



12 GOLDEN SAFETY RULES

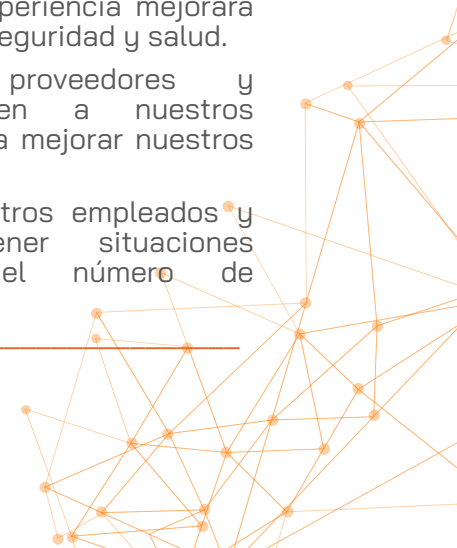
Together beyond safety

Rev. 2 - June 2025

En Arplus+ creemos que todos los accidentes son evitables. Es responsabilidad de todos (de quienes organizan el trabajo, quienes lo desempeñan y quienes lo supervisan) trabajar de un modo seguro y asegurarnos de que todos regresamos sanos y salvos a casa cada día. Las Reglas de Oro de la Seguridad nos ayudarán a mantenernos seguros en todo momento.

PRINCIPIOS

- Todos tenemos la responsabilidad hacia nosotros mismos y hacia otras personas de actuar y trabajar de un modo seguro.
 - Un trabajo bien planificado evitará situaciones peligrosas.
 - Aprender de nuestra experiencia mejorará nuestro desempeño en seguridad y salud.
 - El apoyo que proveedores y subcontratistas presten a nuestros principios nos ayudará a mejorar nuestros estándares.
 - Autorizar a todos nuestros empleados y contratistas a detener situaciones inseguras reducirá el número de accidentes y lesiones.
-



Nuestra organización es diversa y entraña muchos riesgos en materia de seguridad y salud que deben gestionarse. La seguridad de todos requiere compromiso, liderazgo y la voluntad de intervenir cuando uno ve que alguien está trabajando en condiciones inseguras o cuando se deteriora una situación. A esto lo llamamos tener una "cultura de expresión" saludable. Un requisito clave de nuestras estrategias y principios en prevención es reforzar y promover que los empleados asuman la responsabilidad personal por la salud y seguridad y demuestren ese deber de cuidado "velando" unos por otros.

Es por ello que Applus+ ha desarrollado las Reglas de Oro de la Seguridad. Estas reglas forman parte del Sistema de Gestión de Seguridad y existen para apoyar a nuestros empleados y subcontratistas a realizar trabajo seguro en nuestro nombre. Las estadísticas muestran que, si se aplican las reglas de oro de la industria, más del 70% de los incidentes de seguridad probablemente se eliminarían.

Las Reglas de Oro de la Seguridad de Applus+ proporcionan directrices básicas basadas en nuestra experiencia y en las lecciones aprendidas. Reafirman el uso de procedimientos de identificación y

control de riesgos. El cumplimiento de estas reglas es esencial para prevenir lesiones que cambien la vida. Por esta razón, su adhesión es obligatoria. Las Reglas de Oro de Seguridad de Applus+ están en el corazón de todo lo que hacemos y ayudan a fortalecer la cultura de seguridad.

El objetivo principal de las Reglas de Oro de la Seguridad de Applus+ es PROTEGERTE a ti y a tus compañeros. Las reglas se aplican a cualquier persona que se encuentre en nuestras instalaciones o que trabaje bajo nuestro control: empleados, contratistas, proveedores de servicios y visitantes; y es fundamental que te tomes el tiempo que precisas para familiarizarte con ellas y sus normas de operación.

Las Reglas de Oro de la Seguridad de Applus+ no cubren todos los riesgos de la operativa y, por lo tanto, es importante que conozcas los requisitos de seguridad antes de iniciar tu trabajo y durante el mismo. Si tu o tus compañeros de trabajo tenéis cualquier duda sobre estas normas de operación y su aplicación en vuestro trabajo, os insto a que paréis los trabajos y lo comentéis con vuestro supervisor directo.

En este libretto encontrarás junto a cada regla una lista de comprobación que puedes usar como una guía y que te ayudará a garantizar que tus acciones en el trabajo se ajustan a las siguientes normas de operación:

- Los fundamentos
- Apto para trabajar
- Manipulación manual de cargas
- Conducción segura
- Viajar seguro
- Coordinación de actividades
- Espacios confinados
- Sustancias peligrosas
- Radiaciones ionizantes
- Trabajos en altura
- Trabajos en excavaciones y zanjas
- Consignación y aislamiento de equipos e instalaciones
- Riesgo eléctrico

Entendiendo los riesgos que afrontas y cumpliendo las reglas, puedes mantener un lugar de trabajo seguro y evitar accidentes.

Applus+ ha adquirido un compromiso con las Reglas de Oro de la Seguridad y espera que todas las personas que trabajan para Applus+ compartan este compromiso y sigan las reglas en todo momento. El incumplimiento deliberado de estos procedimientos puede resultar en acción disciplinaria.

Richard Bartlett
Applus+ CEO



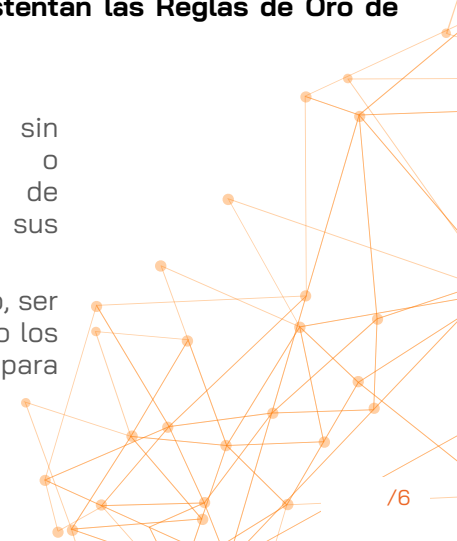
FUNDAMENTOS



FUNDAMENTOS

No se llevará a cabo ningún trabajo sin implementar estos requisitos fundamentales que sustentan las Reglas de Oro de la Seguridad:

- No se iniciará ningún trabajo sin realizar un control previo o evaluación de riesgos antes de empezar el mismo y compartir sus resultados con los implicados.
- El personal deberá estar formado, ser competente y apto (no estar bajo los efectos de drogas o alcohol) para realizar actividades laborales.

