



RIESGO

DE CAÍDAS

EN ALTURAS



comisiones obreras
de Castilla-La Mancha

Una situación con riesgo de caída de altura es toda aquella donde se está situado en un lugar desde el que puede caer a una zona inferior, tanto por encima como por debajo del mismo (fachadas, forjados, fosos, etc.). Pueden ser situaciones de escasa altura, como cuando un trabajador o trabajadora se sube a una banqueta para reponer una estantería, o situaciones de gran altura, como cuando un operario sube a reparar una claraboya de la cubierta de una nave industrial.

Estos trabajos determinan una serie de riesgos específicos que derivan, fundamentalmente, de las características del espacio y la estabilidad del mismo, relacionados con la tarea.



► Dentro de los diferentes tipos de trabajo en altura, algunos de los más frecuentes son:

- Trabajos sobre andamios.
- Trabajos sobre plataformas elevadoras.
- Trabajos en tejados y cubiertas.
- Trabajos sobre escaleras de mano.
- Trabajos verticales.

Para garantizar la Seguridad y Salud de las personas que realizan trabajos de estas características, es imprescindible que estas personas reciban la formación e información adecuada sobre los riesgos laborales inherentes a estos puestos de trabajo, así como garantizar la correcta utilización de los equipos de trabajo y el uso de elementos de protección colectiva e individual.

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES



- Garantizar y mantener condiciones de trabajo seguras. Tendrán prioridad las protecciones colectivas (barandillas, redes, etc.) sobre las individuales
- Si fuera necesario retirar temporalmente alguna protección colectiva adoptar medidas alternativas que no disminuyan el nivel de seguridad, estas medidas se incluirán en la planificación preventiva.
- Los trabajos temporales en altura sólo podrán efectuarse cuando las condiciones meteorológicas no pongan en peligro la salud y la seguridad de los trabajadores.
- Establecimiento de normas de seguridad y procedimientos, áreas de trabajo protegidas y/o de acceso restringido a personal autorizado.
- Cuando se analiza el riesgo de caída de altura, es frecuente valorar aquellas situaciones donde el trabajador se sitúa por encima del nivel del suelo, aunque se omiten aquellas donde puede caer del nivel del suelo a cotas inferiores (arquetas, pozos, alcantarillado, fosos, zanjas, etc.). Por este motivo, será obligatorio mantener siempre protegidos todos los huecos horizontales y verticales con riesgo de caída en altura.

- La señalización de seguridad y salud en el trabajo proporciona una indicación, una prohibición o una obligación relacionada con el riesgo de caída de altura. Es una medida de prevención complementaria, no sustitutiva del resto de medidas de protección.
- El uso de los equipos de trabajo para trabajos temporales en altura (andamios, escaleras de mano y trabajos verticales) se regirán por su normativa específica (R.D. 2177/2004).
- Elegir el tipo más conveniente de medio de acceso a los puestos de trabajo temporal en altura en función de la frecuencia de circulación, la altura a la que se deba subir y la duración de su utilización. El medio elegido deberá, además, permitir la evacuación en caso de peligro inminente o accidente.
- Los equipos de trabajo con riesgo de caída en altura superior a 2 metros dispondrán de barandillas resistentes (0,90 m. de altura mínima), listón intermedio y rodapiés (0,15 m.), cuya resistencia mínima será de 150 kg. por metro lineal, o de una protección colectiva que proporcione una seguridad equivalente.



ANDAMIOS

Un andamio es una construcción provisional con la que se permite el acceso de las personas a los distintos puntos de una construcción, así como para llevar material a todos los tajos de obra del edificio en construcción o en rehabilitación de fachadas. Suele ser prefabricado y modular, lo que permite su rápida construcción y modificación, adaptándose a la evolución de la obra.

