

Convocatoria 2014

Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales

Gabinete de Asistencia Técnica en PRL:
IMPLEMENTA T14 para la EMPRESA

AT-0116/2014

Guía para la elaboración de Medidas de Emergencia
y Evacuación en la PYME

Promueve



CEJ
CONFEDERACIÓN DE
EMPRESARIOS DE JAÉN

Financia



**FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES**

Con la Financiación de la Fundación para
la Prevención de Riesgos Laborales

Presentación

El objetivo principal del presente Proyecto, Gabinete de Asistencia Técnica en PRL: IMPLEMENTA-T14 para la EMPRESA, con la financiación de la Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales es ayudar a empresarios y trabajadores a conocer las medidas de emergencia que se pueden adoptar dentro de su lugar de trabajo, y proporcionarles una herramienta de consulta en esta materia.

La presente Guía para la elaboración de Medidas de Emergencia y Evacuación en la PYME, recoge las distintas actuaciones a seguir para optimizar la utilidad de los recursos humanos y técnicos disponibles, para poder cumplir con el objetivo de controlar con rapidez la evolución de cualquier emergencia, y de minimizar sus consecuencias sobre las personas, instalaciones y la continuidad de la actividad.

CEJ es consciente de que si todos nosotros actuamos adecuadamente, conseguiremos una respuesta rápida y eficaz antes cualquier emergencia, y espera que esta guía sea de utilidad para dicho fin.



Índice de Contenidos

1. Situaciones de emergencia.
2. Medios humanos disponibles: equipos de emergencia.
3. Planificación y realización del simulacro de emergencia.
4. Necesidades de formación en primeros auxilios.
5. Recomendaciones en caso de emergencia.
6. Legislación vigente en protección de incendios.
7. Bibliografía.

1

Situaciones de Emergencia

1. Situaciones de Emergencia.

La LPRL establece la obligación del empresario, teniendo en cuenta el tamaño y la actividad de la empresa, de analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores. El personal tiene que saber cómo actuar en estos casos.

Concepto de emergencia

Se considera que un suceso es una emergencia cuando se cumplen tres condiciones:

- Es un suceso incontrolado que presenta un riesgo importante.
- Produce daños a las instalaciones o lesiones a las personas o puede producirlas a corto plazo.
- Para hacerle frente, es necesaria una actuación organizada del personal del edificio o de ayudas exteriores.

Si no concurren estas tres circunstancias el suceso no se considera una emergencia. No obstante, ante cualquier duda el hecho deberá tratarse como una emergencia.



Tipos y organización de la emergencia

Se consideran situaciones de emergencia las siguientes:

- Incendios.
- Movimientos sísmicos, inundación o fenómeno adverso de la naturaleza.
- Accidente externo que afecte al edificio.
- Detección de paquete sospechoso.
- Aviso de amenaza de bomba.



En una emergencia pueden confluír dos o más de estos sucesos, pero siempre existirá uno de ellos como principal y es por el que se clasifica la emergencia.

Para poder paliar los efectos de estas situaciones se crean los equipos de emergencia, que son un conjunto de personas especialmente entrenadas y organizadas para la prevención y actuación en caso de accidente dentro del ámbito de las instalaciones del centro de trabajo.

Cuando ocurre una emergencia deben estar preparados para intervenir con una doble misión:

- Atacar los posibles conatos que se hayan producido.
- Colaborar en la evacuación de las instalaciones, así como con las ayudas exteriores si hubiesen sido requeridas.

La **organización de la emergencia** estará integrada por:

- El jefe de emergencia (JE): es el máximo responsable de que el plan se encuentre operativo en todo momento. Activará el plan de emergencia al tener conocimiento de un suceso que pueda suponer una situación de riesgo significativa.
- El jefe de intervención (JI): estará localizado permanentemente. Al recibir el aviso de alarma acudirá al lugar del siniestro. Dirigirá las operaciones necesarias para mitigar la emergencia, organizando el modo de actuación de todos los equipos en el lugar del siniestro.
- El equipo de intervención (EI): estará formado por un número de personas adecuado y con conocimientos de manejo de extintores. Conocerán los riesgos específicos del edificio y la ubicación de los medios de protección y su funcionamiento. Actuarán bajo las órdenes del jefe de intervención.

- El equipo de evacuación (EE): conocerán las vías de evacuación de las zonas asignadas, comunicaran al jefe de emergencia las anomalías que se pudieran observar en las vías de evacuación. Actuarán con los "EI", en los momentos iniciales del siniestro alejando al personal.

Los trabajadores en caso de emergencia deberán seguir las órdenes de los equipos de emergencia y en caso de evacuación acudir al punto de reunión que les haya sido asignado.



2

**Medios Humanos Disponibles: Equipos de
Emergencia**

2. Medios Humanos Disponibles: Equipos de Emergencia

Las acciones a emprender en caso de emergencia, se llevarán a cabo por el personal de la Empresa presente en el momento de la emergencia, encuadrado en los Equipos de Emergencia siguientes:

- Director del Plan de Actuación ante Emergencias (JEFE DE EMERGENCIAS).
- Jefe de Intervención (JI).
- Equipo de Alarma y Evacuación (EAE).
- Equipo de Primera Intervención (EPI).
- Equipo de Primeros Auxilios (EPA).