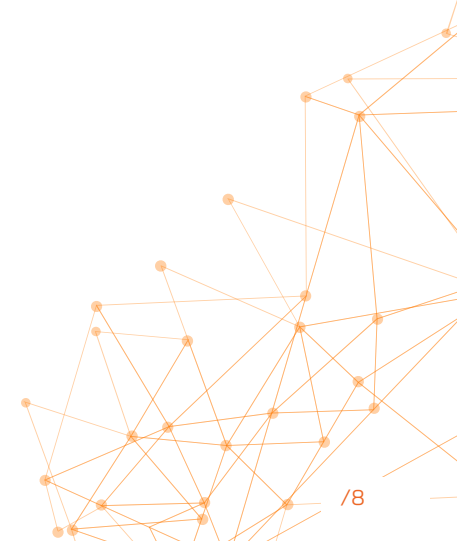


- Los equipos de trabajo serán los adecuados para realizar la actividad y estarán correctamente mantenidos.
- Se utilizarán los equipos de protección individual (EPI) necesarios para cada tarea y se mantendrán en buen estado.
- El personal deberá preocuparse por la seguridad, conocer su entorno de trabajo y comunicar cualquier condición insegura observada.
- El personal tiene derecho a detener cualquier trabajo que considere inseguro. Este derecho conlleva la obligación de actuar. La dirección de Applus+ respeta el derecho de cualquier persona a ejercer su autoridad para detener un trabajo.
- El personal deberá saber qué hacer ante una situación de emergencia y garantizará la presencia de los equipos y medios necesarios para dar una respuesta adecuada antes de que se inicie cualquier actividad.



Los Fundamentos: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Has completado un control previo o una evaluación de los riesgos previa al trabajo y has comentado los riesgos y los controles de seguridad con los implicados? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Todos los partícipes en las tareas están formados, son competentes y aptos para realizar la actividad? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Utilizas los equipos de protección individual adecuados para la actividad y sabes utilizarlos? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Todos los equipos a utilizar son adecuados para el fin previsto y están en buenas condiciones? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Has revisado las posibles situaciones de Emergencia asociadas al trabajo? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Hay implementado un plan de emergencia adecuado con los medios necesarios antes de que se inicie el trabajo? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Todos los involucrados en las tareas a realizar, ¿sois conscientes de que debéis detener el trabajo si creéis que este no es seguro? 	<input type="checkbox"/>



01

APTO PARA TRABAJAR



Una de nuestras principales consideraciones es fomentar hábitos saludables en el trabajo. Nuestro objetivo es garantizar que todos los empleados estén en un buen estado (físico y mental) que les permita realizar las tareas asignadas sin comprometer ni amenazar su propia seguridad y salud ni la de otras personas. Para lograrlo deberás:

- Asegurarte de haber descansado lo suficiente antes de empezar a trabajar, sobre todo durante los trabajos por turnos (y en especial durante el turno de noche).

01

APTO PARA TRABAJAR

- No estar bajo los efectos del alcohol u otras drogas.
- Gestionar la fatiga (p. ej., el estrés térmico, la deshidratación, el esfuerzo físico, etc.) mientras trabajas.
- Informar a tu supervisor sobre cualquier aspecto (p. ej., medicación, estrés, salud física y mental, etc.) que pueda afectar a tu rendimiento en el trabajo.

Apto para trabajar:
Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?

S/N

- ¿Estás descansado y crees que puedes hacer el trabajo?
- ¿No estás bajo los efectos del alcohol u otras drogas?
- ¿Has informado a tu supervisor en el caso de estar tomando algún medicamento que pueda afectar a tu trabajo?



02

MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS



Considera detenidamente y prevé el proceso de manipulación manual de cargas. Utiliza siempre que sea posible ayudas mecánicas para manipular objetos, pero si tienes que manipular manualmente cargas, procede solo si:

- Has evaluado las opciones para eliminar la necesidad de manipular manualmente la carga.

02

MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

Manipulación manual de cargas: Lista de comprobaciones previas al trabajo

- El personal está debidamente formado y conoce las técnicas de manipulación manual de cargas.
- Se ha realizado una evaluación de riesgos relativa a la tarea y se han aplicado medidas de control eficaces para eliminar o reducir los riesgos.
- Se dispone, si es necesario, de los equipos de protección individual adecuados para la tarea y se utilizan.
- Existe espacio suficiente alrededor del objeto para poder maniobrar con facilidad y el camino está despejado. Mira por donde vas a pasar cuando transportes una carga.
- Está seguro de que tiene la carga bien sujeta y de que esta no caerá y no presenta bordes afilados.



¿Has comprobado los siguientes aspectos?

S/N

- ¿Has evaluado la necesidad de la manipulación manual de la carga?
- ¿Conoces las técnicas correctas de elevación?
- ¿Has realizado una evaluación de riesgos relativa a la tarea?
- ¿Dispones de los equipos de protección personal adecuados para la tarea?



03

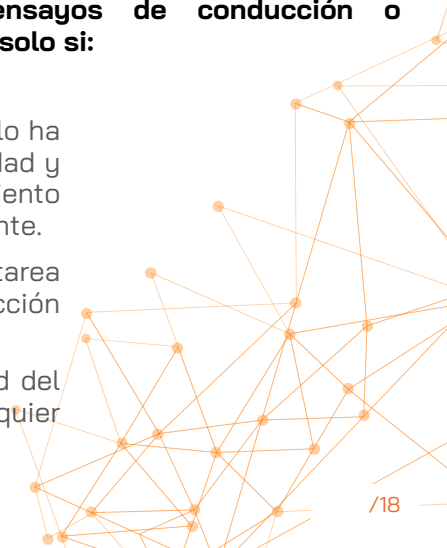
CONDUCCIÓN SEGURA



Puedes conducir (salvo en ensayos de conducción o conducción en pistas de pruebas) solo si:

- Puedes comprobar que el vehículo ha sido inspeccionado con regularidad y las tareas de mantenimiento realizadas por personal competente.
- El vehículo es adecuado para la tarea y las condiciones de conducción locales.
- Evalúas la idoneidad y seguridad del vehículo antes de iniciar cualquier viaje.

