

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN

2. PRINCIPALES RIESGOS LABORALES

- 2.1. CAÍDAS AL MISMO NIVEL
- 2.2. CAÍDAS A DISTINTO NIVEL
- 2.3. PROYECCIONES Y SALPICADURAS
- 2.4. CAÍDAS DE OBJETOS
- 2.5. MANEJO MANUAL DE CARGAS
- 2.6. MANEJO MANUAL DE PACIENTES
- 2.7. POSTURA DE TRABAJO DE PIE
- 2.8. RIESGO ELÉCTRICO
- 2.9. CONTACTO SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS
- 2.10. EXPOSICIÓN A COMPUESTOS CITOSTÁTICOS
- 2.11. EXPOSICIÓN A GASES ANESTÉSICOS
- 2.12. RIESGO DE INCENDIO
- 2.13. EXPOSICIÓN A RADIACIONES
- 2.14. EXPOSICIÓN AGENTES BIOLÓGICOS
- 2.15. FACTORES PSICOSOCIALES

3. ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

- 3.1. FRACTURAS
- 3.2. HEMORRAGIAS
- 3.3. QUEMADURAS

4. SEÑALIZACIÓN

- 4.1. SEÑALES DE ADVERTENCIA
- 4.2. SEÑALES DE PROHIBICIÓN
- 4.3. SEÑALES DE OBLIGACIÓN
- 4.4. SEÑALES DE SALVAMENTO O DE SOCORRO
- 4.5. SEÑALES RELATIVAS A LA LUCHA CONTRA INCENDIOS
- 4.6. SEÑALES DE COLOR REFERIDAS AL RIESGO DE CAÍDA, CHOQUES Y GOLPES
- 4.7. ETIQUETADO
 - 4.7.1. SÍMBOLOS DE PELIGRO NORMALIZADOS
 - 4.7.2. FRASES DE SEGURIDAD
 - 4.7.2.1. FRASES "R"
 - 4.7.2.2. FRASES "S"

5. PLANES DE AUTOPROTECCIÓN EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

6. NORMATIVA APLICABLE

7. RESUMEN DE RIESGOS

1. INTRODUCCIÓN

La ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales tiene por objeto promover la seguridad y la salud de los trabajadores mediante la aplicación de las medidas y el desarrollo de las actividades necesarias para la prevención de los riesgos derivados del trabajo.

Los centros sanitarios son lugares donde tradicionalmente la salud laboral no ha sido especialmente considerada. Esta contradicción es debida, probablemente, al hecho de que en la cultura sanitaria asistencial se ha antepuesto permanentemente la curación y el cuidado del paciente a cualquier otro principio. Actualmente, la situación se halla en plena fase de transformación y se está mejorando constantemente en seguridad y salud laboral. A las tradicionales ideas sobre higiene y seguridad en el trabajo, se están implantando conceptos tales como condiciones de trabajo, ergonomía laboral, carga física y mental.

Un centro sanitario moderno es una auténtica empresa, donde la organización de servicios médicos y asistenciales, va acompañada de servicios de hostelería y diversos. Además de los riesgos generales, comunes a la mayoría de los puestos de trabajo (caídas, golpes, atrapamientos, contactos eléctricos, incendios), existen otros riesgos específicos del sector que hay que tener muy en cuenta, como son riesgos asociados a la manipulación de productos químicos, riesgos biológicos, exposición a radiaciones, riesgos asociados al movimiento de enfermos, carga de trabajo y aspectos psicosociales del trabajo (turnos, nocturnidad, estrés, etc.), y últimamente violencia física o verbal por parte de pacientes.

A continuación se especifican los distintos riesgos presentes en el sector y sus medidas preventivas, con el fin de evitar dichos riesgos.



2. PRINCIPALES RIESGOS LABORALES

2.1. CAÍDAS AL MISMO NIVEL

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

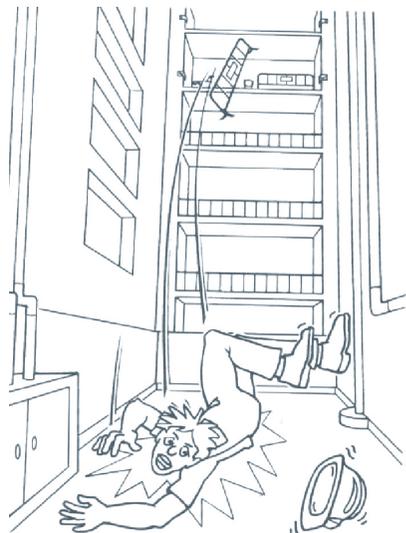
- Eliminar la suciedad, papeles, embalajes y desperdicios contra los que se pueda tropezar.
- Retirar los objetos innecesarios, envases, materiales, herramientas que no se están utilizando.
- Instalar suelos y escalones antideslizantes de fácil limpieza y desinfección.
- Instalar drenajes para líquidos, con suelos con suficiente inclinación para evitar retenciones de líquidos en zonas con posibles vertidos.
- Limpiar rápidamente la suciedad o los derrames.
- Mantener las zonas de paso despejadas y perfectamente iluminadas.
- Concienciar a los trabajadores del mantenimiento del orden y la limpieza de sus puestos de trabajo.
- Usar calzado apropiado, con suela antideslizante y con los cordones debidamente anudados.
- Marcar y señalizar los obstáculos que no puedan ser eliminados.



2.2. CAÍDAS A DISTINTO NIVEL

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Asegurar todos los elementos de las escaleras de mano, colocar apoyos antideslizantes y prestar atención al ángulo de colocación y forma de utilización.
- A las escaleras de mano se debe subir con precaución, siempre de frente a ellas, agarrándose con las dos manos al subir y al bajar, no llevando objetos en las manos.
- Instalar barandillas en los altillos y zonas de trabajo elevadas, con listón intermedio y rodapie.
- Cubrir toda abertura en el suelo o colocar barandillas.
- Accesos a lugares elevados dotados de barandillas y peldaños con superficies antideslizantes.



2.3. PROYECCIONES Y SALPICADURAS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

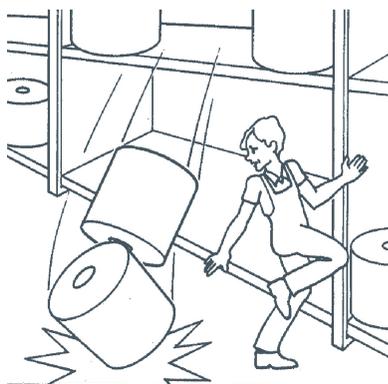
- Comprar máquinas y herramientas seguras, que tengan el marcado CE.
- Cumplir las normas de seguridad indicadas por el fabricante.
- Las tuberías por las que circulen productos peligrosos deben ser probadas a presión periódicamente, protegiéndose las juntas entre bridas de acoplamiento.
- Uso de bombas manuales para efectuar trasvases.
- Uso de la maquinaria y elementos auxiliares en operaciones de trasvase y almacenamiento sólo por el personal designado por la empresa, con formación e información de sus riesgos.
- Trasvasar en lugares fijos que reúnan las debidas condiciones de seguridad.
- Evitar el vertido libre desde recipientes. Emplear instalaciones fijas o, en su defecto, equipos portátiles de bombeo adecuados.
- Usar los equipos de protección individual, con marcado CE que sean necesarios en cada operación (pantallas faciales, gafas de seguridad, calzado adecuado, ropa resistente, etc.).
- Disponer de duchas de emergencia y lavaojos en lugares próximos a los lugares donde se efectúen trasvases.
- Disponer de sistemas fijos de recogida de posibles derrames.
- Se realizará el lavado de los equipos contaminados con las protecciones adecuadas.



