



**servicios a la ciudadanía**  
agencia tributaria sae



# **SALUD LABORAL AEAT**

**GUÍA BÁSICA  
DE PREVENCIÓN  
DE RIESGOS LABORALES**

*El poder de cambiar las cosas*

## INDICE

MARCO LEGAL: Obligaciones y Derechos .....	3
PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL .....	4
RIESGOS LABORALES Y DAÑO LABORAL.....	5
TIPOS DE RIESGOS.....	6
ERGONOMÍA, PANTALLA, Y VISUALIZACIÓN.....	7
RUIDO, ILUMINACIÓN Y TEMPERATURA.....	8
PLAN DE EMERGENCIA Y AUTOPROTECCIÓN.....	9
SITUACIONES DE INCENDIO.....	10
SITUACIONES DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN...	11



## Ley 31/1995

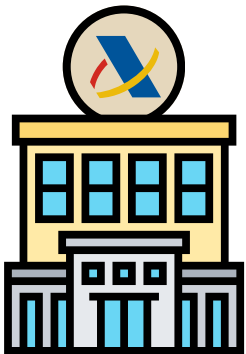
# Prevención de Riesgos Laborales

## DERECHOS



- Protección frente a los riesgos laborales.
- Vigilancia médica de la salud.
- Contar con equipos de trabajo seguros y con medios de protección adecuados.
- Estar al día en materia preventiva y tener la información necesaria de los posibles riesgos.

## OBLIGACIONES



- Elaborar el Plan de Prevención.
- Realizar la Evaluación de Riesgos y la Planificación de la actividad preventiva.
- Realizar los Planes de Emergencia y Autoprotección.
- Vigilancia de la Salud.



**QUEREMOS MÁS**

*Contamos contigo*



¿ Y qué es exactamente un riesgo laboral?

Un riesgo es cualquier acción o circunstancia en el trabajo que te exponga a sufrir algún daño en tu salud.

¿ Y cómo eliminamos esos riesgos?

A través de la Prevención de Riesgos Laborales podemos eliminar o minimizar los riesgos mediante medidas técnicas y organizativas disponibles



## OBLIGATORIO

- + de **10** empleados/as → Una persona dedicada a la Prevención de Riesgos Laborales
- + de **500** empleados/as → Servicio de Protección **PROPIO**



**QUEREMOS MÁS**

*Contamos contigo*

# RIESGOS GRAVES Y DAÑO LABORAL



## Riesgo Grave e Inminente

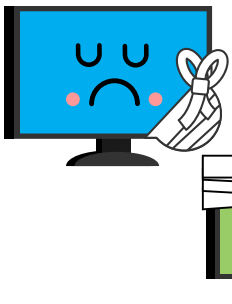
Posibilidad de que acontezca un suceso cuyo peligro sea inminente, o de consecuencias graves para la salud.

¿Cómo actuar?



Hay que comunicarlo a la Unidad de Prevención correspondiente.

Los delegados y delegadas, o las personas afectadas en su defecto, pueden decidir unilateralmente la paralización de los trabajos expuestos a ese riesgo.



## Daño Laboral

Lesión, enfermedad o patología derivada del ejercicio de la actividad laboral. Los daños físicos o mentales que padezcamos pueden ser generados o agravados



**QUEREMOS MÁS**

Contamos contigo

# TIPOS DE RIESGOS

1. RIESGO QUÍMICO: Por la exposición a contaminantes químicos, y en procesos productivos. También por la presencia de agentes químicos en el medioambiente que pueden pasar a nuestro organismo.
2. RIESGO BIOLÓGICO: Es el originado por la exposición a contaminantes biológicos como virus, bacterias, parásitos y hongos.
3. RIESGO PSICOSOCIAL: Originan estrés en el trabajo. Entre otros pueden ser la sobrecarga de trabajo, las tareas monótonas y repetitivas, las relaciones conflictivas o el acoso laboral.
4. RIESGO DE SEGURIDAD: Es el derivado de las condiciones de los espacios de trabajo y de las tareas físicas.
5. RIESGO ERGONÓMICO: Pueden dar lugar a trastornos musculoesqueléticos de los trabajadores y se derivan de posturas forzadas, aplicación continua de fuerzas, movimientos repetitivos
6. RIESGO FÍSICO: Incluyen los derivados de las condiciones físico-ambientales del trabajo (espacio, orden, limpieza, ruido, luz, humedad, ventilación, temperatura, etc).