03 CONDUCCIÓN SEGURA

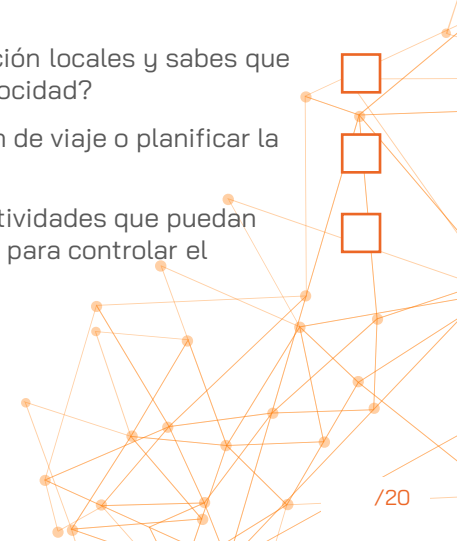


- Cuentas con los permisos pertinentes, estás debidamente formado y eres médicamente apto para conducir el tipo de vehículo utilizado para las condiciones de conducción locales.
- No estás bajo los efectos del alcohol o drogas, te encuentras en condiciones de salud para conducir, conoces y respetas las normas locales de circulación y los límites de velocidad.
- El número de pasajeros no excede las especificaciones del vehículo y el vehículo está equipado con cinturones de seguridad de 3 puntos de anclaje utilizados por todos los ocupantes. Se deberían evitar los cinturones de seguridad de 2 puntos, todavía existentes.
- Las cargas están aseguradas y no exceden las especificaciones del vehículo. Los pasajeros y los equipos no se transportan en el mismo compartimento.
- Existe un plan de viaje o se ha planificado la ruta cuando se viaja en áreas designadas.
- Mientras conduces no deberías realizar actividades que puedan distraerte y limiten tu capacidad para controlar el vehículo. Deberías sujetar el volante con las dos manos en todo momento. Recuerda que en algunos países o áreas de negocio, puede estar prohibido el uso de teléfonos con manos libres. Debes estar seguro que conoces las reglas y que las cumples.



Conducción segura: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Hay pruebas de que el vehículo ha sido inspeccionado con regularidad y se han realizado las tareas de mantenimiento?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿El vehículo ha sido considerado adecuado para las condiciones de conducción locales?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Tienes los permisos pertinentes para conducir el vehículo y, cuando corresponda, has recibido la formación para utilizar el vehículo en las condiciones de conducción locales?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Te encuentras bien para conducir, no estás bajo los efectos del alcohol y/o drogas y no estás cansado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿El vehículo está equipado con cinturones de seguridad de 3 puntos y son utilizados por todos los pasajeros (1 cada uno)?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Todas las cargas están aseguradas y no exceden las especificaciones del fabricante o los límites legales del vehículo?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Conoces las normas de circulación locales y sabes que debes respetar los límites de velocidad?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Es necesario considerar un plan de viaje o planificar la ruta?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Sabes que no debes realizar actividades que puedan distraerte y limiten tu capacidad para controlar el vehículo?	<input type="checkbox"/>



04

VIAJAR SEGURO



Los riesgos y peligros en los viajes normalmente dependen del destino, del nivel de información, de la preparación antes de la salida, tu estado de salud y el nivel de importancia que otorgues a quienes podrían desear causar daño. Por consiguiente, para viajar con seguridad se debe proceder solo si:

- Has evaluado las opciones para evitar la necesidad de viajar.

04 VIAJAR SEGURO

- Has realizado una evaluación de riesgos en relación a los posibles riesgos médicos y en materia de seguridad del lugar de destino.
- Has realizado la formación on-line cuando el riesgo del país sea alto o extremo (según índices ISOS).
- Te has asegurado de que tu documentación (pasaporte, DNI, etc.) es válida y tienes actualizado el calendario de vacunación.
- Has adquirido y comprobado las informaciones actualizadas relativas a cuestiones de seguridad y salud en el destino.
- Cuando viajes a países de riesgo alto o extremo, tienes un plan de seguridad para el viaje que contenga información detallada y clara sobre el destino y que incluya un plan de respuesta para emergencias.
- Debes conocer este plan de seguridad (cuando sea requerido) y saber cómo obtener ayuda.



Viajar seguro: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?

S/N

- ¿Se ha considerado la necesidad de viajar?
- ¿Has realizado una evaluación de riesgos para determinar los riesgos médicos y en materia de seguridad del lugar de destino?
- Si tienes que viajar a países de riesgo alto o extremo, ¿Has realizado la formación?
- ¿Tu documentación (DNI, Pasaporte, etc.) es válida y tienes al día el calendario de vacunación?
- ¿Has obtenido y comprobado la información disponible actualizada sobre tu destino?
- Si tienes que viajar a países de riesgo alto o extremo, ¿tienes un plan de seguridad para el viaje y, conoces y comprendes dicho plan?
- ¿Sabes cómo pedir ayuda en caso de emergencia?