- Sólo podrán ser montados, desmontados o modificados sustancialmente bajo la dirección de una persona con la formación universitaria o profesional que lo habilite para ello y por trabajadores formados y cualificados específicamente para tal efecto.
- Elaborar, si fuera necesario (RD 2177/2004), un plan de montaje, desmontaje y utilización.
- Garantizar la estabilidad y resistencia del mismo para evitar el desplome o desplazamiento accidental.

- Proteger los apoyos frente a riesgo de deslizamiento (fijar a durmiente de madera o similar). Los durmientes deberán ser de material resistente que no pueda romperse bajo la presión del andamio.
- Las plataformas de paso y trabajo dispondrán de al menos, una anchura de 0,60m y serán de material antideslizante. El acceso se realizará por lugares seguros y habilitados para tal fin (escalerilla interior).
- Mantener las trampillas de acceso cerradas cuando no se utilicen.
- Cuando la altura de una posible caída sea de 2 metros o más, deberán disponer de barandilla resistentes (0,90 m. de altura mínima), listón intermedio y rodapié, y resistencia mínima de 150 kg/m.
- Prohibida la manipulación o retirada de ningún elemento del andamio mientras se utilice.
- Si el hueco entre plataforma de trabajo y paramento supera los 0,20m, debe estar protegido.
- No sobrecargar las plataformas (repartir las cargas) y velar por el orden y la limpieza.
- No suplementar la altura de nivel de trabajo mediante bidones, escaleras, etc.
- Los andamios deberán cumplir el RD 2177/2004, de 12 de noviembre, por el que se modifica el 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, en materia de trabajos temporales en altura.
- Se recomienda la utilización de andamios que dispongan de marcado “CE”.



TRABAJOS EN TEJADOS Y CUBIERTAS

Una cubierta es un elemento constructivo que protege a los edificios en la parte superior y por extensión, a la estructura sustentante de dicha cubierta. Aunque el conjunto de ambas cosas, cubierta y estructura tiene un nombre más específico: techumbre.

Cuando el material que forma la cubierta es la teja, se llama tejado, aunque a menudo se entiende por tejados, otros tipos de cubierta inclinada.

- Nunca trabajar en solitario.
- Se deberá examinar detalladamente la zona de trabajo para conocer el tipo de tejado o cubierta y su estado, identificar y proteger riesgos existentes, huecos verticales y horizontales, inclinación y pendiente, resistencia, piso resbaladizo, etc. También se debería disponer de un procedimiento de trabajo durante todas las fases de éste (ascenso, permanencia y abandono de la cubierta), donde especifique además los sistemas de accesos seguros a utilizar para subir y bajar, equipos de protección personal necesarios, equipos y utillajes que se van a utilizar, etc.
- Todos los trabajadores deben recibir formación específica para trabajos en tejados y cubiertas. Autorizar siempre el acceso a tejados y cubiertas, sólo en el caso de que los trabajadores hayan sido formados e informados sobre las tareas a realizar y se disponga de los medios y sistemas preventivos para el desarrollo de las mismas. Dicha autorización quedará documentada.
- Instalación y utilización de pasarelas de tránsito y de trabajo apoyadas sobre los elementos resistentes de las cubiertas de materiales ligeros (chapa, uralita, cristal...), de tal forma que se garantice la resistencia del conjunto, evitando pisar directamente. Estarán diseñadas para ser ensambladas progresivamente a medida que se avanza y podrán ser desplazadas sin que el trabajador deba apoyarse directamente sobre dichos materiales frágiles.
- Proteger mediante protecciones colectivas adecuadas los riesgos de caída (barandillas, redes de seguridad, etc.)
- Si fuera necesario usar el arnés de seguridad amarrar a puntos fijos y seguros.
- Los elementos de protección, individual o colectiva, ejercerán su función antes del acceso del trabajador a la zona de peligro.
- Suspender los trabajos en caso de heladas, lluvias, nevadas y se recomienda también si el viento supera los 50 km/h.



