

¿Qué es la prevención de riesgos laborales?

Es más que una obligación legal: es la herramienta que protege tu vida y tu salud en el trabajo. Desde caídas en altura hasta exposición a químicos, cada riesgo identificado es una oportunidad para actuar antes de que ocurra un accidente.

Prevenir no es sólo una responsabilidad, es una inversión en seguridad.



EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

VER VÍDEOS



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Prevención de riesgos laborales

La clave para esquivar el peligro



Los riesgos laborales están presentes en todos los entornos de trabajo. Detectarlos, evaluarlos y prevenirlos es el primer paso para garantizar tu seguridad.

Conoce los riesgos laborales

Identificarlos es clave para garantizar tu seguridad.

- **Físicos:** Ruido, vibraciones, temperaturas extremas o radiaciones que afectan la salud.
- **Químicos:** Exposición a sustancias tóxicas por inhalación, contacto o ingestión.
- **Biológicos:** Contacto con agentes infecciosos como virus o bacterias.
- **Ergonómicos:** Movimientos repetitivos, posturas forzadas o manipulación de cargas.
- **Psicosociales:** Estrés, acoso laboral o exceso de carga de trabajo.
- **De seguridad:** Caídas, cortes, atrapamientos o golpes.
- **Ambientales:** Condiciones adversas como humedad, calor o contaminación.

Obligaciones de las empresas

- **Modalidad de organización preventiva** adecuada.
- **Plan de prevención:** Integrar la prevención en la organización.
- **Evaluación de riesgos:** Identificar peligros en el entorno laboral.
- **Planificación preventiva:** Diseñar medidas para evitar accidentes.
- **Formación continua:** Capacitar a los trabajadores en seguridad.
- **Vigilancia de la salud:** Exámenes periódicos para prevenir enfermedades laborales.
- **Entrega de EPIs:** Garantizar que los equipos de protección sean adecuados y estén en buenas condiciones.

Buenas prácticas en prevención

- **Fomentar una cultura preventiva:** La seguridad es responsabilidad de todas las personas.
- **Participación activa:** Escucha y contribuye a mejorar tu entorno.
- **Revisiones periódicas:** Detecta problemas antes de que se conviertan en accidentes.
- **Comunicación efectiva:** Reporta riesgos y colabora en su solución.
- **Adaptación tecnológica:** Utiliza equipos seguros y ergonómicos.



Cada medida preventiva es un paso hacia un entorno laboral más seguro.

¿Qué son los EPIs y por qué son tan importantes?

Se trata de una importante línea de defensa frente a los riesgos laborales. Desde un casco hasta un arnés, cada equipo está diseñado para minimizar el impacto de accidentes. Pero cuidado: su eficacia depende de un uso correcto.

¡Aprende a enfrentarte al peligro con el equipo adecuado!



EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras



GENERALITAT
VALENCIANA

Conselleria d'Educació, Cultura,
Universitats i Ocupació



FEMEVAL

Federación Empresarial Metalúrgica Valenciana



FEMPA

FEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DEL
METAL DE LA PROVINCIA DE ALICANTE

www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

VER VÍDEOS



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Equipos de Protección Individual

Tu defensa personal



Protégete de los riesgos laborales con los EPIs. Aunque no evitan accidentes, son tu escudo frente a lesiones graves.

Los básicos de los EPIs

- **Definición:** Equipos diseñados para protegerte de riesgos específicos en el trabajo.
- **Consideraciones:** Tener el marcado CE visible, legible e indeleble durante toda su vida útil, disponer de manual de instrucciones y etiquetado correcto.
- **Responsabilidad:**
 - La empresa los proporciona gratuitamente.
 - Tú debes usarlos, cuidarlos e informar de daños.

Tipos de EPIs y sus usos

- **Casco:** Contra golpes, choques y caídas de objetos.
- **Gafas y pantallas:** Protegen ojos y rostro de impactos, salpicaduras y radiaciones.
- **Guantes:** Contra riesgos térmicos, químicos, eléctricos, etc.
- **Botas de seguridad:** Con puntera reforzada y protección mecánica o eléctrica.
- **Tapones y orejeras:** Reducen la exposición al ruido.
- **Arnés:** Detiene caídas en trabajos en altura.