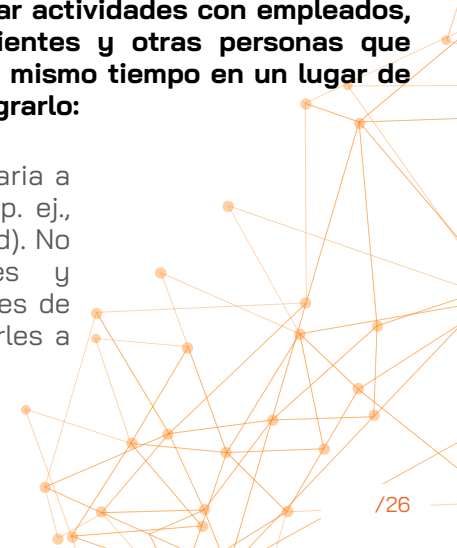
05

COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES



Asegúrate de cooperar y coordinar actividades con empleados, contratistas, subcontratistas, clientes y otras personas que participen en el mismo trabajo al mismo tiempo en un lugar de trabajo. Por consiguiente, para lograrlo:

- Comparte la información necesaria a efectos de seguridad y salud (p. ej., riesgos asociados a su actividad). No dificultes las comunicaciones y responde a peticiones razonables de otros responsables para ayudarles a cumplir con sus obligaciones.



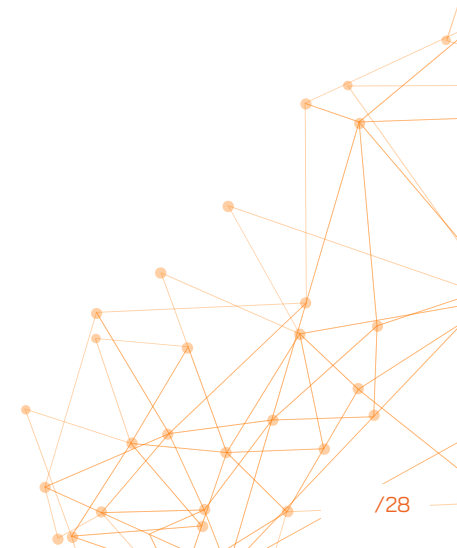
05 COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES

- Identifica quién tiene el control o influencia sobre aspectos del trabajo o del entorno en el que se lleva a cabo el trabajo.
- Asegúrate de que no haya actividades incompatibles que coincidan y determina si las actividades de otras personas pueden introducir o acrecentar los riesgos y, en caso afirmativo, implementa los controles necesarios.
- Identifica cuándo y cómo se debe implementar cada medida de control, comprueba que las medidas de control se complementen entre sí y verifica que sean eficaces.
- Asegúrate de que todos los participantes en la actividad y aquellos que puedan verse afectados por la actividad conozcan y entiendan cómo, cuándo y dónde se lleva a cabo la actividad, qué sustancias o equipos se pueden utilizar y los controles implementados.
- Si se produce un cambio imprevisto en las circunstancias o condiciones, se debe detener el trabajo, asegurar la situación y se requerirá una comunicación o coordinación adicional antes de reiniciar los trabajos.



Coordinación de actividades: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Has recibido información relacionada con la seguridad y salud de las actividades que está realizando?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Has identificado los riesgos evaluados teniendo en cuenta otros trabajos que se realicen en la misma área?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Te has asegurado de que no haya actividades incompatibles?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han identificado las medidas de control, se complementan entre sí, se han implementado y determinado que resultan eficaces?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha informado de los riesgos en relación a la concurrencia de actividades previa al trabajo que incluya a todas las partes implicadas y se mantendrá la comunicación a lo largo de la actividad?	<input type="checkbox"/>



06

ESPACIOS CONFINADOS



Solo se podrá entrar en espacios confinados si:

- Se han evaluado las opciones para eliminar la necesidad de entrar en un espacio confinado.
- Se ha realizado la evaluación de riesgos del espacio confinado, existe un plan de respuesta para emergencias, y se dispone de los permisos necesarios para entrar.
- Las personas implicadas han sido formadas y son aptas para realizar el trabajo en el espacio confinado.



06 ESPACIOS CONFINADOS

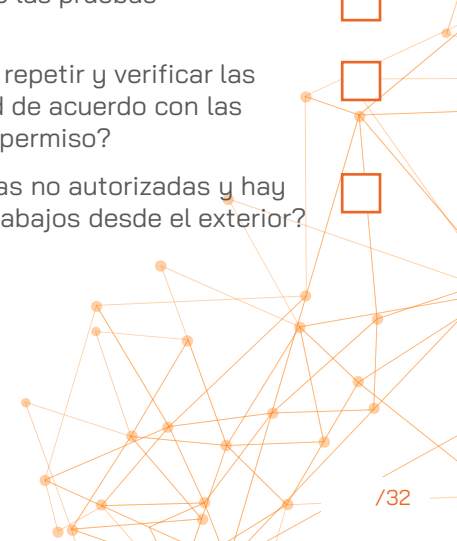


- Las condiciones del permiso de acceso se han comunicado a todas las personas implicadas o afectadas por la actividad, y han sido comprendidas.
- Todas las fuentes de energía y fluidos que afectan al espacio confinado están aislados y cerrados.
- Se han autorizado los equipos trabajo para su uso en el espacio confinado.
- Se ha comprobado y verificado la atmósfera y las pruebas se han repetido con la frecuencia especificada en el permiso.
- Existe en todo momento una persona supervisando los trabajos desde el exterior del espacio confinado para dar la alarma – esta persona no deberá entrar en el espacio confinado.
- Se han adoptado medidas para impedir la entrada de personas no autorizadas al espacio confinado.



Espacios confinados: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Se ha realizado una evaluación para determinar si se puede evitar entrar en el espacio confinado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Existe un permiso de acceso al espacio confinado válido, se ha realizado la evaluación de riesgos y se cuenta con un plan de rescate?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Todas las personas implicadas en la actividad han sido formadas y son aptas para realizar el trabajo en el espacio confinado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Las condiciones del permiso han sido comunicadas y comprendidas por todas las personas implicadas?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han implementado y verificado los controles y aislamientos pertinentes?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿El equipo que se utilizará para realizar el trabajo puede utilizarse en espacios confinados, y este equipo está identificado en el permiso?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han completado y verificado las pruebas atmosféricas iniciales?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Las partes saben que se deben repetir y verificar las pruebas a lo largo de la actividad de acuerdo con las condiciones especificadas en el permiso?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se impide la entrada de personas no autorizadas y hay una persona supervisando los trabajos desde el exterior?	<input type="checkbox"/>



07

SUSTANCIAS PELIGROSAS



Solo se trabajará con sustancias peligrosas sí:

- No ha sido posible eliminar su uso y no existe una alternativa más segura.
- Siempre ten a mano, lee, comprende y sigue las instrucciones que encontrarás en la ficha de datos de seguridad relativas a la sustancia peligrosa que debes manipular.

