

MANUAL DE BIENVENIDA INFORMACIÓN BÁSICA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES



Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención
de Riesgos Laborales

CARTA DE BIENVENIDA

Apreciado/a compañero/a,

Acabas de entrar a formar parte de una institución con una larga historia y un reconocido prestigio tanto social como internacional.

Cruz Roja Española cuenta con un Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales desde el que queremos darte la bienvenida y desearte que la labor que a partir de ahora desarrolles sea lo más agradable y enriquecedora posible, para lo cual es necesario que trabajemos conjuntamente por conseguir un entorno laboral saludable y seguro.

Para facilitar tu incorporación procedemos a adjuntarte una serie de información relevante para tu seguridad y salud, y que rogamos leas atentamente consultándonos cualquier duda que te pueda surgir.

En primer lugar te invitamos a conocer nuestro Plan de Prevención, que también encontrarás en el apartado del Servicio de Prevención en la intranet, donde podrás familiarizarte con nuestro decálogo de prevención y consultar la política y objetivos preventivos de nuestra Institución, así como la organización de la gestión preventiva en la misma. Te recordamos que, en todo momento, puedes consultar a tus superiores o al Servicio de Prevención cualquier duda que se te plantee.

Tan pronto como sea posible se te convocará para que realices un curso de formación relacionado con la prevención de riesgos laborales en tu puesto de trabajo, al que deberás asistir de forma obligatoria.

Por último, informarte que puedes contactar con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de Cruz Roja Española a través de los tlf. 91 335 43 69 – 91 335 43 97 (Ext. 20369 - 20397) o por email: servicioprevencion@cruzroja.es.

Aprovechamos la ocasión para enviarte un cordial saludo.

Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

Humanidad





ÍNDICE

Resumen del Plan de Prevención.....	Pág 04
Normas generales de Prevención.....	Pág 12
Protocolo de acoso sexual, por razón de sexo, moral o mobbing.....	Pág 14
Procedimiento en caso de accidente laboral.....	Pág 20
Información Protección de la Maternidad.....	Pág 22
Medidas generales de actuación ante emergencias.....	Pág 25
Medidas generales de actuación frente a emergencias médicas.....	Pág 27
Recomendaciones básicas de seguridad durante los desplazamientos.....	Pág 29
Protocolo en caso de violencia en el medio laboral.....	Pág 31
Información preventiva sobre el riesgo biológico.....	Pág 36
Otra información de interés (manuales de prevención actividades específicas)....	Pág 41

Humanidad
Imparcialidad
Neutralidad
Independencia
Voluntariado
Unidad
Universalidad



RESUMEN DEL PLAN DE PREVENCIÓN

Política y objetivos de la Prevención de Riesgos Laborales en Cruz Roja Española.

Consciente de la importancia que las condiciones de trabajo tienen sobre la seguridad y salud de los trabajadores, la Institución ha optado por definir una política preventiva con la que se propone alcanzar tres objetivos generales: **la promoción de la seguridad y la salud en el trabajo, la reducción de la siniestralidad laboral y la mejora de las condiciones de trabajo.**

Para la consecución de estos tres objetivos, se adoptan por parte de la Institución los siguientes compromisos en su política de prevención de riesgos laborales:

- La responsabilidad en la gestión de la Prevención de Riesgos Laborales incumbe a toda la Institución y, en consecuencia, la Institución en su conjunto asume el compromiso de incorporar la gestión preventiva en sus actividades cotidianas. En definitiva, las actividades de prevención no deben entenderse como una responsabilidad exclusiva de quienes ocupan cargos preventivos en la Institución (Directivos, Servicio de Prevención, etc.) sino que cada trabajador, ocupe el cargo que ocupe, debe ocuparse que en la realización de su trabajo se incorporen ("integren") los principios de la prevención.
- Planificar y desarrollar acciones preventivas que superen lo establecido en la legislación vigente. La dirección de la Institución, en todos sus niveles, garantizará la seguridad y salud de los trabajadores en todos los aspectos relacionados con el trabajo mediante el desarrollo de una acción planificada y permanente encaminada a perfeccionar los niveles de protección existentes.
- Desarrollar, aplicar y mantener un modelo de gestión de la prevención destinado a la mejora continua en las condiciones de trabajo, teniendo siempre en cuenta las características de cada persona y cada puesto. Los accidentes de trabajo o daños a la salud generados en el mismo denotan faltas en el sistema de gestión de la prevención y son, por tanto, evitables mediante la adopción de medidas de identificación, evaluación y control de los posibles riesgos.
- Demandar el compromiso de todos los trabajadores de la Institución e integrar a suministradores, subcontratistas, alumnos, voluntarios y visitantes en el cumplimiento de las directrices que se establezcan o se puedan establecer en materia de prevención de riesgos laborales y de mejora de las condiciones de trabajo. La prevención de riesgos laborales debe permitir dar un cambio en la forma de realizar nuestra actividad cotidiana, incorporando una mentalidad de prevención adecuada en todas las tareas y decisiones y en todos los niveles jerárquicos de la Institución.



- Garantizar una adecuada coordinación de actividades empresariales en materia de prevención de riesgos laborales.
- Impulsar las actividades formativas necesarias para el adecuado desarrollo de la política preventiva.
- Implantar y desarrollar las actividades necesarias para garantizar la adecuada información y sensibilización de tal forma que cualquier persona que realice cualquier tipo de actividad en la Institución tenga conocimiento de los riesgos a los que está expuesta y cómo evitarlos y, en todo caso, prevenirlos.
De esta forma, la prevención se establece como un aspecto más del trabajo y, por tanto, debe ser una responsabilidad adquirida por todas y cada una de las personas que integran la Institución.
Trabajar con seguridad es condición de empleo, considerándose grave cualquier incumplimiento de la normativa que, siendo conocida por el trabajador, pueda generar daños a la salud.
- Fomentar y garantizar la participación de toda la Institución en el diseño e implantación de planes y programas de acción preventiva, haciendo efectivo el derecho de consulta de los trabajadores.
- Definir y revisar objetivos, y metas que impliquen el objetivo de mejora continua y dedicación de todos los recursos humanos, técnicos y económicos necesarios para alcanzar tales objetivos.

Organización de la Prevención: modalidad preventiva



Cruz Roja Española ha procedido, en base al artículo 15 del Real Decreto 39/1997, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, y una vez realizadas las oportunas consultas a la representación social de los trabajadores y a los responsables institucionales de Cruz Roja Española, a crear un Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales (en adelante SPPRL).

Este SPPRL se organiza como una unidad organizativa específica dentro de la Institución.

A efectos del desarrollo de la actividad de prevención, el SPPRL se organiza de la siguiente forma:

- Se establece un Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales que, en principio, está integrado por 6 miembros: un responsable del mismo, cuyo puesto de trabajo se ubica en Madrid y 5 técnicos (superiores y medios) cuyos centros de trabajo se ubican en las sedes de determinadas oficina territoriales.
- El SPPRL asume las especialidades de Higiene Industrial y Ergonomía y Psicología Aplicada.
- Las especialidades de Seguridad en el Trabajo y Vigilancia de la Salud serán subcontratadas con un Servicio de Prevención Ajeno (SPA). Actualmente el servicio está contratado con la Sociedad de Prevención Fraternidad-Muprespa.
- El SPPRL, para el desarrollo de su actividad, cuenta también en el territorio nacional con, al menos, una persona adscrita al SPPRL como referente en esta materia y que actúa como enlace con el servicio central del mismo.

Órganos de Representación de los Trabajadores

Los derechos de participación y representación en materia de prevención recogidos en el Art. 34 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/1995, de 8 de noviembre) se ejercitarán tal y como recoge dicha Ley en los Art.35 y 38 mediante el nombramiento de los Delegados de Prevención (representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos en el trabajo) y la creación del Comité de Seguridad y salud si procede.

Dada la dispersión territorial de Cruz Roja Española, los trabajadores estarán representados en cada oficina territorial por uno o varios Delegados de Prevención, según pueda corresponder. En otros casos, y según el número de trabajadores, será muy recomendable la creación del Comité de Seguridad y Salud.





Tanto los Delegados/as de Prevención como los miembros del Comité de Seguridad y salud tendrán las competencias y facultades recogidas en el capítulo V de la Ley 31/1995.

Funciones y Responsabilidades

La Institución considera que todos los trabajadores, voluntarios, alumnos, visitantes y trabajadores externos son partes implicadas en la prevención de riesgos laborales, cumpliendo las normas y procedimientos establecidos, formándose, reclamando la preceptiva información sobre prevención y poniendo en conocimiento de los órganos o personas pertinentes cualquier situación que pueda suponer un riesgo.

❖ Funciones y responsabilidades del *Secretario General*:

Es el responsable máximo de la organización de la prevención de riesgos laborales en la Institución y el encargado de tomar las decisiones estratégicas.

- Define la política de prevención.
- Nombra al responsable del SPPRL y establece los medios materiales con los que contará el citado servicio.
- Designa a los representantes institucionales en el Comité de Seguridad y Salud.
- Dota la asignación presupuestaria necesaria para adoptar las medidas correctoras y preventivas necesarias para eliminar, reducir o modificar los riesgos detectados por el Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales en las correspondientes evaluaciones de riesgos.
- Asigna los recursos necesarios, tanto humanos como materiales, para conseguir los objetivos establecidos en el Plan de Prevención y en las Planificaciones Anuales de Actividades Preventivas correspondientes.
- Revisa anualmente el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud/ de la Prevención.





❖ Funciones y responsabilidades del *Secretario Territorial*:

Son los responsables máximos de la organización de la prevención de riesgos laborales en su ámbito territorial y los encargados de aplicar las decisiones estratégicas emanadas de la Secretaría General.