Cómo garantizar tu seguridad

- **Consulta siempre el folleto informativo:** Incluye instrucciones de uso, limpieza, mantenimiento y clase de protección.
- **Úsalos de manera obligatoria:** Cuando la empresa lo haya determinado (según evaluaciones de riesgos, instrucciones de maquinaria, fichas de seguridad, etc.)
- **Atención a las señalizaciones:** Los paneles azules con pictogramas blancos indican la obligación de uso.
- **¡Recuerda!** Un mal uso o la omisión del EPI puede tener consecuencias graves.



Protege tu vida.
En cada detalle
está la clave.

¿Qué son los primeros auxilios?

Son técnicas que permiten atender a una persona accidentada hasta la llegada de asistencia médica. Con el protocolo PAS (Proteger, Avisar, Socorrer) puedes marcar la diferencia entre la vida y la muerte.



EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

VER VÍDEO



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Primeros auxilios

La vida en tus manos



Los primeros auxilios son esenciales para salvar vidas y minimizar lesiones en caso de emergencia. Aprende cómo actuar con rapidez y eficacia.

El protocolo PAS

- **Proteger:** Asegura tu seguridad y la de la víctima frente a nuevos riesgos.
- **Avisar:** Llama al 112 para solicitar ayuda profesional.
- **Socorrer:** Aplica técnicas de primeros auxilios:
 - Evaluación primaria:
 - Valoración de la conciencia. Comprobamos respuesta a estímulos.
 - Valoración de la respiración con la maniobra:
 1. **VER** movimientos torácicos
 2. **OIR** la respiración
 3. **SENTIR** el aliento en la mejilla



- Comprobación del pulso carotídeo
- Si es correcta, se pasaría a la evaluación secundaria. Si no lo es, se pasaría a la técnica **RCP**.
- Evaluación secundaria: Comprobación de extremidades, cabeza y torax para detectar heridas, hemorragias y deformidades.

RCP: Reanimación Cardiopulmonar

- Abre la vía aérea con la maniobra frente-mentón.
- Realiza 30 compresiones en el tercio inferior del esternón (5 cm de profundidad).
- Alterna con 2 insuflaciones a una velocidad de 100 compresiones/minuto.
- Comprueba cada 2 minutos si hay pulso o respiración espontánea.
- No interrumpas hasta que la víctima inicie respiración o llegue ayuda especializada.

Recomendaciones clave

- Actúa rápido pero con calma.
- No muevas a la víctima salvo peligro inminente.
- No des comida, bebida o medicación.
- En caso de duda, abstente de actuar.

Tu rapidez y
preparación pueden
salvar vidas.

¿Cómo actuar ante un incendio?

Identifica el tipo de fuego, usa el extintor adecuado y sigue el plan de emergencias. Tu seguridad y la de tus compañer@s depende de una actuación rápida y coordinada.

EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras

Protección contra incendios y evacuación



GENERALITAT
VALENCIANA

Conselleria d'Educació, Cultura,
Universitats i Ocupació



FEMEVAL

Federación Empresarial Metalúrgica Valenciana



FEMPA

FEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DEL
METAL DE LA PROVINCIA DE ALICANTE

VER VÍDEOS



Apaga el peligro



Un incendio puede descontrolarse en cuestión de segundos. Conoce cómo prevenirlo, extinguirlo y evacuar de forma segura.

www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Clases de fuego y agentes extintores recomendables

- **Clase A:** Sólidos combustibles, generalmente de naturaleza orgánica (madera, papel, cartón) - AGUA.
- **Clase B:** Líquidos inflamables (gasolina, alcohol) - POLVO ABC QUÍMICO.
- **Clase C:** Gases (butano, metano) - POLVO ABC.
- **Clase D:** Metales combustibles (magnesio, aluminio en polvo) - POLVO ESPECÍFICO METALES
- **Clase F:** Grasas y aceites (fuegos en cocinas) - ACETATO DE POTASIO.

Para la extinción del fuego eléctrico se recomienda el CO2 como agente extintor.

Uso correcto del extintor

- Comprueba que el extintor sea el adecuado.
- Retira el pasador de seguridad.
- Presiona la válvula y realiza una descarga de comprobación.
- Apunta a la base de las llamas.
- Realiza movimientos de barrido.
- Acércate lentamente hasta 1 metro de distancia.



Evacuación segura

- Antes de abrir una puerta, tócala para comprobar si está caliente.
- Si hay humo, camina agachado y cúbrete boca y nariz con un pañuelo.
- No utilices ascensores.
- Sigue las instrucciones de los equipos de evacuación sin discutir.
- Dirígete al punto de reunión asignado y no regreses por objetos personales.

La prevención y la calma son tus mejores aliados.

¿Qué es un accidente in itinere?