07 SUSTANCIAS PELIGROSAS



- Se ha realizado la evaluación de riesgos y se han implementado controles eficaces para garantizar la seguridad y salud de todos los posibles implicados.
- Los equipos de protección individual son los adecuados para la tarea, están en buen estado y se utilizan correctamente.
- Sigue el procedimiento autorizado para la manipulación o eliminación de productos químicos o sustancias peligrosas. Lávate las manos tras utilizar o manipular una sustancia peligrosa y antes de comer.
- Se ha implementado un plan de respuesta para emergencias (recoger derrames) y se dispone de los equipos y servicios de primeros auxilios adecuados en el lugar de trabajo.
- Existe un procedimiento implantado y se dispone de los medios para la correcta gestión de residuos.



Sustancias peligrosas: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Se ha considerado el uso de sustancias alternativas más seguras?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Tienes a mano, has leído y entendido las instrucciones incluidas en la ficha de datos de seguridad?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha realizado la evaluación de riesgos y se han implementado controles eficaces para utilizar la sustancia?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Utilizas los equipos de protección individual adecuados y están en buen estado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Sigues el procedimiento autorizado para la manipulación o eliminación de productos químicos o sustancias peligrosas?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Existen medidas de emergencia y servicios de primeros auxilios?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha implementado un plan de respuesta para emergencias/actuación en caso de fugas o derrames y se dispone de los medios de respuesta adecuados?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Existen procedimientos y medios para la correcta gestión de residuos?	<input type="checkbox"/>

08

RADIACIONES IONIZANTES



Se realizarán trabajos que conlleven el uso de radiaciones ionizantes solo si:

- Se ha realizado la evaluación de riesgos de la tarea y se han implementado controles eficaces para garantizar la seguridad del trabajo en el que las dosis se mantienen en el nivel más bajo posible.
- El personal tiene una licencia vigente y/o la formación para operar de acuerdo con la jurisdicción correspondiente.



08 RADIACIONES IONIZANTES

- El equipo está registrado para utilizarse en la jurisdicción en la que se está utilizando.
- Todo el equipo ha sido revisado y considerado en buen estado antes de su utilización y, cuando corresponda, las calibraciones del equipo son válidas.
- Cualquier equipo dañado o averiado es retirado del servicio y se comunica esta situación a la empresa.
- Todo el equipo de seguridad (medidores de radiación, barreras, señalización, etc.) está disponible y en buen estado.
- El personal trabaja de acuerdo con los requisitos de la legislación local, las normas y procedimientos de la empresa, y requisitos locales específicos.
- El personal notificará de inmediato cualquier pérdida de control o incidente en el que personas han estado o se sospecha que han estado expuestas a radiaciones ionizantes.
- Se ha implementado un plan de emergencia y se dispone de los equipos de respuesta adecuados. El personal conoce las funciones y los datos de contacto del personal de emergencias.
- Se garantiza razonablemente y en todo momento la seguridad de las fuentes radioactivas.

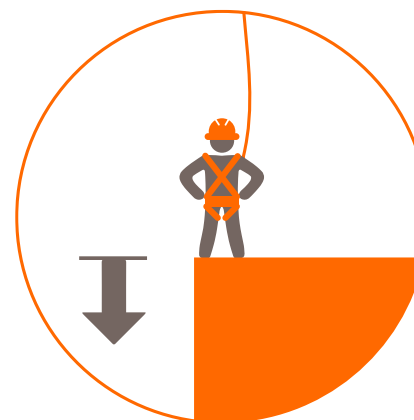


Radiaciones ionizantes: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Los operarios tienen una licencia local vigente y han sido debidamente formados para utilizar el equipo de radiografiado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿El equipo que se utilizará está registrado para su uso con la autoridad local?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha comprobado TODO el equipo antes de utilizarlo y se ha considerado que puede utilizarse?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿El operador conoce la necesidad de retirar de forma inmediata cualquier equipo defectuoso y comunicar esta situación a la empresa?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Todo el equipo de seguridad y control está disponible para ser utilizado y, cuando corresponda, calibrado correctamente?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han completado las comprobaciones de las baterías de los equipo de medición y control de la exposición que corresponda?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han considerado el tiempo, la distancia y el revestimiento a fin de ajustarse al principio ALARA para mantener las dosis tan bajas como razonablemente sea posible?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha seleccionado el equipo correcto para el trabajo (tipo de dispositivo, fuerza de la fuente, etc.)?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Los operarios conocen las normas de la empresa y las regulaciones locales?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se asegura la fuente de radioactividad cuando no se utiliza?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha realizado la evaluación de riesgos de la tarea y se han implementado controles eficaces para garantizar la seguridad del trabajo?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha implementado un plan de emergencia y se dispone del equipo de respuesta adecuado?	<input type="checkbox"/>

09

TRABAJOS EN ALTURA



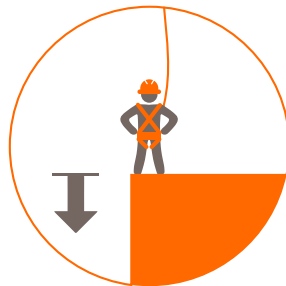
Se realizarán trabajos en altura solo si:

- Se han evaluado las opciones para eliminar la necesidad de trabajar en altura.
- El personal está debidamente formado y es apto para realizar la actividad, incluido el uso de los equipos de protección individual y sistemas anticaída.

