cara a poder entablar contacto con ellos a efecto de que aporten información útil tanto ante la Empresa como ante cualquier organismo administrativo o judicial, sería muy conveniente recabar de aquellos al menos su nombre, domicilio y teléfono, para poder ejercitar acciones posteriores.

• Resto del personal en calle.

1. Una vez producida la agresión, el trabajador agredido se pondrá en contacto con su superior más inmediato a través de la CRA, SAE o con personal del Servicio de Seguridad, procediendo a facilitar toda la información sobre la agresión que su estado le permita, tanto en relación con su persona como el lugar donde se encuentra, y se mantendrá en contacto con los mismos de manera ininterrumpida hasta la llegada bien de la unidad móvil de la Empresa, bien de los servicios de emergencia.
2. En caso de ser posible, el trabajador deberá recabar toda la información que pueda resultar útil para identificar al agresor o agresores de cara a una futura denuncia ante la jurisdicción penal, aplicándose lo dispuesto en el punto anterior en relación con los testigos de la agresión.

B) Recepción de llamadas de emergencia.

Tanto en avisos por medio del pisón de emergencia del autobús, como a través de llamadas telefónicas, o cualquier otro medio de comunicación y una vez que se verifique que el aviso no es una falsa alarma, la Empresa se pondrá en contacto con el Servicio de Emergencias del 112 o Policía Municipal, si fuese el caso y se enviará al lugar de los hechos una unidad móvil de la Empresa.

La Empresa no perderá el contacto con el trabajador agredido hasta la llegada de la unidad móvil de la Empresa o de los Servicios de Emergencia (Policía Municipal o SAMUR). Asimismo será necesario notificar la agresión al control del Centro de Operaciones o al departamento al que pertenezca el agredido mediante cualquier medio de comunicación disponible y en tiempo real, para poder actuar y tomar las medidas pertinentes.

En caso de que el trabajador agredido pertenezca al servicio nocturno, la CRA o el SAE comunicarán también la agresión a los responsables del servicio y al Servicio de Seguridad.

Pasos a seguir por el conductor en caso de posible agresión:

1º Accionar pisón de emergencia.

2º Apertura de megafonía desde CRA o el SAE

3º En caso de que se confirme por parte del conductor ya sea por megafonía o a través de mensaje por medio de la consola la existencia de una posible agresión se activará el mecanismo de emergencia expuesto.

C) Intervención del mando de la Empresa desplazado al lugar de la agresión:

Una vez que el mando de la Empresa se encuentre en el lugar de los hechos, acompañará al trabajador en todo momento e intentará recabar y valorar todas las circunstancias para completar todos los datos que el propio agredido haya podido obtener, para la identificación de los agresores y esclarecimiento de los hechos de cara a una posible denuncia ante la jurisdicción penal. Acto seguido, y una vez que el agredido haya sido atendido por el SAMUR de cara a verificar su estado, el mando de la Empresa acompañará al trabajador donde proceda, bien a continuar su servicio, al hospital o a su domicilio. Posteriormente, el mando de la Empresa procederá a la entrega de un modelo de parte de agresión al trabajador agredido que éste cumplimentará tan pronto como le sea posible.

D) Parte de lesiones del SAMUR.

• Parte de lesiones con dos opciones:

1. Una vez atendido el trabajador agredido si los Servicios de Emergencia consideran que éste puede seguir trabajando, continuará el servicio y procederá a rellenar el parte de agresiones tan pronto como sea posible.
2. Una vez atendido el trabajador agredido, si los Servicios de Emergencia consideran que éste no puede seguir trabajando y si no ha sido trasladado a un hospital por parte del SAMUR, la unidad móvil de la Empresa trasladará al trabajador agredido al Servicio de Prevención de la Empresa para ser revisado facultativamente, siendo posteriormente el trabajador trasladado a su domicilio con los medios que la Empresa disponga entregándosele un modelo de parte de agresiones para que lo entregue tan pronto como sea posible e indicándole que debe contactar con el Servicio de Seguridad.