El accidente que ocurre durante el desplazamiento entre el domicilio y el lugar de trabajo ya sea al ir o volver. Para que se considere "in itinere", deben cumplirse ciertos criterios: el domicilio de salida y regreso así como el recorrido debe ser el habitual y no debe haber interrupciones o desviaciones voluntarias en el trayecto.

¿Qué es un accidente in mision?

El accidente que ocurre mientras se está realizando un desplazamiento obligatorio relacionado con el desempeño del trabajo, es decir, durante el ejercicio de las funciones laborales.

Ambos tipos de accidentes son considerados accidentes de trabajo en el contexto laboral. Las personas autónomas también pueden sufrirlos.



**Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras**



VER VÍDEO



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Accidentes in itinere e in mision

**Los trayectos al trabajo y
durante la jornada laboral
también importan**



Conoce sus diferencias y cómo
prevenirlos.

Ejemplos de accidentes in itinere/in mision

- Accidente de tráfico camino del trabajo.
- Caída al salir de casa para ir al trabajo.
- Accidente sufrido esperando el autobús.
- Desplazamiento para asistir a un examen médico obligatorio.

No se consideran in itinere/in mision

- Paradas no justificadas.
- Uso de un trayecto inadecuado o no habitual.
- Accidentes dentro del domicilio privado.
- Desplazamientos con imprudencia temeraria.



Si eres peatón, ciclista o conduces cualquier tipo de vehículo, recuerda:

- Planificar y usar siempre itinerarios seguros.
- Evitar el uso del móvil durante el desplazamiento.
- Respetar las normas y señales de tráfico.

Un trayecto seguro es el primer paso hacia un buen día de trabajo.

¿Qué es la manipulación de cargas?

Es cualquier operación de transporte o sujeción de una carga (por una o varias personas) que, si no se realiza correctamente, puede provocar lesiones dorsolumbares. Aprende a prevenirlas con técnicas y herramientas adecuadas.



**Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras**

Manipulación de cargas



VER VÍDEO



El peso de la seguridad



La manipulación manual de cargas puede causar graves lesiones si no se realiza correctamente. Aprende a proteger tu salud con técnicas adecuadas.

www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Principales riesgos y lesiones

RIESGOS MÁS COMUNES:

- **Sobrecarga muscular:** Por levantar cargas excesivas o en posturas incorrectas.
- **Movimientos repetitivos:** Generan fatiga y sobrecarga en tendones y articulaciones.
- **Condiciones ambientales desfavorables:** Como suelos irregulares, falta de luz o temperaturas extremas, que aumentan el riesgo de accidentes.

LESIONES FRECUENTES:

- **Dorsolumbares:** Lumbalgias, hernias discales y esguinces. Son de difícil recuperación y pueden ser irreversibles.
- **Músculo-esqueléticas:** Tendinitis, síndrome del túnel carpiano y bursitis.
- **Por posturas forzadas:** Dolores crónicos en espalda, cuello y extremidades.

TODA CARGA DE MÁS DE 3 KG PUEDE GENERAR DAÑOS SI SE MANIPULA DE FORMA INCORRECTA

Técnicas seguras de levantamiento

- Colócate frente a la carga y lo más cerca posible.
- Separa los pies a la anchura de las caderas, aproximadamente 50 cm uno del otro.
- Dobla las rodillas, manteniendo la espalda recta.
- Sujeta la carga firmemente con ambas manos.
- Levanta usando las piernas, no la espalda.
- No gires el tronco mientras estás levantando la carga.



MEDIDAS PREVENTIVAS CLAVE

- Utiliza medios mecánicos para cargas pesadas.
- Evita movimientos de torsión, girando con los pies.
- Usa calzado cómodo y alfombras ergonómicas.
- No manipules cargas superiores a 25 kg (hombres) o 15 kg (mujeres, jóvenes y personas mayores)
- Realiza ejercicios de estiramiento.

FACTORES A TENER EN CUENTA

- Características de la carga (peso, agarre, tamaño).
- Posición de la carga respecto al cuerpo (mejor pegada).
- Evitar el desplazamiento vertical de la carga.
- Disminuir la frecuencia de manipulación.
- Acortar la distancia de transporte.
- Giro del tronco.

La prevención está en cada movimiento.

¿Qué son las caídas a distinto nivel?

Son accidentes que ocurren al trabajar en altura o al usar medios inadecuados para acceder a zonas elevadas. Los daños pueden ser graves, pero también previsibles.



EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

VER VÍDEOS



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Caídas a distinto nivel y trabajos en altura

Sin margen para el error



Las caídas son uno de los accidentes más graves en el trabajo. Conoce cómo prevenirlas y trabajar de forma segura en altura.

Riesgos más comunes

- **Uso inadecuado de escaleras:** Falta de estabilidad, ángulos incorrectos o transporte de cargas.
- **Huecos y desniveles sin protección:** Barandillas ausentes o mal instaladas.
- **Cubiertas ligeras y frágiles:** Materiales como vidrio o chapa que no soportan el peso.
- **Caída de objetos:** Herramientas o materiales mal asegurados en zonas elevadas.

Consecuencias:

- Heridas, fracturas, lesiones internas y shock.
- Daños graves por impacto o caída de altura.

Medidas de prevención en altura

- **Equipos anticaídas:** Arnés, línea de vida y puntos de anclaje revisados.
- **Uso adecuado de escaleras:** Ángulo de 75° o 30° para escaleras de tijera, zapatas antideslizantes y ganchos de sujeción.
- **Protección de huecos:** Barandillas de 90 cm y señalización de riesgos.
- **Cubiertas seguras:** Sistemas de refuerzo y uso exclusivo por personal capacitado.
- **Recuerda:** Nunca trabajes en altura sin supervisión ni formación adecuada.



Las cinco reglas de oro

- Usa equipos revisados y en buen estado.
- Prevé posibles accidentes y rescates.
- Nunca trabajes solo en altura.
- No transportes cargas en escaleras manuales.
- Informa de cualquier deficiencia en los medios.

La seguridad en altura
está en tus manos.

Riesgos asociados al uso de máquinas

- **Mecánicos:** Atrapamientos, cortes, aplastamientos y proyecciones de partículas.
- **Eléctricos:** Contactos directos o indirectos con corrientes.
- **Térmicos:** Quemaduras por contacto con superficies calientes.
- **Físicos:** Ruido, vibraciones y exposición a radiaciones.
- **Químicos:** Inhalación o contacto con sustancias peligrosas.

Consecuencias:

Lesiones graves como fracturas, amputaciones o quemaduras.



**Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras**



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

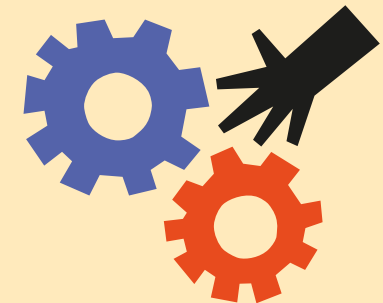
VER VÍDEOS



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Uso de máquinas y herramientas

Control sin riesgos



Las máquinas y herramientas son esenciales en el trabajo, pero también pueden ser peligrosas si no se usan correctamente.

Causas comunes de accidentes:

FACTORES HUMANOS:

- **Falta de formación:** Desconocimiento de uso correcto y seguro.
- **Fatiga:** Disminución de atención y coordinación debido al cansancio.
- **Distracción:** Pérdida de concentración mientras se operan máquinas.
- **Actitudes de riesgo:** Comportamientos imprudentes o negligentes.

FACTORES TÉCNICOS:

- **Mantenimiento inadecuado:** Equipos y herramientas en mal estado por falta de mantenimiento.
- **Diseño defectuoso:** Equipos con fallos de diseño aumentan el riesgo de accidentes.
- **Uso inapropiado:** Utilización de máquinas y herramientas para tareas no previstas.

FACTORES AMBIENTALES:

- **Condiciones del entorno:** Espacios de trabajo desordenados, mal iluminados o con superficies resbaladizas.
- **Ruido excesivo:** Dificultad para comunicarse y concentrarse debido al ruido.
- **Temperaturas extremas:** Condiciones de calor o frío que afectan el rendimiento y la seguridad.

FACTORES ORGANIZACIONALES:

- **Falta de supervisión:** Ausencia de control y seguimiento en el uso de equipos.
- **Políticas de seguridad insuficientes:** Normas y procedimientos de seguridad inadecuados o inexistentes.
- **Carga de trabajo excesiva:** Presión por cumplir plazos que lleva a descuidar la seguridad.

Medidas preventivas:

- **Seguridad técnica:** No manipular sistemas activos de protección. Establecer y comunicar procedimientos de seguridad. Colocar señalización.
- **Formación y capacitación:** Entrenamiento adecuado y actualización periódica de mejores prácticas y nuevas tecnologías.
- **Mantenimiento y revisión:** Establecer programas de mantenimiento preventivo e inspecciones regulares de identificación de fallos y desgastes.
- **Ambiente de trabajo:** Mantener orden y limpieza. Asegurar una iluminación adecuada en todas las áreas de trabajo.
- **Supervisión y control:** Contar con personas responsables capacitadas para comprobar el cumplimiento de las normas de seguridad. Realizar las evaluaciones de riesgos periódicas.