Funciones de los Equipos de Emergencia

- Director del Plan de Actuación en Emergencias
 - ✓ Es el responsable único de la activación de dicho Plan. Tiene la máxima autoridad y responsabilidad durante la situación de emergencia y hasta la llegada de las ayudas externas.
 - ✓ Declarar la correspondiente situación de emergencia y notificarlo a las autoridades competentes de Protección Civil.
 - ✓ Al recibir el aviso de emergencia se dirigirá al lugar del suceso o al Centro de Control y Comunicaciones, evaluará el tipo de emergencia y tomará las decisiones que sean necesarias.
 - ✓ Ordenar, en caso necesario, al Equipo de Alarma y Evacuación (EAE) la evacuación del establecimiento.
 - ✓ Mantener el contacto con los responsables de los Equipos de Emergencia (EPI, EAE...).
 - ✓ Ordenar o realizar las llamadas de ayuda a los Servicios de Ayuda Exterior, bien directamente o a través del teléfono de emergencias 112.
 - ✓ Informarse del resultado de la evacuación.
 - ✓ Supervisar las operaciones de control de la emergencia.
 - ✓ Recopilar la información necesaria sobre la emergencia al objeto de informar al mando de los Servicios de Ayuda Exterior a su llegada.

- ✓ Recibir las ayudas externas, localizar y presentarse al mando de las mismas y seguir las instrucciones de éste.
- ✓ Una vez finalizada la emergencia, colaborar activamente en la investigación del suceso.

- Jefe de Intervención (JI)
 - ✓ Al recibir la alarma se dirigirá al lugar de la emergencia.
 - ✓ Valorará la emergencia y asumirá la dirección y coordinación de los equipos que intervengan en la misma.
 - ✓ Decidirá las acciones a tomar (extinción, evacuación, avisar bomberos, ambulancias...). Coordinará las actuaciones de los empleados que integran los distintos Equipos de Emergencia necesarios.
 - ✓ Supervisará que los miembros de los Equipos de Intervención (EPI, ESI) disponen de los medios de protección personal adecuados.
 - ✓ Informará al Director/a del Plan de Actuación en Emergencias, que asumirá las funciones del Jefe de Emergencia (JE), de la situación y las posibles acciones a emprender a fin de controlar el incidente.
 - ✓ Delegará funciones en los miembros de los Equipos de Intervención (EPI, ESI) en función de las habilidades y capacidades de los mismos.
 - ✓ Controlará durante la intervención a todo el personal a sus órdenes, evitando el trabajo de personas de forma aislada y procurando el trabajo en grupos de un mínimo de dos personas. De acuerdo con las indicaciones del Director/a del Plan de Actuación en Emergencias o del Jefe de Emergencia (JE), se pondrá a disposición del mando de los Servicios de Ayuda Exterior en el momento de su llegada a la empresa, a fin de prestarles su ayuda en las tareas auxiliares, si fuese necesario.
 - ✓ Si la emergencia no se puede controlar, dará la orden de evacuación general del edificio y comprobará, en el punto de reunión, que todas las personas están a salvo.
 - ✓ Si hubiera alguna persona lesionada, solicitará asistencia sanitaria facultativa u ordenará su traslado al centro sanitario apropiado, según las "Normas de actuación en caso de accidente con lesiones personales y/o enfermedad".
 - ✓ A la llegada de los Servicios de Ayuda Exterior, les informará de las acciones llevadas a cabo, les cederá el mando y les prestará la ayuda que soliciten.

- Equipo de Alarma y Evacuación (EAE)
 - ✓ Garantizarán que se ha dado la alarma y asegurarán una evacuación total y ordenada del área/sector afectado, en caso necesario.
 - ✓ Efectuarán la evacuación de los ocupantes de manera progresiva y ordenada, hacia el exterior, a través de las vías de evacuación establecidas.
 - ✓ Seguirán los protocolos de evacuación teniendo en cuenta las características físicas y/o psíquicas de empleados y/o usuarios, características de los recorridos de evacuación, obstáculos...
 - ✓ Asimismo, se aseguraran que los Equipos de Emergencia que estén actuando dispongan de salida libre.
 - ✓ Recorrerán rápidamente la zona evacuada, comprobando que todos los ocupantes (empleados y usuarios) hayan salido y que no queda ninguno lesionado u oculto.
 - ✓ Cerrarán todas las puertas que atraviesen para retardar la propagación del fuego.
 - ✓ A continuación se dirigirán al punto de reunión y realizarán un recuento. Si detectan la ausencia de alguno de los ocupantes informarán inmediatamente al Director/a del Plan de Actuación en Emergencias o al Jefe de Emergencia (JE).
 - ✓ Deberán tener en cuenta la posibilidad de que algunas personas de su zona o sector pertenezcan a alguno de los Equipos de Emergencia actuantes.
 - ✓ Preguntarán a los visitantes, de existir, sobre la posibilidad de acompañantes, familiares u otras personas que no hubieran podido abandonar el lugar de la emergencia.
 - ✓ Velarán por que las personas evacuadas permanezcan en el lugar de reunión exterior seguro, informando de la prohibición de volver a entrar en el establecimiento.
 - ✓ Una vez pasada la emergencia colaborarán en el restablecimiento de la normalidad.

- Durante la evacuación:
 - ✓ Tranquilizarán a las personas evacuadas.
 - ✓ Ayudarán a las personas que por su estado lo requieran.

- ✓ Impedirán que las personas evacuadas vuelvan a entrar en el edificio o en la zona evacuada. Impedirán el uso de los ascensores (en caso de existir).