• Parte de lesiones con traslado a un Centro Hospitalario con dos opciones:

1. Si el trabajador queda ingresado en un Centro Hospitalario se avisará a su familia permaneciendo acompañado por un mando de la Empresa hasta la llegada de ésta.
2. Si el trabajador no queda ingresado después de una revisión más exhaustiva en el centro hospitalario, será trasladado por la unidad móvil de la Empresa a su domicilio o a su centro de trabajo, y se le entregará un modelo de parte de agresiones para que lo entregue tan pronto como sea posible.

E) Toma de declaración y presentación de la denuncia:

En caso de que por voluntad del trabajador agredido o por petición de la Policía sea necesario prestar declaración, ésta se realizará salvaguardando los derechos básicos del trabajador y en presencia de un Letrado de la Empresa el cual se encargará de asistir legalmente a aquel hasta el esclarecimiento de los hechos.

F) Comunicación de agresiones al Comité de Seguridad y Salud. En caso de producirse una agresión grave o muy grave, se informará de la misma desde la Dirección de la Empresa al Presidente del Comité de Empresa y a los Secretarios del Comité de Seguridad y Salud, en caso de que la agresión sea muy grave se informará también a los Delegados de Prevención y se convocará, con acuerdo de ambas partes, una reunión extraordinaria del Comité de Seguridad y Salud si fuera necesario.

G) Atención psicológica. En caso de ser necesario, el Servicio de Prevención de la Empresa proporcionará atención psicológica al trabajador agredido, pudiendo derivarse dicha atención a través de la trabajadora social de la Empresa quien valorará la situación del trabajador.

H) Información a los trabajadores. La Empresa publicará en la página Web interna de la misma y en los tablones de Seguridad y Salud de los Centros de Operaciones, el protocolo de agresión acordado, y a su vez, se entregará copia del mismo a todos los trabajadores que presten su servicio en calle.

ANEXO 7 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE DE TRABAJO.

ACTUACIÓN EN CENTROS DE OPERACIONES

Cuando un trabajador sufra un accidente en su puesto de trabajo, o en el desplazamiento de su domicilio al trabajo o del trabajo a su domicilio, en función de la gravedad de aquél o del horario en el que se produzca, se debe acudir para recibir la primera asistencia a:

1º EN CASO DE ACCIDENTE LEVE

Acudir a su jefe inmediato superior para poner en su conocimiento la existencia del hecho, elaborando posteriormente el parte de accidente. En función del horario en que se produzca el accidente, acudir con el parte de accidente para recibir la primera asistencia a uno de los siguientes centros:

- Al botiquín del depósito/estación a que pertenece en horario de 7:30 a 11:00 y/o de 11:30 a 14:30 horas de lunes a viernes, según el horario de asistencia por el ATS de dicho botiquín.
- Al Servicio Médico de la Empresa C/ Cerro de la Plata, 4, de 7:30 a 21:00 horas de lunes a viernes. Sábados, domingos y festivos de 8:30 a 21:00 horas.
- A la Clínica Rúber C/ Juan Bravo, 49, fuera del horario anteriormente citado.

2º. ANTE UN ACCIDENTE LEVE O GRAVE QUE, APARENTEMENTE PRECISE ATENCIÓN MÁS RÁPIDA

Trasladar al accidentado directamente a la Clínica Rúber en la C/ Juan Bravo, 49, o trasladarle al Hospital más cercano.

3º. EN CASO DE ACCIDENTE DE URGENCIA VITAL

Llamar al 112 o traslado al Hospital más cercano, y comunicación urgente del accidente al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral al teléfono: 91 406 88 44

4º. EN CASO DE FALLECIMIENTO

Comunicación urgente del fallecimiento al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral al teléfono: 91 406 88 44

5º. URGENCIAS OFTALMOLÓGICAS

Traslado directo al Hospital más cercano y posteriormente, acudir al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral en la C/ Cerro de la Plata, 4, para continuar el Protocolo de actuación como en otras urgencias traumatológicas.