2.4. CAÍDAS DE OBJETOS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Prestar atención a la capacidad de carga nominal del medio de elevación y al equilibrado de los materiales.
- No permitir que se supere la capacidad de carga de las estanterías.
- Establecer la prohibición de situarse debajo de las cargas suspendidas.
- Información del uso correcto de los medios de elevación y transporte de cargas.

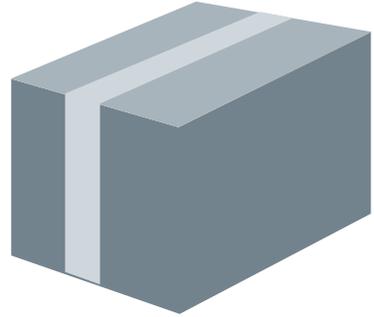


- Garantizar la estabilidad de los apilamientos, sujetar o anclar firmemente las estanterías a elementos sólidos, colocando las cargas más pesadas en los estantes bajos.
- Realizar mantenimiento periódico de los equipos (carretillas, transpaletas, montacargas, etc.)

2.5. MANEJO MANUAL DE CARGAS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Manipular las cargas con ayuda de medios auxiliares (carretillas, transpaletas) o con ayuda de otras personas.
- Utilizar los medios mecánicos de manipulación de cargas disponibles.
- Respetar las cargas máximas según sexo y edad.
- Formación a los trabajadores sobre lesiones que puedan producirse y posturas correctas en posición estática.
- En el caso de realizar la manipulación de cargas manualmente tendremos en cuenta:



1ª Fase: Apoyar los pies firmemente.



2ª Fase: Separar los pies ligeramente.



3ª Fase: Doblar la cadera y las rodillas para coger la carga.



4ª Fase: Levantar la carga con la espalda recta.



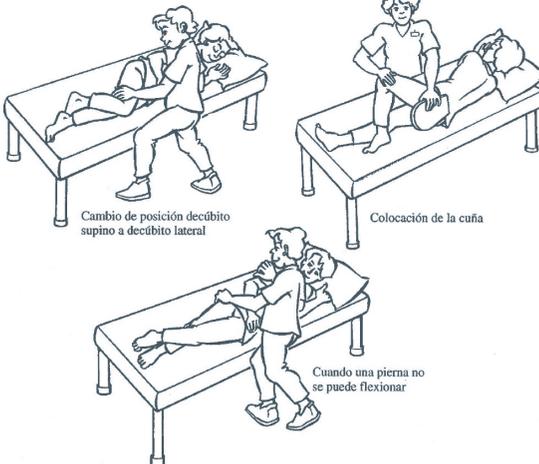
5ª Fase: Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible.

2.6. MANEJO MANUAL DE PACIENTES

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Antes de realizar el movimiento, piense cómo lo va a realizar y cuál es el grado de dependencia del paciente.
- Los movimientos serán suaves y seguros, teniendo en cuenta el estado del paciente.
- Es conveniente llevar ropa cómoda, que nos permita movernos libremente.
- Si el enfermo está consciente, se le explicará los movimientos a realizar, para que colabore en lo máximo.
- Instalación de trapecios o asas en los baños para facilitar los cambios posturales del paciente.
- Se procurará hacer el manejo de pacientes entre dos personas, siempre que sea posible.
- Flexionar las piernas, manteniendo los pies separados, acercándose el enfermo al cuerpo, utilizando el propio peso para contrarrestar el peso del paciente.

DECÚBITO LATERAL. Enfermo dependiente



GRÚAS. Enfermo dependiente



2.7. POSTURA DE TRABAJO DE PIE

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

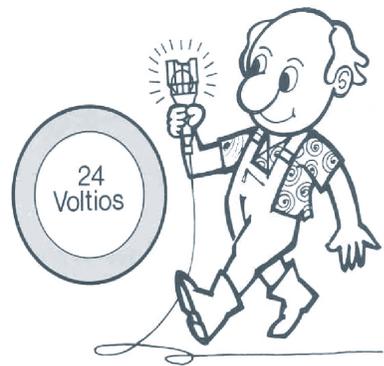
- Evitar en lo posible los movimientos bruscos y forzados del cuerpo.
- Para reducir la tensión muscular mantener un pie apoyado sobre un objeto o reposapiés y alternar un pie tras otro.
- El plano de trabajo, con carácter general, debe estar a la altura aproximada de los codos.
- Debe mantenerse el cuerpo erguido con el tronco recto.
- No permanecer demasiado tiempo en la misma posición, cambiando de postura y efectuando movimientos suaves de estiramiento de los músculos.



2.8. RIESGO ELÉCTRICO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Realizar un control visual antes de comenzar a trabajar.
- Como norma general, la instalación deberá ejecutarse de acuerdo a la reglamentación vigente.
- El aislamiento de los cables eléctricos debe estar en perfecto estado.
- Utilizar sistemas de puesta a tierra en combinación con interruptores diferenciales y magneto térmicos.
- Evitar el uso de ladrones en enchufes de corriente.
- Exámenes periódicos de la instalación eléctrica por personal autorizado, así como las reparaciones.
- Comprobar diariamente el estado de cables, enchufes y aparatos eléctricos.
- En caso de avería, desconectar la tensión, sacar el enchufe y comunicar los daños para su reparación.
- En espacios confinados o en contenedores y en ambientes con presencia de agua, usar equipos de bajo voltaje.
- No utilizar aparatos eléctricos con manos húmedas y desconectar los equipos antes de limpiarlos.



- El interruptor principal debe estar accesible y libre de obstáculos, debiendo permanecer cerrado el cuadro eléctrico y señalizado el peligro eléctrico.