- Equipo de Primera Intervención (EPI)
 - ✓ Los componentes del Equipo de Primera Intervención se dirigirán al lugar indicado.
 - ✓ Adoptarán las medidas de autoprotección adecuadas para salvaguardar su integridad.
 - ✓ Iniciarán la extinción con los extintores manuales o de carro disponibles en la zona o, si esta actuación no tiene éxito, por orden del Jefe de Intervención, utilizarán las Bocas de Incendio Equipadas (BIE's) de 25/45 mm.
 - ✓ Bajo ningún concepto permanecerá una persona sola realizando tareas de extinción o de cualquier otro tipo, que entrañen riesgo para su seguridad.
 - ✓ Permanecerá siempre en contacto con el Jefe de Intervención (JI), informándole del resultado de las acciones realizadas.
 - ✓ Actuarán bajo las órdenes del Jefe de Intervención y siempre en grupos de dos personas, como mínimo.
 - ✓ Pedirá el relevo de forma inmediata, si se encuentra fatigado, tiene síntomas de debilidad o sufre mareos, náuseas...
 - ✓ Si hubiera personas en la zona, les ayudarán a salir colaborando con el Equipo de Alarma y Evacuación.
 - ✓ Si se agrava la situación, colaboraran en la evacuación de la zona con el Equipo de Alarma y Evacuación.
 - ✓ Cerrarán todas las puertas y ventanas para evitar el avivamiento del fuego y la propagación del humo a las zonas vecinas, quedando disponibles para ayudar a los Servicios de Ayuda Exterior a su llegada, si estos lo solicitasen.

- Centro de Control y Comunicaciones
 - ✓ Al recibir la alarma a través de una persona, la transmitirá:
 - Al Director/a del Plan de Actuación en Emergencias o al Jefe de Emergencia (JE).
 - Al Jefe de Intervención y al Equipo de Primera Intervención.
 - A los Servicios de Ayuda Exterior.

- ✓ Cuando la alarma se reciba a través de la instalación de detección automática y/o pulsadores manuales de alarma:
 - Transmitirá la alarma al Director/a del Plan de Actuación en Emergencias.
 - Transmitirá la alarma al Jefe de Intervención.
 - Esperará confirmación de la emergencia por el Jefe de Intervención. Transmitirá la alarma a los Servicios de Ayuda Exterior.
 - ✓ Realizará las peticiones de ayuda indicadas por el Director/a del Plan de Actuación en Emergencias y los Servicios de Ayuda Exterior.
 - ✓ Permanecerá en su puesto mientras sea seguro, interrumpiendo las comunicaciones con el exterior cuando la alarma sea parcial o general, dejando una o más líneas libres para comunicación con los Servicios de Ayuda Exterior y las peticiones de ayuda exterior que soliciten el Jefe de Intervención o los Bomberos.
- Equipo de Primeros Auxilios (EPA)
 - ✓ Al ser alertados se dirigirán con su equipo al lugar indicado.
 - ✓ Prestarán la asistencia a los heridos como consecuencia de la emergencia.
 - ✓ Prepararán a la víctima una posible evacuación. Si fuera preciso, solicitarán su evacuación a centros sanitarios, decidiendo las prioridades, según la gravedad de cada paciente, y manteniendo registro de los centros a dónde han sido evacuados.
 - ✓ Informarán a las ayudas externas sanitarias, a su llegada, de las posibles lesiones de las víctimas, así como todo tipo de información que pueda ser de utilidad a los servicios asistenciales de cara a una rápida intervención de los mismos.
 - ✓ Una vez controlada la emergencia, recabarán información del estado de las personas evacuadas, transmitiéndola al Director/a del Plan de Actuación en Emergencias, que a su vez, informará a los familiares.
 - ✓ Finalmente, repondrán el equipo y medicamentos, dejándolos en condiciones de servicio para una nueva situación de emergencia.

- Funciones generales de los miembros de los equipos

Además de las propias del Equipo de Emergencia al que pertenezca y que le corresponda desempeñar en el caso de una emergencia, cada uno de los Miembros de los Equipos deberá:

- ✓ Estar informado del riesgo general y particular que presentan los diferentes procesos dentro de la actividad desarrollada en la Empresa.
- ✓ Señalar las anomalías que se detecten y verificar que han sido subsanadas.
- ✓ Tener conocimiento de la existencia y uso de los medios materiales de evacuación, detección y extinción que se dispone.
- ✓ Controlar diariamente el buen estado de los medios disponibles en su área/sector.
- ✓ Estar capacitado para suprimir sin demora las causas que puedan provocar una situación de emergencia mediante:
 - La acción indirecta (dando la alarma a las personas designadas).
 - La acción directa y rápida (cortar la corriente eléctrica, cerrar la llave de paso de gas, aislar las materias inflamables...) cuando sea necesario.
- ✓ Combatir el fuego o cualquier otra emergencia desde que la descubra, mediante:
 - Dar la alarma.
 - La aplicación de las consignas del Plan de Emergencia.
 - La utilización de los medios de primera intervención disponibles mientras llegan los refuerzos.
- ✓ Prestar los primeros auxilios a las personas accidentadas.
- ✓ Coordinar su actuación con los miembros de los otros Equipos para anular los efectos de los accidentes / incendios o reducirlos al mínimo.

3

Planificación y Realización del Simulacro de Emergencia

3. Planificación y Realización del Simulacro de Emergencia

Un simulacro de emergencia es una representación o imitación de unas posibles situaciones de peligro o desastre que requieren una acción inmediata. Otras definiciones aportadas por los especialistas pueden ser “ejercicio de campo en el cual las personas que participarían en una emergencia, sea en condición de actores principales, personal de apoyo o de víctima, [...]



Un simulacro de emergencia es una representación o imitación de unas posibles situaciones de peligro o desastre que requieren una acción inmediata.