- Deberán mantener el control y supervisión del desarrollo del Plan de Prevención en todo su ámbito territorial, garantizando la seguridad y salud de todo el personal de su ámbito (trabajadores, voluntarios, alumnos, visitantes y trabajadores de empresas externas).
- Nombran al responsable (referente) en prevención de riesgos laborales en su ámbito territorial y establecen los medios materiales del Servicio de Prevención.
- Transmiten al Coordinador Territorial y a los Directores de los distintos departamentos, servicios, unidades y a los técnicos, la normativa y los procedimientos e instrucciones de prevención de riesgos laborales referidos a los puestos de trabajo que están bajo su responsabilidad.
- Propone la dotación de la asignación presupuestaria que se precise para adoptar las medidas correctoras y preventivas necesarias para eliminar o reducir los riesgos detectados por el SPPRL.
- Planificará, junto con el Servicio de Prevención, las actividades preventivas para corregir las posibles deficiencias que se detecten en la evaluación de riesgos.
- Realizará propuestas sobre los procedimientos de las diferentes actividades preventivas, que afecten a los centros de trabajo.
- Aportará la información necesaria al Servicio de Prevención para la realización del seguimiento y las revisiones del Plan de Prevención.
- Notificará al Servicio de Prevención aquellas modificaciones sustanciales en las condiciones de trabajo, con la finalidad de proceder a una revisión de la evaluación de riesgos, de acuerdo con el procedimiento establecido.
- Designará, en colaboración con el referente del Servicio de Prevención, a los integrantes del Plan de Emergencia, Evacuación y Plan de Autoprotección, en su caso.
- Analizará las desviaciones o no conformidades que se detecten en relación con la gestión de la prevención de riesgos laborales realizada en su ámbito y propondrá acciones correctoras y preventivas, supervisando su implantación y su eficacia.
- Identificará y comunicará acciones de mejora que sean de interés para la prevención de riesgos laborales.
- Estudiará y propondrá acciones de mejora que sean de interés para la prevención de riesgos laborales.
- Supervisará la coordinación empresarial en prevención de riesgos laborales en su ámbito, verificando que se realiza el intercambio de información y documentación en materia preventiva.

Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

Humanidad





❖ Funciones y responsabilidades de los/as **Directores/as de Departamento / Servicio / Unidades:**

- Se encargarán de impulsar, coordinar y controlar que todas actuaciones llevadas a cabo en sus respectivos departamentos siguen las directrices establecidas sobre prevención de riesgos laborales.
- Transmitirán al personal bajo su responsabilidad, la normativa, los procedimientos e instrucciones de PRL, referentes a los puestos de trabajo de su competencia.
- Cumplirán y harán cumplir los objetivos preventivos, estableciendo los necesarios para su departamento, basándose en las directrices, recomendaciones o medidas recibidas del SPPRL.
- Colaborarán con las estructuras que forman parte del sistema de prevención, a fin de favorecer todos los aspectos relativos a la prevención de riesgos laborales.
- Integrarán los aspectos de seguridad en las reuniones de trabajo con sus colaboradores y en los procedimientos de actuación de su departamento.
- Cooperarán en la realización de las evaluaciones de riesgos de los puestos de trabajo, aportando información que le sea solicitada por el Servicio de Prevención.
- Efectuarán el seguimiento y control de las actuaciones de mejora a realizar en su ámbito territorial, surgidas de las diferentes actuaciones preventivas.
- Vigilarán la posible aparición de situaciones críticas, bien en la realización de nuevas tareas, incorporación de nuevos trabajadores, utilización de nuevos equipos o cualquier otro cambio en las condiciones de trabajo que puedan generar nuevos riesgos.
- Transmitirán al personal la información relativa a los riesgos existentes en los lugares de trabajo, así como de las medidas preventivas y de protección que adopten.
- Vigilarán la posible aparición de alteraciones de la salud de los trabajadores en relación con sus puestos de trabajo.
- Iniciarán y gestionarán la investigación de los accidentes leves e incidentes acaecidos al personal a su cargo según el procedimiento definido.





❖ Funciones y responsabilidades de todos/as los/as **Trabajadores/as**:

- ✓ Los trabajadores, dentro de su ámbito de competencia, deben cumplir con las obligaciones contempladas en el artículo 29 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.
- ✓ 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 la de aquellas otras personas a las que pueda afectar su actividad profesional, a causa de actos y omisiones en el trabajo, de conformidad con su formación y las instrucciones del empresario.
- ✓ Los trabajadores, con arreglo a su formación y siguiendo las instrucciones de sus superiores, deberán en particular:
 - Usar correctamente los equipos de trabajo, instalaciones, herramientas y equipos de transporte.
 - Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados. No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen.
 - Informar de inmediato a su superior jerárquico y al Servicio de Prevención acerca de los accidentes, incidentes y/o cualquier situación que, a su juicio, entrañe un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores.
 - Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y salud de los trabajadores en el trabajo (formación, etc.).
 - Cooperar con el SPPRL para que se puedan garantizar unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores.
 - Formar parte, cuando así sea designado/a, de acuerdo con el procedimiento que se apruebe y previa consulta a los representantes de los trabajadores, de los equipos de emergencia que se creen al realizar la implantación de los planes y medidas de emergencia, participando en las actividades de formación, ejercicios prácticos (simulacros) y demás actividades relacionadas con la implantación de los planes y medidas de emergencia correspondientes.
 - Conocer y cumplir la normativa, procedimientos e instrucciones que afecten a su trabajo y, en particular, a las medidas de prevención y protección.

El incumplimiento por los trabajadores de las obligaciones en materia de prevención de riesgos tendrá la consideración de incumplimiento laboral a los efectos previstos en el artículo 58.1 del Estatuto de los Trabajadores.





❖ Funciones y responsabilidades del *Servicio Propio de Prevención*:

Ejecutar las directrices estratégicas emanadas de la Dirección de la Institución, tanto a nivel nacional como territorial. Evaluar los factores de riesgo que afecten la seguridad y salud de los trabajadores, realizando las evaluaciones que se precisen.

- Aplicar y coordinar los planes y programas de actuación preventiva.
- Determinar las prioridades en la adopción de las medidas preventivas adecuadas y el seguimiento de la eficacia de éstos.
- Garantizar la información y formación a los trabajadores de cada ámbito en materia de prevención y protección.
- Proceder a la implantación de los Planes de Autoprotección y/o planes de emergencias.
- Proponer el diseño e implantación del sistema de gestión de la Prevención de Riesgos Laborales.
- Realizar la propuesta de planificación preventiva o, en su caso, promover aplicar la planificación preventiva comunicada, vigilando periódicamente su cumplimiento.
- Asesorar en el establecimiento de medidas preventivas y correctoras.
- Coordinar la vigilancia de la salud de los trabajadores en relación con los riesgos derivados del trabajo, informando oportunamente de los riesgos detectados.
- Investigar (según procedimiento establecido) cualquier accidente o incidente que pueda producirse en cada ámbito territorial, procediendo a dejar constancia escrita del análisis realizado.
- Atender a los requerimientos de la Inspección de Trabajo en cada ámbito territorial.





NORMAS GENERALES DE PREVENCIÓN

Todo el personal de la Empresa, cualquiera que sea su clasificación, será responsable de la estricta observación de las Prescripciones de Seguridad, cuyo conocimiento es obligatorio.

Además de las instrucciones específicas, ten en cuenta lo siguiente:

- Para realizar un trabajo se tomarán las medidas oportunas de prevención. En caso de duda, se consultará al inmediato superior.
- Todo trabajador que por cualquier circunstancia (enfermedad, indisposición momentánea, etc.) se sienta incapaz de realizar un trabajo con las garantías de plena seguridad, deberá comunicárselo a su responsable superior para que éste tome las medidas oportunas.
- **En caso de embarazo, discapacidad (física, psíquica o sensorial), características personales o estado biológico conocido que te hagan especialmente sensible a algún riesgo del trabajo recuerda la importancia de notificarlo a la mayor brevedad a tus superiores con el objeto de que se te pueda proporcionar la debida protección frente a los riesgos laborales.**
- Nunca se debe intentar realizar un trabajo si no se tiene suficiente capacitación y ayuda, las herramientas apropiadas y las medidas de seguridad adecuadas. Es obligatorio el uso de los Equipos de Protección Individual necesarios para cada tarea que se realice.
- Se prohíbe consumir bebidas alcohólicas durante la jornada laboral.
- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas y vías de circulación previstas para la evacuación en casos de emergencia, deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento (Real Decreto 486/1997)
- En referencia al orden, limpieza y mantenimiento de los locales de trabajo, los trabajadores deberán mantener los locales y áreas de trabajo siempre limpias y ordenadas manteniendo en todo momento los lugares de trabajo en condiciones higiénicas adecuadas (Anexo II del Real Decreto 486/1997).
- Respeta siempre las instrucciones del fabricante durante el empleo de equipos de trabajo, en particular las normas de seguridad. Nunca se retirarán las protecciones ni los dispositivos de seguridad de los equipos, ni se harán reparaciones de los mismos por cuenta propia.
- Lee atentamente las etiquetas del fabricante y consultar las Fichas de Datos de Seguridad de los productos químicos empleados (si no dispones de ellas solicítalas a tus superiores) respetando las indicaciones del fabricante en particular respecto a las recomendaciones de seguridad durante el uso y almacenamiento de dichos productos. No mezcles nunca productos químicos o de limpieza. Mantén los envases tapados y correctamente etiquetados.
- Las operaciones de mantenimiento, transformación o limpieza de equipos de trabajo que puedan suponer un riesgo para la seguridad únicamente podrán ser realizadas por trabajadores que cuenten con una cualificación y autorización adecuadas.