2.9. CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Utilizar sustancias con las mismas propiedades pero que sean menos peligrosas.
- Almacenar los productos químicos en lugares adecuados, bien ventilados, señalizando su ubicación y manteniéndolos en sus envases originales.
- Exigir al fabricante las fichas de datos de seguridad de los productos.
- Establecer un plan de acción para la utilización de los productos: métodos de trabajo, protecciones colectivas, individuales, almacenamiento, higiene y limpieza antes, durante y después de la utilización.
- Evitar el contacto con la piel utilizando guantes, mezcladores, paletas, sistemas cerrados, homogeneizadores.
- Disponer y utilizar los equipos de protección individual, con marcado CE, según las prescripciones de uso de éstos y la ficha de datos de seguridad de los productos.
- Disponer de métodos de neutralización, recogida de derrames, y de eliminación de residuos.
- No emplear serrín para absorber líquidos inflamables.
- No verter a la red general de desagües sustancias peligrosas o contaminantes sin tratar.
- Mantener los recipientes cerrados.
- Cubrir los cortes y heridas con vendajes impermeables.

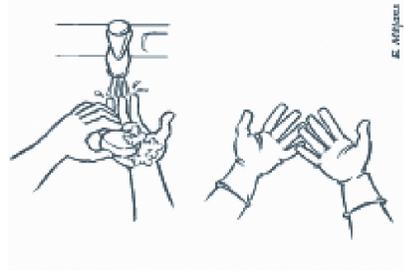


2.10. EXPOSICIÓN A COMPUESTOS CITOSTÁTICOS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Se recomienda trabajar en cabina de seguridad biológica Clase II con flujo de aire laminar vertical. Limpiar la cabina diariamente, antes y después de usarla.

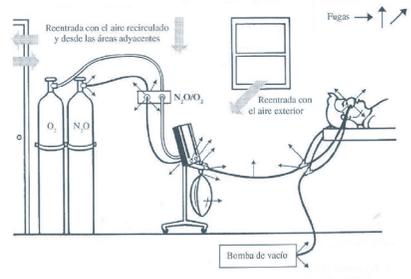
- Usar guantes quirúrgicos desechables de látex para todos los procedimientos de manipulación y operaciones de administración de preparados citotóxicos.
- Utilizar ropa de protección para los procedimientos de preparación y eliminación de agentes citotóxicos. La ropa debe ser sin aberturas delanteras, con manga larga y puños cerrados elásticos.
- Realizar controles ambientales periódicos.
- Mantener los recipientes herméticamente cerrados.
- El acceso al área de preparación debe limitarse sólo al personal autorizado.
- Los agentes citotóxicos deben estar correctamente etiquetados. Los materiales contaminados se colocarán en recipientes estancos, adecuadamente identificados como residuos peligrosos.



2.11. EXPOSICIÓN A GASES ANESTÉSICOS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Uso combinado de una buena ventilación general, con el empleo de un sistema de eliminación de gases residuales por aspiración al vacío, para mantener concentraciones ambientales bajas.
- Los conductos de aire acondicionado no deben comunicar al quirófano con otros locales.
- Debe existir un plan de mantenimiento preventivo del circuito de anestesia.
- Realización de controles ambientales y biológicos periódicos.
- En los quirófanos debe existir un monitor de fugas, con un sistema de alarma en el interior del quirófano.
- El personal expuesto a gases anestésicos debe conocer los riesgos para la salud que supone el trabajo con estos productos, así como una formación específica de su uso.



2.12. RIESGO DE INCENDIO

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Disponer sólo de la cantidad necesaria de materiales inflamables y combustibles para el trabajo del

día, el resto estará en almacén o locales independientes aislados y ventilados.

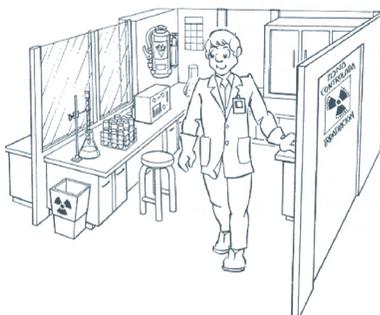
- Prohibir fumar en todo el recinto.
- Señalizar y dejar libres las salidas de emergencia.
- Debe limitarse la distancia a recorrer desde cualquier punto de un sector a alguna de las salidas
- Instalación eléctrica antideflagrantes en zonas donde exista riesgo de atmósferas inflamables.
- Revisar y mantener las instalaciones eléctricas, aisladas y protegidas.
- Instalar sistemas de detección y alarma.
- Todo el personal del centro sanitario debe conocer el plan de emergencia y evacuación implantado en el centro, así como la ubicación y funcionamiento de los equipos de extinción
- Colocar extintores de incendio adecuados a la clase de fuego, mantenimiento de los equipos contra incendios y periódicos ejercicios de evacuación simulada.



2.13. EXPOSICIÓN A RADIACIONES

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Aislar y/o apantallar convenientemente los equipos.
- Redactar y observar las instrucciones de trabajo.
- Dosimetría individual, ambiental o de área y vigilancia de la salud.
- Designar y entrenar a trabajadores específicos.
- Señalizar las zonas de riesgo indicando clase y categoría.
- El acceso a estos lugares estará restringido a las personas autorizadas.
- Utilizar sistemas de enclavamiento en los equipos de rayos láser.
- Informar a los trabajadores sobre los riesgos de trabajar con equipos que emiten radiaciones.
- El material que emita radiaciones debe estar señalizado y las manipulaciones se realizarán con los elementos adecuados.
- Las superficies de las instalaciones serán lisas y sin fisuras, con blindajes estructurales.



- Control y gestión de los residuos.
- Utilizar equipos de protección individual, con el marcado CE que cubran las partes de la piel expuestas, especialmente la cara y los ojos (guantes, pantallas, etc.).

2.14. EXPOSICIÓN AGENTES BIOLÓGICOS

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Establecer y realizar un programa de limpieza y desinfección.
- Ventilación natural o forzada de los locales.
- Vacunación del personal sanitario con riesgo de infección.
- Los guantes desechables se cambiarán tras el contacto con cada paciente, y si durante su empleo se perforasen, es preciso quitárselos, lavarse las manos y ponerse unos nuevos.
- Adecuada eliminación de residuos y desechos.
- Prohibir pipetear con la boca.
- Cubrir los cortes y heridas con vendajes impermeables.
- No fumar, comer o beber en los puestos de trabajo.
- No llevar objetos personales, como anillos, pulseiras, relojes, que puedan entrar en contacto con los productos potencialmente peligrosos.
- Mantener un grado elevado de aseo personal. Llevar ropa limpia y de uso exclusivo a la actividad a emplear.

2.15. FACTORES PSICOSOCIALES

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Se intentará que el trabajador tenga la máxima información sobre la totalidad del proceso en el que está trabajando.
- Distribuir claramente las tareas y competencias.
- Planificar los diferentes trabajos de la jornada, teniendo en cuenta una parte para imprevistos.
- Realizar pausas o alternancia de tareas para evitar la monotonía del trabajo.
- Evitar las jornadas excesivas, descansando los pe-



Enre Milgans



riendos reglamentarios después de guardias o turnos de noche.