Herramientas manuales: buenas prácticas

- **Inspección antes del uso:** Revisa las herramientas manuales antes de usarlas, comprobando que estén en buen estado y no presentan daños o desgastes que puedan causar accidentes.
- **Uso adecuado:** Utiliza cada herramienta para la tarea específica para la que está diseñada. Evita improvisaciones o usos incorrectos porque aumentan el riesgo de lesiones.
- **Mantenimiento:** Conserva las herramientas limpias. Ej.: Afilar las herramientas de corte y/o lubricar partes móviles.
- **Almacenamiento seguro:** Guarda las herramientas en un lugar seguro y ordenado cuando no estén en uso. Utiliza estanterías, cajas, paneles de almacenamiento, etc.
- **Uso de EPIs:** Utiliza el equipo de protección adecuado como guantes, gafas, calzado, etc. y protégete contra posibles riesgos asociados.

Recuerda: La prevención es la herramienta de tu seguridad.

Cuando la electricidad es una amenaza

La electricidad, aunque esencial en nuestra vida cotidiana, es un riesgo latente en el entorno laboral. Cada descarga puede causar consecuencias fatales: desde fibrilación ventricular hasta quemaduras graves, bloqueos renales o embolias.

La rutina, la falta de formación y la despreocupación son los cómplices invisibles de estos accidentes. No te dejes atrapar por ellos.



EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

VER VÍDEO



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Riesgos eléctricos:

Una corriente peligrosa



Los accidentes eléctricos representan solo el 0,5% de los accidentes laborales, pero su impacto es devastador porque un 15% termina con la vida de la persona afectada. ¡No ignoremos el peligro!

Lesiones y consecuencias de los accidentes eléctricos

- **Muerte por fibrilación ventricular:** El corazón detiene su ritmo al recibir una descarga.
- **Muerte por asfixia:** La corriente puede interrumpir el suministro de oxígeno.
- **Quemaduras internas y externas:** Lesiones mortales u otras que dejan secuelas físicas.
- **Efectos tóxicos:** Quemaduras que afectan órganos vitales y alteran el equilibrio corporal.
- **Lesiones secundarias:** Golpes, caídas y otros daños causados por el impacto de la descarga.

Normas de prevención

- **Inspección y mantenimiento:** Realiza inspecciones periódicas de las instalaciones eléctricas para detectar posibles fallos.
- **Formación y autorización:** Sólo el personal cualificado debe intervenir en instalaciones eléctricas.
- **Medidas de protección:** Implementa sistemas de puesta a tierra, interruptores diferenciales y respeta la señalización adecuada.
- **Desconexión segura:** Antes de trabajar en cualquier equipo eléctrico, asegúrate de que está desconectado y verifica la ausencia de tensión.
- **Uso de EPIs:** Protégete con guantes de goma, calzado aislante y herramientas adecuadas.

Buenas prácticas

- **No manipules instalaciones eléctricas húmedas ni equipos** sin desconectar previamente.
- **Reemplaza cables dañados:** No te arriesgues con reparaciones provisionales.
- **Protege tus herramientas:** Asegúrate de que estén libres de sustancias deslizantes y con aislamiento adecuado.
- **Equipo de protección colectivo e individual:** Utiliza banquetas aislantes, alfombras no conductoras y otros equipos de protección para minimizar el riesgo.
- **Desconecta siempre:** Los ladrones de corriente no son una solución a largo plazo. Desconecta la parte de la instalación en la que vas a trabajar y asegúrate de que no hay tensión.



Con las medidas adecuadas,
el riesgo eléctrico
se puede controlar.

¿Qué riesgo esconden las cubiertas ligeras?

Hechas de materiales como vidrio armado, amianto o chapa ondulada, las cubiertas ligeras no soportan el peso de las personas ni la acumulación de materiales sin medidas de seguridad adicionales. Los trabajos en estas superficies presentan riesgos graves debido a la altura y la fragilidad del material.

Caídas, roturas o caídas de objetos pueden provocar lesiones graves, desde fracturas hasta lesiones internas fatales.



