

FORMACIÓN EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES SOCORRISTAS DE PLAYAS



OBJETIVOS

- Tener capacidad para identificar de formas sencilla los Riesgos específicos, así como las medidas preventivas a adoptar para reducirlos o eliminarlos
- Promover los comportamientos seguros y la correcta utilización de los equipos de trabajo y protección.
- Promover las actuaciones preventivas como orden y limpieza, señalización, mantenimiento, seguimiento y control.
- Fomentar una cultura preventiva, que favorezca la participación de todos los trabajadores

CONCEPTOS BASICOS

- Salud. El trabajo y la Salud. Riesgo Laboral. Daños derivados del trabajo. Factores de riesgo laboral Prevención. Accidente de trabajo. Enfermedad profesional. Higiene industrial.

DERECHOS Y DEBERES BÁSICOS

- Legislación básica aplicable.
- Obligaciones del empresario en materia de prevención
- Deberes de los trabajadores en materia de prevención.

RIESGOS GENERALES

- Evaluación de Riesgos. Riesgos Generales: Riesgo eléctrico. Riesgo de incendios. Manipulación de cargas. Riesgos psicosociales.
- Seguridad Vial.
- Medidas de actuación en caso de emergencias
- Primeros auxilios
- Agentes de riesgo y embarazo

RIESGOS ESPECIFICOS DEL SOCORRISTA DE PLAYA

- Riesgos específicos del puesto de trabajo
- Uso de motos de agua
- Uso de Quads
- Uso de lanchas neumáticas

CONCEPTOS BÁSICOS

CONCEPTOS BÁSICOS

- **Salud**

La Organización Mundial de la Salud define la salud como “**el estado completo de bienestar físico, mental y social**” y no solo la ausencia de daño o enfermedad

- **El trabajo y la Salud**

El hombre para poder satisfacer sus necesidades, mejorar su calidad de vida, ...necesita realizar un trabajo. Este trabajo, le puede afectar a su salud de diferentes formas:

- ❑ Por su pérdida: origen de problemas individuales, familiares y sociales.
- ❑ Por las condiciones en las que lo realiza: origen de accidentes, enfermedades profesionales y otras patologías



BPXport

- **Riesgo Laboral**

Son situaciones que pueden romper el equilibrio físico, psíquico y social del trabajador

Posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. El **riesgo laboral** se denominará grave o inminente cuando la posibilidad de que se materialice en un accidente de trabajo es alta y las consecuencias presumiblemente severas o importantes.

- **Daños derivados del trabajo**

A través de las modificaciones ambientales del trabajo o condiciones de trabajo, el mismo ejerce sobre el individuo una notable influencia, pudiendo dar lugar a la pérdida de la salud y originando lo que la Ley de Prevención de Riesgos Laborales denomina daños derivados del trabajo y que define como: **“las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo”**.



- Factores de riesgo laboral

Conjunto de variables presentes en las condiciones de trabajo, que pueden originar una disminución del nivel de la salud del trabajador



- Prevención

Conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los **riesgos** derivados del trabajo