09 TRABAJOS EN ALTURA

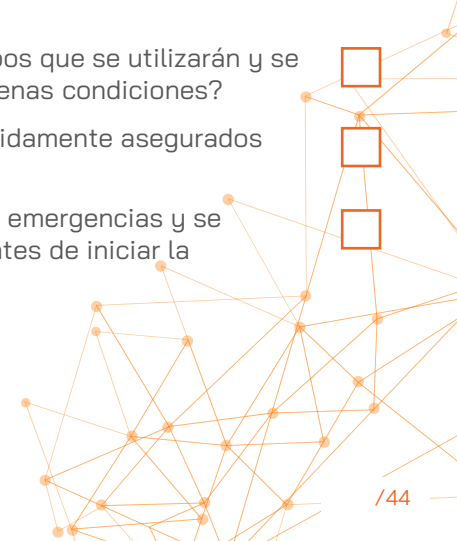


- Plataformas, andamiajes y otras estructuras temporales han sido construidas y verificadas solo por personal competente y autorizado.
- Las plataformas elevadoras móviles de personas (elevadores de tijera, plataformas articuladas o telescópicas, etc.) se han inspeccionado antes de ser utilizadas y son operadas por personal debidamente autorizado y competente.
- Todo el equipo que se utilizará está en buen estado para el fin previsto y se retira cualquier equipo dañado o defectuoso.
- Todos las herramientas y equipos utilizados estarán asegurados para evitar la caída de objetos que puedan causar lesiones a otras personas que se encuentren debajo de la zona de trabajo.
- En caso de riesgo de caída a distinto nivel, se implementarán medidas de protección anticaída u otras medidas de protección de acuerdo con las conclusiones de la evaluación de riesgos.
- Existe un plan de emergencias (incluyendo el rescate en altura) que se puede activar si es necesario.



Trabajos en altura: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Se ha evaluado la posibilidad de que el elemento en el cual se debe trabajar pueda ser desmontado y llevado al suelo y el trabajo se puede llevar a cabo sobre suelo firme? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Si el trabajo no se puede completar sobre suelo firme, ¿se puede utilizar una plataforma fija o móvil (con sistemas de protección o barandillas) para acceder al mismo? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿El sistema anticaída cuenta con todos los requisitos obligatorios? <ul style="list-style-type: none"> – Un punto de anclaje capaz de soportar la fuerza requerida para una sola persona. – Un arnés de cuerpo completo anticaída durante el período de inspección/actividades. – Una cuerda de amarre que incorpore un absorbedor de energía. 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Todas las personas implicadas en la actividad han sido formadas en el uso de los equipos de protección individual y sistemas anticaída? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Se han inspeccionado los equipos que se utilizarán y se ha determinado que están en buenas condiciones? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Todos los elementos están debidamente asegurados para evitar la caída de objetos? 	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Se ha implementado un plan de emergencias y se dispone del equipo necesario antes de iniciar la actividad? 	<input type="checkbox"/>



10

TRABAJOS EN EXCAVACIONES Y ZANJAS



Se realizarán trabajos en excavaciones y zanjas solo si:

- Se ha autorizado el acceso a la excavación o zanja antes del inicio de los trabajos.
- Las zanjas contarán con sistemas de protección adecuados, incluidos los sistemas de apuntalamiento, pendiente o escalonado, para proteger a los empleados contra derrumbes.

10 TRABAJOS EN EXCAVACIONES Y ZANJAS



- La excavación o zanja haya sido inspeccionada por una 'persona competente' utilizando métodos de inspección y comprobación aceptados.
- Existe un plan de emergencia y se ha realizado la evaluación de riesgos.
- Hay entradas y salidas seguras y sin obstáculos desde cualquier posición de la excavación o zanja.
- Debería haber al menos dos puntos de acceso y salida.
- Las escaleras se deberían poder extender lo suficiente (al menos 3 metros) por encima de la parte superior de la excavación.
- Los equipos pesados se deberían colocar a una distancia de seguridad respecto al borde de la excavación.
- Existe una persona que supervise los trabajos desde el exterior de la zanja en todo momento para iniciar el plan de respuesta para emergencias – esta persona no debe entrar en la excavación



Trabajos en excavaciones y zanjas: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿La excavación se ha construido correctamente y se ha autorizado su uso?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha realizado una evaluación de riesgos de la tarea y se han implementado controles eficaces para garantizar la seguridad del trabajo?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se puede entrar y salir de la excavación de un modo seguro y sin obstrucciones desde cualquier punto de trabajo?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Las condiciones del permiso han sido comunicadas y comprendidas por todas las personas implicadas?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Hay alguna persona disponible para poder permanecer fuera de la excavación e iniciar acciones de respuesta en caso de emergencia si es necesario?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han tomado medidas para evitar la caída de objetos y materiales dentro de la excavación?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha implementado un plan de respuesta para emergencias y se dispone del equipo de respuesta adecuado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Sabes quién es la persona competente y has verificado con esa persona que sea seguro entrar?	<input type="checkbox"/>