Otras definiciones aportadas por los especialistas pueden ser “ejercicio de campo en el cual las personas que participarían en una emergencia, sea en condición de actores principales, personal de apoyo o de víctima, aplican los conocimientos y ejecutan las técnicas y las estrategias que le están asignadas, ante un escenario planteado a fin de resolver las situaciones o problemas presentados como consecuencia de un evento dado” y también “Un simulacro es la simulación de un siniestro que suponga la activación del Plan de Autoprotección y permita comprobar la capacidad de respuesta y el nivel de preparación alcanzado, empleando los medios previstos”.

Por tanto, la finalidad de un simulacro de emergencia es la resolución de una hipotética situación de peligro o desastre, de tal forma que prepare a los equipos participantes, y los capacite, para resolver la situación con éxito.

El empresario debe de cumplir con lo establecido en el artículo 20 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, que establece: “El empresario, teniendo en cuenta el tamaño y la actividad de la empresa, así como la posible presencia de personas ajenas a la misma, deberá analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en

materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores, designando para ello al personal encargado de poner en práctica estas medidas y comprobando periódicamente, en su caso, su correcto funcionamiento”.

Para poder analizar estas situaciones y adoptar las medidas necesarias se ha de contar con el Plan de Autoprotección de la empresa, que se estructura según el Real Decreto 393/2007 de 23 de marzo, (esta nueva normativa deroga la Orden Ministerial de 29 de noviembre de 1984) en nueve capítulos:

- Capítulo 1: Identificación de los titulares e identificación de la actividad.
- Capítulo 2: Descripción detallada de la actividad y del medio físico en el que se desarrolla.
- Capítulo 3: Inventario análisis y evaluación de riesgos.
- Capítulo 4: Inventario y descripción de las medidas y medios de autoprotección.
- Capítulo 5: Programa de mantenimiento de las instalaciones.
- Capítulo 6: plan de actuación ante emergencias.
- Capítulo 7: Integración del plan de autoprotección en otros de ámbito superior.
- Capítulo 8: Implantación del Plan de Autoprotección.
- Capítulo 9: Mantenimiento de la eficacia y actualización del Plan de Autoprotección.

En el capítulo 9, Mantenimiento de la eficacia y actualización del Plan de Autoprotección se encuentra el apartado 9.3 Programa de ejercicios y simulacros en el cual se debe señalar en un horizonte temporal los ejercicios y simulacros realizados en la empresa. El Plan de autoprotección debe ser un documento “vivo”, es decir, debe ser utilizado a lo largo del tiempo. Por esta razón el programa se debe realizar para un periodo de tiempo de tres años, con un mínimo de un simulacro anual, y la activación total o parcial de las acciones contenidas en el Plan de Actuación de Emergencias. (Apartado 3.6.4, 5, 6 y 7 del RD 393/2007).

El simulacro comprende las siguientes fases:

- Preparación.
- Ejecución.
- Valoración.

Preparación:

El Plan de Autoprotección incluye diferentes situaciones de emergencias valoradas en función de las características propias de la empresa.

Debido a que cada empresa es diferente y de lo que se trata es de hacer una implantación, con sus características particulares, se ha de realizar una reunión con la dirección y los trabajadores de la empresa para determinar:

- Día y hora. Dependiendo de la formación recibida y los simulacros anteriores puede ser interesante realizar el simulacro cuando el nivel de ocupación sea mayor pero si la formación es mínima se necesita reforzar los conocimientos de los trabajadores sin una gran cantidad de personal ajeno.
- Organización. Distribución de árbitros, equipos y misiones.
- Normas y consignas. Los equipos de emergencia participantes deben de tener sus consignas de actuación.
- Situación Inicial del ejercicio, evolución e incidencias.
- Determinación de la participación de equipos exteriores.

En la entrega de normas y consignas es muy interesante introducir varios conceptos que no suelen tener en cuenta en las realizaciones de simulacros y que pueden ser cruciales en una emergencia.

- Recorrido por las diferentes vías de evacuación. Este recorrido puede estar recogido en planos y fotografías para evitar un "desfile" de personas por la empresa.
- Valoración del riesgo.

Existe un sencillo ejercicio de valoración del riesgo que se puede realizar resultando muy didáctico y efectivo en una emergencia de incendio:

Con la ayuda de un generador de humos, inundamos una habitación con un humo denso no tóxico y enseñamos:

- Reconocer una puerta con un incendio en su interior.
- Calcular el tiempo aproximado que lleva el fuego activo.

- Valorar la necesidad de entrar, rescatar y extinguir el incendio o realización de contención.
- Procedimientos de rescate en una zona con humo. (Escasa visibilidad, falta de oxígeno).
- Trabajo en equipo, se necesita un mínimo de dos personas y comunicación.
- Transporte de heridos.
- Extinción y comportamiento de incendios en interiores.
- Primeros auxilios.

Con este tipo de ejercicios, dentro del simulacro genérico, estamos formando y preparando al personal para la realización correcta del simulacro, así como ante una posible actuación real.

Se recomienda la entrega, por escrito, de un manual elaborado para la empresa en el cual se recuerde y explique el Plan de Autoprotección, planos, consignas, rescate de heridos y comportamientos ante emergencias.

Este es un método didáctico que permite leer, oír, ver, analizar y practicar.

Ejecución:

La ejecución del simulacro es la puesta en práctica de las enseñanzas recibidas durante la formación y la aplicación real de lo indicado en el Plan de Autoprotección.

Constará de:

- Alerta, por los medios disponibles, al personal existente en la empresa (trabajador y ajeno).
- Determinación de la emergencia.
- Despliegue de los equipos.
- Intervención de los equipos.
- Resolución de las incidencias que puede introducir el director del simulacro para aumentar su complejidad y poder observar las reacciones. En la ejecución se puede optar por la participación de medios exteriores (112, Bomberos, Policía o Guardia Civil).