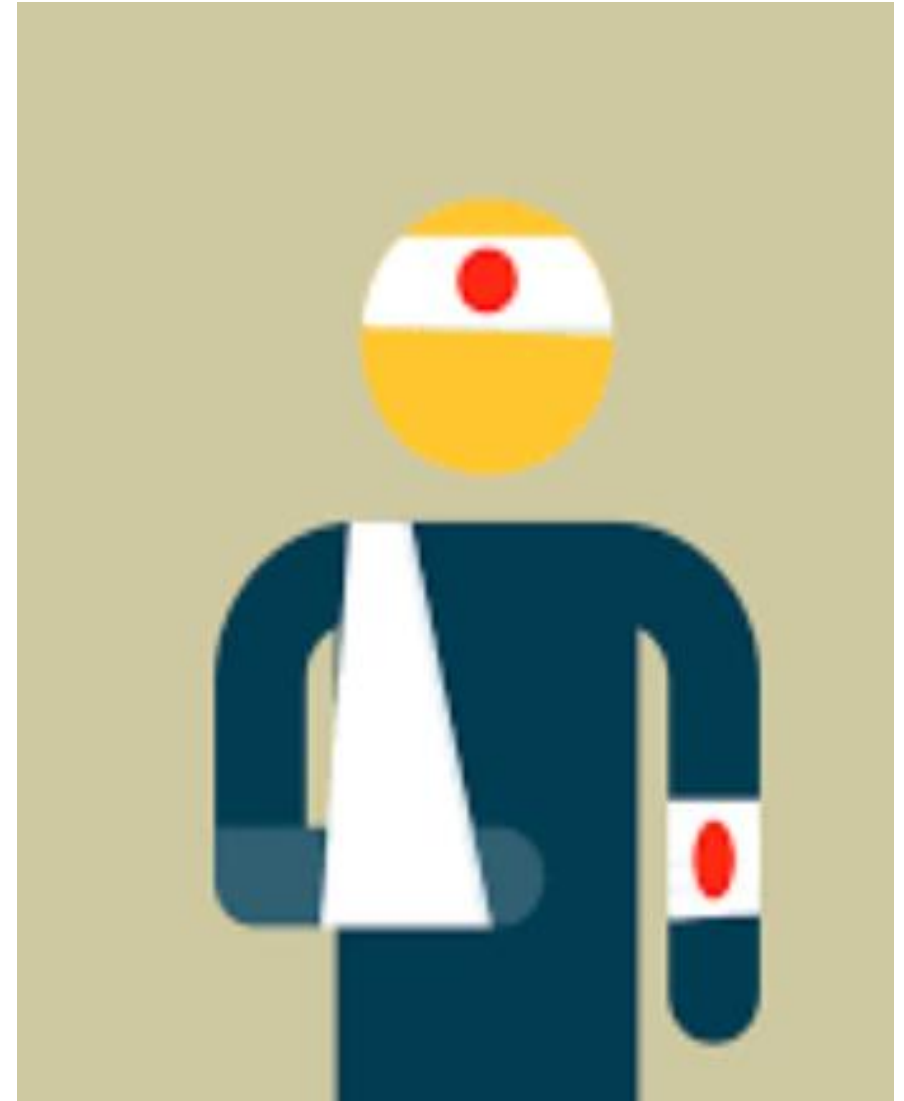
- **Accidente de trabajo**

Es toda lesión corporal producida con motivo u ocasión del trabajo.

Sus consecuencias se observan de inmediato:

- ❑ Lesiones producidas en el centro de trabajo
- ❑ Lesiones producidas en el trayecto de ida y vuelta al trabajo

INCIDENTE: Se producen por las mismas causas que los accidentes pero **no producen lesiones en el trabajador**



- **Enfermedad profesional**

Es toda enfermedad o patología producida con motivo u ocasión del trabajo.

La consecuencia es un deterioro lento y paulatino de la salud, por lo que los efectos no se pueden observar hasta pasado un tiempo de exposición a la condición peligrosa

- **Higiene industrial**

La **higiene industrial** es el conjunto de procedimientos destinados a controlar los factores ambientales que pueden afectar la salud en el ámbito de trabajo.

Es la técnica que previene la aparición de enfermedades derivadas del trabajo



DERECHOS Y DEBERES BÁSICOS

- **Legislación básica aplicable.**

La Ley 31/1995, Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) pone de manifiesto “el derecho que tienen los trabajadores a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo”, así como “el deber del empresario de protección de los trabajadores frente a los riesgos.”