- Durante los desplazamientos respeta estrictamente el Código de Circulación Vial, mantén conductas de prevención y precaución y notifica a tu superior cualquier circunstancia (malestar del conductor, tratamiento farmacológico, deficiencias detectadas en el vehículo) que puedan suponer un riesgo para tu seguridad o la de terceras personas.
- Familiarízate con la situación de los medios de protección contra incendios (extintores, pulsadores de alarma, etc.) así como con los recorridos y vías de evacuación disponibles en tu centro de trabajo. Infórmate adecuadamente acerca de las medidas de emergencia adoptadas en tu centro. Solicita esta información a tus superiores si no dispones de ella o en caso de cualquier duda.
- Está totalmente prohibido fumar en el interior del inmueble donde se ubica el puesto de trabajo así como en aquellos servicios donde el responsable del mismo así lo decida. Se utilizarán zonas exteriores debidamente habilitadas.
- No manipules las instalaciones eléctricas. No coloques cinta adhesiva sobre los interruptores diferenciales ni magnetos térmicos de los cuadros eléctricos. Mantén éstos siempre cerrados. En caso de detectar cualquier anomalía en la instalación o equipos eléctricos comunícalo a los responsables.
- Si no dispones de la información acerca de los riesgos y medidas preventivas específicas de su puesto de trabajo solicítela a tus superiores o al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.





Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención
de Riesgos Laborales

Humanidad
Imparcialidad
Neutralidad
Independencia
Voluntariado
Unidad
Universalidad

PROTOCOLO PARA LAS SITUACIONES DE ACOSO SEXUAL Y POR RAZÓN DE SEXO Y ACOSO MORAL O MOBBING.

INTRODUCCIÓN

Cruz Roja Española, en su empeño por salvaguardar la dignidad de todos los trabajadores y trabajadoras, se compromete a crear y/o mantener un entorno laboral respetuoso con la dignidad y con la libertad personal. Para ello, manifiesta que no se tolerarán situaciones ciertas de acoso, tanto sexual como por razón de sexo o acoso moral, en el seno de la institución y se compromete a consolidar un entorno laboral en el que las personas puedan trabajar en un ámbito libre de acoso de cualquier tipo. Es responsabilidad de todas y todos los miembros de la institución, asegurar un entorno de trabajo respetuoso con los derechos del personal que la integran.

I. ÁMBITO, OBJETO Y PRINCIPIOS

El presente protocolo será de aplicación a todo el personal laboral de Cruz Roja Española. Cuando cualquiera de las partes involucradas en una situación de acoso pertenezca al voluntariado, este procedimiento se dirigirá dentro de una Comisión Mixta de Instrucción, que estará compuesta por el/la Agente de Igualdad y por el Presidente/a de la Comisión de Garantías de Derechos y Deberes del ámbito correspondiente, ya sea Nacional, Autonómico o Provincial.

La instrucción, la deliberación y los informes con las medidas a adoptar, deberán ser colegiados. El objetivo de este protocolo es definir las pautas que permitirán identificar una situación de acoso, con el fin de solventar una situación discriminatoria y minimizar las consecuencias, garantizando en todo momento los derechos de todas las personas.





La existencia de un procedimiento de actuación para tratar las denuncias de acoso, no es el único componente de la lucha contra este problema. Así se incluyen las siguientes medidas preventivas:

I. Información y sensibilización: lanzar una campaña explicativa para mostrar cómo se puede advertir una situación de acoso y para informar de los derechos y recursos con los que se cuenta, así como del Protocolo de Acoso.

II. Formación: se incluirá en el plan de formación, acciones formativas que ayuden a prevenir el acoso sexual y por razón de sexo, así como el acoso moral o mobbing.

Los procedimientos de actuación deberán desarrollarse bajo los principios de rapidez, confidencialidad, credibilidad y deberán garantizar y proteger tanto la intimidad, como la dignidad de las personas involucradas. Además, se garantizarán y respetarán los derechos de las personas implicadas.

II. CONCEPTOS

ACOSO SEXUAL: El artículo 7.1 de la Ley 3/2007 dispone que “constituye acoso sexual cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.” A título de ejemplo, y sin ánimo excluyente ni limitativo, se considerarán constitutivas de acoso sexual las siguientes conductas:

Observaciones sugerentes, chistes o comentarios sobre la apariencia o condición sexual del trabajador o trabajadora

Peticiones de favores sexuales, incluyendo todas aquellas insinuaciones o actitudes que asocien la mejora de las condiciones de trabajo o la estabilidad en el empleo del trabajador o trabajadora, a la aprobación o denegación de estos favores.

Cualquier otro comportamiento que tenga como causa o como objetivo la discriminación, el abuso, la vejación o la humillación del trabajador/a por razón de su sexo.

Toda agresión sexual.



ACOSO POR RAZÓN DE SEXO: De conformidad con el artículo 7.2 de la Ley 3/2007 “constituye acoso por razón de sexo cualquier comportamiento realizado en función del sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo”.

A título de ejemplo, y sin ánimo excluyente ni limitativo, son conductas calificables como acoso por razón de sexo:

Cualquier conducta censora motivada por el ejercicio de una persona de derechos derivados de su condición sexual.

Cualquier trato adverso o efecto negativo que se produzca en una persona como consecuencia de la presentación por su parte de una queja, reclamación, denuncia, demanda o recurso, destinados a impedir su discriminación y a exigir el cumplimiento efectivo del principio de igualdad entre hombres y mujeres.

Tanto uno como otro tipo de acoso, puede producirse por parte de un superior hacia su subordinado, o por parte de un subordinado a un superior, también entre compañeros e incluso por terceros. Dicho comportamiento debe ser indeseado y ofensivo para la persona objeto del mismo. El acoso sexual y el acoso por razón de sexo son actos discriminatorios (apartado 3), como también lo es el condicionamiento de un derecho o de una expectativa de derecho a la aceptación de una situación constitutiva de acoso sexual o de acoso por razón de sexo (apartado 4).

El artículo 54.g) del ET, modificado por la disposición adicional décimo primera de la Ley 3/2007, incluye el acoso sexual y el acoso por razón de sexo como causa de despido.

ACOSO MORAL O MOBBING: Se entiende como acoso moral, la práctica o comportamiento repetido o persistente por una o más personas durante un tiempo prolongado, ya sea verbal, psicológica o físicamente, en el lugar de trabajo o en conexión con el trabajo, que tiene como finalidad la humillación, el menosprecio, el insulto, la coacción o la discriminación de la víctima, afectando negativamente al entorno laboral y pudiendo culminar con el abandono voluntario del puesto de trabajo.

Pueden considerarse comportamientos que por sí solos, o junto con otros, evidencien la existencia de una conducta de acoso moral:

- El aislamiento y rechazo o prohibición de comunicación.
- Los atentados contra la dignidad de la persona.
- La degradación intencionada en las condiciones del puesto de trabajo.
- La violencia verbal

COMISIÓN INSTRUCTORA: Es el órgano indicado para recibir todas las consultas y denuncias referidas al acoso sexual y por razón de sexo o denuncias por acoso moral que pudieran producirse. También en el seno de la Comisión Instructora se llevará a cabo la investigación de las denuncias siguiendo lo establecido en este protocolo. La Comisión Instructora estará formada por:

- El/la agente de Igualdad.
- La Representación Legal de los Trabajadores en aquellos casos en los que cualquiera de las partes implicadas así lo solicitase.

En el supuesto de que los/las componentes de esta Comisión estuvieran implicados en la denuncia, se enviarán las denuncias a la "Comisión Instructora" superior (Autonómica o en su defecto Oficina Central) que arbitrará el procedimiento que se debe seguir. Si esta situación se diera en la Oficina Central, se derivarán las denuncias a la "Comisión Instructora de la Comunidad Autónoma de Madrid"

En el supuesto de que no hubiera acuerdo en la valoración del caso por parte de los/las miembros de la "Comisión Instructora", se notificará a las personas "denunciantes" para que decidan sobre las acciones que juzguen de su interés seguir. Los/las miembros de las "Comisiones Instructoras" se comprometen a observar secreto profesional, imparcialidad y respeto a todos los casos que traten en la comisión.

III. PROCEDIMIENTOS DE ACTUACIÓN

En el caso de que un/a trabajador/a o un miembro del Voluntariado, sienta que está siendo objeto de acoso, o que lo sospeche sobre un/a compañero/a, y con el fin de garantizar sus derechos a la queja y a la confidencialidad, se establecen los siguientes procedimientos de actuación, sin perjuicio de la utilización paralela o posterior por parte de la víctima de vías administrativas o judiciales.

FASE PRELIMINAR

El objetivo de esta fase es resolver el problema de forma rápida y eficaz. En ocasiones, el hecho de manifestar al presunto/a agresor/a las consecuencias ofensivas e intimidatorias que se generan de su comportamiento, es suficiente para solucionar el problema. La persona demandante podrá dirigirse a la Comisión Instructora mediante un escrito en el que se identifique a todas las personas afectadas. La Comisión Instructora se encargará de entrevistarse con la persona afectada y podrá tener reuniones con el/la presunto/a agresor/a y en casos de extrema necesidad, con ambas partes, todo ello con la finalidad de alcanzar una solución aceptada por las partes. Esta fase previa está fundamentada en la confrontación de las partes. Durante toda la fase preliminar, cualquiera de las partes podrá pedir la presencia de un miembro de la Representación Legal de los Trabajadores.



Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales

En el plazo máximo de quince días, la Comisión Instructora elaborará un informe con el resultado de la instrucción y con las actuaciones que se consideren convenientes, incluso la apertura del procedimiento formal.