- Los turnos deberán respetar al máximo el ciclo del sueño. Para ello los cambios de turnos deberán situarse entre las 6 y las 7 de la mañana, las 2 y las 3 de la tarde y las 10 y 11 de la noche.
- Informar a los trabajadores de los posibles riesgos en puestos de trabajo con productos peligrosos. Crear conciencia del riesgo existente, fomentado la idea de seguridad y aprendizaje..



3. ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

En un lugar bien visible de las instalaciones debe colocarse toda la información necesaria para la actuación en caso de accidente: qué hacer, a quién avisar, números de teléfono, tanto interiores como exteriores (emergencia, servicio de prevención, mantenimiento, ambulancias, bomberos, mutua), direcciones y otros datos que puedan ser de interés en caso de accidente, especialmente los referentes a las normas de actuación.

Ante cualquier accidente siempre se debe activar el sistema de emergencia. Para ello se deben recordar las iniciales de tres actuaciones: Proteger, Avisar y Socorrer (Sistema **P.A.S.**)

- a) **Proteger:** tanto al accidentado como a los servicios de socorro.
- b) **Avisar:** Alertar a los servicios de emergencia (hospitales, bomberos, policía, protección civil). El teléfono de emergencia es el 112.
- c) **Socorrer:** una vez que se haya protegido y avisado se procederá a actuar sobre el accidentado, practicándole los primeros auxilios si se tienen conocimientos sobre ellos.

Al comunicarse, se debe dar un mensaje preciso sobre:

- a) Lugar donde ha ocurrido el accidente.
- b) Tipo de accidente (electrocución, caída de altura, quemadura, hemorragia, fractura, etc).
- c) Número de víctimas.
- d) Estado aparente de las víctimas (consciencia, sangran, respiran, etc)
- e) No colgar antes de que el interlocutor lo haya autorizado, ya que puede necesitar otras informaciones complementarias.
- f) Disponer de una persona que reciba y acompañe a los servicios de socorro con el fin de guiarlos rápidamente hasta el lugar del accidente.

3.1. FRACTURAS

Procederemos de la siguiente manera:

1. En caso de que la fractura sea abierta, limpiar la herida y aplicar apósitos estériles.
2. Inmovilizar el hueso fracturado.
3. Tapar al herido, para que no se enfríe.
4. Evacuación hasta un centro hospitalario.

3.2. HEMORRAGIAS

Procederemos de la siguiente manera:

1. Realizaremos mediante un apósito una compresión suave en el punto de sangrado.
2. ÚNICAMENTE, si la hemorragia no se detiene, realizaremos un torniquete con una banda lo más ancha posible, llevando especial cuidado con la presión ejercida y anotaremos la hora en que se ha realizado el mismo.
3. Evacuación hasta un centro hospitalario.

3.3. QUEMADURAS

Procederemos de la siguiente manera:

1. Refrescar la zona quemada, aplicando agua en abundancia sobre la superficie quemada.
2. Aplicar un apósito estéril en la zona quemada.
3. Evacuación hasta un centro hospitalario.

4. SEÑALIZACIÓN

La señalización referida a un objeto, actividad o situación determinada, proporciona una indicación o una obligación relativa a la seguridad o la salud en el trabajo mediante una señal en forma de panel, un color, una señal luminosa o acústica, una comunicación verbal o una señal gestual.

4.1. SEÑALES DE ADVERTENCIA

Son señales con forma triangular, con un pictograma negro sobre fondo amarillo, y bordes negros. Advierte de un riesgo o peligro.



4.2. SEÑALES DE PROHIBICIÓN

Son señales con forma redonda, con un pictograma negro sobre fondo blanco, bordes y banda transversal roja. Prohíbe un comportamiento susceptible de provocar un peligro.

señales de prohibición



Prohibido fumar



Prohibido fumar y encender fuego



Prohibido pasar a los peatones



Prohibido apagar con agua



Entrada prohibida a personas no autorizadas



Agua no potable



Prohibido a los vehículos de manutención



No tocar

4.3. SEÑALES DE OBLIGACIÓN

Son señales con forma redonda, con un pictograma blanco sobre fondo azul. Obliga a un comportamiento determinado.

señales de obligación



Protección de la vista



Protección de la cabeza



Protección del oído



Protección vías respiratorias



Protección de los pies



Protección de las manos



Protección del cuerpo



Protección de la cara



Protección contra caídas



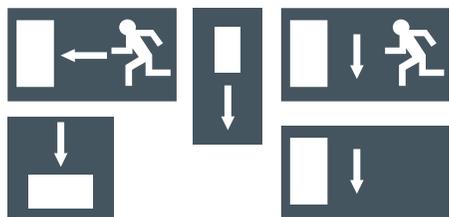
Vía obligatoria para peatones



Obligación general (acompañada, si procede, de una señal adicional)

4.4. SEÑALES DE SALVAMENTO O DE SOCORRO

Son señales con forma rectangular o cuadrada, con un pictograma blanco sobre fondo verde. Proporciona indicaciones relativas a las salidas de socorro, a los primeros auxilios o a los dispositivos de salvamento.

señales de salvamento o de socorro

Vía/salida de socorro

Teléfono de salvamento

Dirección que debe seguirse
(señal indicativa adicional a las siguientes)

Primeros auxilios

Camilla

Ducha de seguridad

Lavado de los ojos

4.5. SEÑALES RELATIVAS A LA LUCHA CONTRA INCENDIOS

Son señales con forma rectangular o cuadrada, con un pictograma blanco sobre fondo rojo. Proporciona indicaciones relativas a la ubicación de los equipos de lucha contra incendios.

señales relativas a la lucha contra incendios

Manguera para incendios

Escalera de mano

Extintor

Teléfono para la lucha contra incendios

Dirección que debe seguirse
(señal indicativa adicional a las anteriores)**4.6. SEÑALES DE COLOR REFERIDA AL RIESGO DE CAÍDA, CHOQUES Y GOLPES**

