

Guía de recomendaciones  
para la Seguridad Laboral



Mira por  
tu seguridad.  
Por lo que  
más quieres.

**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO  
////////////////////

**Avintia**  
Grupo

[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

**Tu seguridad es lo primero,  
porque lo principal eres tú.**



Tienes ante ti esta guía porque, para nosotros, nadie debe resultar herido o enfermar a causa de su trabajo, y queremos que el desempeño de tus funciones lo realices en las mejores condiciones, preservando siempre tu salud e integridad física.

A continuación, te mostramos un decálogo para hacer de nuestro entorno de trabajo un lugar más seguro. Estamos poniendo todos los medios a nuestro alcance porque así sea, pero necesitamos contar con tu colaboración, ya que la última acción por tu seguridad está en tus manos: evita riesgos innecesarios, cuyas consecuencias pueden ser irreversibles.

**Antonio Martín Jiménez**  
Presidente

**Jorge González Pérez**  
Director de Prevención, Calidad y Medioambiente

**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO  
  
[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

**Avintia**  
Grupo

## CONTENIDO

01

IDENTIFICACIÓN

02

RECURSO PREVENTIVO

03

CORRECTO USO DE LOS EPI

04

HERRAMIENTAS MANUALES

05

MANIPULACIÓN DE CARGAS

06

ORDEN

07

LIMPIEZA

08

MEDIOS AUXILIARES: GRÚA TORRE

09

ANDAMIOS

10

MAQUINARIA: CARRETILLA ELEVADORA

11

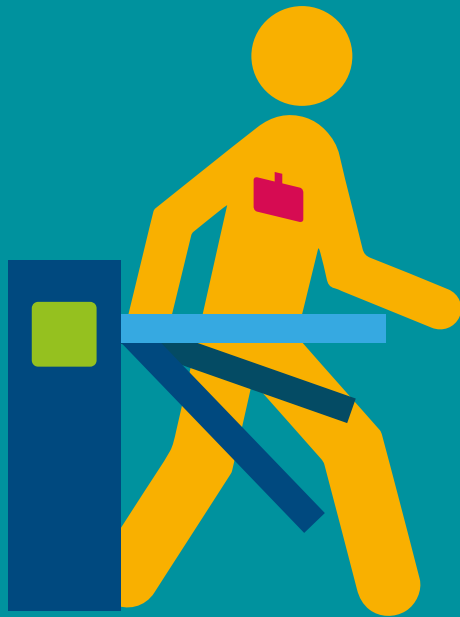
PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN

12

TELÉFONOS

Las reglas de seguridad  
son tus mejores  
herramientas

Sólo las personas  
acreditadas podrán acceder  
a la obra



## IDENTIFICACIÓN

01  
/////



Una vez identificado el personal y comprobada su documentación, se emitirá una tarjeta identificativa con los datos más importantes del trabajador, para acreditar un correcto acceso a la obra y estar a disposición de las figuras de seguridad en todo momento.



Tienes a tu disposición profesionales encargados de la seguridad y prevención en la obra



## RECURSO PREVENTIVO

02  
/////



**Acude al personal con funciones específicas en materia de seguridad siempre que necesites asesoramiento, ayuda o aclarar cualquier cuestión.** Estas personas son fácilmente identificables porque llevan un chaleco naranja, serigrafiado con el título "RECURSO PREVENTIVO" o "EMPRESA DE SEGURIDAD".

Es tu derecho recibir los EPI,  
es tu obligación utilizarlos



## CORRECTO USO DE LOS EPI

03  
////



Los equipos de protección individual (EPI) deben ser llevados o sujetados por el trabajador y utilizados de la forma prevista por el fabricante.

## CORRECTO USO DE LOS EPI



La empresa proporcionará gratuitamente los equipos de protección individual que debes utilizar, reponiéndolos cuando resulte necesario. Los trabajadores tienen el deber de utilizarlos y cuidarlos.

En los proyectos de construcción se pasan muchas horas al sol y, por ello, es importante protegerse utilizando ropa adecuada y crema protectora (esta última es considerada también como un EPI).