- ☐ Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/1995)
- ☐ Reglamento de los Servicios de Prevención (R.D. 39/1997)
- ☐ Responsabilidades – L.I.S.O.S. 5/2000

Ley 31/1995 de PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

- **Obligaciones de empresario en materia de prevención.**

- ❑ **Protección de sus trabajadores.** Se podría decir que es la principal y más importante obligación, siendo esta el objetivo principal de la prevención de riesgos laborales.
- ❑ **Evaluación de los riesgos.** Para poder prever los riesgos se debe realizar una evaluación de las tareas, herramientas, maquinaria, instalaciones, locales, organización, etc.
- ❑ **Equipación y medios de protección.** El trabajador debe realizar su actividad de la forma más segura, por lo que en caso de existir probabilidad de riesgo, al no haberlo podido evitar, el empresario facilitará al trabajador medios de protección individual para su protección (EPIs)
- ❑ **Facilitar información** a los trabajadores y fomentar la participación. El empresario debe informar de los posibles riesgos originados por el mal estado de las herramientas, instalaciones, e incluso de las actitudes negligentes de sus compañeros.
- ❑ **Formación.** El empresario debe dotar de formación teórica y práctica al trabajador al comienzo de la relación laboral de este, o cuando se hayan producido modificaciones en las condiciones de trabajo, así como en los casos que haya existido riesgos en la salud de algún trabajador
- ❑ **Medidas de emergencia.** Esta obligación encuadra las situaciones de emergencia, primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores. Se cumple con dicha obligación elaborando el Manual de Emergencia y Evacuación
- ❑ **Riesgo Grave e Inminente.** El empresario, al existir la posibilidad de un riesgo grave e inminente, esta obligado a informar lo antes posible del riesgo, así como de las medidas adoptadas. También de deberá dar instrucciones de cómo interrumpir el trabajo y abandonarlo
- ❑ **Vigilancia de la salud.** Se establece la obligación por parte del empresario “un servicio periódico de su estado de salud en función de los riesgos inherentes al trabajo.”

- **Deberes de los trabajadores en materia de prevención.**

- ☐ **Usar adecuadamente** máquinas, herramientas, sustancias peligrosas, equipos y cualquier medio de trabajo.
- ☐ **Usar correctamente** los medios y equipos de protección facilitados por el empresario
- ☐ Cooperar con el empresario para que éste pueda garantizar unas **condiciones de trabajo que sean seguras** y no entrañen riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores
- ☐ **Utilizar correctamente los dispositivos de seguridad** de los medios y lugares de trabajo
- ☐ **Informar** inmediatamente sobre cualquier situación que, a su juicio, entrañe un **riesgo para la seguridad** y salud de los trabajadores
- ☐ **Ser informado de los riesgos** para su salud y seguridad, y de las medidas preventivas a tomar, incluidas las previstas para hacer frente a situaciones de emergencia.
- ☐ **Recibir una formación** teórica y práctica suficiente y adecuada.
- ☐ **Ser consultados y participar** en todas las cuestiones que afecten a la seguridad y a la salud del trabajo.
- ☐ **Medidas de protección específicas** cuando es conocido que son especialmente sensibles a determinados riesgos derivados del trabajo.
- ☐ **Una vigilancia periódica de su estado de salud**, en función de los riesgos inherentes a su puesto de trabajo
- ☐ **Abandonar el lugar de trabajo**, en caso necesario, cuando considere que dicha actividad **entraña un riesgo grave** e inminente para su vida y salud