En el caso de optar por la participación de estos medios externos es necesario haber comunicado a sus responsables el ejercicio a efectuar y la participación, en todas las fases del simulacro, de un responsable.

Valoración:

Al finalizar la fase de ejecución se realizará una reunión con el personal asistente, en la cual, y con espíritu constructivo se analizarán los siguientes aspectos:

- Tiempo empleado.
- Factores negativos que han podido incidir en la ejecución.
- Factores positivos que han mejorado la ejecución.
- Comportamiento de los equipos.
- Comportamiento general.
- Dificultades físicas encontradas.

Finalmente se emitirá un informe en el cual se realizará un informe con las características mínimas:

- Introducción y objeto del informe.
- Datos del centro de trabajo.
- Realización del simulacro (cronología).
- Recomendaciones y mejoras.
- Reunión posterior.
- Anexos: Hoja de firmas y fotografías.

En la fase de ejecución es muy importante la realización de fotografías para poder ser analizadas en la fase de valoración, también como testimonio gráfico de la realización y de la participación del personal de la empresa.

Tal y como indica la normativa vigente, el simulacro de emergencia se debe realizar con una periodicidad Anual.

4

Necesidades de Formación en Primeros Auxilios

4. Necesidades de Formación en Primeros Auxilios

Introducción:

El estado y la evolución de las lesiones derivadas de un accidente dependen en gran parte de la rapidez y de la calidad de los primeros auxilios recibidos. La Ley 31/95, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (BOE nº269 de 10 de Noviembre de 1995), en el Capítulo III, artículo 20 marca como obligación del empresario el análisis de las posibles situaciones de emergencia así como la adopción de las medidas necesarias, entre otras, en materia de primeros auxilios.

Los puntos a considerar, tal como marca la citada ley, serían:

- Designación del personal encargado de poner en práctica dichas medidas previa consulta de los delegados de prevención (art. 33 y 36 de la LPRL). Dicho personal, en función de los riesgos, deberá recibir la formación adecuada en materia de primeros auxilios, ser suficiente en número y disponer del material adecuado, siempre a tenor del tamaño y actividad de la empresa, de la organización del trabajo y del nivel tecnológico de aquella.
- Revisión o comprobación periódica del correcto funcionamiento de las medidas adoptadas.
- Organización de las relaciones que sean necesarias con servicios externos para garantizar la rapidez y eficacia de las actuaciones en materia de primeros auxilios y asistencia médica de urgencias.



Definición de Primeros Auxilios:

Son cuidados inmediatos, adecuados y provisionales prestados a las personas accidentadas o con enfermedad repentina antes de ser atendidos en un centro asistencial. Estas actuaciones las realiza el socorrista en el mismo lugar donde ha ocurrido el accidente y con material prácticamente improvisado hasta que llegue el personal especializado.



Reglas Básicas:

- Conservar la calma.
- Evitar aglomeraciones.
- Saber imponerse haciéndose cargo de la situación.
- No mover a la víctima hasta estar seguros de hacerlo sin riesgo de empeorar las lesiones.
- Examinar a la víctima y efectuar una evaluación de su estado.
- Tranquilizar a la víctima, dándole confianza.
- Mantener a la víctima caliente.
- Avisar al personal sanitario. Teléfono de Emergencia 112.
- Efectuar un traslado adecuado en relación a las lesiones que presente.
- No medicar ni dar de beber.

Prohibiciones:

- No manipular si se desconoce lo que se hace.
- No tocar las heridas con las manos, boca o cualquier material sin esterilizar.
- Nunca soplar sobre una herida.

- No lavar heridas profundas, cubrirlas con apósitos estériles y transportar inmediatamente a la víctima a un centro de salud.
- No limpiar la herida hacia adentro, siempre hacia afuera.
- No tocar ni mover los coágulos de sangre.
- No intentar coser una herida.
- No poner algodón directamente sobre heridas o quemaduras (usar gasa siempre que sea posible).
- No aplicar tela adhesiva directamente sobre heridas.
- No desprender gasas que cubran las heridas.
- No aplicar vendajes húmedos, demasiado flojos ni demasiados apretados.

4.1 Primeros Auxilios. Conductas P.A.S

Actuación en caso de accidente: método PAS (Proteger, Alertar y Socorrer).

- Proteger (prevenir la agravación del accidente): Es necesario ante todo retirar al trabajador accidentado del peligro sin sucumbir en el intento.
- Alertar: La persona que avisa debe expresarse con claridad y precisión. Decir desde donde llama e indicar exactamente el lugar del accidente.
- Socorrer: Hacer una primera evaluación:
 - ✓ Comprobar si el trabajador/a respira o sangra.
 - ✓ Hablarle para ver si está consciente
 - ✓ Tomar el pulso (mejor en la carótida), si cree que el corazón no late.



Primeros auxilios en la empresa: organización

El estado y la evolución de las lesiones derivadas de un accidente dependen en gran parte de la rapidez y de la calidad de los primeros auxilios recibidos. La Ley 31/95, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en el Capítulo III, artículo 20 marca como obligación del empresario el análisis de las posibles situaciones de emergencia así como la adopción de las medidas necesarias, entre otras, en materia de primeros auxilios.

Los puntos a considerar, tal como marca la citada ley, serían:

- El personal de la empresa, deberá recibir la formación adecuada en materia de primeros auxilios, ser suficiente en número y disponer del material adecuado, siempre teniendo en cuenta el tamaño y actividad de la empresa, de la organización del trabajo y del nivel tecnológico de aquella.
- Revisión o comprobación periódica del correcto funcionamiento de las medidas adoptadas.
- Organización de las relaciones que sean necesarias con servicios externos para garantizar la rapidez y eficacia de las actuaciones en materia de primeros auxilios y asistencia médica de urgencias.