## CORRECTO USO DE LOS EPI

03



• **Casco de Seguridad:** de uso obligatorio en la obra, su uso es personal y se sustituirá de inmediato si sufre un impacto fuerte o cualquier deterioro.

• **Calzado de Seguridad:** de uso obligatorio en la obra, con plantilla y puntera reforzada para evitar golpes, cortes y pinchazos en los pies.

• **Gautes de Seguridad:** se utilizarán siempre que sea necesario para prevenir daños en las extremidades superiores.

• **Gafas Antiproyecciones:** de uso obligatorio durante cualquier trabajo que pueda proyectar partículas y resulte un riesgo para los ojos.

• **Arnés Anticaídas:** de uso obligatorio cuando se trabaja en altura a más de 2 metros, en caso de que no haya protección colectiva. Su función es amortiguar la caída del trabajador o evitar la caída libre al vacío.

• **Ropa de Trabajo:** se considera un EPI más y es tan importante como el resto de protecciones individuales.

• **Tapones o Cascos:** pónelos si trabajas con maquinaria que emita elevados niveles de ruido o próximo a la misma.

• **Mascarillas:** debes utilizarlas en ambientes pulvigenos o zonas con partículas en suspensión, perjudiciales para la salud.

Utiliza correctamente las herramientas manuales, evitaras daños físicos y materiales



**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO  
////  
[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

## HERRAMIENTAS MANUALES



Utiliza cada herramienta para su **fin específico.**



**Solicita la sustitución inmediata** de toda herramienta en mal estado.



## HERRAMIENTAS MANUALES



**Los mangos deben estar en buen estado y sólidamente fijados.** De no ser así, deben repararse adecuadamente o ser sustituidos.

Al hacer fuerza con una herramienta, ten siempre en cuenta la trayectoria de la mano o cuerpo, por si ésta pudiera escaparse.

## HERRAMIENTAS MANUALES

04



**Nunca realices operaciones de mantenimiento sobre máquinas en funcionamiento.**

Trabajando en altura hay que extremar precauciones para impedir la caída de la herramienta o materiales a niveles inferiores.



Todas las herramientas han de ser mantenidas según las indicaciones proporcionadas por su fabricante.

Una postura correcta  
te evitará lesiones y  
sobresfuerzos



**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO  
[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

## MANIPULACIÓN DE CARGAS

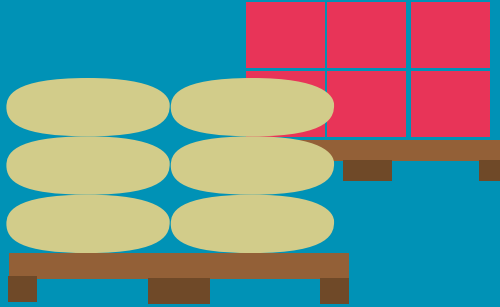
05  
/////

Muchos de los accidentes producidos por sobresfuerzos se deben a malas posturas y a los movimientos repetitivos durante la ejecución de un trabajo. Como ejemplo, **para una correcta postura has de seguir los siguientes consejos:**



- Apoya firmemente los pies con una separación de aproximadamente 50 cm entre ellos.
- Dobra las caderas y las rodillas.
- Mantén la espalda recta.
- Cuando la carga sea voluminosa, se deberá manipular entre dos personas.
- Se recomienda no sobrepasar los 25 kg en caso del hombre y 15 kg en caso de la mujer.
- Mantén la carga tan cerca del cuerpo como sea posible, pues aumenta mucho la capacidad de levantamiento.

## Evita accidentes con un lugar de trabajo ordenado



## ORDEN

06  
/////



**Una obra ordenada es una obra segura.** Para evitar tropiezos, resbalones u otros accidentes, es fundamental tener los acopios debidamente señalizados, organizados y ordenados en los lugares indicados para ello, así como las zonas de paso libres de materiales. Además de dar una muy buena imagen de la obra, te facilitará el trabajo en el día a día.