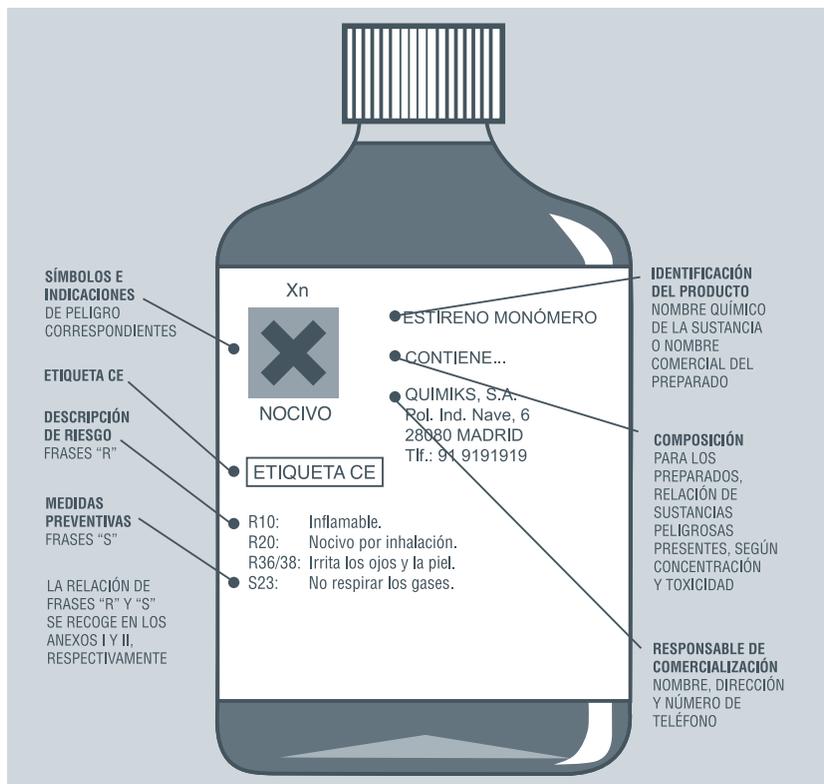
La señalización se efectuará mediante franjas alternas amarillas y negras. Las franjas deberán tener una inclinación aproximada de 45°.

**4.7. ETIQUETADO**

Para los productos químicos la información sobre su peligrosidad y el riesgo derivado de su utilización está recogida en la etiqueta y ampliada en la ficha de datos de seguridad (FDS). Su contenido está regulado por la legislación sobre comercialización de productos químicos relativa a la clasificación, envasado y etiquetado de sustancias y preparados peligrosos recogida en los Reales Decretos 363/1995 y 255/2003, que obliga a que todo producto químico esté debidamente etiquetado tanto si va destinado al público en general como al usuario profesional, en cuyo caso deberá también disponer de la ficha de datos de seguridad.

La obligación de identificar los productos químicos no es exclusiva de los productos comercializados sino que incluye cualquier producto presente en el lugar de trabajo, por lo que no es

aceptable la presencia de productos sin etiquetar o identificar provenientes de un trasvase, generados en el proceso o como residuos (RD 485/1997).



4.7.1. SÍMBOLOS DE PELIGRO NORMALIZADOS

En el siguiente gráfico se describen los posibles pictogramas e indicaciones de peligro a utilizar según el peligro del producto. Éstos serán como máximo dos y deberán ocupar cada uno de ellos como mínimo la décima parte de la superficie de la etiqueta.



4.7.2. FRASES DE SEGURIDAD

El objeto de estas indicaciones en el etiquetado es poner a disposición de los trabajadores un instrumento fundamental que contenga informaciones sobre los riesgos de las sustancias y preparados peligrosos y advierta a las personas sobre los peligros que conlleva su manipulación.

Estas indicaciones se realizan mediante las frases “R” y frases “S”. Las frases “R” permiten identificar los riesgos atribuidos a las sustancias y preparados peligrosos. Las frases “S” indican consejos de prudencia estableciendo medidas relativas a la manipulación y utilización de sustancias y preparados peligrosos.

4.7.2.1. FRASES “R”

R1	Explosivo en estado seco.
R2	Riesgo de explosión por choque, fricción, fuego u otras fuentes de ignición.
R3	Alto riesgo de explosión por choque, fricción, fuego u otras fuentes de ignición.
R4	Forma compuestos metálicos explosivos muy sensibles.
R5	Peligro de explosión en caso de calentamiento.
R6	Peligro de explosión, en contacto o sin contacto con el aire.
R7	Puede provocar incendios.
R8	Peligro de fuego en contacto con materias combustibles.
R9	Peligro de explosión al mezclar con materias combustibles.
R10	Inflamable.
R11	Fácilmente inflamable.
R12	Extremadamente inflamable.
R14	Reacciona violentamente con el agua.
R15	Reacciona con el agua liberando gases extremadamente inflamables.
R16	Puede explosionar en mezcla con sustancias comburentes.
R17	Se inflama espontáneamente en contacto con el aire.
R18	Al usarlo pueden formarse mezclas aire-vapor explosivas/inflamables.
R19	Puede formar peróxidos explosivos.
R20	Nocivo por inhalación.
R21	Nocivo en contacto con la piel.
R22	Nocivo por ingestión.
R23	Tóxico por inhalación.
R24	Tóxico en contacto con la piel.
R25	Tóxico por ingestión.
R26	Muy tóxico por inhalación.
R27	Muy tóxico en contacto con la piel.
R28	Muy tóxico por ingestión.
R29	En contacto con agua libera gases tóxicos.
R30	Puede inflamarse fácilmente al usarlo.
R31	En contacto con ácidos libera gases tóxicos.
R32	En contacto con ácidos libera gases muy tóxicos.
R33	Peligro de efectos acumulativos.
R34	Provoca quemaduras.
R35	Provoca quemaduras graves.
R36	Irrita los ojos.
R37	Irrita las vías respiratorias.
R38	Irrita la piel.
R39	Peligro de efectos irreversibles muy graves.
R40	Posibles efectos cancerígenos.
R41	Riesgo de lesiones oculares graves.
R42	Posibilidad de sensibilización por inhalación.
R43	Posibilidad de sensibilización en contacto con la piel.
R44	Riesgo de explosión al calentarlo en ambiente confinado.



R45	Puede causar cáncer.
R46	Puede causar alteraciones genéticas hereditarias.
R48	Riesgo de efectos graves para la salud en caso de exposición prolongada.
R49	Puede causar cáncer por inhalación.
R50	Muy tóxico para los organismos acuáticos.
R51	Tóxico para los organismos acuáticos.
R52	Nocivo para los organismos acuáticos.
R53	Puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente acuático.
R54	Tóxico para la flora.
R55	Tóxico para la fauna.
R56	Tóxico para los organismos del suelo.
R57	Tóxico para las abejas.
R58	Puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente.
R59	Peligroso para la capa de ozono.
R60	Puede perjudicar la fertilidad.
R61	Riesgo durante el embarazo de efectos adversos para el feto.
R62	Posible riesgo de perjudicar la fertilidad.
R63	Posible riesgo durante el embarazo de efectos adversos para el feto.
R64	Puede perjudicar a los niños alimentados con leche materna.
R65	Nocivo. Si se ingiere puede causar daño pulmonar.
R66	La exposición repetida puede provocar sequedad o formación de grietas en la piel.
R67	La inhalación de vapores puede provocar somnolencia y vértigo
R68	Posibilidad de efectos irreversibles.