La citada ley considera la no adopción de dichas medidas como una infracción grave (art.47.10) o muy grave (art. 48.8) si origina un riesgo grave e inminente.

Los eslabones de la cadena de socorro

Entre la víctima y la atención médica especializada existen una serie de eslabones que deben ser informados, formados y entrenados para asegurar la rapidez y eficacia de la actuación frente a emergencias.

Los testigos

Existen tres tipos de posibles testigos de un accidente laboral:

- Testigo ordinario: sin preparación ni formación e influenciado por la emoción y el pánico. No sabe qué mensaje ha de transmitir y puede olvidar incluso señalar el lugar del accidente.
- Testigo privilegiado: con una formación adecuada; es capaz de hacer una valoración global de la situación, sabe avisar de forma eficaz y se mantiene tranquilo.
- Testigo profesional: ha sido formado y entrenado específicamente para vigilar, detectar y alertar (guardias, personal de seguridad, vigilantes de proceso, etc.)

Ni que decir tiene que la mayoría de los testigos en la empresa son del tipo ordinario, con lo que la transmisión de la alerta no estará ni mucho menos asegurada redundando en retrasos innecesarios, asistencia inadecuada y, en último extremo, pérdidas humanas.

Aquí surge la primera pregunta: ¿A quién hemos de formar? Sería conveniente que todos y cada uno de los trabajadores estuvieran informados (carteles informativos, charlas informales, folletos explicativos, etc.) sobre lo que en primeros auxilios se conoce como P.A.S.

La palabra P. A. S. está formada por las iniciales de tres actuaciones secuenciales para empezar a atender al accidentado:

- P de Proteger: Antes de actuar, se debe tener la seguridad de que tanto el accidentado como usted mismos está fuera de todo peligro. Por ejemplo, ante un ambiente tóxico, no debe atender al intoxicado sin antes proteger sus vías respiratorias (uso de máscaras con filtros adecuados), pues de lo contrario se accidentaría usted también.
- A de Alertar: Siempre que sea posible se debe dar aviso a los servicios sanitarios (médico, ambulancia, etc.) de la existencia del accidente, y así se activará el Sistema de Emergencia, para inmediatamente empezar a socorrer al accidentado.

- S de Socorrer: Una vez se ha protegido y avisado, se procederá a actuar sobre el accidentado, reconociendo sus signos vitales: 1. Conciencia, 2. Respiración y 3. Pulso, siempre por este orden.



Ahora bien, no todos los trabajadores deben ser entrenados como testigos privilegiados. Como mínimo los responsables de grupo (jefe, mandos intermedios, encargados, etc.) así como aquellos que trabajan en zonas de riesgo deberían recibir una formación más específica.

Dicha formación puede desarrollarse en un día y el contenido mínimo sería:

- Definición de alerta y su importancia en los primeros auxilios
- Descripción de todos los eslabones de la cadena de socorro (funciones, números de teléfono, etc.)
- Formas de avisar: teléfonos, alarmas, etc.
- Mensaje tipo: lugar, lesiones, número de accidentados, etc.
- Ejercicios prácticos en la empresa.

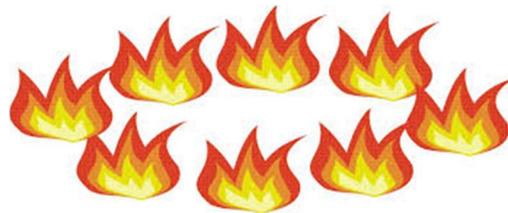
5

Recomendaciones en caso de Emergencia

5. Recomendaciones en caso de Emergencia

Normas de Prevención de Incendios:

- Mantener los locales ordenados y limpios.
- No fumar, salvo en exterior de los locales de trabajo.
- No arrojar colillas en papeleras o cubos de basura.
- No sobrecargar las líneas eléctricas.
- No efectuar conexiones o adaptaciones eléctricas. Serán realizadas únicamente por el personal de mantenimiento.
- Apagar o desconectar, al final de la jornada de trabajo todos los equipos de trabajo.
- Colocar de los extintores en lugares visibles y señalizados.
- No instalar calefactores, ni otras fuentes de calor, sin consentimiento expreso del Responsable del Centro.
- Respetar rigurosamente las prohibiciones establecidas.



Normas de Actuación ante un Incendio:

- Al descubrir el incendio, la primera acción a tomar debe ser la de comunicar la alarma (pulsadores de alarma, telefónicamente o por medio de otra persona).
- Si por la magnitud del incendio, los medios disponibles y la preparación de la persona, ésta se viese capacitada para extinguirlo, pedirá ayuda a otras personas y, en compañía de éstas, tomarán el medio de extinción más oportuno y tratarán de controlar el incendio.
- Es muy importante, no enfrentarse a un incendio en solitario o sin que otra persona sepa que lo está haciendo.
- Si es posible, se cortará el fluido eléctrico en la zona afectada. Si no es posible, no deberá emplearse agua en la extinción.
- Al atacar el incendio, deberá situarse entre el fuego y la puerta o vía de evacuación.

- Si utilizar un extintor portátil, antes de dirigirse hacia el fuego, hará un disparo de prueba para verificar su funcionamiento.
- El ataque al fuego debe iniciarse desde su parte más baja.