## Mantén limpias las zonas de trabajo y de paso



**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO  
[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

## LIMPIEZA

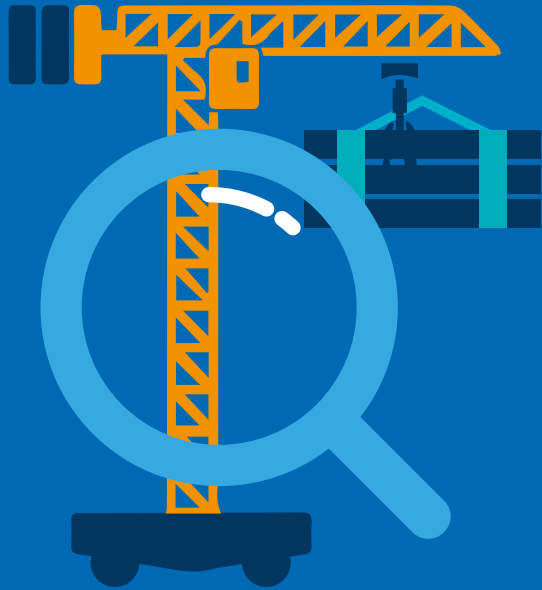
07  
/////



**Mantener limpias las zonas de trabajo y de paso, así como las casetas de obra, es otro factor esencial para evitar caídas, golpes o bloqueos en los desplazamientos por la obra y en los accesos a medios auxiliares.**

Por ello, hay que retirar los materiales sobrantes y recoger el lugar de trabajo al terminar en un área específica. Esta acción es fundamental en las zonas de paso dado que son las principales vías de evacuación de una obra en caso de emergencia. Asimismo, va en contra de toda norma de seguridad lanzar escombros y objetos al vacío.

El buen uso de la grúa  
elimina riesgos innecesarios



**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO  
[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

## MEDIOS AUXILIARES: GRÚA TORRE

08  
/////



**Antes de comenzar el trabajo, comprueba el funcionamiento de los finales de carrera.**

Si observas inversión de los movimientos de la grúa (el gancho sube cuando se aprieta el botón de bajada), deja de trabajar y avisa al encargado.



**Evita** pasar la carga por encima de personas.



Antes de utilizar la máquina, solicita y lee el Manual de Instrucciones.

## MEDIOS AUXILIARES: GRÚA TORRE



**Nunca trates de elevar cargas que puedan estar adheridas.**

No bajes el gancho de manera que queden en el tambor menos de 3 vueltas de cable.



**Nunca “puentes” o dejes fuera de servicio un elemento de Seguridad.**

En caso de condiciones climatológicas adversas que pudieran comprometer la estabilidad de la carga, suspende las maniobras. Es muy importante seguir las indicaciones acústicas del aparato.

## MEDIOS AUXILIARES: GRÚA TORRE

08



**No realices giros sesgados.**



**Al terminar el trabajo, deja desconectada la grúa y pon la pluma “en veleta”.**



Si observas alguna anomalía en la grúa, avisa al encargado y escribe una nota en el parte de trabajo.

Se deberán realizar los mantenimientos según las indicaciones proporcionadas por el fabricante y normativa vigente.



## ANDAMIOS

09  
////

Revisa que el andamio esté en condiciones óptimas para su uso



**Sólo el personal cualificado podrá manipular los andamios.**

Revisa el arriostamiento de los andamios para evitar movimientos indeseables.

Antes de utilizarlos, asegúrate de que su estado sea óptimo.

## ANDAMIOS



**Para desplazar un andamio móvil, no puede haber ningún trabajador subido a él.**

Una vez movido y fijado con sus frenos, es cuando el trabajador volverá a acceder a él.



**Debes disponer de barandillas y rodapié para alturas superiores a los dos metros.**

Las plataformas de trabajo deberán tener barandillas a 90 cm, con listón intermedio y rodapié.

## ANDAMIOS

09



**La separación de la fachada de los andamios será la que estipule la normativa vigente.**

Los andamios de borriquetas dispondrán de una plataforma de trabajo de 60 cm de ancho, mínimo dos pisos. Está prohibido utilizar bidones, bovedillas, ladrillos, escaleras de tijera, etc, a modo de borriqueta. Se colocarán las plataformas para evitar basculamientos y deslizamientos.



