


R.3	<u>CAÍDA DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL</u>	
UNED	<p>CONTENIDO: CAÍDA DE ALTURA PRODUCTO DEL DESARROLLO DE TRABAJOS EN ZONAS ELEVADAS, MANEJO DE ESCALERAS MANUALES. ACCESO A CUBIERTAS, ANDAMIOS Y OTRAS ZONAS E INSTALACIONES CON RIESGO DE CAÍDA DE ALTURA. ACCESO Y POSICIONAMIENTO MEDIANTE CUERDAS EN TRABAJOS TEMPORALES EN ALTURA.</p>	

MEDIDAS PREVENTIVAS

ÁREAS / LUGARES

- El **acceso a zonas elevadas** con peligro de caídas a distinto nivel siempre ha de llevarse a cabo con dispositivos estables y adecuados (escaleras, andamios y equipos de trabajo debidamente certificados) y, si es necesario, utilizando sistemas de protección anticaídas adecuados y certificados. Los equipos de trabajo deberán estar estabilizados por fijación o por otros medios.
- Cuando sea necesario, las zonas de los lugares de trabajo en las que exista riesgo de caída, de caída de objetos o de contacto o exposición a elementos agresivos, deberán estar claramente **señalizadas**.
- En los **trabajos en cubiertas** se deben tener en cuenta los siguientes aspectos:
 - Consultar previamente con el personal del Departamento de Infraestructura antes de iniciar cualquier trabajo en cubiertas.
 - No trabajar en condiciones climatológicas desfavorables: excesivo viento, lluvia, poca iluminación, suelos helados...
 - En los desplazamientos por las cubiertas, utilizar las escaleras de servicio y los elementos de paso instalados a tal efecto.
 - Evitar el desarrollo de los trabajos por un único trabajador en aquellas cubiertas que presenten riesgos.
 - Cuando resulten necesarios, hacer uso de sistemas de protección anticaídas adecuados.
- Mantener en todo momento el **orden** y la **limpieza** en los locales y áreas de trabajo donde se realice cualquier tipo de tarea. Recoger toda la herramienta y el material al finalizar la jornada. Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.
- En general, deberá hacerse uso de los elementos de **protección colectiva** instalados, dando prioridad a estos sobre los equipos de protección individual.

PUESTOS / TAREAS

- En función de las operaciones desarrolladas, así como de los métodos y medios utilizados, cada trabajo debe disponer, por escrito, de una **normativa de seguridad** que minimice los riesgos. Antes de iniciar su actividad, el conjunto del personal afectado deberá recibir **información** sobre:
 - Los riesgos existentes en la operación a desarrollar.
 - La importancia del cumplimiento de las instrucciones ofrecidas.
 - Las normas y procedimientos de seguridad, tanto en lo que se refiere al trabajo en general como al destino, puesto o tarea asignados en particular.

Esta normativa deberá incluir la secuencia de las operaciones a desarrollar para realizar un determinado trabajo, con inclusión de los medios materiales (de trabajo o de protección) y humanos (cualificación o formación del personal) necesarios para llevarlo a cabo.
- Dada la importancia de una aplicación estricta de los protocolos de trabajo seguro elaborados por los distintos Departamentos, Servicios y Unidades para el desarrollo de este tipo de actividades, también se deberá proporcionar al personal afectado, antes de iniciar su actividad y de manera periódica, **formación** en materia de seguridad a un nivel adecuado a su responsabilidad y al riesgo existente en su puesto de trabajo.
- Cuando así se establezca, deberá solicitarse **autorización o supervisión** para el desarrollo de los trabajos que lo requieran. En operaciones con riesgo de caída de altura, la conducta ha de estar regida por la responsabilidad y el sentido común.
- En el desarrollo de tareas con riesgo de caída a distinto nivel, evitar **movimientos bruscos** y no adoptar **posiciones peligrosas**, especialmente en trabajos en cubierta que puedan hacer caer al operario.
- En el caso de los **andamios**:
 - La estabilidad deberá garantizarse con elementos de apoyo protegidos contra el riesgo de deslizamiento.
 - Las dimensiones, la forma y la disposición de las plataformas de un andamio deberán ser apropiadas para el tipo de trabajo a realizar, ser adecuadas a las cargas que hayan de soportar y permitir que se trabaje y circule en ellas con seguridad.
 - Los andamios sólo podrán ser montados, desmontados o modificados sustancialmente bajo la dirección de una persona con formación adecuada y específica para las operaciones previstas. Esta persona inspeccionará los andamios periódicamente.
- En el caso de las **escaleras de mano**:
 - Antes de proceder a su uso, comprobar el correcto ensamblaje y buen estado de largueros, peldaños, zapatas y demás componentes.
 - Asegurar la estabilidad de la base asentando ésta sobre una superficie plana haciendo uso de los mecanismos que impiden su deslizamiento. Cuando sea necesario, la fijación de la escalera se asegurará siendo sostenida por un segundo trabajador durante su uso.