TRABAJOS VERTICALES

Los trabajos verticales son técnicas para trabajar en altura y que se realizan con cuerdas, cables y otros tipos de dispositivos por medio de los cuales una persona puede estar suspendida en el aire para realizar ciertas tareas, como el acceso a objetos naturales (árboles), subsuelo (pozos), construcciones (edificios, diques, puentes, etc.), junto con todos los accesorios incorporados a las mismas para la realización de algún tipo de trabajo. La utilización de las técnicas de trabajos verticales es aconsejable en aquellos trabajos donde el montaje de sistemas tradicionales (por ejemplo, andamios) resulta dificultoso técnicamente o presenta un riesgo mayor que realizarlo con dichas técnicas.

- Contar como mínimo con 2 cuerdas de sujeción independiente, una de acceso, descenso y apoyo (cuerda de trabajo) y la otra de emergencia y seguridad.
- Utilizar arnés de seguridad adecuado conectado a la cuerda de seguridad.
- La cuerda de trabajo estará equipada con un mecanismo seguro de ascenso/descenso y dispondrá de un sistema de bloqueo automático con el fin de impedir la caída en caso de que el usuario pierda el control de su movimiento. La cuerda de seguridad estará equipada con un dispositivo móvil contra caídas que siga los desplazamientos del trabajador.
- Las herramientas y útiles de trabajo estarán sujetos al arnés, al asiento o a otro medio adecuado.
- La plantilla recibirá una formación adecuada y específica para estas tareas.
- En caso de accidente deberá garantizarse el rescate en un tiempo que garantice la integridad del trabajador o trabajadora (en general menos de 10 minutos)



TRABAJOS SOBRE PLATAFORMAS ELEVADORAS MÓVILES DE PERSONAL

La plataforma elevadora móvil de personal (PEMP) es una máquina móvil destinada a efectuar trabajos en altura de distinta índole, principalmente montajes, reparaciones, inspecciones u otros trabajos similares, en todo tipo de actividades y sectores, en la que las personas entren y salgan de la plataforma de trabajo solo desde las posiciones de acceso a nivel del suelo o sobre el chasis.

- El personal debe estar autorizado y cualificado, dispondrá de formación específica de uso y manejo.
- El terreno debe estar nivelado y ser estable.
- Es preceptivo el uso de arnés anticaída (instrucciones del fabricante)
- Está totalmente prohibido anular cualquier dispositivo de seguridad de la PEMP, como inclinómetros, carga máxima, sistemas mecánicos anticaídas de los brazos, pulsadores de emergencia, estabilizadores, etc., o utilizar la máquina con cualquiera de estos elementos averiados.
- No circular la PEMP por pendientes superiores a las indicadas por el fabricante.
- No subirse nunca a las barandillas de la plataforma de trabajo. No utilizar nunca como ascensor de personas o como montacargas de materiales.
- No sobrecargar la plataforma de trabajo y orden y limpieza en todo momento.
- Utilizar siguiendo las indicaciones e instrucciones del fabricante. Deberá cumplir lo establecido en el RD 1215/97 sobre equipos de trabajo.



ESCALERAS DE MANO

Las escaleras manuales son uno de los equipos de trabajo que se utilizan con más frecuencia para realizar trabajos en altura.

Dada su versatilidad, y el hecho de permitir el acceso a lugares elevados rápidamente, están disponibles en prácticamente todas las empresas de cualquier sector de actividad.

Las escaleras manuales también representan una fuente importante de accidentes, ya que en numerosas ocasiones se utilizan incorrectamente o para realizar trabajos que requieren equipos de trabajo más específicos.

- Se limitará su empleo a los supuestos donde la utilización de otro equipo más seguro no esté justificado, bien por el bajo nivel de riesgo o por las características de los emplazamientos.
- Utilizar de la forma y con las limitaciones previstas por el fabricante.
- Antes de su utilización revisar el correcto estado del equipo de trabajo y garantizar su estabilidad.
- Apoyar sobre superficies planas, horizontales, resistentes y no deslizantes.
- Mantener siempre el cuerpo dentro del frente de la escalera.
- No utilizar simultáneamente por más de una persona.
- Se prohíbe la instalación de suplementos para prolongar su longitud.
- A más de 3,5 m. de altura, en trabajos que comprometan la estabilidad, se utilizará EPI anticaída anclado a punto ajeno a la escalera.