PROCEDIMIENTO FORMAL

1.- LA DENUNCIA La víctima o cualquier otra persona que tenga conocimiento de algún acto de acoso, podrá denunciar personalmente o por medio de terceros, al presunto agresor/a, ante cualquiera de las instancias previstas en el proceso. **La denuncia será por escrito y no podrá ser anónima.**

2.- LA INSTRUCCIÓN Todas las actuaciones de la instrucción se documentarán por escrito y en caso de incluir declaraciones o testimonios serán suscritas por quienes las hubieran realizado. Cuando la gravedad de las acusaciones o la complejidad del caso así lo requieran, la Comisión Instructora, de manera facultativa, podrá solicitar la ayuda de un/a experto/a. Como primera actuación de la instrucción, se recabará de la persona denunciante, la información que se considere necesaria. De manera inmediata se mantendrá una entrevista con la persona denunciada con el fin de transmitirle la información detallada sobre la naturaleza de los hechos que se le imputan y obtener su versión. Posteriormente, el Instructor/a decidirá la práctica de cuantas pruebas y actuaciones estime convenientes para el esclarecimiento de los hechos denunciados, dando audiencia a todas las partes, testigos y otras personas que considere, debiendo ser advertidos todos ellos sobre el deber de guardar confidencialidad sobre su intervención y sobre el procedimiento que se está desarrollando.

3.- LAS MEDIDAS CAUTELARES

En el supuesto de que sea necesario y hasta el cierre del procedimiento, una vez verificados los indicios de la existencia de acoso, se podrá cautelarmente determinar la separación de la víctima y del presunto acosador/a, así como otras medidas cautelares que se estimen oportunas. Estas medidas, en ningún caso podrán suponer para la víctima un perjuicio o menoscabo en las condiciones de trabajo, ni modificación sustancial de las mismas.

4.- LA RESOLUCIÓN

La instrucción concluirá con un informe, elaborado diligentemente en plazo de 15 días. En el informe se recogerán las conclusiones alcanzadas y las medidas disciplinarias que, en su caso, se estimen adoptar. En los casos en los que intervenga una persona del Voluntariado, el Informe lo redactará de forma colegiada la Comisión Mixta de Instrucción. Si existe acoso, se adoptarán las medidas correctoras y sancionadoras oportunas que marque el régimen disciplinario que le sea de aplicación al acosador/a según el convenio colectivo, o según el Reglamento General Orgánico cuando alguna de las partes pertenezca al Voluntariado.

Si no se constatan situaciones de acoso, o no ha sido posible la verificación de los hechos, se archivará el expediente. Las denuncias, falsos alegatos o declaraciones que se demuestren como no honestas o dolosas, podrán ser constitutivas igualmente de actuación disciplinaria.

Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

Humanidad





PROCEDIMIENTO EN CASO DE ACCIDENTE LABORAL

LESIÓN LEVE → acudir al botiquín y realizar las primeras curas con el material disponible y por parte de personal autorizado. Se deben recopilar el máximo de datos posibles sobre lo sucedido para iniciar la investigación del accidente (tomar notas). Posteriormente el responsable (mando inmediato) realizará el correspondiente informe de investigación del accidente remitiéndolo al Servicio de Prevención.

LESIÓN DE MAYOR IMPORTANCIA → Realizar la primera cura o asistencia con los medios adecuados y personal autorizado, facilitando el traslado del accidentado al centro sanitario establecido cuando sea necesario.

- 1º Realizar los primeros auxilios al accidentado.
- 2º Dar aviso al mando inmediato.
- 3º Realizar la evacuación del accidentado al centro asistencial correspondiente (mutua de accidentes).
- 4º El superior inmediato dará aviso al departamento de RR.HH para que realicen el parte de asistencia y recopilará el máximo de datos posibles de lo sucedido (tomar notas) para proceder a la investigación del Accidente.
- 5º El departamento de RR.HH. comunicará el accidente al Referente de Prevención que procederá a la investigación del accidente remitiendo el correspondiente informe al Servicio de Prevención Propio.

TELÉFONOS DE REFERENCIA

Urgencias 24 horas (Fraternidad Muprespa) 900 269 269

Servicio de Personal Laboral..... Nombres: Merche Clemente / Maria Ruiz
Tlf. 96 3802244 **Ext.**71500 **Ext.** 71501

Servicio Propio de PRL.....Nombre: Óscar Pozuelo
Tlf. 91 335 43 97 **Ext.**20397

Centro asistencial Fraternidad - Av. Manuel de Falla nº12 Valencia 46015
Teléfono: 963179300 - 900269269

Accidentes fuera de Valencia (consultar red asistencial) **Emergencias 112**



PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE CON RIESGO BIOLÓGICO

1º.- Limpieza de la zona de contacto:

- En caso de corte o punción:

Dejar fluir la sangre durante 2-3 minutos bajo chorro de agua.

Limpiar la herida con agua y jabón.

Aplicar alcohol de 70º o povidona iodada.

- En caso de contacto con mucosas:

Enjuagar con agua abundante o solución salina isotónica

2º.- Declarar el accidente al superior inmediato, el cual deberá notificar el accidente al departamento de RR.HH. y a la mutua correspondiente y tomar notas de lo sucedido.

3º.- Se remitirá al trabajador a la mutua con el correspondiente parte de asistencia (el trabajador deberá aportar la cartilla vacunal si está en posesión de ella) con el fin de conocer su estado de inmunización.

4º.- Para el virus de "Hepatitis C" no existe vacuna.

5º.- Ante situación de Riesgo Biológico (pinchazos accidentales), se realizará analítica para determinar marcadores hepáticos, así como controles post-exposición como determina el protocolo médico correspondiente.

6º.- Se informará del accidente al Referente de Prevención que elaborará informe de investigación del accidente correspondiente remitiéndolo con carácter urgente al Servicio Propio de Prevención.

7º.- El Servicio Propio de Prevención revisará la investigación del accidente y coordinará el seguimiento del caso con el departamento de Vigilancia de la Salud.





Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales

Universalidad
Unidad
Voluntariado
Independencia
Neutralidad
Imparcialidad
Humanidad

Normativa Básica:

- Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales
- Ley 39/1999 para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras.
- R.D.1251/2001 por el que se regulan las prestaciones económicas del Sistema de la Seguridad Social por maternidad y riesgo durante el embarazo.
- R.D. Legislativo 1/1995 por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores.



RECUERDA QUE

Es conveniente que en caso de embarazo sigas algunos consejos:

- Asiste a tus controles médicos y ginecológicos periódicos.
- Evita el abuso de sustancias excitantes (café, bebidas de cola, etc.) y nocivas (tabaco).
- Respeta las horas de descanso adecuadas a tu estado.
- Sigue una dieta equilibrada y con horarios regulares.
- Realiza ejercicio físico moderado.
- Evita la manipulación de cargas pesadas y permanecer muchas horas de pie o sentada. Procura alternar ambas posturas.
- Disfruta de tu tiempo libre.

Si tienes alguna duda no olvides consultar a tus superiores o al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales a través del teléfono:



Reservados todos los derechos. No se permite la explotación económica ni la transformación de esta obra. Queda permitida la impresión en su totalidad.

Protección de la Maternidad

La Cruz Roja Española en su afán de garantizar la protección de la seguridad y la salud de nuestros trabajadores y trabajadoras adopta una política global desde el punto de vista de la salud reproductiva que, además de perseguir una adecuada protección de las trabajadoras en estado de embarazo, lactancia o parto reciente, pretende anticiparse y prevenir todas aquellas situaciones o circunstancias del entorno laboral que puedan suponer un riesgo de alteración de la reproducción debido a exposiciones anteriores a la concepción.

En el presente folleto encontrarás información acerca de los riesgos que deben controlarse en la situación de embarazo, parto reciente o lactancia y que esperamos sea de tu interés.

Recuerda que en caso de encontrarte en alguna de estas situaciones es importante que lo notifiques cuanto antes a tus superiores o al Servicio de Prevención.

Cada vez más cerca de las personas



Cada vez más cerca de las personas





NOTIFICACIÓN Y PROCEDIMIENTO

En cuanto lo consideres oportuno, notifica a tus superiores o al Servicio de Prevención tu situación mediante el documento disponible.

Te recomendamos que lo hagas a la mayor brevedad posible.

El Servicio de Prevención procederá a evaluar tu puesto de trabajo y propondrá las medidas preventivas a tener en cuenta.

Puede ser recomendable que te sometas a un reconocimiento médico de Vigilancia de la Salud (voluntario).

Según lo dispuesto en la normativa vigente, las medidas preventivas irán dirigidas a adaptar las condiciones de trabajo o el tiempo de la trabajadora afectada y, en el caso de que estas medidas no fueran posibles o realizándose pudieran aún influir negativamente en la salud de la trabajadora o del feto, ésta deberá desempeñar un puesto de trabajo o función diferente exenta de riesgos al estado que presenta.

Si no existiese ese puesto o función compatible la trabajadora podrá ser destinada a un puesto no correspondiente a su grupo o categoría, conservando el derecho a las retribuciones de su puesto origen.

Finalmente, si el cambio de puesto no fuera posible, técnica u objetivamente, o no pueda exigirse por motivos justificados, se podrá declarar el paso de la trabajadora a la situación de suspensión de contrato por riesgo durante el embarazo, según se especifica en el art. 45.1d) del Estatuto de los Trabajadores.

RIESGOS QUE PUEDEN AFECTAR A LA MATERNIDAD

AGENTES FÍSICOS:

- Choques, vibraciones o movimientos bruscos
- Ruido
- Radiaciones ionizantes
- Radiaciones electromagnéticas no ionizantes
- Temperaturas extremas
- Trabajos en atmósferas de sobrepresión elevada (p.e. submarinismo, recintos de aire comprimido...)

AGENTES QUÍMICOS:

- Agentes químicos etiquetados con las frases R40, R45, R46, R49, R61, R62, R63, R64 y R68
- Mercurio y sus derivados.
- Medicamentos antimicrobianos.
- Monóxido de carbono.
- Plomo y derivados.
- Otros agentes químicos y procedimientos industriales enumerados en el Anexo I del R.D.665/1997.