ACTUACIÓN EN CALLE

Cuando un trabajador sufra un accidente en su puesto de trabajo, o en el desplazamiento de su domicilio al trabajo o del trabajo a su domicilio, en función de la gravedad de aquél o del horario en el que se produzca, se debe acudir para recibir la primera asistencia a:

1º. EN CASO DE ACCIDENTE LEVE

Acudir a su jefe inmediato superior para poner en conocimiento la existencia de del hecho, elaborando posteriormente el parte de accidente. El responsable de elaborar el parte de accidente, solamente lo emitirá cuando el trabajador haya comunicado el accidente en el mismo día en el que éste se produce, ya sea

personalmente si el accidente se produjo durante su jornada laboral, y telefónicamente o presentando informe de asistencia médica si el accidente fue in itínere.

En función del horario en que se produzca el accidente, acudir con el parte de accidente para recibir la primera asistencia a uno de los siguientes centros:

- Al botiquín del depósito/estación a que pertenece en horario de 7:30 a 11:00 y/o de 11:30 a 14:30 horas de lunes a viernes, según el horario de asistencia por el ATS de dicho botiquín.
- Al Servicio Médico de la Empresa C/ Cerro de la Plata, 4, de 7:30 a 21:00 horas de lunes a viernes. Sábados, domingos y festivos de 8:30 a 21:00 horas.
- A la Clínica Rúber C/ Juan Bravo, 49, fuera del horario anteriormente citado.

2º. ANTE UN ACCIDENTE LEVE O GRAVE QUE, APARENTEMENTE, PRECISE ATENCIÓN MÁS RÁPIDA

Trasladar al accidentado directamente a la Clínica Rúber en la C/ Juan Bravo, 49, o trasladarle al Hospital más cercano.

3º. EN CASO DE ACCIDENTE DE URGENCIA VITAL

Llamar al 112 o traslado al Hospital más cercano, y comunicación urgente del accidente al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral al teléfono: 91 406 88 44

4º. EN CASO DE FALLECIMIENTO

Comunicación urgente del fallecimiento al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral al teléfono: 91 406 88 44

5º. URGENCIAS OFTALMOLÓGICAS

Traslado directo al Hospital más cercano y posteriormente, acudir al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral en la C/ Cerro de la Plata, 4, para continuar el Protocolo de actuación como en otras urgencias traumatológicas.

PROCEDIMIENTO PARA EL TRASLADO DE TRABAJADORES ACCIDENTADOS

En el caso de producirse un accidente en el que el trabajador precise ser trasladado, tanto al Servicio de Prevención y Salud Laboral como a la Clínica Rúber o al Hospital más cercano, se llevará a cabo dicho traslado mediante uno de los siguientes medios, según la valoración que por la urgencia o por la situación del accidentado, decida el ATS o el Jefe superior que atienda al mismo:

1º TRASLADO EN TAXIS

La Empresa tiene suscrito un concierto con la compañía de taxis (AGAM), y el trabajador no tiene que pagar el importe del taxi. Para utilizar el servicio de taxis se efectuará la llamada telefónica a los teléfonos: 91 447 32 32 o 91 447 51 80

Indicando:

- Nº de cliente 810 (EMT)
- Nombre y teléfono de la persona que llama
- Dirección donde se debe recoger al trabajador

El responsable que atienda al trabajador accidentado y pida un taxi, en el caso de que el mismo o alguna otra persona le acompañe, solicitarán del taxista la emisión de un justificante del recorrido, que posteriormente firmará uno de ellos y trasladará a su Jefe superior, quien lo hará llegar al Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral en la C/ Cerro de la Plata, 4.

En el supuesto de que por alguna razón, el accidentado no sea acompañado por ninguna persona, éste solicitará igualmente al taxista la emisión del justificante del recorrido, el cual una vez firmado en este caso por el accidentado, será entregado en el Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral en la C/ Cerro de la Plata, 4, en el momento que sea posible.

2º TRASLADO EN AMBULANCIA Si el responsable que atienda al accidentado cree que el trabajador debe ser trasladado en ambulancia, deberá llamar a AMBULANCIAS SANTA SOFIA al teléfono:

91 311 28 75

Indicando:

- Nombre de la Empresa y del trabajador
- Dirección donde se le debe recoger
- Dirección a la que se debe trasladar

3º. EN CASO DE URGENCIA VITAL

En caso de URGENCIA VITAL:

Llamar al 112 directamente o a través de radio

Nota: Ante cualquier duda que pueda surgir respecto a lo anteriormente expuesto, se ruega se consulte directamente con el Servicio de Prevención de Riesgos y Salud Laboral, en el teléfono 91 406.88.44 hasta las 21 horas.