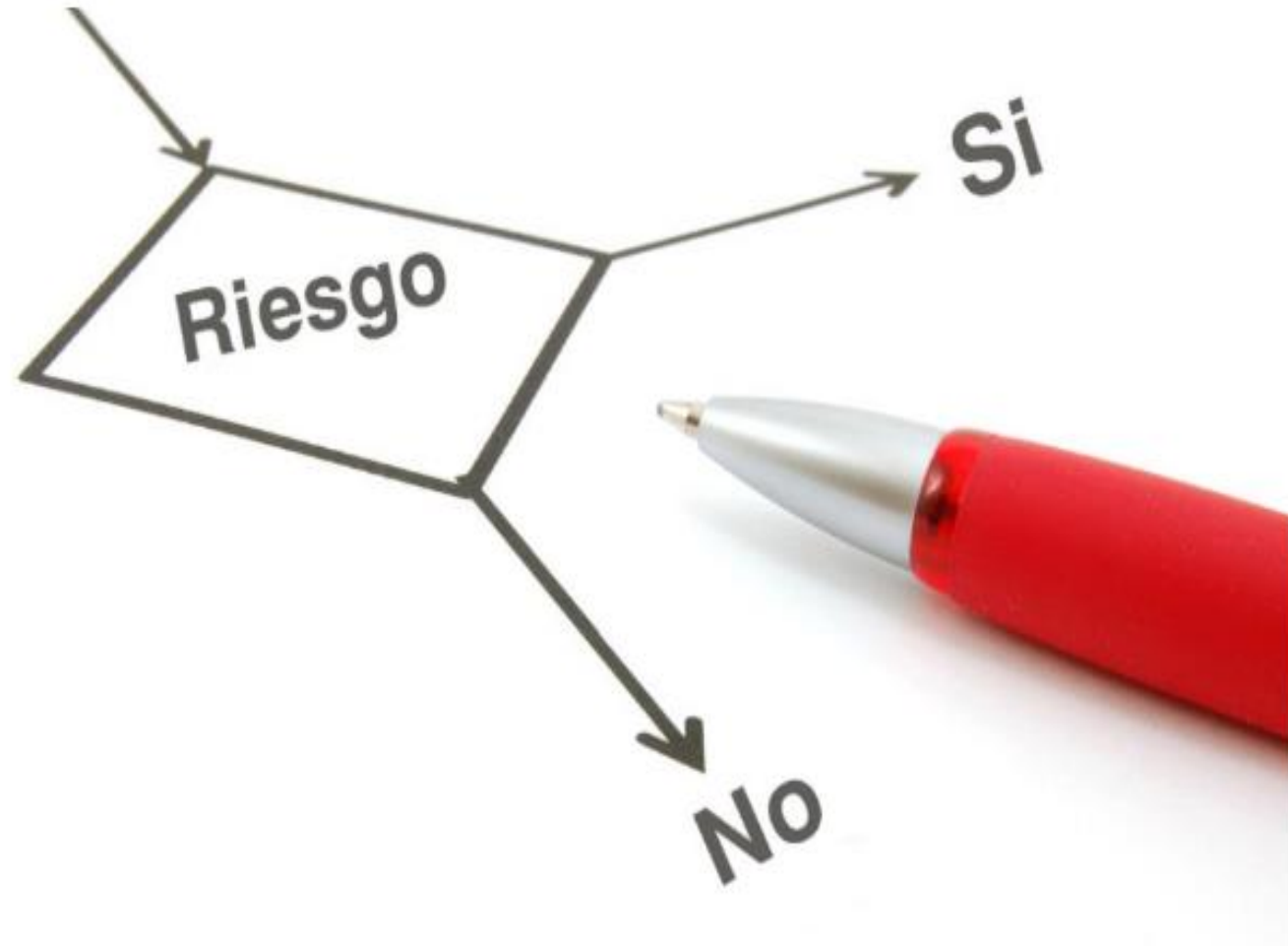
RIESGOS GENERALES

- **Evaluación de Riesgos.**

Es el elemento **clave del modelo activo de PRL** actúa antes de que se produzca el daño es un proceso para estimar la magnitud de los riesgos que no se han podido evitar en el diseño. La información obtenida sirve para decidir si hay que tomar medidas preventivas o no y qué tipo de medidas hay que adoptar.

El empresario debe adoptar un **procedimiento de evaluación de riesgos** previa consulta con los trabajadores.

El resultado de la evaluación debe quedar **documentado** y mantenerlo a **disposición de la autoridad laboral**



- **Riesgos Generales: Riesgo eléctrico.**

La electricidad es la energía más utilizada y es una fuente importante de accidentes.