EL METAL SIN FISURAS

Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

VER VÍDEOS



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Trabajos en cubiertas ligeras

El peligro de un paso en falso



La fragilidad de las cubiertas ligeras oculta un peligro fatal. El riesgo de caídas y lesiones graves es alto. ¡Aprende a enfrentarlo!

Consecuencias de los accidentes en cubiertas ligeras

- **Caídas de altura:** Fracturas, lesiones en la cabeza, daño a órganos internos.
- **Lesiones por caídas de objetos:** Golpes contundentes que pueden causar insuficiencia respiratoria, pérdida de sangre y shock.
- **Rotura de la cubierta:** El impacto de peso sobre materiales frágiles puede provocar colapsos repentinos.



Medidas preventivas: seguridad frente a fragilidad

- **Sistema anticaídas:** En superficies a más de dos metros de altura, siempre utiliza un sistema anticaídas certificado.
- **Capacitación adecuada:** Solo personal formado y entrenado debe manipular estos equipos.
- **Composición del sistema anticaídas:** El sistema incluye un arnés, componentes de conexión, un dispositivo anticaídas, un absorbedor de energía, una línea de anclaje y un punto de anclaje seguro.
- **Líneas de vida fijas:** Instala un cable de acero inoxidable sobre la cubierta, fijado a intervalos regulares. Este sistema permite protección continua y se puede usar por varias personas simultáneamente.

Las cinco claves de la prevención

- Ajusta correctamente el arnés y los elementos de protección.
- Usa puntos de anclaje altos y cuerdas cortas para evitar caídas largas.
- Revisa y utiliza equipos anticaídas vigentes y en buen estado.
- Prevé accidentes y ten un plan de rescate en caso de emergencia.
- Nunca trabajes en solitario. La seguridad en altura siempre debe ser un trabajo en equipo.

Recuerda: La prevención en cubiertas frágiles es tu salvavidas.

¿Qué es la Sílice Cristalina Respirable (SCR)?

Es un polvo microscópico que se libera al cortar, triturar o perforar materiales como hormigón, ladrillo o piedra que contienen sílice. Al inhalarse, puede llegar a las zonas más internas del sistema respiratorio, provocando enfermedades graves.

En sectores como la construcción, soldadura, metalurgia y otros procesos industriales, la SCR puede afectar tanto a las personas trabajadoras directas como a las que se encuentran en áreas cercanas.



**Empresas sin riesgos laborales,
personas seguras**



www.femeval.es
96 371 97 61
prl@femeval.es

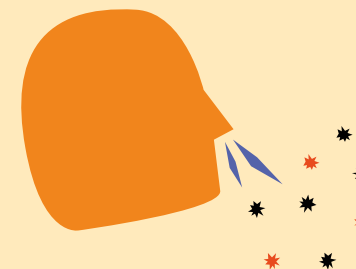
VER VÍDEOS



www.fempa.es
96 515 03 00
fempa@fempa.es

Sílice Cristalina Respirable

El riesgo silencioso



El polvo de sílice cristalina está presente en muchos trabajos de construcción y metalurgia, entre otros. Aprende a identificar sus graves riesgos y a protegerte eficazmente.

Riesgos en el lugar de trabajo

- **Puestos directos:** Exposición por manipulación de materiales como hormigón, ladrillo o cristales.
- **Puestos indirectos:** Riesgo por proximidad a actividades que generan polvo, como obras de construcción o fundición.
- **Enfermedades graves:**
SILICOSIS: Enfermedad incurable que cicatriza los pulmones.
CÁNCER DE PULMÓN Y EPOC: Consecuencia de exposiciones prolongadas.

Medidas preventivas para la empresa

- **Identificar riesgos:** Evaluar procesos y materiales que contienen sílice.
- **Control del polvo:** Implementar sistemas cerrados, extracción localizada y métodos húmedos.
- **Equipos de protección:** Proveer mascarillas FFP3, gafas y ropa adecuada.
- **Higiene laboral:** Limpieza regular de ropa e instalaciones.
- **Formación y vigilancia médica:** Informar a las plantillas y realizar exámenes periódicos.

Buenas prácticas para personas trabajadoras expuestas

- **Conoce los materiales:** Consulta las fichas de seguridad de los productos.
- **Usa los EPIs correctamente:** Verifica su estado y ajuste.
- **Minimiza el polvo:** Usa herramientas con extracción o aplica agua.
- **Higiene personal:** Cambia de ropa antes de salir del trabajo.
- **Participa activamente:** Reporta problemas y asiste a las formaciones.



Protege
tus pulmones,
protege tu vida.