4.7.2.2. FRASES “S”

S1	Consérvese bajo llave.
S2	Manténgase fuera del alcance de los niños.
S3	Consérvese en lugar fresco.
S4	Manténgase lejos de locales habitados.
S5	Consérvese en ... (líquido apropiado a especificar por el fabricante).
S6	Consérvese en ... (gas inerte a especificar por el fabricante).
S7	Manténgase el recipiente bien cerrado.
S8	Manténgase el recipiente en lugar seco.
S9	Consérvese el recipiente en lugar bien ventilado.
S12	No cerrar el recipiente herméticamente.
S13	Manténgase lejos de alimentos, bebidas y piensos.
S14	Consérvese lejos de ... (materiales incompatibles a especificar por el fabricante).
S15	Conservar alejado del calor.
S16	Conservar alejado de toda llama o fuente de chispas - No fumar.
S17	Manténgase lejos de materiales combustibles.
S18	Manipúlese y ábrase el recipiente con prudencia.
S20	No comer ni beber durante su utilización.
S21	No fumar durante su utilización.
S22	No respirar el polvo.
S23	No respirar los gases/humos/vapores/aerosoles [denominación(es) adecuada(s) a especificar por el fabricante].
S24	Evítese el contacto con la piel.
S25	Evítese el contacto con los ojos.
S26	En caso de contacto con los ojos, lávense inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico.

S27	Quítese inmediatamente la ropa manchada o salpicada.
S28	En caso de contacto con la piel, lávese inmediata y abundantemente con ... (productos a especificar por el fabricante).
S29	No tirar los residuos por el desagüe.
S30	No echar jamás agua a este producto.
S33	Evítese la acumulación de cargas electrostáticas.
S35	Elimínense los residuos del producto y sus recipientes con todas las precauciones posibles.
S36	Úsese indumentaria protectora adecuada.
S37	Úsense guantes adecuados.
S38	En caso de ventilación insuficiente, úsese equipo respiratorio adecuado.
S39	Úsese protección para los ojos/la cara.
S40	Para limpiar el suelo y los objetos contaminados por este producto, úsese ... (a especificar por el fabricante).
S41	En caso de incendio y/o de explosión, no respire los humos.
S42	Durante las fumigaciones/pulverizaciones, úsese equipo respiratorio adecuado [denominación (es) adecuada(s) a especificar por el fabricante].
S43	En caso de incendio, utilizar ... (los medios de extinción los debe especificar el fabricante). (Si el agua aumenta el riesgo, se deberá añadir: "No usar nunca agua").
S45	En caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico (si es posible, muéstrele la etiqueta).
S46	En caso de ingestión, acúdase inmediatamente al médico y muéstrele la etiqueta o el envase.
S47	Consérvese a una temperatura no superior a ... °C (a especificar por el fabricante).
S48	Consérvese húmedo con ... (medio apropiado a especificar por el fabricante).
S49	Consérvese únicamente en el recipiente de origen.
S50	No mezclar con ... (a especificar por el fabricante).
S51	Úsese únicamente en lugares bien ventilados.
S52	No usar sobre grandes superficies en locales habitados.
S53	Evítese la exposición - recábense instrucciones especiales antes del uso.
S56	Elimínense esta sustancia y su recipiente en un punto de recogida pública de residuos especiales o peligrosos.
S57	Utilícese un envase de seguridad adecuado para evitar la contaminación del medio ambiente.
S59	Remítirse al fabricante o proveedor para obtener información sobre su recuperación/reciclado.
S60	Elimínense el producto y su recipiente como residuos peligrosos.
S61	Evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas/ficha de datos de seguridad.
S62	En caso de ingestión no provocar el vómito: acúdase inmediatamente al médico y muéstrele la etiqueta o el envase.
S63	En caso de accidente por inhalación, alejar a la víctima fuera de la zona contaminada y mantenerla en reposo.
S64	En caso de ingestión, lavar la boca con agua (solamente si la persona está consciente).

5. PLANES DE AUTOPROTECCIÓN EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

Se define el Plan de Autoprotección como el documento que establece el marco orgánico y funcional previsto para un centro, establecimiento, espacio, instalación o dependencia, con el objeto de prevenir y controlar los riesgos sobre las personas y los bienes y dar respuesta adecuada a las posibles situaciones de emergencia, en la zona bajo responsabilidad del titular de la actividad, garantizando la integración de estas actuaciones con el sistema público de protección civil.

El Plan de Autoprotección abordará la identificación y evaluación de los riesgos, las acciones y medidas necesarias para la prevención y control de riesgos, así como las medidas de protección y otras actuaciones a adoptar en caso de emergencia.

El Plan de Autoprotección habrá de estar redactado y firmado por técnico competente capacitado para dictaminar sobre aquellos aspectos relacionados con la autoprotección frente



a los riesgos a los que esté sujeta la actividad, y suscrito igualmente por el titular de la actividad. Se designará, por parte del titular de la actividad, una persona como responsable única para la gestión de las actuaciones encaminadas a la prevención y el control de riesgos.

El Plan de Autoprotección se recogerá en un documento único cuya estructura y contenido mínimo, (R.D. 393/2007 Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos que puedan dar origen a situaciones de emergencia Anexo II), se detalla a continuación:

Índice paginado

Capítulo 1. Identificación de los titulares y del emplazamiento de la actividad.

- 1.1 Dirección Postal del emplazamiento de la actividad. Denominación de la actividad, nombre y/o marca. Teléfono y Fax.
- 1.2 Identificación de los titulares de la actividad. Nombre y/o Razón Social. Dirección Postal, teléfono y Fax.
- 1.3 Nombre del Director del Plan de Autoprotección y del director o directora del plan de actuación en emergencia, caso de ser distintos. Dirección Postal, teléfono y Fax.

Capítulo 2. Descripción detallada de la actividad y del medio físico en el que se desarrolla.

- 2.1 Descripción de cada una de las actividades desarrolladas objeto del Plan.
- 2.2 Descripción del centro o establecimiento, dependencias e instalaciones donde se desarrollen las actividades objeto del plan.
- 2.3 Clasificación y descripción de usuarios.
- 2.4 Descripción del entorno urbano, industrial o natural en el que figuren los edificios, instalaciones y áreas donde se desarrolla la actividad.
- 2.5 Descripción de los accesos. Condiciones de accesibilidad para la ayuda externa.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos la documentación gráfica siguiente:

- Plano de situación, comprendiendo el entorno próximo urbano, industrial o natural en el que figuren los accesos, comunicaciones, etc.
- Planos descriptivos de todas las plantas de los edificios, de las instalaciones y de las áreas donde se realiza la actividad.

Capítulo 3. Inventario, análisis y evaluación de riesgos.

Deben tenerse presentes, al menos, aquellos riesgos regulados por normativas sectoriales. Este capítulo comprenderá:

- 3.1 Descripción y localización de los elementos, instalaciones, procesos de producción, etc. que puedan dar origen a una situación de emergencia o incidir de manera desfavorable en el desarrollo de la misma.
- 3.2 Identificación, análisis y evaluación de los riesgos propios de la actividad y de los riesgos externos que pudieran afectarle. (Riesgos contemplados en los planes de Protección Civil y actividades de riesgo próximas).
- 3.3 Identificación, cuantificación y tipología de las personas tanto afectas a la actividad como ajenas a la misma que tengan acceso a los edificios, instalaciones y áreas donde se desarrolla la actividad.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos la documentación gráfica siguiente:

- Planos de ubicación por plantas de todos los elementos y/o instalaciones de riesgo, tanto los propios como los del entorno.