Las lesiones se clasifican en:

- ☐ Con paso de corriente por el cuerpo
- ☐ Sin paso de corriente por el cuerpo



El riesgo eléctrico se puede producir en la utilización de equipos conectados a la corriente eléctrica, como por ejemplo: impresoras, fotocopadoras, cafeteras. Generalmente es debido a derivaciones en los equipos, a instalaciones mal protegidas o aisladas y a actos imprudentes

- **Riesgos Generales: Riesgo eléctrico.**

Para evitarlos

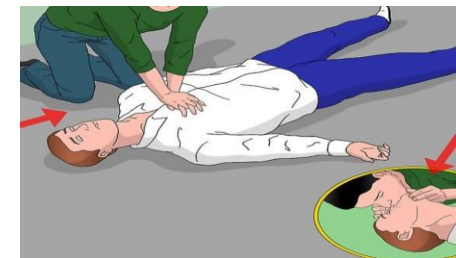
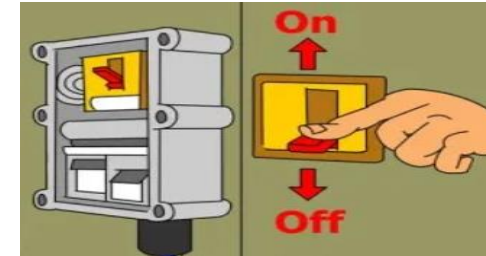
- ❑ No haga reparaciones provisionales ni manipulaciones de la instalación. Ante cualquiera avería avise al personal de mantenimiento
- ❑ Utilice enchufes con toma de tierra. Los enchufes con toma de tierra tienen dos patillas y dos placas metálicas (o tres patillas). Las bases de enchufe con toma de tierra tienen dos agujeros y dos placas metálicas (o tres agujeros).
- ❑ No manipule ni equipos eléctricos si están húmedos, o con las manos o pies húmedos
- ❑ Revise el estado de los equipos eléctricos periódicamente
- ❑ No altere ni modifique los dispositivos de seguridad: aislantes, carcasas de protección, etc.
- ❑ Nunca desconecte un equipo tirando del cable
- ❑ Desconecte los equipos de la corriente eléctrica inmediatamente en caso de fallos o anomalías.



- **Riesgos Generales: Riesgo eléctrico.**

En caso de accidente eléctrico

- ❑ Antes de tocar al accidentado corte la corriente eléctrica. Recuerde que el accidentado es un conductor eléctrico mientras la corriente eléctrica esté pasando por él.
- ❑ Si no es posible, intente separar al accidentado de la fuente eléctrica mediante un elemento no conductor (plástico, madera seca, etc.).
- ❑ Llame al 112. Permanezca con el accidentado hasta que llegue la ayuda médica.
- ❑ Si conoce la técnica, compruebe los signos vitales del accidentado y proceda en consecuencia.



- **Riesgos Generales: Riesgo de incendios.**

El fuego es una reacción de combustión que se caracteriza por la emisión de calor acompañada de humo , de llamas o de ambos.



Factores que influyen:

- ☐ Sobrecalentamiento de instalaciones
- ☐ Deficiencias en instalaciones eléctricas
- ☐ Acumulación de papeles, plásticos, etc.
- ☐ Colillas mal apagadas

- **Riesgos Generales: Riesgo de incendios.**

Para evitarlos

- ❑ No sobrecargues los enchufes.
- ❑ No fumes en los centros de trabajo. Recuerda que además de estar prohibido, puedes provocar un incendio.
- ❑ Algunos equipos de trabajo, tales como los de soldadura, radiales, sopletes, etc. pueden provocar incendios al generar calor, chispas o llamas. Utilízalos con precaución.
- ❑ Si detectas cualquier anomalía en las instalaciones eléctricas o de protección contra incendios, comunícalo a tu Responsable en materia de Seguridad y Salud Laboral del centro.
- ❑ No obstaculices los recorridos y salidas de evacuación.
- ❑ Identifica los medios de extinción y alarma, y familiarízate con ellos.