## Características que debe reunir tu puesto de trabajo

- El teclado deberá ser inclinado e independiente de la pantalla con espacio suficiente para apoyar los brazos.
- La pantalla deberá ser mate para evitar reflejos, igual que la superficie de trabajo, con profundidad de al menos **10** centímetros y una inclinación de entre **0** y **15** grados.
- El asiento deberá ser estable, reclinable y regulable en altura. La parte de la pantalla debe quedar a la altura de los ojos y los brazos en posición de trabajo de **90°**.
- Se recomienda que las pantallas de visualización de datos estén entre **400** y **750** mm y nunca a menos de **300** mm.
- Los centros de trabajo deben tener 3 metros de suelo a techo pudiéndose reducir a 2,5 metros en caso de locales comerciales, servicios y oficinas. Deberán tener 2 m<sup>2</sup> de superficie libre por puesto y 10 m<sup>3</sup> de superficie no ocupados por cada una de ellos.



**QUEREMOS MÁS**

Contamos contigo

# RUIDO, ILUMINACIÓN Y TEMPERATURA

## LÍMITES DE RUIDO

(La voz humana genera unos 50 Db.)



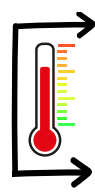
- 87 dB valor medio diario.
- 137 dB de valor pico en cualquier instante de la jornada laboral.
- >80 Db/ 85 Db la empresa debe adoptar diferentes medidas de prevención.

## NIVEL DE ILUMINACIÓN



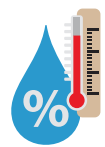
→ Existen unos niveles mín. y máx. según la exigencia visual de la tarea y según sean áreas de uso o vías de circulación.

## LÍMITE DE TEMPERATURA



- Entre 17°C y 27°C en el caso de trabajos sedentarios
- Entre 14°C y 25°C si se trata de trabajos ligeros.

## LÍMITE DE HUMEDAD RELATIVA



→ Entre el 30 y el 70% excepto en los locales donde exista electricidad estática que será inferior al 50%

## EXPOSICIÓN A CORRIENTES DE AIRE



→ Entre 0,25 y 0,75 mls según el ambiente sea más o menos caluroso y el trabajo sedentario o no sedentario.



**QUEREMOS MÁS**

*Contamos contigo*





## ¿Qué debe contener un Plan de Emergencias y un Plan de Autoprotección de un centro de trabajo?

### PLAN DE EMERGENCIAS

Identificación de peligros.

Evaluación de riesgos.

Acciones preventivas.

### PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

Descripción de medidas y medios.

Programa de mantenimiento de instalaciones.

El plan de actuación de emergencias.

Implantación, mantenimiento y actualización de plan de autoprotección.



**QUEREMOS MÁS**

*Contamos contigo*



## ACTUAR EN CASO DE INCENDIO

① Averiguar el lugar del incendio.



② Protegernos del humo tapando nariz y boca.

③ Seguir las instrucciones de evacuación del EQUIPO DE EMERGENCIAS, y en su caso de megafonía.



**¿Qué cantidad de extintores debe haber y como deben estar colocados?**



✓ Deben estar situados en lugares visibles.

✓ Debe haber uno por cada 300 m<sup>2</sup> de superficie.



# SITUACIONES DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN



## ACTUAR EN CASO DE EMERGENCIA POR ACCIDENTE

Seguir las actuaciones detalladas en el Plan de Emergencia o Plan de Autoprotección elaboradas por el centro:

- 1 Autoprotegernos.
- 2 Proteger a los demás alertando a los servicios de emergencia y socorrer mientras a los accidentados
- 3 Mantener la calma.

## ACTUAR EN CASO EVACUACIÓN



- 1 Buscar la salida de emergencia identificada mas próxima
- 2 Seguir las instrucciones de los EQUIPOS DE EMERGENCIAS.
- 3 Dirigirse hacia el Punto de Reunión.





**servicios a la ciudadanía**  
**agencia tributaria sae**



**!!Síguenos en nuestras  
redes sociales!!**

**SECCIÓN ESTATAL CCOO-AEAT**  
**C/ Lérida 32-34**  
**28020**

**Teléfono: 91 583 11 98**

**aeat.estatal@fsc.ccoo.es**  
**ccoo@correo.aeat.es**

**[www.sae.fsc.ccoo.es/AEAT](http://www.sae.fsc.ccoo.es/AEAT)**

**SECCIÓN SINDICAL CCOO-AEAT**  
**SEVILLA**

**DELEGADO SINDICAL:**  
**FRANCISCO VALENZUELA**

**Teléfono:625 452 481**

**Contacta vía mail:**  
**aeat.sevilla@fsc.ccoo.es**



*Afiliate*  
**CCOO**



**DEFENDEMOS  
TUS DERECHOS**