Capítulo 4. Inventario y descripción de las medidas y medios de autoprotección.

- 4.1 Inventario y descripción de las medidas y medios, humanos y materiales, que dispone la entidad para controlar los riesgos detectados, enfrentar las situaciones de emergencia y facilitar la intervención de los Servicios Externos de Emergencias.
- 4.2 Las medidas y los medios, humanos y materiales, disponibles en aplicación de disposiciones específicas en materia de seguridad.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos la documentación gráfica siguiente:

- Planos de ubicación de los medios de autoprotección, conforme a normativa UNE.
- Planos de recorridos de evacuación y áreas de confinamiento, reflejando el número de personas a evacuar o confinar por áreas según los criterios fijados en la normativa vigente.
- Planos de compartimentación de áreas o sectores de riesgo.

Capítulo 5. Programa de mantenimiento de instalaciones.

- 5.1 Descripción del mantenimiento preventivo de las instalaciones de riesgo, que garantiza el control de las mismas.
- 5.2 Descripción del mantenimiento preventivo de las instalaciones de protección, que garantiza la operatividad de las mismas.
- 5.3 Realización de las inspecciones de seguridad de acuerdo con la normativa vigente.

Este capítulo se desarrollará mediante documentación escrita y se acompañará al menos de un cuadernillo de hojas numeradas donde queden reflejadas las operaciones de mantenimiento realizadas, y de las inspecciones de seguridad, conforme a la normativa de los reglamentos de instalaciones vigentes.

Capítulo 6. Plan de actuación ante emergencias.

Deben definirse las acciones a desarrollar para el control inicial de las emergencias, garantizándose la alarma, la evacuación y el socorro. Comprenderá:

6.1 Identificación y clasificación de las emergencias:

- En función del tipo de riesgo.
- En función de la gravedad.
- En función de la ocupación y medios humanos.

6.2 Procedimientos de actuación ante emergencias:

- Detección y Alerta.
- Mecanismos de Alarma:
 - 1.- Identificación de la persona que dará los avisos.
 - 2.- Identificación del Centro de Coordinación de Atención de Emergencias de Protección Civil.

- Mecanismos de respuesta frente a la emergencia.
- Evacuación y/o Confinamiento.
- Prestación de las Primeras Ayudas.
- Modos de recepción de las Ayudas externas.

6.3 Identificación y funciones de las personas y equipos que llevarán a cabo los procedimientos de actuación en emergencias.

6.4 Identificación del Responsable de la puesta en marcha del Plan de Actuación ante Emergencias.

Capítulo 7. Integración del plan de autoprotección en otros de ámbito superior.

7.1 Los protocolos de notificación de la emergencia.

7.2 La coordinación entre la dirección del Plan de Autoprotección y la dirección del Plan de Protección Civil donde se integre el Plan de Autoprotección.

7.3 Las formas de colaboración de la Organización de Autoprotección con los planes y las actuaciones del sistema público de Protección Civil.

Capítulo 8. Implantación del Plan de Autoprotección.

8.1 Identificación del responsable de la implantación del Plan.

8.2 Programa de formación y capacitación para el personal con participación activa en el Plan de Autoprotección.

8.3 Programa de formación e información a todo el personal sobre el Plan de Autoprotección.

8.4 Programa de información general para los usuarios.

8.5 Señalización y normas para la actuación de visitantes.

8.6 Programa de dotación y adecuación de medios materiales y recursos.

Capítulo 9. Mantenimiento de la eficacia y actualización del Plan de Autoprotección.

9.1 Programa de reciclaje de formación e información.

9.2 Programa de sustitución de medios y recursos.

9.3 Programa de ejercicios y simulacros.

9.4 Programa de revisión y actualización de toda la documentación que forma parte del Plan de Autoprotección.

9.5 Programa de auditorías e inspecciones.

Anexo I. Directorio de comunicación.

- a. Teléfonos del Personal de emergencias.
- b. Teléfonos de ayuda exterior.
- c. Otras formas de comunicación.

Anexo II. Formularios para la gestión de emergencias.

Anexo III. Planos.

6. NORMATIVA APLICABLE

La legislación aplicable sobre prevención de riesgos laborales para trabajadores del sector sanitario es:

- a) Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.
- b) Real Decreto 1435/1992 sobre aproximación de las legislaciones de los estados miembros relativas a máquinas y modificado por el Real Decreto 56/1995 .
- c) Real Decreto 1561/1995 sobre jornadas especiales de trabajo.
- d) Real Decreto 363/1995 sobre notificación de sustancias nuevas y clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas y modificaciones posteriores.
- e) Real Decreto 485/1997 sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo y Guía Técnica de desarrollo del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT).
- f) Real Decreto 486/1997 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- g) Real Decreto 487/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- h) Real Decreto 773/1997 sobre las disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- i) Real Decreto 1215/1997 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- j) Real Decreto 664/1997 sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- k) Real Decreto 665/1997 sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos durante el trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT
- l) Real Decreto 769/1999 reglamento de aparatos a presión, que deroga parcialmente al Real Decreto 1244/1979.
- m) Real Decreto 1254/1999 sobre medidas de control de riesgos inherentes a los accidentes graves en los que intervengan sustancias peligrosas.
- n) Real Decreto 374/2001 sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- o) Real Decreto 379/2001 reglamento de almacenamiento de productos químicos y sus Instrucciones Técnicas Complementarias.

- p) Real Decreto 614/2001 sobre disposiciones mínimas para protección de la salud y la seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico y Guía Técnica de desarrollo del INSHT.
- q) Real Decreto 783/2001 sobre protección sanitaria contra radiaciones ionizantes.
- r) Real Decreto 842/2002 reglamento electrotécnico de baja tensión e instrucciones técnicas complementarias.
- s) Real Decreto 255/2003 reglamento sobre clasificación, envasado y etiquetado de preparados peligrosos.
- t) Ley 54/2003 de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- u) Real Decreto 171/2004 por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.
- v) Real Decreto 286/2006 sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido.
- w) Real Decreto 393/2007 por el que se aprueba la Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos y dependencias que puedan dar origen a situaciones de emergencia.