▶ Escaleras de mano simples

- Como medio de acceso deberá sobresalir al menos 1 m. del plano de trabajo al que se accede.
- El ascenso, descenso y los trabajos se efectuarán de frente a ésta con las manos libres de carga.
- Apoyo formando un ángulo de 75° respecto al suelo.
- Dispondrán en su base de elementos que impidan su deslizamiento.
- Fijar en su extremo superior de apoyo.
- Limpias de grasa o aceites, nunca pintar, salvo barniz transparente (madera)
- Señalizar zona de trabajo, bloquear apertura de puertas en zonas de paso.

▶ Escaleras de tijera

- No usar como borriqueta para sustentar plataformas de trabajo.
- No trabajar a horcadas ni sobre los 3 últimos peldaños.
- No pasar de un lado al otro por la parte superior.
- Dispondrán de cadenas o cables que impidan su apertura y topes en su extremo superior.

▶ Escaleras extensibles

- Los tramos de prolongación no deben utilizarse de manera independiente, salvo que dispongan de sistema de apoyo y fijación adecuada.
- Antes de alargarla comprobar que las abrazaderas sujetan firmemente los diferentes tramos.

▶ Escaleras móviles

- Comprobar estabilidad y resistencia, adecuada superficie de apoyo, uniforme y estable.
- Nunca desplazar mediante tracción mecánica con trabajadores subidos.

USO DE ARNÉS DE SEGURIDAD EN TRABAJOS EN ALTURA

El arnés es un equipo de protección individual (EPI), consistente en un dispositivo de sujeción del cuerpo destinado a frenar caídas y evitar daños. Termina de conectar a la persona con el conjunto de elementos que integran el sistema de anclaje (líneas de vida, puntos de anclaje, etc.).

El arnés de seguridad se suele usar habitualmente como un elemento anti caídas (arnés anticaídas), pero también puede servir también para trabajar en suspensión (arnés de suspensión), y para el posicionamiento (arnés de cintura).

- Usar siempre un arnés de cuerpo entero para evitar caídas, que resulte cómodo y se ajuste al cuerpo sin impedir la libertad de movimientos.

Cada trabajador debe recibir capacitación sobre la utilización y mantenimiento del equipo. De ser posible, asignar siempre a un operario el mismo arnés.

- Cumplir las instrucciones del fabricante sobre la inspección, cuidado y almacenamiento del equipo.
- Antes de utilizar el arnés, verificar que no tenga:
 - Cualquier elemento que forme parte del arnés
 - Piezas metálicas gastadas, golpeadas, con rajaduras, corroídas o con salientes.
 - Defectos o daños en las correas.
- Durante su utilización, seleccionar siempre un punto de anclaje que sea seguro y resistente.
- Guardar el arnés en un lugar alejado de la humedad, aceite, productos químicos y otros factores que pudieran dañarlo.
- Es conveniente que la línea de vida esté instalada generalmente por encima de la cabeza del operario, reduciendo así la distancia total de la caída y el riesgo de sufrir lesiones.

Los accidentes derivados de caídas en altura se pueden evitar, la mejor medida de seguridad es planificar los trabajos en altura, siendo fundamental la formación sobre estos riesgos una de las prioridades del sindicato.

Si tienes alguna duda sobre este tema o cualquier otro que tenga que ver con la prevención de riesgos laborales de tu centro de trabajo, no dudes en ponerte en contacto con la Secretaría de Salud Laboral del sindicato y te ayudaremos a través del teléfono 925 28 97 55



comisiones obreras
de Castilla-La Mancha



Castilla-La Mancha

CONSEJO DEL DIÁLOGO SOCIAL
DE CASTILLA - LA MANCHA



deprl
2022|26