Normas de Actuación antes una Evacuación:

- Conserve la calma y actúe con rapidez.
- Desconecte los aparatos que estuviere utilizando.
- Elija el recorrido más corto hasta el exterior.
- Evite, en la medida de lo posible, pasar por las zonas afectadas por el incendio.
- No utilice los ascensores como medio de evacuación, ya que podría quedar atrapado y morir asfixiado por los humos.
- No se detenga en las salidas ni en lugares de paso.
- Cierre las puertas y ventanas al abandonar los recintos, tras comprobar que no quede nadie.



- Antes de abrir la puerta de una habitación donde exista un incendio, debe tocarla con la palma de la mano. Si está muy caliente no se debe abrir.
- Si se decide a abrir, se hará muy lentamente y pegado a la pared.
- Si hubiera humo, colóquese un trapo en las vías respiratorias y salga agachado/a, a ras del suelo, ya que el humo y los gases calientes son más ligeros que el aire y tienden a irse hacia arriba.
- Si se le incendian las ropas, no corra, ya que las llamas aumentarán.
- Debe revolcarse por el suelo o envolverse en una manta o abrigo.
- Si queda atrapado en un recinto:

- ✓ Cierre puertas y ventanas.
 - ✓ Tape, con trapos húmedos, las rendijas de las puertas.
 - ✓ Intente hacerse ver a través de los cristales de las ventanas, agitando un pañuelo o trapo.
-
- Intente ayudar a las personas, siempre que sea posible, de lo contrario no arriesgue su vida.



6

Legislación Vigente en Protección de Incendios

6. Legislación Vigente en Protección de Incendios

- Ley 38/1999, de 5 de noviembre, de ordenación de la edificación. (BOE núm. 266 de 6 de noviembre de 1999)
- Resolución de 17 de septiembre de 2009, de las Cortes Generales, por la que se ordena la publicación del acuerdo de convalidación del Real Decreto-Ley 12/2009, de 13 de agosto, por el que se aprueban medidas urgentes para paliar los daños producidos por los incendios forestales y otras catástrofes naturales ocurridas en varias Comunidades Autónomas. (Boletín oficial del Estado número 230 de 23 de septiembre de 2009)
- Resolución de 17 de diciembre de 2003, de la Dirección General de la Vivienda, la Arquitectura y el Urbanismo, por la que se reconoce la conformidad de tres puertas resistentes al fuego para ascensor fabricadas por Schindler Lifts Ltd., con lo establecido en la Norma Básica de la Edificación NBE-CPI/96 «Condiciones de Protección Contra incendios en los edificios». (BOE núm. 28 de 2 de febrero de 2003)
- Circular de 10 de abril de 1980 de la Dirección General de Empresas y Actividades Turísticas aclaratoria sobre prevención de incendios en establecimientos turísticos. (BOE núm. 109 de 6 de mayo de 1980)
- Corrección de errores de las enmiendas de 2006, hechas por el Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación, al Código Internacional de sistemas de seguridad contra incendios (Código SSCI) en virtud del SOLAS 1974, (publicado en el «Boletín Oficial del Estado» nº 299 de 14 de diciembre de 2002), adoptadas el 18 de mayo de 2009 mediante Resolución MSC 206(81). (Boletín oficial del Estado número 62 de 12 de marzo de 2010)
- Corrección de erratas de las enmiendas de 2006, hechas por el Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación, al código internacional de sistemas de seguridad contra incendios, publicado en el «boletín oficial del Estado» nº 299 de 14 de diciembre de 2002, adoptadas el 8 de diciembre de 2006 mediante resolución MSC 217(82). (Boletín oficial del Estado número 249 de 15 de octubre de 2009).

- Enmiendas de 2006 hechas por el Ministerio de Asuntos Exteriores y Cooperación al Código Internacional de Sistemas de Seguridad contra Incendios, publicado en el «boletín oficial del Estado» nº 299 de 14 de diciembre de 2002, adoptadas el 8 de diciembre de 2006 mediante resolución MSC 217(82). (Boletín oficial del Estado número 182 de 29 de julio de 2009).
- Real Decreto 751/2011 del Ministerio de la Presidencia, de 27 de mayo, por el que se aprueba la Instrucción de Acero Estructural (EAE). (Boletín Oficial del Estado número 149 de 23 de junio de 2011).
- Real Decreto 1468/2008 del Ministerio del Interior, de 5 de septiembre, por el que se modifica el Real Decreto 393/2007, de 23 de marzo, por el que se aprueba la norma básica de autoprotección de los centros, establecimientos y dependencias dedicados a actividades que puedan dar origen a situaciones de emergencia (BOE núm. 239 de 3 de Octubre de 2008).
- Corrección de errores del Real Decreto 314/2006, de 17 de marzo, por el que se aprueba el Código Técnico de Edificación (BOE número 22 de 25 de enero de 2008).
- Real Decreto 393/2007 del Ministerio del Interior de 23 de marzo, por el que se aprueba la Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos y dependencias dedicados a actividades que puedan dar origen a situaciones de emergencia (BOE número 72 de 24 de Marzo de 2007).
- Real Decreto 314/2006, de 17 de marzo, del Ministerio de la Vivienda por el que se aprueba el Código Técnico de la Edificación (BOE número 74 de 28 de marzo de 2006).
- Real Decreto 312/2005, de 18 de marzo, del Ministerio de la Presidencia, por el que se aprueba la clasificación de los productos de construcción y de los elementos constructivos en función de sus propiedades de reacción y de resistencia frente al fuego (BOE núm.79 de 2 de abril de 2005).
- Corrección de errores y erratas del Real Decreto 2267/2004, 3 de diciembre, por el que se aprueba el Reglamento de seguridad contra incendios en los establecimientos industriales (BOE núm. 55 de 5 de marzo de 2005).