AGENTES BIOLÓGICOS:

- Exposición a agentes biológicos que pueden provocar abortos o lesiones físicas o neurológicas en el feto (p.e. rubeola y toxoplasma).
- Exposición a agentes biológicos grupos 2, 3 y 4 del R.D.664/1997 en la medida en que se sepa que dichos agentes o las medidas terapéuticas que necesariamente traen consigo ponen en peligro la salud de las mujeres embarazadas y del niño/a por nacer.

RIESGOS ERGONÓMICOS Y PSICO-SOCIALES

- Manipulación manual de cargas.
- Posturas y movimientos forzados.
- Trabajo nocturno o a turnos.
- Fatiga mental y física.

OTRAS CONDICIONES DE TRABAJO:

- Riesgos derivados de la utilización de equipos de trabajo y/o equipos de protección individual.
- Trabajos de minería subterránea.
- Imposibilidad de acceso a lavabos, etc.





Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención
de Riesgos Laborales

CARTA DE COMUNICACIÓN DE EMBARAZO A LA EMPRESA

En.....a....de.....de 201..

Al Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales de Cruz Roja Española

Dña.....
con DNI/NIE.....,con domicilio y nº teléfono a efectos de
notificaciones en COMUNICA que:

En la actualidad me encuentro en situación de embarazo tal como se señala en el informe
médico adjunto (opcional).

Estando en lasemana de gestación se informa al Servicio de Prevención de
Riesgos Laborales para que tenga conocimiento de los hechos y se proceda a realizar lo
establecido en el Art. 26 de la L.P.R.L. en relación a la protección de la maternidad.

Atentamente,

Recibí Servicio Propio de PRL

Fecha:

Firma trabajadora

Humanidad
Imparcialidad
Neutralidad
Independencia
Voluntariado
Unidad
Universalidad

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS

Recomendaciones generales ante casos de emergencia

Es natural que ante un riesgo o emergencia tenga sensación de miedo o inseguridad. En ese caso, deténgase unos instantes para recuperar la calma. Serenidad y reflexión son necesarias para afrontar una situación de amenaza o peligro.

La tranquilidad de su comportamiento favorecerá la seguridad de los que estén a su alrededor.

En caso de emergencia, conocer pautas de autoprotección, ayuda a tomar decisiones que favorezcan su seguridad y la de los demás.

Incendio

Familiarícese con la ubicación de extintores y demás medios de extinción y alarma.

En incendio siga las siguientes instrucciones:

- Mantenga la calma.
- Avise del incendio. Comunique por teléfono, mediante pulsador de aviso de incendio o directamente la situación a los equipos de emergencia propios o externos en su caso.
- Si se encuentra capacitado para ello, ataque el fuego con un extintor apropiado. No actúe en solitario, no debe ponerse en peligro.
- Si el fuego es de gran magnitud o no sabe cómo utilizar los extintores, desaloje el local; cierre puertas y ventanas si la situación se lo permite.



Si se encuentra atrapado por un incendio:

- Gatee; retenga la respiración al máximo y evite la inhalación de humo. Aplique paños húmedos a nariz y boca y respire a través de ellos.
- Si la visibilidad se encuentra muy reducida, Muévase junto a las paredes. Utilícelas como guía para avanzar hacia el exterior o hacia una zona segura.
- Si le es posible, cierre las puertas entre usted y el fuego o humo.
- Tape las ranuras alrededor de puertas y aberturas, con trapos, toallas,... preferiblemente humedecidas con agua o equivalente.
- Busque un local con ventana al exterior. Si puede ábrala levemente.
- Señale su ubicación desde la ventana. Si encuentra un teléfono llame a los bomberos y dígalos donde se encuentra.

Alarma y evacuación

Nunca asuma que la alarma es falsa o que se trata de un simulacro.

En el momento en el que se escuche la alarma de incendio, se debe abandonar el edificio inmediatamente.



- Como norma general debe tener en cuenta que **primero debe transmitir la alerta, segundo intervenir.**
- En caso de alarma de incendio, debe evacuar el edificio de acuerdo al procedimiento establecido.
- Familiarícese con las instalaciones. Conozca accesos y vías de evacuación al exterior. Si tiene dudas, solicite información sobre los itinerarios de evacuación.

En evacuación siga las siguientes instrucciones:

- Advierta a las personas que le acompañan.
- Abandone el local conjuntamente con el resto de personas y diríjase al exterior. Utilice las vías de evacuación establecidas.
- No utilice los ascensores.
- No se detenga frente a las salidas.
- Si utiliza las escaleras, baje por el lado del pasamanos y en fila india si concurren más personas. De prioridad a las personas que provienen de plantas superiores.
- No retroceda ni porte objetos voluminosos.
- Una vez en el exterior diríjase hacia el punto de encuentro e informe de cualquier dato que pueda ser útil para los responsables de la evacuación (ausencias, heridos, atrapados, etc...)



NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS

Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

idad

Permanezca en el punto de reunión establecido hasta que el responsable de emergencias determine claramente que puede ser abandonado.



Actuación frente a emergencias médicas

Siempre que acontezca una emergencia médica, se actuará bajo el criterio Proteger Avisar Socorrer.

Trate de calmar al herido.

Si dispone de conocimientos de primeros auxilios, aplíquelos.

De la alarma al responsable de emergencias o servicios externos de emergencia.

Electrocución

Antes de acercarse a una persona que haya sufrido electrocución debe garantizar que no está en contacto con el conductor en tensión.

Desprendimiento de la persona electrocutada.

Corte inmediatamente la corriente.

En el supuesto de no poder cortar la corriente, para poder desprender a la persona afectada deberá:

- Aislarse de la tensión y de tierra.
- Protegerse mediante medios (pértiga, ganchos,...) adecuados a la tensión.
- Separar a la persona de los conductores sin ponerse en ningún momento en contacto con elementos en tensión.

Debe prever la posibilidad de que se agrave el accidente por la caída de la persona al cortar la corriente, aplicando los medios posibles para evitarlo.

Comunicar a responsable emergencias médicas para aplicación primeros auxilios.

Recomendaciones para evitar situaciones de emergencia

Las medidas de prevención ayudan a evitar y prevenir accidentes.

- No sobrecargue ni manipule indebidamente líneas eléctricas.
- No realice conexiones ni adaptaciones eléctricas inadecuadas. Evite el uso de enchufes múltiples.
- No sitúe materiales combustibles próximos a las fuentes de alumbrado, calefacción, etc.
- Almacene los productos inflamables en recinto aislado, ventilado y separado, utilizando únicamente las cantidades imprescindibles.
- Cuidado con los procesos que originen llamas, chispas, etc. Estudie previamente el momento y lugar en donde éstos se vayan a realizar. Cualquier trabajo que presente peligro de incendio no debe ser iniciado sin autorización.
- Los pasillos, vestíbulos y demás zonas de evacuación deben estar siempre libres de obstáculos. No los obstruya.
- Mantenga siempre despejados los extintores, bocas de incendio, pulsadores de alarma y señales de las vías de evacuación. Realice el mantenimiento reglamentario de extintores y alarmas.
- Evite fumar en el conjunto de las instalaciones. No arroje cerillas o colillas al suelo o papeleras.
- En caso de procesos susceptibles de iniciar incendios deberá aislar materiales combustibles de la zona.



NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN FRENTE A EMERGENCIAS MÉDICAS /PRIMEROS AUXILIOS

Universalidad
Unidad
Voluntariado
Independencia
Neutralidad
Imparcialidad
idad

Plan de actuación frente a emergencias médicas

Siempre que acontezca una emergencia médica, se actuará bajo el criterio

Proteger Avisar Socorrer

• Si se trata de un accidente leve que la persona encargada de los primeros auxilios pueda solucionar, ésta realizará las primeras curas con el fin de minimizar las consecuencias (pequeños vendajes, inmovilizaciones, compresiones en caso de hemorragias,...).

• Si fuera necesaria la actuación del personal sanitario cualificado, se acompañará al accidentado al centro asistencial más próximo, con vehículos propios, transporte público o ambulancia en función de la gravedad.

• **Si se trata de un accidente grave:**

1. Imponer calma y orden en el lugar del accidente
2. Si hay más de una persona accidentada, atender

al que parezca más grave

3. Examinar al accidentado y valorar su situación:

- Verificar la consciencia
- Verificar la respiración
- Verificar la circulación
- Verificar la existencia de hemorragias severas

4. Avisar al servicio de urgencias correspondiente, indicando de forma clara y precisa:

La causa última que motivó el accidente

- La gravedad del mismo
- Las personas están involucradas
- El momento en que se ha producido

5. No mover al accidentado, si es posible, o hacerlo con la máxima prudencia

6. Abrigar al accidentado y aflojar su ropa esperando la llegada de los equipos sanitarios.

7. No darle bebida ni comida.

Se recomiendan a continuación normas de actuación para casos específicos de emergencias médicas:

Quemaduras

Toda quemadura requiere atención médica excepto si se trata de una quemadura superficial con una superficie menor de 2 cm.

- Enfriar la quemadura inmediatamente colocando la zona afectada bajo un chorro de agua fría, durante un mínimo de 10 minutos. No aplicar ningún producto comercial o casero sobre la quemadura.

- Si la quemadura es extensa, cubrirla con toallas, pañuelos, sábanas que estén siempre LIMPIOS y trasladarla urgentemente a un centro sanitario.

- Si se trata de una quemadura por productos químicos o líquidos hirvientes, quitar inmediatamente las ropas impregnadas.

Cuerpos extraños en los ojos

- Lavado ocular con suero fisiológico o en su defecto, agua abundante.

- Nunca frotar los ojos ni echar colirios

- Nunca se debe tratar de sacar nada que parezca estar enclavado o incrustado en la superficie del ojo.

Se debe cubrir el ojo con un apósito estéril y trasladarlo a un centro sanitario.