7. RESUMEN DE RIESGOS

RIESGOS	MEDIDAS PREVENTIVAS
<i>Caidas al mismo nivel</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Retirar objetos innecesarios, envases, herramientas que no se usen. • Suelos y escalones antideslizantes. • Instalar drenajes para líquidos, en suelos con cierta inclinación. • Zonas de paso despejadas e iluminadas. • Orden y limpieza. • Señalizar obstáculos. • Usar calzado apropiado.
<i>Caidas a distinto nivel</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Uso de escaleras con apoyos antideslizantes. • Subir y bajar de las escaleras de frente, agarrándose con las dos manos y no llevando objetos en las manos. • Instalar barandillas en zonas elevadas. • Cubrir toda abertura en el suelo. • Acceso a lugares elevados dotados de barandillas y peldaños antideslizantes.
<i>Proyecciones y salpicaduras</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Máquinas y herramientas seguras con marcado CE • Cumplir las normas de seguridad indicadas por el fabricante. • Uso de bombas manuales para efectuar trasvases. • Uso de maquinaria y elementos auxiliares en operaciones de trasvase, sólo por personal designado, con formación e información de sus riesgos. • Trasvasar en lugares fijos que reúnan las debidas condiciones de seguridad. • Evitar el vertido libre desde recipientes. • Uso de EPI's según cada operación. • Lavado de equipos contaminados con las protecciones adecuadas. • Disponer de duchas de emergencia y lavajos en lugares próximos. • Disponer de sistemas fijos de recogida de posibles derrames.

<i>Caidas de objetos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Respetar la carga nominal del medio de elevación y equilibrado del material • No superar la capacidad de carga de las estanterías y almacenamientos. • Prohibir situarse debajo de las cargas suspendidas. • Garantizar la estabilidad de los apilamientos: arristrar estantes, cargas pesadas en estantes bajos, etc. • Mantenimiento periódico de los equipos (carretillas, transpaletas, montacargas, etc.)
<i>Manejo manual de cargas</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener la espalda recta y la carga pegada al cuerpo. • Uso de medios auxiliares. • Formación sobre lesiones que pueden producirse y posturas correctas.
<i>Manejo manual de pacientes</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Planificar el movimiento y el grado de dependencia del paciente. • Movimientos seguros y suaves. • Llevar ropa cómoda. • Explicar los movimientos al paciente para que colabore. • Si es posible realizar el manejo entre dos personas.
<i>Postura de trabajo de pie</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Evitar movimientos bruscos y forzados del cuerpo. • Reducir la tensión muscular apoyando un pie sobre un objeto y alternar el pie. • El plano de trabajo, a la altura aproximada de los codos. • Mantener el cuerpo erguido. • Cambiar de postura y efectuar suaves estiramientos.
<i>Contactos eléctricos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Control visual antes de comenzar el trabajo. • La instalación deberá cumplir con el reglamento vigente • Aislamiento de cables eléctricos en perfecto estado. Evitar uso de ladrones. • Puesta a tierra de la maquinaria en combinación con interruptores diferenciales. • Revisiones periódicas por personal autorizado. • En caso de avería: desconectar, desenchufar y avisar. • Interruptor principal accesible y cuadro eléctrico cerrado. • Uso de equipos de bajo voltaje en espacios confinados o presencia de agua. • No utilizar aparatos eléctricos con manos húmedas. • Tapas de cuadros eléctricos cerradas y señalizadas.
<i>Contacto con sustancias químicas peligrosas</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar sustancias menos peligrosas. • Almacenar los productos en lugares adecuados, ventilados, señalizados y en sus envases originales. • Exigir las Fichas de Datos de Seguridad. • Establecer un plan de acción para la utilización de los productos. • Uso de guantes, mezcladores, etc. • Disponer de sistemas de neutralización, recogida de derrames y eliminación de residuos. • No emplear serrín para absorber líquidos inflamables. • No verter a la red general de desagües sustancias peligrosas o contaminantes sin tratar. • Uso de EPI's según indicaciones de la ficha de datos de seguridad. • Mantener los recipientes cerrados. • Cubrir cortes y heridas con vendajes impermeables.



<i>Exposición a compuestos citostáticos</i>	<ul style="list-style-type: none">• Se recomienda trabajar en cabina de seguridad biológica Clase II.• Usar guantes de látex en operaciones de manipulación.• Uso de ropa de protección sin aberturas delanteras, con manga larga y puños cerrados elásticos.• Controles ambientales periódicos.• Acceso limitado sólo al personal autorizado.• Mantener los recipientes herméticamente cerrados.• Correcto etiquetado de los compuestos
<i>Exposición a gases anestésicos</i>	<ul style="list-style-type: none">• Uso combinado de buena ventilación general con sistemas de eliminación de gases por aspiración al vacío.• Los conductos de aire acondicionado no deben comunicar al quirófano con otros locales• Plan de mantenimiento preventivo del circuito de anestesia.• Controles ambientales y biológicos periódicos.• En quirófanos instalar monitores de fugas con sistema de alarma.• Formación específica del personal expuesto.
<i>Incendio</i>	<ul style="list-style-type: none">• Disponer la cantidad mínima, almacenando el resto en almacén.• Prohibir fumar.• Salidas de emergencia: libres y señalizadas.• Instalación eléctrica antideflagrantes en zonas con riesgo de atmósferas inflamables.• Eliminar la electricidad estática poniendo a tierra y con conexiones equipotenciales entre elementos.• Instalar sistemas de detección y alarma.• Todo personal debe conocer el plan de emergencia y evacuación, y la ubicación y funcionamiento de los equipos de protección.• Colocar extintores adecuados a la clase de fuego, con mantenimiento periódico.
<i>Exposición a radiaciones</i>	<ul style="list-style-type: none">• Apantallar o aislar los equipos.• Señalizar las zonas, indicando clase y categoría.• Redactar y observar las instrucciones de trabajo.• Disimetrías individuales y ambientales. Vigilancia de la salud.• Designar y entrenar a trabajadores.• Utilizar sistemas de enclavamiento con equipos de rayos láser.• Las superficies de las instalaciones serán lisas y sin fisuras.• Control y gestión de los residuos.• Utilizar EPI's con marcado CE en función de la clase de la radiación.
<i>Exposición a agentes biológicos</i>	<ul style="list-style-type: none">• Programas de limpieza y desinfección.• Ventilación natural o forzada.• Vacunación del personal con riesgo de infección.• Uso de guantes desechables.• Adecuada eliminación de residuos y desechos.• Prohibir pipetear con la boca.• Cubrir cortes y heridas.• No fumar, comer o beber en los puestos de trabajo.• Elevado grado de aseo personal. Ropa de uso exclusivo.

Factores psicosociales

- Máxima información sobre el proceso de trabajo.
- Distribuir claramente las tareas y competencias.
- Planificar los trabajos teniendo en cuenta una parte de imprevistos.
- Realizar pausas, alternar tareas.
- Evitar jornadas excesivas, descansando los periodos reglamentarios después de guardias o turnos de noche.
- Respetar al máximo los ciclos del sueño.
- Crear conciencia del riesgo existente, fomentado la idea de seguridad y aprendizaje.