**Sigue siempre las normas de uso de la carretilla elevadora**



## MAQUINARIA: CARRETILLA ELEVADORA

10  
////



Si encuentras alguna deficiencia en la máquina, **comúnicala de inmediato a tu superior.**



**Para bajar una pendiente con carga, hazlo marcha atrás. Cuando eleves una carga, mantén el mástil vertical o inclinado hacia atrás.**

Haz los desplazamientos con la carga lo más baja posible. Asegúrate de que la carga está situada de forma estable sobre la horquilla.

## MAQUINARIA: CARRETILLA ELEVADORA



**Procura que la carga quede siempre en contacto con el respaldo de la horquilla.**

No la utilices para elevar a personas.  
No hagas giros en una pendiente.

## MAQUINARIA: CARRETILLA ELEVADORA

10



**Para hacer uso de este tipo de maquinaria, debes estar autorizado y debidamente formado.** Una vez finalizados los trabajos o en descansos, deberás retirar la llave de contacto y entregársela a la obra.



**Al bajar de la máquina, déjala frenada y con la horquilla apoyada en el suelo.**

En el caso de estacionar en una pendiente, deberás colocar calzos en las ruedas.



Realiza las operaciones indicadas en la Norma de Mantenimiento.

Extrema las precauciones,  
por tu seguridad y la de tus  
compañeros



## PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN

11  
////



**ACCIDENTES LEVES:**  
El TPRL asistirá a la obra en la redacción del parte de accidente.

## PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN

### PROCEDIMIENTO

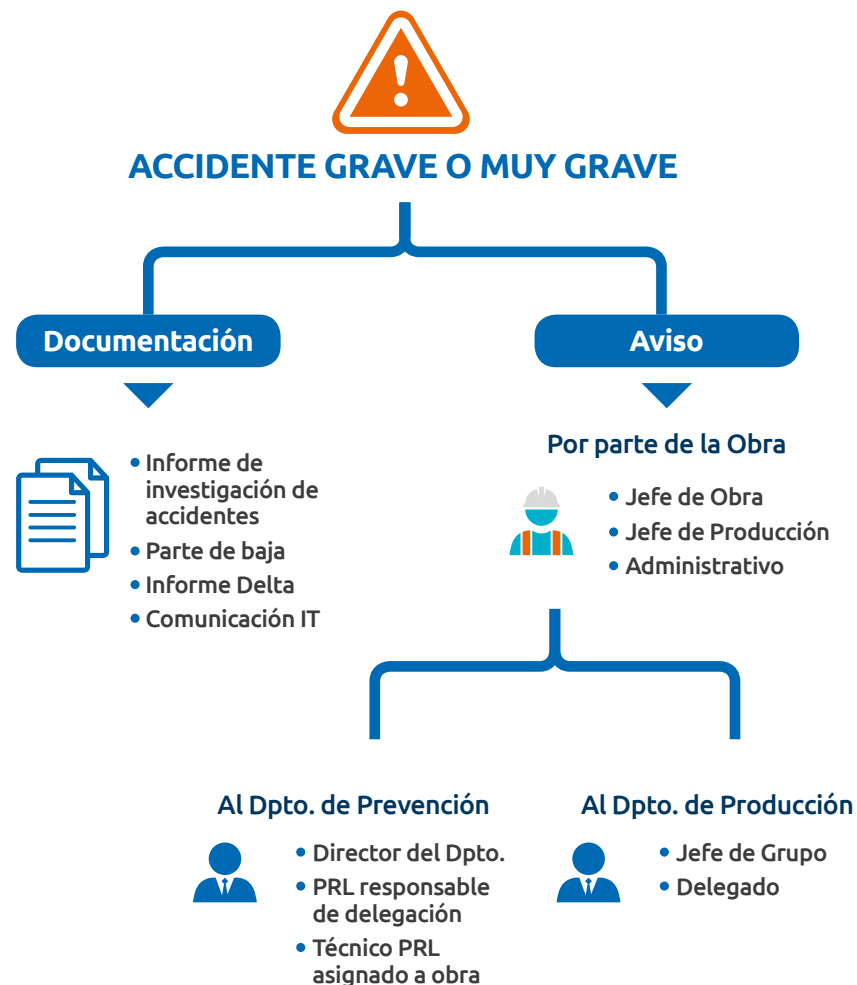
- La evacuación deberá ser inmediata y mediante ambulancia al hospital más próximo y se pedirá diagnóstico de gravedad.
- Se acordonará mediante balizamiento por parte de la obra, el lugar del accidente en un perímetro suficiente para salvaguardar la zona de cualquier influencia externa.
- Se cerrará la obra por parte del capataz, en su ausencia por el jefe de producción y, si ninguno estuviera, por parte del administrativo.
- No se permitirá la entrada de nadie salvo acreditación fehaciente de pertenencia a un organismo oficial o autoridad laboral (Inspección de trabajo IRSST, ISSLA...).
- No se adoptará ninguna medida al respecto hasta decisión del Dpto. Jurídico / Dpto. Prevención.
- No se realizará ninguna declaración de ningún tipo hasta confirmación expresa del Dpto. Jurídico.
- Las comunicaciones con las organizaciones sindicales se realizarán a través del Dpto. de RRHH y con los Medios Públicos a través del Dpto. de Marketing y Comunicación.
- Se comunicará a la inspección de trabajo por fax o mail el accidente grave y se dará cuenta al Coordinador de Seguridad y a la Dirección Facultativa.