- Riesgos Generales: Riesgo de incendios

Señales de lucha contra incendios

			
Extintor de incendios	Dirección manguera de incendios	Pulsador de alarma	Material contra incendios
			
Avisador sonoro	Dirección a seguir	Dirección extintor	Cubo para uso en caso de incendio

- **Riesgos Generales: Riesgo de incendios**

Medidas específicas de prevención contra incendios

- ☐ Mantener el lugar de trabajo limpio y ordenado para evitar acumular papeles, cartones, virutas, derrames, etc., que son fuentes de ignición.
- ☐ No obstruir con materiales almacenados los extintores, bocas de incendio, salidas de emergencia o cuadros eléctricos...
- ☐ Mantener libres en todo momento los pasillos y las vías de circulación, entradas y salidas
- ☐ Respetar la señal de "PROHIBIDO FUMAR" en las áreas donde está señalizado. No tirar las colillas en cualquier sitio

En caso de evacuación

- ☐ Mantener la calma y abandonar el lugar de forma ordenada
- ☐ Desconectar los aparatos que estaba utilizando antes de abandonar
- ☐ Cerrar cajones, armarios, etc., y las puertas del recinto cuando salgan todos
- ☐ Abandonar el recinto por las vías señaladas al efecto
- ☐ No detenerse en las salidas
- ☐ Si hay humo, salir lo más agachado posible



- **Riesgos Generales: Riesgo de incendios**

Medios de lucha contra incendios. Extintores

Para apagar un fuego habrá que atacar alguno de los tres componentes necesarios para que se produzca:

- ❑ **Eliminación:** Consiste en retirar los combustibles (apartar de la zona todo aquello que se pueda quemar; cerrar la llave del gas, etc.).
- ❑ **Sofocación:** Reducción de concentración de oxígeno (los gases que expulsan algunos tipos de extintor desplazan el aire alrededor del fuego, de manera que por un momento “desaparece”).
- ❑ **Enfriamiento:** Eliminación del calor (el más común es el agua).
- ❑ **Inhibición:** Neutralización química

Como utilizar un extintor

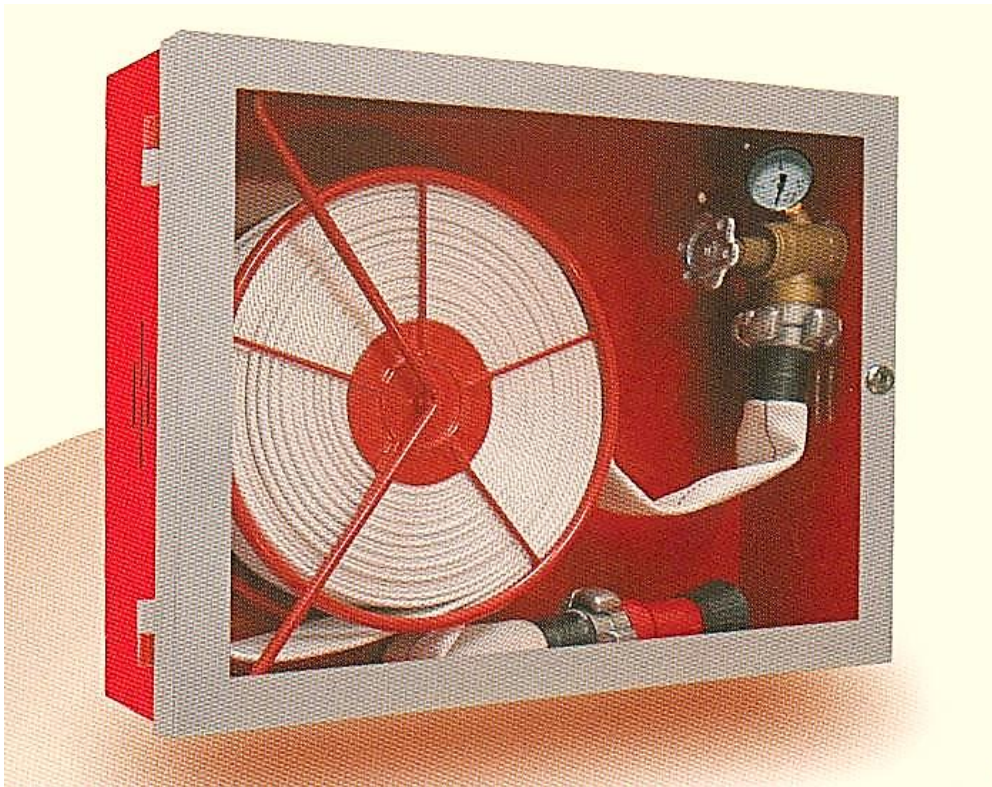


- **Riesgos Generales: Riesgo de incendios**

Medios de lucha contra incendios. Bocas de incendio equipadas (BIE)

Las bocas de incendio equipadas (BIE) son unas mangueras enrolladas y ubicadas en el interior de un armario.