- Deberán tener la resistencia necesaria para que su uso no suponga un riesgo de caída por rotura y ofrecer las necesarias garantías de estabilidad, seguridad y, en su caso, aislamiento.
 - En ningún caso se utilizarán escaleras reparadas con clavos, cuerdas o alambres ni se improvisarán empalmes.
 - El ascenso, descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán por una única persona, con calzado apropiado y de frente a las mismas.
 - Para el acceso a lugares elevados, los largueros de la escalera deben sobrepasar en un metro la cota de desembarco o el punto de apoyo superior.
 - Las escaleras se colocarán apartadas de elementos móviles que puedan derribarlas. Nunca se colocarán en el área de barrido de las puertas a menos que éstas se bloqueen y señalicen convenientemente.
 - Los trabajos a más de 3,5 metros de altura, desde el punto de operación al suelo, que requieran movimientos o esfuerzos peligrosos para la estabilidad del trabajador, sólo se efectuarán si se utiliza un equipo de protección individual anticaídas o se adoptan otras medidas de protección alternativas.
 - Las escaleras de mano se revisarán periódicamente.
 - Se prohíbe la utilización de escaleras de madera pintadas, por la dificultad que ello supone para la detección de sus posibles defectos.
 - No se emplearán escaleras de mano y, en particular, escaleras de más de cinco metros de longitud, sobre cuya resistencia no se tengan garantías.
 - Queda prohibido el uso de escaleras de mano de construcción improvisada.
- La utilización de las **técnicas de acceso y posicionamiento mediante cuerdas** se limitará a aquellos casos en los que el trabajo no pueda ejecutarse de manera segura y en los que, además, la utilización de otro equipo de trabajo más seguro no esté justificada. En estos casos deberá cumplirse con las condiciones específicas de utilización establecidas legalmente.

EQUIPOS / SUSTANCIAS

- En la **adquisición** de cualesquiera equipos de trabajo deberá asegurarse el cumplimiento de los requisitos mínimos de seguridad y salud en máquinas y componentes definidos legalmente (RD 1435/1992 modificado por el RD 56/1995), sin los cuales no es posible su comercialización:
 - Marcado CE colocado en la máquina de manera clara, visible e indeleble.
 - Declaración CE de Conformidad, documento por el cual el fabricante declara que la máquina comercializada satisface todos los requisitos esenciales de seguridad y salud exigidos legalmente.
 - Manual de instrucciones, redactado en castellano, incluyendo información de utilidad para la instalación y uso de la máquina, así como instrucciones para desarrollar las tareas de mantenimiento de la misma (conservación y reparación).

EPIS / VESTIMENTA

- En su caso, hacer uso de los **equipos de protección individual** necesarios para el desarrollo de los distintos trabajos (casco de seguridad, arnés, conectores y cuerdas).

VIGILANCIA DE LA SALUD

- En relación con la **vigilancia de la salud**:
 - Es altamente aconsejable participar en las campañas anuales de reconocimientos médicos con el fin de detectar posibles disfunciones y especiales sensibilidades.
 - Es aconsejable consultar al Servicio Médico en cuanto sean detectados los primeros síntomas de trastornos en la salud para favorecer un diagnóstico precoz y el posterior tratamiento correcto de posibles alteraciones.

REFERENCIAS NORMATIVAS

- **LEY 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- **REAL DECRETO 39/1997**, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- **REAL DECRETO 1488/1998**, de 10 de julio, de adaptación de la legislación de prevención de riesgos laborales a la Administración General del Estado.
- **REAL DECRETO 485/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- **REAL DECRETO 486/1997**, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- **REAL DECRETO 1215/1997**, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.
- **REAL DECRETO 1407/1992**, de 20 de noviembre, por el que se regulan las condiciones para la comercialización y libre circulación intracomunitaria de los equipos de protección individual.
- **REAL DECRETO 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y Salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.