#### ACCIDENTES GRAVES Y MUY GRAVES:

El TPRL se personará en la obra y realizará el informe de investigación del accidente y comprobará que se ha comunicado a las autoridades laborales, Coordinador de Seguridad y Salud y Dirección Facultativa.

## PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN

11



## PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN

### PROCEDIMIENTO

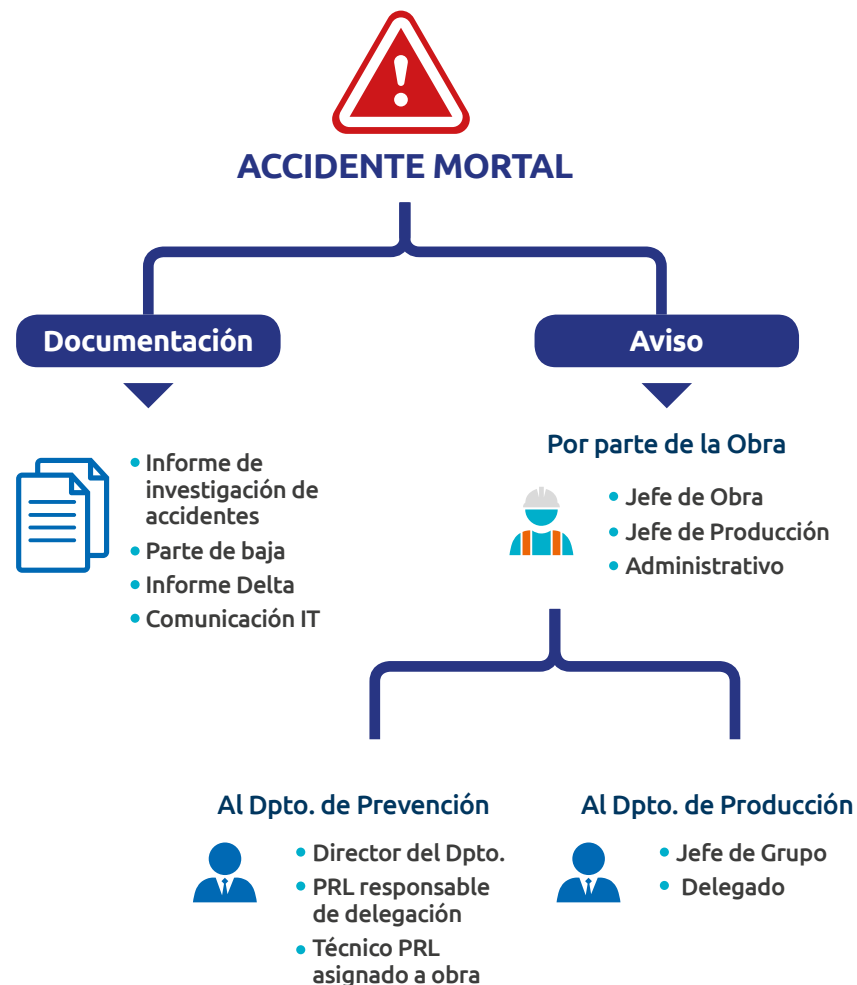
- Se procederá a la evacuación total de la obra.
- Se acordonará mediante balizamiento por parte de la obra, el lugar del accidente en un perímetro suficiente para salvaguardar dicho lugar de cualquier influencia externa.
- Se evacuará la obra por parte del jefe de obra.
- No se permitirá la entrada de nadie salvo acreditación fehaciente de pertenencia a un organismo oficial o autoridad laboral (Inspección de trabajo IRSST, ISSLA...).
- No se adoptará ninguna medida al respecto hasta decisión del Dpto. Jurídico / Dpto. Prevención.
- No se realizará ninguna declaración de ningún tipo hasta confirmación expresa del Dpto. Jurídico.
- Las comunicaciones con las organizaciones sindicales se realizarán a través del Dpto. de RRHH y con los Medios Públicos a través del Dpto. de Marketing y Comunicación.
- Se comunicará a la inspección de trabajo por fax o mail el accidente mortal y se dará cuenta al Coordinador de Seguridad y a la Dirección Facultativa.