Fracturas

Ante la duda, actuar como si hubiese fractura

- No hay que mover al accidentado sin antes inmovilizar la fractura • Se inmoviliza la fractura en la misma posición en la que nos la hemos encontrado, abarcando el hueso ó huesos rotos y las articulaciones adyacentes.

- Si la fractura es abierta, cubrirla con apósitos estériles antes de inmovilizarla.

- Si sospechamos fractura de la columna vertebral, no se puede mover al accidentado. Requiere traslado urgente.

- Trasladar de inmediato





NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN FRENTE A EMERGENCIAS MÉDICAS /PRIMEROS AUXILIOS

Universalidad
Unidad
Voluntariado
Independencia
Neutralidad
Imparcialidad
idad

Luxaciones y esguinces

- Inmovilizar la zona mediante vendaje compresivo o Cabestrillo
- Si la lesión tiene menos de 48 horas, aplicar frío
- Mantener el reposo y elevar la zona afectada
- Acudir a un centro sanitario

Heridas

- Si la herida es sangrante, presionar directamente sobre la herida para detener la hemorragia.
- Lavarse cuidadosamente las manos para limpiar la herida.
- Limpiar la herida con suero fisiológico si es posible, secándola con gasas desde el centro a la periferia. Pincelarla con un antiséptico no coloreado
- Si la herida necesita ser suturada o tiene un aspecto muy sucio, se debe limpiar solamente, cubrirla con apósitos limpios, sujetarlos y acudir a un centro Sanitario.
- No olvidar la vacunación contra el tétanos
- No utilizar nunca encima de las heridas algodón, pañuelos o servilletas de papel, alcohol yodo o lejía.

Hemorragias

- Aplicar presión con la mano directamente sobre la herida de forma constante durante 10 minutos.
- Conseguir ayuda médica.

Electrocuciones

- Aplicar las medidas básicas de reanimación y trasladar al accidentado al hospital más cercano.

Pérdida de consciencia

- Colocar al accidentado tumbado en el suelo boca arriba, con la cabeza ladeada y las piernas elevadas.
- Mantenerlo en reposo absoluto, aflojando cualquier prenda de vestir que le oprima.
- Nunca dar de comer ni de beber a una persona inconsciente.

Convulsiones

- No tratar de sujetar a la persona
- Apartar los objetos de alrededor para evitar lesiones.
- Colocar una prenda, unos cojines o cualquier otro objeto que sirva de almohadilla debajo de la cabeza.
- Si se puede, aflojar con cuidado cualquier prenda ajustada alrededor del cuello y/o cintura.
- Cuando acabe el ataque, colocar a la persona en posición lateral de seguridad y explorarla buscando posibles lesiones.

Recuerda respetar siempre el orden

P.A.S.:

Proteger- antes de actuar asegúrate de que ni el accidentado ni tú corréis peligro.

Avisar -antes de empezar a socorrer avisa a los servicios de emergencia sanitarios (médico, ambulancias)

Socorrer –Actúa sobre el/la accidentado/a reconociendo primero sus signos vitales

NUNCA DEBE HACER

- NUNCA mover a un herido sin antes habernos dado cuenta de sus lesiones.
- NUNCA tocar y/o hurgar en las heridas.
- NUNCA despegar los restos de vestidos pegados a la piel quemada ni abrir las ampollas.
- NUNCA dar alimentos o líquidos a trabajadores inconscientes o heridos en el vientre.
- NUNCA poner torniquetes, si no es absolutamente indispensable
- NUNCA poner almohadas, levantar la cabeza o incorporar a los que sufran desvanecimientos.
- NUNCA tocar la parte de las compresas que ha de quedar en contacto con las heridas.
- NUNCA tocar a un electrocutado que esté en contacto con el cable.
- NUNCA poner los vendajes excesivamente apretados.





Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención de Riesgos Laborales

RECOMENDACIONES BÁSICAS PARA LA SEGURIDAD EN LOS DESPLAZAMIENTOS

RECOMENDACIONES BÁSICAS DE SEGURIDAD DURANTE LOS DESPLAZAMIENTOS

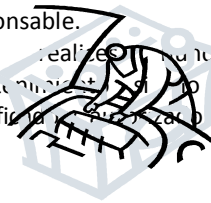
PARA EL CONDUCTOR

- No conduzcas nunca bajo los efectos de alcohol, drogas, medicamentos u otras sustancias que puedan alterar tu capacidad de reacción.
- Consulta a tu médico en caso de tener que tomar alguna medicación que pueda producir somnolencia o pérdida de reflejos.
- Procura descansar lo suficiente antes de los desplazamientos y si durante estos aparece la fatiga, párate y descansa hasta que te notes mejor.
- Mantén una ventilación adecuada del habitáculo.
- Regula adecuadamente el asiento del conductor.
- Procura evitar el uso de ropas ajustadas que dificulten la circulación sanguínea y comer comidas copiosas antes de conducir.
- Planifica los recorridos con antelación suficiente para evitar las prisas.
- Regula adecuadamente el asiento. Este gesto contribuye a retardar la aparición de la fatiga y a evitar dolores musculares.
- Lleva siempre unas gafas de sol para evitar deslumbramientos y tus lentes correctoras en caso necesario.



ACERCA DEL VEHÍCULO

- Mantén el vehículo en condiciones óptimas de funcionamiento, realizando el correspondiente mantenimiento preventivo.
- Verifica periódicamente el estado de niveles de líquidos, neumáticos, luces y frenos antes de iniciar el desplazamiento.
- Si detectas alguna anomalía en el vehículo de empresa notifícalo inmediatamente al responsable.
- No realices nunca operaciones de mantenimiento si no estás debidamente cualificado y autorizado.



- Mantén siempre limpio el vehículo, tanto en el interior del habitáculo como en el exterior. Llevar las lunas o los retrovisores sucios puede aumentar el riesgo de accidente por mala visibilidad.
- Procura ventilar el interior del habitáculo para evitar malos olores y ambientes cargados, especialmente en verano.
- Asegúrate de que portas la documentación necesaria (seguro, carnet de conducir).

EN LA CONDUCCIÓN Y CIRCULACIÓN

- Usa siempre el cinturón de seguridad, tanto como conductor como si vas de acompañante.
- Regula correctamente los espejos retrovisores y el asiento antes de iniciar la marcha.
- Conduce siempre con ambas manos al volante.
- No te distraigas ni pierdas la concentración, está en juego tu vida y la de terceros, así que fíjate en los vehículos que van a tu lado, delante o detrás de tú, no fumes ni hables por el móvil.
- No disminuyas tu atención en los recorridos habituales aunque estés muy familiarizado/a con ellos.
- Respeta siempre la señalización y los límites de velocidad.
- Señaliza correctamente las maniobras.
- Respeta siempre distancias de seguridad suficientes, adecuando la velocidad a la visibilidad, estado de la calzada y condiciones de tráfico.
- Para conducir evita el uso de tacones altos y suelas deslizantes.
- Extrema las precauciones al acercarte a cruces, cambios de rasante, curvas con escasa visibilidad y pasos a nivel.
- Realiza adelantamientos solo cuando estés totalmente seguro/a de que no hay peligro, y siempre después de comprobar que no hay otro vehículo que nos quiera adelantar.

RECOMENDACIONES BÁSICAS DE SEGURIDAD DURANTE LOS DESPLAZAMIENTOS

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Universalidad
Unidad
Voluntariado
Independencia
Neutralidad
Imparcialidad
idad



SITUACIONES IMPREVISTAS

Si se revienta un neumático mientras circulas...

- No pises el freno.
- Sujeta firmemente el volante con las dos manos girando lo necesario para mantener la dirección del vehículo.
- Cuando el coche haya perdido velocidad acciona el freno poco a poco y detén el vehículo en una zona segura.

Si tu coche patina...

- No pises el freno.
- No levantes el pie del acelerador.
- Gira en la misma dirección en que se mueven las ruedas traseras al deslizarse.
- Afloja el acelerador.
- Frena suavemente.

Si fallan los frenos...

- Pisa el pedal del freno varias veces para aprovechar la frenada residual.
- Introduce cada vez marchas más cortas (freno motor).
- Acciona suave y progresivamente el freno de mano, nunca de forma brusca.

Presencia de un animal en la calzada



- Disminuye la velocidad, haz sonar el claxon y si es de noche da ráfagas de luces.
- Si el animal no reacciona, y no tienes absoluta certeza de que puedes esquivarlo con seguridad sujeta firmemente el volante y continua en línea recta (es preferible atropellar al animal que provocar una colisión con otro vehículo).

Si te encuentras un vehículo en sentido contrario...

- Disminuye la velocidad, haz sonar el claxon y da ráfagas de luces.
- Si el conductor no reacciona, desvíate al máximo hacia el arcén.
- Debes tratar de evitar el choque frontal.



Si se ha metido un insecto en el vehículo...

- Mantén la calma, para el coche en un lugar seguro y aléjalo

PARADAS Y ESTACIONAMIENTOS

- Extrema las precauciones con aquellos conductores que estén buscando estacionamiento, pueden hacer maniobras imprevistas.
- Señaliza siempre la maniobra con antelación, detente de manera suave y progresiva evitando frenazos bruscos.
- Si es imprescindible detenerte fuera de las zonas habilitadas, elige lugares con buena visibilidad y permanece el tiempo mínimo imprescindible.
- Antes de bajarte del vehículo, comprueba antes de abrir la puerta que no viene ningún vehículo por la vía o peatón por la acera.





Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

idad

COMO PEATÓN

- Camina siempre por las aceras, en caso de no existir éstas circula lo más cerca posible del margen de la calzada.
- No camines junto al bordillo de la acera.
- No pases por debajo de lugares peligrosos (escaleras de mano, andamios, etc.)
- Permanece atento a posibles entradas/salidas de vehículos de los garajes.
- Para cruzar, utiliza siempre los "pasos de cebra" y siempre la máxima: "primero mirar, después cruzar". En el caso de existencia de semáforos, cruza cuando esté en verde.
- No cruces distraídamente una calle, trata de cruzar por zonas donde los conductores puedan verte.