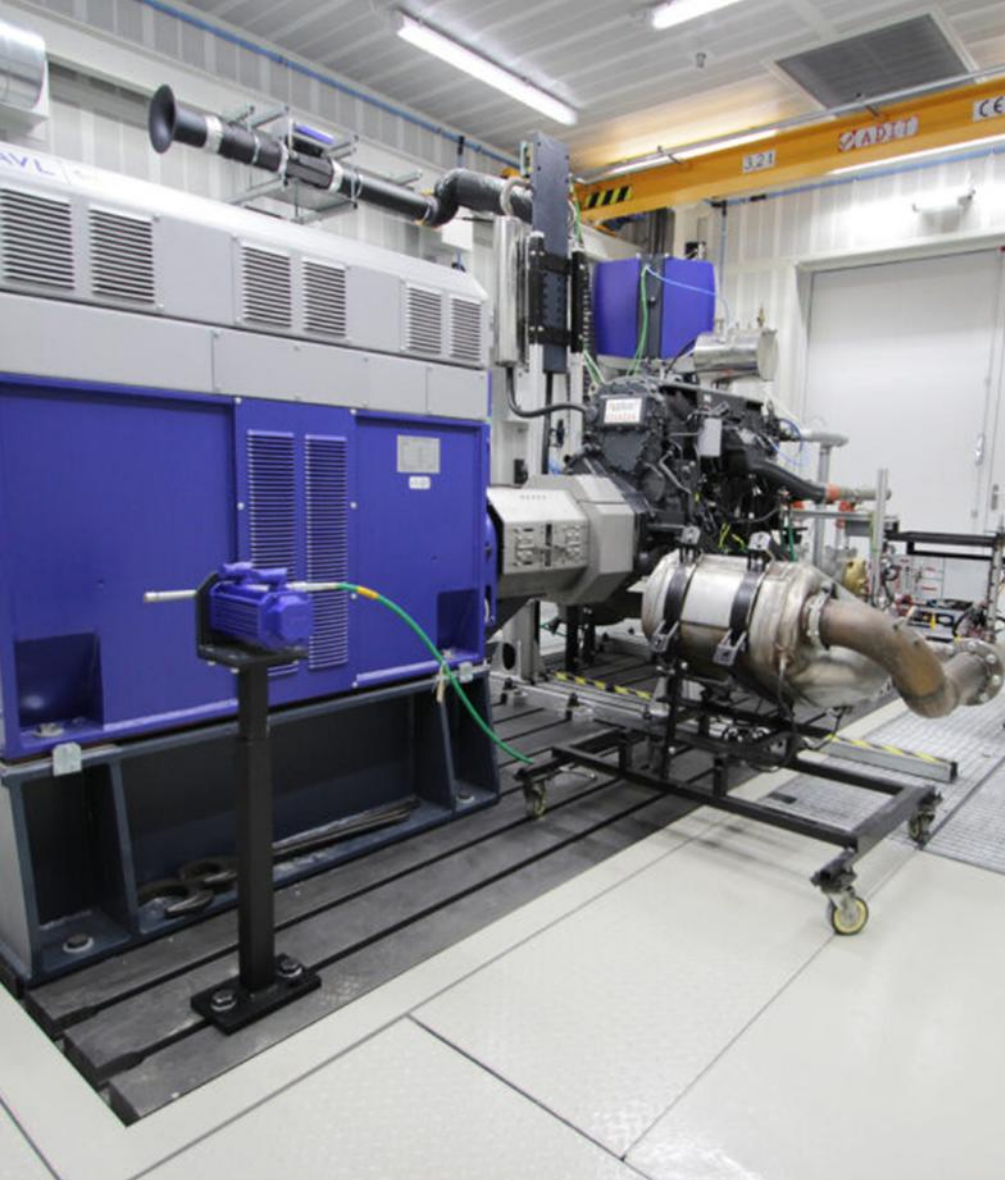
11

CONSIGNACIÓN, AISLAMIENTO DE EQUIPOS E INSTALACIONES



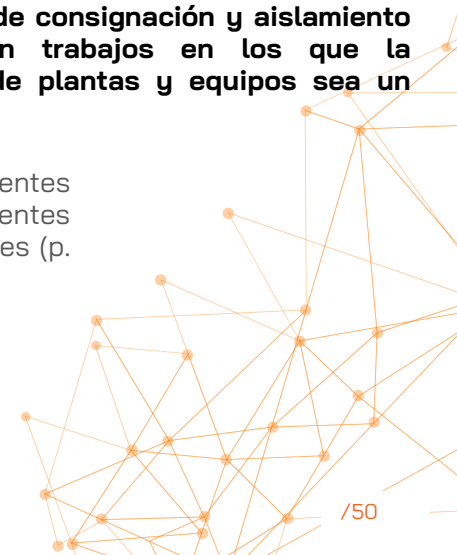
Sigue siempre el procedimiento de consignación y aislamiento del centro. Solo se realizarán trabajos en los que la consignación y el aislamiento de plantas y equipos sea un requisito si:

- Se han identificado todas las fuentes de energía, incluidas las fuentes eléctricas, mecánicas, potenciales (p. ej. gravedad), cinéticas, etc.



11

CONSIGNACIÓN, AISLAMIENTO DE EQUIPOS E INSTALACIONES

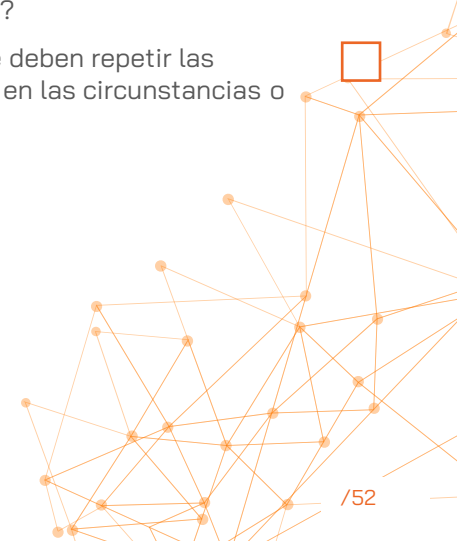


- Se han previsto pasos de aislamiento y desaislamiento, y se ha evaluado el riesgo del método de eliminación/restablecimiento de energía almacenada y/o materiales peligrosos, y ha sido autorizado por una persona competente.
- Una persona competente y autorizada ha completado todos los pasos de aislamiento / desaislamiento.
- Se han identificado claramente todos los puntos de aislamiento y se han probado, etiquetado y/o bloqueado y controlado para evitar movimientos o activaciones involuntarios, y se ha señalado y delimitado el área de trabajo.
- Se ha probado el aislamiento antes de iniciar el trabajo y se ha considerado que es eficaz.
- Están presentes al menos dos personas cuando se trabaja cerca de conductores expuestos y estas personas cumplen con los requisitos específicos del país/centro en materia de formación y/u otras cualificaciones.
- Asegúrate de que en caso de cambio inesperado de circunstancias o condiciones, se revalida la totalidad del aislamiento/desaislamiento.