ANEXO 8 PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE MUJERES EMBARAZADAS, PARTURIENTAS O LACTANCIA

Procedimiento a realizar en caso de mujeres embarazadas:

• Si la mujer embarazada es personal de talleres, (ej. Oficial de taller, Especialista de limpieza, etc.), no deberán manipular cargas, ni realizar esfuerzos físicos, ni movimientos de flexo-extensión de la columna lumbar o tareas que supongan compresión abdominal o posturas forzadas. No deben manipular productos químicos. No deben realizar trabajos nocturnos o a turnos. En general, no deben estar expuestas a condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras o del feto.

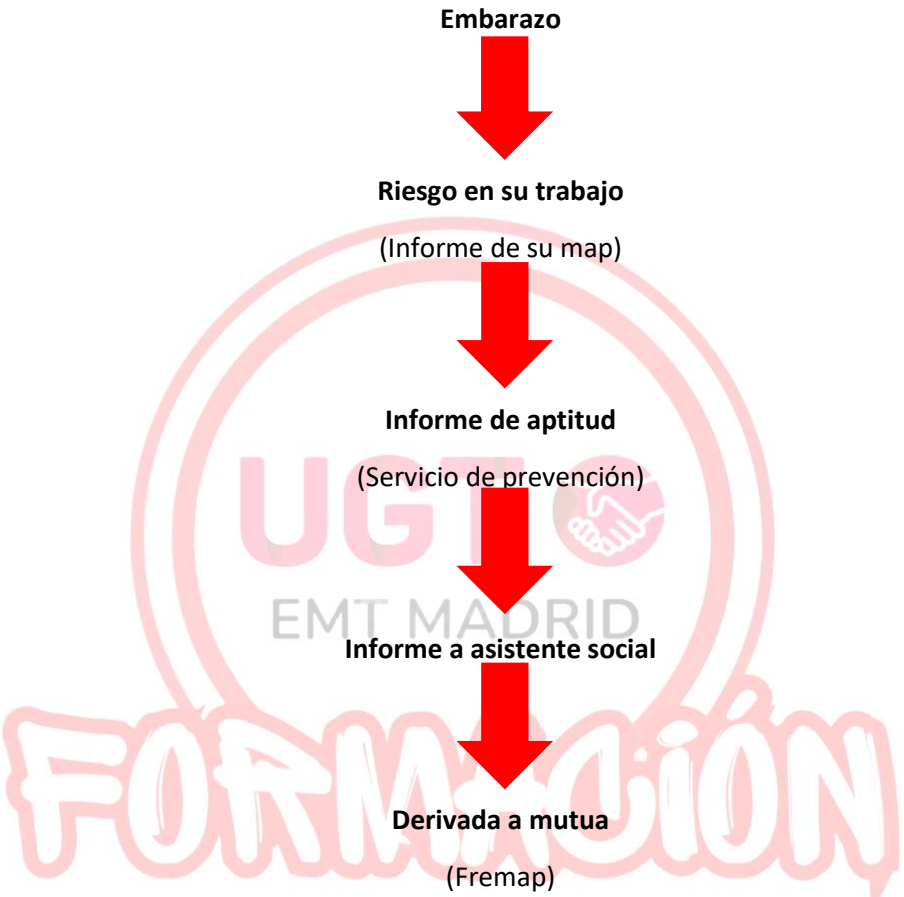
• Si la mujer embarazada es conductora:

1. Dejar de conducir autobuses en línea a partir del 3er mes de embarazo.
2. Se la deriva a la mutua concertada (Fremap) mediante la tramitación de la documentación necesaria.

• Si la mujer embarazada ocupa cualquier otro puesto de trabajo que suponga cualquiera de los riesgos descritos en el primer apartado:

1. En el momento en que se considera por su MAP que su trabajo supone un riesgo para su embarazo y en cualquier caso siempre a partir del 3er mes de embarazo se le deriva mediante la tramitación de la documentación necesaria a la mutua concertada (Fremap).

2. Protocolo de actuación embarazo de riesgo:



UGT EMT MADRID FORMACIÓN