- No cruces por delante de un vehículo voluminoso parado que pueda hacer que el resto de conductores no te vean.
- Al cruzar, hazlo en línea recta, de manera que estés sobre la vía el menor tiempo posible. Presta especial atención al cruzar de noche por zonas poco iluminadas o de día con el sol de frente para el conductor.
- Al transitar por carreteras como peatón hazlo siempre por tu izquierda.
- Por la noche, al transitar por carreteras como peatón, hazte ver utilizando chaleco reflectante, usando prendas de vestir claras, adosando a la vestimenta objetos reflectantes, utilizando señales luminosas de linternas, etc., de tal forma que te hagas visible para todos los vehículos que circulen por la misma.



- No cruces por la mitad de una autovía o una autopista. Utiliza los pasos elevados o subterráneos habilitados para ello.

POSTURAS Y AJUSTES PARA LA CONDUCCIÓN

- A la hora de entrar en el vehículo siéntate primero lateralmente y luego gira las piernas al tiempo que corriges la posición del tronco.
- Regula la distancia del asiento de manera que te permita pisar a fondo el pedal de embrague sin echar el tronco hacia adelante (debes poder manejar los pedales con simples movimientos de los tobillos y manteniendo los talones apoyados en el suelo).
- Regula la altura del asiento de forma que las rodillas te queden más altas que las caderas.
- Asegura el apoyo de la zona lumbar de tu espalda durante todo el recorrido., regulando la inclinación del respaldo previamente.
- Debes llevar los brazos ligeramente flexionados y la espalda apoyada en el respaldo.
- Regular el reposacabezas ligeramente retrasado con respecto al respaldo y de acuerdo a tu altura (t recuerda que éste tiene una finalidad protectora, pero no de descanso).
- Debes emplear los retrovisores para evitar forzar el cuello sobre todo en la marcha atrás, así que antes de iniciar la marcha regúlalos convenientemente.





PROTOCOLO EN CASO DE VIOLENCIA EN EL MEDIO LABORAL

Objeto.-

El presente documento tiene como base establecer un protocolo preventivo específico y de actuación ante situaciones de conflictividad y/o agresión al personal laboral de cualquiera de los servicios de atención a usuarios realizados por los trabajadores/as de Cruz Roja.

A pesar de que la relación entre usuarios/as y profesionales es mayoritariamente positiva, se ha considerado conveniente la realización de este protocolo para establecer unas normas de actuación que nos permitan prevenir posibles situaciones hostiles y atenuar, de hacerse estas efectivas, la intensidad y las consecuencias de las mismas.

Alcance.-

Este documento se mantendrá accesible para todos los trabajadores y trabajadoras que realicen servicios que impliquen la atención directa de usuarios/as junto con el resto de protocolos de funcionamiento y normativa interna correspondiente.

El/la responsable del Servicio informará de la existencia de este protocolo así como del Derecho y el Deber de conocer y respetar el mismo a todos/as los trabajadores/as del centro y/o servicio así como en caso de nuevas incorporaciones de personal.

Desarrollo del protocolo: Normas generales de Actuación.-

Sin que puedan indicarse en algún caso las causas concretas de una conducta agresiva, es probable que el conflicto que genera el acto violento (sea éste una agresión física o verbal) comience con diferencias de opinión entre usuarios o entre éstos y los/ las trabajadores o trabajadoras.





Algunos de los motivos que podrían considerarse como desencadenantes más frecuentes de este tipo de conductas podrían ser, entre otros:

- Competir por bienes o servicios entre usuarios.
- Recriminar el comportamiento del/a usuario/a para el debido cumplimiento de las normas internas del centro o servicio.
- Sustracción de bienes entre usuarios.
- Negativas ante demandas improcedentes.
- Acudir al servicio en estado de embriaguez o bajo los efectos de alguna sustancia.
- Alteraciones en la conducta propias de estados mentales alterados y/o usuarios con problemas de salud mental.
- Etc.

Se deben interpretar como **signos de alarma** el tono de voz alterado y las referencias personales, las actitudes gestuales agresivas, o cualquier otro signo que se aprecie como un comportamiento extraño que de sensación de peligrosidad. En cualquiera de estas circunstancias, la no intervención a tiempo puede hacer más difícil la solución del conflicto.

Por ello se recomienda actuar de la siguiente forma:

En caso de un usuario alterado o con actitud agresiva frente a un trabajador/a...

1. Solicitar la ayuda de un compañero/a de trabajo para que contribuya a acabar con la situación de violencia, y de la misma manera que sirva como testigo de la situación.
2. Intentar mantener la calma y escuchar a la persona que se encuentra alterada. Procuraremos rebajar su agresividad con nuestra actitud y tono dialogante y moderador. Es conveniente dejar que la persona explique su situación con el máximo de detalles (intentar razonar el origen del conflicto) y posteriormente tratar de averiguar de qué manera se puede ayudar a la persona una vez que se haya calmado (valorar las posibles soluciones si las hay).

Es recomendable que, aun en presencia de varios compañeros/as que actuarán como testigos, sea una única persona (generalmente la que tenga





más autoridad o mayor afinidad con el usuario) la que intervenga, para evitar que la violencia aumente o se canalice a más de una persona.

3. Si la persona continúa alterada, comunicarle la posibilidad de expulsión del servicio, al no respetar las normas.
4. Si la situación no remite o se incrementa, valorar la posibilidad de comunicarle a la persona que se avisará a las fuerzas de seguridad.

Toda vez que la situación se observe imposible o difícil, el trabajador/a objeto de la agresión se retirará inmediatamente a una zona segura desde donde se pondrá en contacto con la policía local.

Cuando hay una situación de violencia, deben acudir a dar soporte todos los profesionales. No siempre deberán intervenir, pero su presencia física es importante, evitará la personalización del conflicto.

El usuario/a debe percibir la cohesión del equipo.

En la medida de lo posible, deben aislarse a los componentes del conflicto y tratar de evitarse la intervención de otros usuarios, aunque sea con la intención de ayudar.

En caso de agresión física a un trabajador/a.....

1. Retirarse inmediatamente a una zona segura (si es posible cerrando la puerta con llave) y llamar inmediatamente a las fuerzas de seguridad.
2. A continuación se notificará el hecho a el /la coordinador/a del centro o responsable del servicio, quien en función de la gravedad de los hechos se personará en el centro o, al menos, atenderá telefónicamente al trabajador/a agredido/a.
3. Posteriormente se comunicará la situación a los superiores jerárquicos y se valorarán las actuaciones posteriores.





En caso de conflicto entre los propios usuarios/as....

1. Valorar la posibilidad real de informar a las personas implicadas de las consecuencias de esta situación. **En ningún caso se realizará una intervención física sobre las personas implicadas.** Se deberá avisar al resto de personal para que hagan presencia en la zona.
2. Si después de estas intervenciones no se llega a una situación de calma, valorar la posibilidad de comunicar a los/las usuarios/as implicados/as que se avisará a las fuerzas de seguridad.
3. Si la situación no remite ante esta actuación o se incrementa, avisar directamente a las fuerzas de seguridad (policía local, policía nacional) solicitándoles que se personen en el centro para acabar con la situación.
4. **En caso de encontrarse solo/a (turno de noche, o en caso de no haber localizado a algún compañero/a)** proceder como se indica en el apartado “*En caso de agresión física a un trabajador/a...*”

Actuaciones posteriores a una agresión....

- En caso necesario el personal agredido acudirá a urgencias para que le realicen una valoración de las posibles lesiones para que se pueda emitir el correspondiente parte médico.
- Se seguirá el protocolo de investigación de accidentes, que se ha de remitir tanto al servicio de prevención como al jefe/a de departamento.
- Se valorará la posibilidad de facilitar una atención psicológica al trabajador/a agredido/a de forma inmediata a la finalización de los hechos, si fuese necesario.
- En caso de que lo considere oportuno la persona agredida, la entidad realizará una denuncia de los hechos ante las autoridades.





En todos los casos existe el deber de comunicar los hechos a el/la responsable del centro o servicio y al jefe/a del departamento. Según el alcance de los hechos (siempre en caso de agresión física) el/la jefe/a de departamento deberá comunicar los hechos también a su superior inmediato quien valorará las acciones a llevar a cabo.

NORMAS BÁSICAS DE ACTUACIÓN ANTE UN CONFLICTO

- **No perder la calma**
- **Mantenerse juntos el personal del equipo**
- **Ser prudentes con las palabras y los gestos**
- **Evitar movimientos bruscos**
- **Evitar perder el contacto visual con el agresor (no dar la espalda)**
- **Mantener distancias prudentiales**
- **Evitar el contacto físico**
- **Si el conflicto es grave se dará aviso a la policía y se dará aviso inmediatamente a el/la coordinador/a del centro.**





INFORMACIÓN ACERCA DEL RIESGO BIOLÓGICO EN TRABAJADORES/AS QUE REALIZAN ASISTENCIA A PERSONAS NO CONTROLADAS SANITARIAMENTE

La planificación de las actuaciones preventivas debe encaminarse a que la reducción de los niveles de riesgo deba afrontarse desde una perspectiva integral que se base en la formación, la información de los trabajadores y la participación de estos. Existe registrado un elevado número de accidentes relacionados con riesgo biológico en personal sanitario. En el caso de los trabajadores que realizan trabajo con inmigrantes o toxicómanos el riesgo biológico es menor por no manipular fluidos corporales, pero existe riesgo de contagio por vía respiratoria, por contacto directo piel-piel o por heridas como consecuencia de accidente o agresión.