#### ACCIDENTES MORTALES:

El TPRL se personará en la obra, realizará el informe de investigación del accidente y comprobará que se ha comunicado a las autoridades laborales, Coordinador de Seguridad y Salud y Dirección Facultativa.

## PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN

11





# Tu seguridad es lo primero

Evita riesgos innecesarios siguiendo estos sencillos consejos

**CERO DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO

**Avintia**  
Grupo

01

Sólo las personas acreditadas podrán acceder a la obra



02

Tienes a tu disposición profesionales encargados de la seguridad y prevención en la obra



03

Es tu derecho recibir los EPI, es tu obligación utilizarlos.



04

Utiliza correctamente las herramientas manuales, evitarás daños físicos y materiales



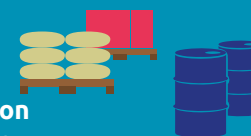
05

Una postura correcta te evitará lesiones y sobreesfuerzos



06

Evita accidentes con un lugar de trabajo ordenado



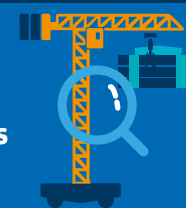
07

Mantén limpias las zonas de trabajo y de paso



08

El buen uso de la grúa elimina riesgos innecesarios



09

Revisa que el andamio está en condiciones óptimas para su uso



10

Sigue siempre las normas de uso de la carretilla elevadora



## TELÉFONOS

12  
////



JORGE GONZÁLEZ (Director del Departamento)	2046
NOELIA DE ANDRÉS (Responsable PRL Avintia Construcción)	2225
IGNACIO JERÉZ (Responsable PRL DP1)	2588
OSCAR HERNÁNDEZ (Responsable PRL DP2)	2545
PEDRO P. PACHECO (Responsable PRL DP3)	2473
ALEJANDRO CALVO (Responsable de Documentación)	915122711 ext 118

## RECIBÍ GUÍA RECOMENDACIONES PARA LA SEGURIDAD LABORAL

OBRA:  
FECHA:

A ..... D.....  
DNI....., perteneciente a la  
empresa .....  
con categoría profesional de.....  
y al que se le han encomendado los trabajos de .....  
.....  
se le hace entrega de la GUÍA DE RECOMENDACIONES  
PARA LA SEGURIDAD LABORAL correspondiente a la  
campaña CERO DAÑOS del GRUPO AVINTIA.

El trabajador firma el presente recibí como conformidad y con  
el compromiso de seguir las recomendaciones en relación a las  
medidas de seguridad y forma de proceder durante su trabajo  
o estancia en la obra mencionada.

Fdo:.....



Tu seguridad es lo primero,  
porque lo principal eres tú.



**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO

**Avintia**  
Grupo

[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)





*“Nadie debe resultar  
herido o enfermar a causa  
de su trabajo”*

[www.tuseguridadprimero.com](http://www.tuseguridadprimero.com)

**CERO**  
**DAÑOS**  
TU SEGURIDAD PRIMERO

**Avintia**  
Grupo