La utilización de las BIE es relativamente sencilla, pero es imprescindible que sólo la utilicen personas específicamente formadas para ello, ya que si no se podrían ocasionar daños, tanto al equipo como a los usuarios (cortes con cristales, golpes por movimientos bruscos por la lanza, contactos eléctricos, etc.,...)



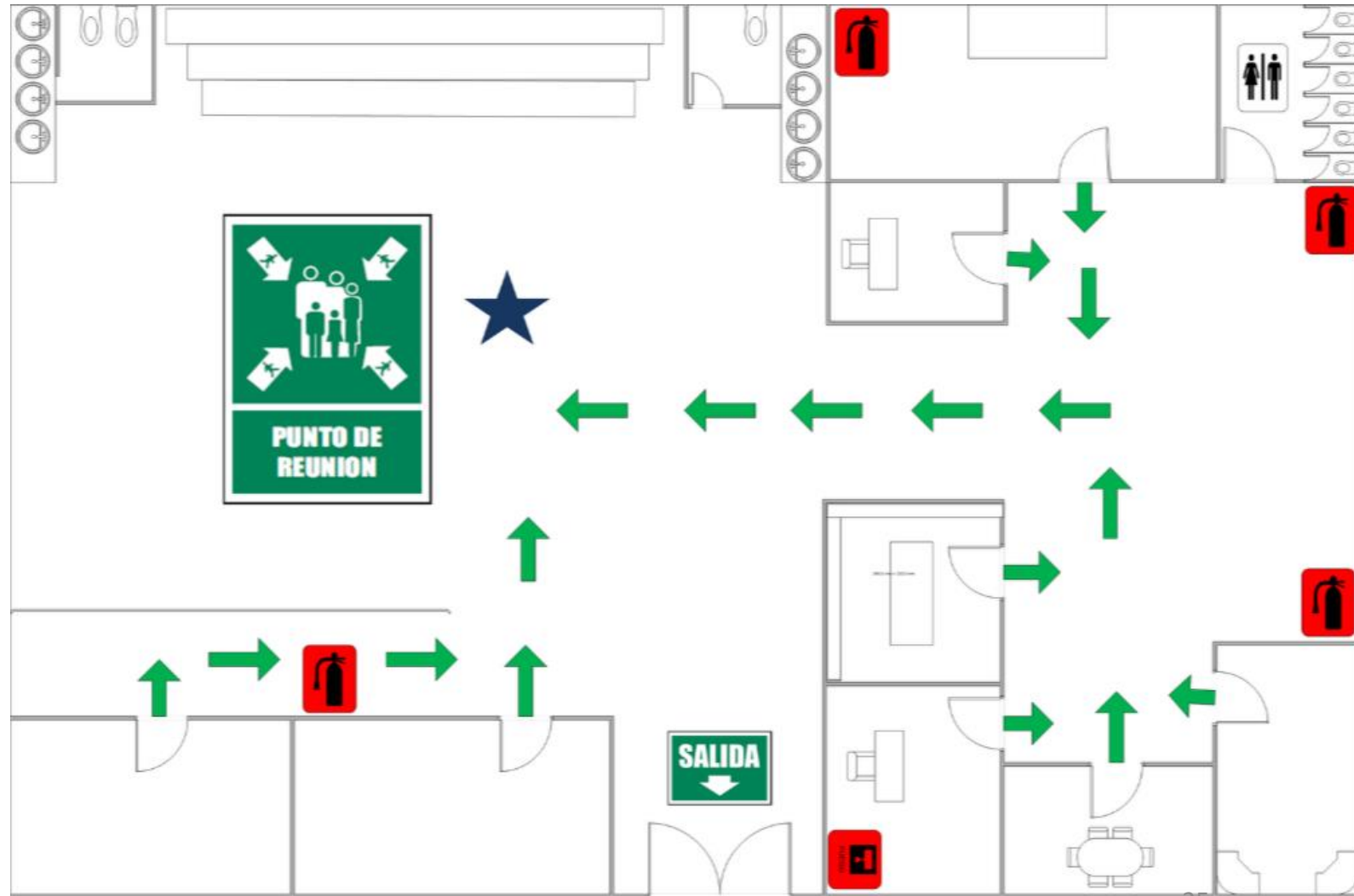
- **Riesgos Generales: Riesgo de incendios**