- Real Decreto 2267/2004, de 3 de diciembre, por el que se aprueba el Reglamento de seguridad contra incendios en los establecimientos industriales (BOE núm.303 de 17 de diciembre de 2004).
- Real Decreto 1218/2002, de 22 de noviembre, por el que se modifica el Real Decreto 1751/1998, de 31 de julio, por el que se aprobó el Reglamento de Instalaciones Térmicas en los Edificios y sus Instrucciones Técnicas Complementarias y se crea la Comisión Asesora para las Instalaciones Térmicas de los Edificios. (BOE núm. 289 de 3 de diciembre de 2002).
- Real Decreto 997/2002, de Ministerio de Fomento, de 27 de septiembre, por el que se aprueba la norma de construcción sismorresistente: parte general y edificación (NCSR-02) (BOE núm.244 de 11 de octubre de 2002).
- Real Decreto 2177/1996, de 4 de octubre, NBE-CPI-96 Norma Básica de la Edificación y Condiciones de Protección contra Incendios en los edificios. (BOE núm. 261 de 24 de octubre de 1996).
- Real Decreto 1942/1993, de 5 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios.(BOE núm. 298 de 14 de diciembre de 1993).
- Corrección de Errores del Real Decreto 1942/1993, de 5 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios.(BOE núm. 109 de 7 de mayo de 1993).
- Real Decreto 279/1991, de 1 de marzo, por el que se aprueba la norma básica de la edificación "NBE-CPI/91: Condiciones de protección contra incendios en los edificios." (Derogado a excepción del art. 2 por el Real Decreto 2177/1996, de 4 de octubre).(BOE de 21 de noviembre de 1991).
- Orden 27 de julio de 1999, por la que se determinan las condiciones que deben reunir los extintores de incendios instalados en vehículos de transporte de personas o

mercancías. Posterior a la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.(BOE núm. 170 de 5 de agosto de 1999).

- Orden de 16 de abril de 1998, sobre Normas de Procedimiento y Desarrollo del Real Decreto 1942/1993, de 5 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios y se revisa el Anexo I y los Apéndices del mismo.(BOE núm. 10 de 28 de abril de 1998).
- Orden de 10 de marzo de 1998 por la que se modifica la Instrucción Técnica Complementaria MIE-AP5 del Reglamento de Aparatos a Presión sobre extintores de incendios.(BOE núm. 10 de 28 de abril de 1998).
- Orden de 15 de noviembre de 1989, por la que se aprueba la Instrucción Técnica Complementaria sobre Extintores de Incendios (ITC-MIE-AP5). Modifica Orden de 31 de mayo de 1982, la Orden de 26 de octubre de 1983, la Orden de 31 de mayo de 1985 y la Orden de 15 de noviembre de 1989.
- Orden de 31 de marzo de 1980, por la que se modifica la de 25 de septiembre de 1979, sobre prevención de incendios en establecimientos turísticos.(BOE núm. 87 de 10 de abril de 1980).
- Orden de 24 de octubre de 1979, sobre protección contra incendios en los establecimientos sanitarios.(BOE núm. 267 de 7 de noviembre de 1979).
- Orden de 25 de septiembre de 1979, sobre prevención de incendios en establecimientos turísticos.(BOE núm. 252 de 20 de octubre de 1979).
- Decreto 67/2011, de la Consejería de Obras Públicas y Vivienda, de 5 de abril, por el que se regula el control de calidad de la construcción y obra pública. (Boletín Oficial de la Junta de Andalucía número 77 de 19 de abril de 2011).
- Orden de la Consejería de Educación, de 16 de abril de 2008, por la que se regula el procedimiento para la elaboración, aprobación y registro del Plan de Autoprotección de todos los centros docentes públicos de Andalucía (BOJA número 91 de 8 de mayo de 2008).

- Orden de la Consejería de Medio Ambiente de 18 de mayo de 2007 por la que se establecen limitaciones de usos y actividades en terrenos forestales y zonas de influencia forestal del 1 de junio al 15 de octubre de 2007 (Boletín Oficial de la Junta de Andalucía núm. 105 de 29 de mayo de 2007)

7

Bibliografía

7. Bibliografía

Manuales consultados

- Díaz, D. (1985). Conducta humana en los incendios: el pánico. Mapfre Seguridad.
- Pérez de Tudela, C. (1989). Comportamiento humano ante las catástrofes. Mapfre Seguridad.
- Suarez, C. (1985). Conducta humana en los incendios: el miedo. Mapfre Seguridad.
- Maldonado F. (2006). Guías docentes cátedra de Manejo del Fuego. Universidad de Talca.
- Roberto Ramírez Malpica (1992). Manual de Seguridad Industrial.
- Hackett Robbins (1993). Manual de Seguridad y Primeros Auxilios.
- San José, (1987).Cuerpo de Bomberos de Costa Rica Sistema de Información de Incendios,

Legislación básica

- Real Decreto 393/2007, de 23 de marzo, por el cual se aprueba la Norma Básica de Autoprotección (NBA).
- Real Decreto, 314/2006, de 17 de marzo, por el que se aprueba el Código Técnico de la Edificación, Documento Básico de Seguridad contra Incendios.
- Real Decreto 393/2007, de 23 de marzo, por el que se aprueba la Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos y dependencias dedicados a actividades que puedan dar origen a situaciones de emergencia.
- Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo. BOE número. 97 de 23 de abril.

Guías técnicas del INSHT

- Lugares de trabajo. Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de lugares de trabajo.
- Señalización. Guía técnica sobre señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- Integración de la Prevención. Guía técnica para la integración de la Prevención de Riesgos Laborales.

Páginas Web

- <http://www.112cv.com>
- www.proteccioncivil.org
- www.juntadeandalucia\medioambiente