Riesgo biológico

El contacto con fluidos orgánicos del paciente enfermo (sangre, heces, saliva, esputo...) sin las medidas de protección personal adecuadas (guantes, mascarillas...) y sin las condiciones de trabajo adecuadas que permitan las prácticas de asepsia adecuadas, hacen de los riesgos biológicos uno de los principales riesgos al que se expone en general todo el personal de salud.

Principales riesgos biológicos

Los riesgos biológicos aparecen como consecuencia de la existencia de microorganismos vivos en el ambiente laboral. Dichos microorganismos pueden producir infecciones y/o alergias.

Los microorganismos patógenos pueden llegar al organismo humano por contacto directo o indirecto a través de las siguientes vías de transmisión:

- Vía respiratoria: por inhalación de microorganismos contenidos en las gotas de flugge de la tos.
- Vía digestiva: es la vía fecal-oral y se puede producir por ingestión accidental, comer, beber o fumar en el lugar de trabajo.
- Vía sanguínea o por piel y mucosas: pinchazos, cortes, mordeduras, a través de heridas o erosiones, salpicaduras a nariz, ojos y boca, chupar objetos...





Hepatitis B

Representa el principal riesgo biológico prevenible al que están expuestos los trabajadores en contacto directo con sangre y otros fluidos corporales.

El virus de la hepatitis B tiene una alta prevalencia en nuestro medio. El riesgo de contagio por contacto sangre-sangre (percutánea) es alto, menor en el caso de contacto de fluidos corporales con mucosas.

La prevención de esta infección pasa por la correcta vacunación del personal expuesto.

Una vez administrada la vacuna correctamente (3 dosis en el caso de España), la inmunidad se considera que dura toda la vida, no siendo preciso dosis de recuerdo.

Hepatitis C

Como en el caso de la hepatitis B, el riesgo de contagio es alto, por los mismos mecanismos.

Desafortunadamente en este caso no se dispone de vacuna por lo que de producirse un accidente con material biológico, la primera medida preventiva debe ser el lavado con agua y jabón de la herida y la aplicación de cualquier antiséptico de uso común sobre la herida (povidona, alcohol...). Está indicado dejar sangrar un rato la herida sin comprimirla para intentar que la posible penetración del virus sea menor.

En este caso como en cualquier otro accidente con material biológico, una vez tomadas estas primeras medidas, el accidentado debe ser derivado lo antes posible al centro asistencial de la Mutua de Accidentes de Trabajo (en las primeras 24 horas), donde se aplicará el protocolo específico de control y profilaxis.

VIH

En el caso de accidente biológico con material infectado por el virus del VIH, como en el caso de la exposición al virus de la hepatitis C, no existe vacuna, por lo que las medidas a tomar tanto en el momento del accidente como en las siguientes 24 h, son las mismas que en el caso de la hepatitis C y B, y son la única forma de prevenir el contagio.

La tasa de infección tras pinchazo accidental es la siguiente:

VHB: 20-30%

VHC: 1,2-2%

VIH: 0,3%

La única forma que se ha demostrado eficaz en la prevención de infecciones ocupacionales es la prevención primaria, basada en el conocimiento del riesgo y en una adecuada aplicación de las medidas de prevención. Naturalmente junto a la vacuna cuando esta exista (hepatitis B y Tétanos)





Tétanos

La infección suele producirse por heridas en personal no vacunado y en las que no se han tomado las medidas preventivas en el primer momento, que son las mismas que en el caso de hepatitis B, hepatitis C y HIV.

La medida de protección más eficaz tanto en este caso como en el de la hepatitis B, es la correcta vacunación. En el caso del tétanos la inmunidad tras una correcta vacunación con tres dosis, no es de por vida, por lo que se requiere una dosis de recuerdo cada 10 años.

Tuberculosis

El riesgo de contagio en el colectivo que nos ocupa viene por la vía respiratoria, cuando se está expuesto a inhalaciones de secreciones que contienen el bacilo de Koch, provenientes de enfermos bacilíferos. Este riesgo es bajo, pero debemos hacer unas consideraciones que identifiquen algún puesto de trabajo con mayor riesgo.

La vulnerabilidad del bacilo a la acción ultravioleta hace difícil la transmisión en espacios abiertos o en locales iluminados por luz natural y bien ventilados. El contagio ocurre por regla general en las noches, en especial en domicilios ocupados por la persona enferma y sus contactos más inmediatos, sean o no familia. Se producen generalmente en cárceles, residencias geriátricas, hospitales de enfermos mentales y hospedajes para vagabundos que comparten su dormitorio con fuentes de infección.

Los estudios de contactos en el trabajo y encuentros ocasionales, han demostrado niveles muy bajos de transmisión, muy próximos a los observados en la población general.

La transmisión de la tuberculosis, es por tanto, un hecho doméstico (solamente un 10% de las infecciones ocurren después de la adolescencia). La inhalación ocasional del bacilo no provoca obligatoriamente una infección. La posibilidad de que estos bacilos alcancen el espacio alveolar, es remota; pero si la exposición es reiterada, prolongada por horas y en espacios cerrados y la situación de eliminación e inhalación de bacilos es masiva, la infección tiene altas posibilidades de ocurrir, incluso en personas inmunocompetentes. Es por lo tanto éste el caso que debe preocuparnos desde el punto de vista de riesgo laboral.

No está contemplada la vacunación frente a la tuberculosis, ni entre la población general ni entre los trabajadores que atienden a personal con riesgo de padecerla. Si está indicado en estos colectivos hacer controles periódicos por medio de la prueba de Mantoux (tuberculina), para detectar precozmente posibles infecciones.





Precauciones universales:

Todos los trabajadores que tengan contacto directo o indirecto con sangre u otros fluidos de seres humanos deben vacunarse frente al virus de la hepatitis B y frente al tétanos.

Lavado de manos con agua y jabón después de atender al paciente (se usen guantes o no) y cuando haya habido contacto con sangre y/o fluidos corporales.

El lavado se efectuará cuantas veces sea necesario. Es la principal medida para disminuir las infecciones en el medio sanitario.

Los cortes, rasguños y heridas se deben cubrir con apósitos impermeables (tipo tirita) antes de iniciar la actividad laboral. Se evitarán las grietas en la piel; se aconseja el uso de crema hidratante.

Prohibición absoluta de comer, masticar chicle, beber, fumar, manipular lentillas, pintarse...durante la realización de la tarea y antes de quitarse los guantes y lavarse las manos.

Uso de protección barrera: el tipo dependerá del procedimiento que se vaya a realizar.

Uso de guantes

No evitan el pinchazo pero reducen el volumen de sangre transferido (variable muy relacionada con el riesgo de infectarse).

Nunca deben sustituir al lavado de manos.

Se deben usar guantes en las siguientes circunstancias:

Siempre que el trabajador presente cortes, heridas o lesiones cutáneas, además de cubrir las lesiones abiertas con apósitos.

Al tocar sangre y fluidos corporales contaminados, tejidos o fluidos (semen, secreciones vaginales...)

Al tocar mucosas o piel no íntegra de los pacientes.

Al manejar objetos, materiales o tocar superficies potencialmente contaminadas por sangre o fluidos corporales.

Bata, pijama

La utilización de bata suplementaria no está generalmente indicada. Se recomienda su uso en aquellas situaciones en que sea probable que se produzcan grandes salpicaduras por sangre o líquidos corporales (asistencia a un parto, politraumatizados...)





Protección ocular

Debe usarse cuando se prevea la producción de salpicaduras de sangre o líquidos corporales a la mucosa ocular. Se usarán gafas de plástico o mascarilla con protector plástico ocular.

Mascarillas

Se aconseja su uso en las siguientes actividades:

- Asistencia a hemorragias vasculares importantes
- Cuando se prevea vómito o hematemesis
- En la resucitación cardiopulmonar utilizar mascarilla unidireccional o mejor usar ambú.

Otras consideraciones particulares

Se debe tener presente que siempre que sea posible, hay que intentar evitar introducir las manos en bolsos, bolsillos y otros recipientes cerrados cuyo contenido se desconozca.

La manipulación de sábanas manchados de sangre o fluidos de riesgo hay que realizarla con guantes y sin agitarlos.

Si la ropa se mancha con sangre u otras secreciones, hay que cambiarse lo antes posible y depositar la sucia en bolsa o recipiente adecuado y lavarse posteriormente. Para estas tareas se utilizarán guantes.

En caso de exposición accidental a líquidos o muestras

Punción: lavar la zona de con agua y jabón abundante, posteriormente irrigación alcohol de 70° o povidona iodada al 10 %

Mucosas: lavar la zona agua abundante o solución salina isotónica.

Comunicar al responsable y acudir a un centro sanitario para profilaxis o examen médico.





Cruz Roja

Servicio Propio de Prevención
de Riesgos Laborales

Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

Humanidad

OTRA INFORMACIÓN DE INTERÉS

Con el ánimo de informar adecuadamente a nuestros trabajadores/as el Servicio de Prevención realiza de manera continua una labor de recopilación y elaboración de material de interés sobre determinados asuntos relacionados con los riesgos y medidas preventivas específicas de nuestros puestos de trabajo.

Esta información se distribuye por diferentes vías (por correo electrónico, a través de los responsables de departamento, de los representantes de los trabajadores, o bien como entrega directa de documentación al trabajador/a, etc.) para tratar de conseguir la mayor difusión posible de los asuntos que puedan ser de interés para un determinado colectivo. Actualmente nos encontramos trabajando para poder conseguir que esta información sea también accesible para los interesados a través de la intranet.

A modo de ejemplo podemos indicarte que disponemos de material informativo acerca de recomendaciones ergonómicas y psicosociales propias del trabajo en oficinas, recomendaciones para la manipulación segura de cargas y/o movilización de pacientes, prevención de los riesgos biológicos, manipulación segura de productos de limpieza, seguridad en los desplazamientos, y trabajo a turnos, entre otros, que te recordamos puedes consultar solicitándolo a través de tu superior inmediato o directamente al Servicio de Prevención.