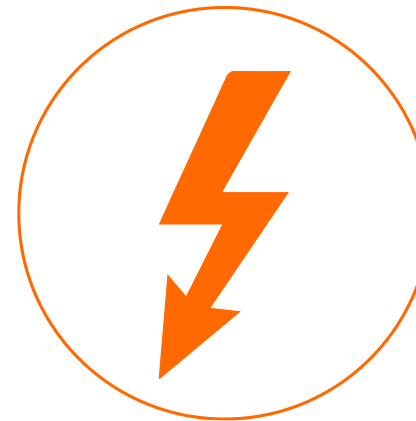
Consignación, Aislamiento de Equipos e Instalaciones: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Se han identificado todas las fuentes de energía?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Existe un plan para la secuencia de aislamiento y desaislamiento que ha sido autorizado por una persona competente?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha realizado una evaluación de riesgos y se han identificado todos los posibles materiales peligrosos?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Una persona competente y autorizada ha completado el aislamiento/desaislamiento?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han identificado claramente, etiquetado y/o bloqueado y controlado los puntos de aislamiento utilizando un sistema adecuado?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha delimitado y señalado el área de trabajo?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han probado los puntos de aislamiento y han sido considerados eficaces?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Hay al menos dos personas presentes cuando se trabaja cerca de conductores expuestos?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿El grupo de trabajo sabe que se deben repetir las pruebas si se producen cambios en las circunstancias o condiciones?	<input type="checkbox"/>



12

RIESGO ELÉCTRICO



El trabajo con exposición a riesgo eléctrico sólo deberá llevarse a cabo si:

- Se han evaluado los riesgos, identificado posibles peligros eléctricos, implementado medidas de control para mitigar los riesgos y definido procedimientos de emergencia y evacuación.
- Los trabajos se llevan a cabo siguiendo prácticas y procedimientos seguros para trabajar con electricidad y se cumplen todas las regulaciones y normas de seguridad eléctrica locales y globales.

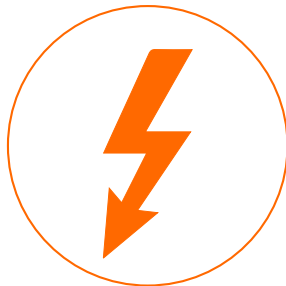


38B TRAF0-3
(POS. 722)

12 RIESGO ELÉCTRICO



- Se cuenta con los permisos y las autorizaciones necesarios antes de comenzar el trabajo en sistemas eléctricos.
- Se cuenta con supervisión competente y se asegura la comunicación clara entre los miembros del equipo y con el resto de trabajadores presentes en la zona
- No se realizará ningún trabajo fuera del alcance de las tareas propias del puesto de trabajo y que no esté incluida en una orden de trabajo.
- El personal está capacitado y cualificado, familiarizado con los sistemas eléctricos, equipos y procedimientos de seguridad, y sabe cómo responder a emergencias eléctricas como descargas o incendios.
- Se evita trabajar en sistemas eléctricos en tensión, siempre que sea posible.
- El equipo se ha desenergizado antes de realizar el trabajo de acuerdo a procedimientos de bloqueo/etiquetado, y se ha verificado efectivamente la ausencia de tensión antes de iniciar el trabajo.
- Cuando deba trabajarse en tensión, se cuenta con procedimientos específicos de trabajo seguro y nunca se realiza el trabajo en situación de aislamiento. En lugares de difícil acceso (por ejemplo, espacios confinados) o sin comunicación, deberá desarrollarse estando presentes, al menos, dos trabajadores.
- El equipo y las herramientas son apropiados para la tarea, se inspeccionan regularmente para asegurarse de que estén en buenas condiciones y se reemplazan o reparan ante cualquier daño.
- El personal utiliza los equipos de protección individual adecuados, como guantes aislantes, gafas de seguridad, ropa ignífuga y otros equipos específicos para trabajos eléctricos cuando es necesario.



Riesgo Eléctrico: Lista de comprobaciones previas al trabajo

¿Has comprobado los siguientes aspectos?	S/N
▪ ¿Se ha realizado la evaluación de riesgos e implementado medidas de control?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se cuenta con un procedimiento de emergencia y los trabajadores están formados en primeros auxilios y saben cómo actuar en caso de accidente eléctrico?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se cuenta con procedimientos de trabajo seguro y se garantiza el cumplimiento de la normativa de seguridad eléctrica?	<input type="checkbox"/>
▪ Antes de trabajar en un sistema eléctrico, ¿Se cuenta con ...?	<input type="checkbox"/>
– Los permisos y autorizaciones necesarios	
– Un Supervisor competente	
– Sistema de comunicación con el equipo o terceras personas presentes en la zona de trabajo	
▪ Los trabajos no implican la realización de ninguna tarea fuera del alcance de las propias del puesto de trabajo y que no esté incluida en una orden de trabajo.	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Todos los trabajadores implicados en el trabajo están capacitados y cualificados para realizar trabajos con riesgo eléctrico?	<input type="checkbox"/>
▪ Antes de realizar trabajos en tensión, ¿se ha valorado la posibilidad de trabajar sin tensión y determinado que no era viable?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se ha desenergizado el equipo/instalación y se ha verificado la ausencia de tensión de forma efectiva?	<input type="checkbox"/>
▪ Para realizar trabajos en tensión, ¿Se cuenta con procedimientos de trabajo seguros? ¿Se realizan los trabajos en situación de "no aislamiento"?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Se han inspeccionado los equipos que se utilizarán y se ha determinado que están en buenas condiciones?	<input type="checkbox"/>
▪ ¿Utilizas los equipos de protección individual frente a riesgo eléctrico adecuados y están en buen estado?	<input type="checkbox"/>

Reglas

01



APTO PARA TRABAJAR

02



MANIPULACIÓN
MANUAL DE CARGAS

07



SUSTANCIAS
PELIGROSAS

08



RADIACIONES
IONIZANTES

03



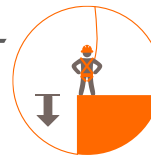
CONDUCCIÓN
SEGURA

04



VIAJAR SEGURO

09



TRABAJOS EN ALTURA

10



TRABAJOS EN
EXCAVACIONES Y ZANJAS

05



COORDINACIÓN DE
ACTIVIDADES

06



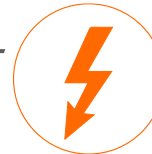
ESPACIOS
CONFINADOS

11



CONSIGNACIÓN Y AISLAMIENTO
DE EQUIPOS E INSTALACIONES

12



RIESGO ELÉCTRICO