Plan de Evacuación

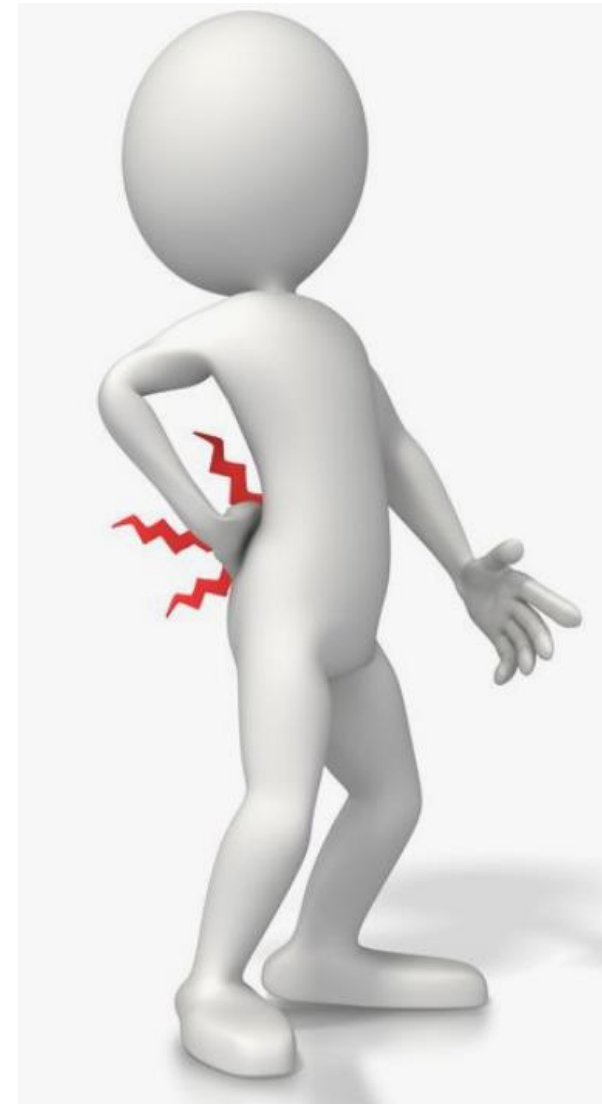
El plan de evacuación obliga al personal del centro a trasladarse de forma ordenada y controlada hacia lugares seguros interiores o exteriores al centro.

El punto de reunión, es un lugar seguro, en el que los responsables de la evacuación pueden realizar un recuento de las personas presentes, para determinar si aún permanece alguien en zona peligrosa.

Es importante durante la evacuación, seguir las instrucciones de los responsables de la evacuación, así como la señalización existente en el centro de trabajo. Consultar Plan de evacuación del centro



- **Riesgos Generales: Manipulación de cargas**
 - ❑ La manipulación manual de cargas, si no se realiza correctamente, puede generar dolores y lesiones, fundamentalmente a nivel dorsolumbar (lumbalgias).
 - ❑ Si bien no es una de las principales actividades de ninguno de los puestos de trabajo de BPXport, la manipulación manual de cargas es una actividad que en mayor o menor medida se realiza en cualquier puesto de trabajo.
 - ❑ El peso máximo que se recomienda no sobrepasar en condiciones ideales de manipulación es de 25 Kg. No obstante si las personas que deben manipular la carga son mujeres o mayores no se recomienda superar los 15 Kg en ningún caso.



- **Riesgos Generales: Manipulación de cargas**

Técnica de manipulación de cargas

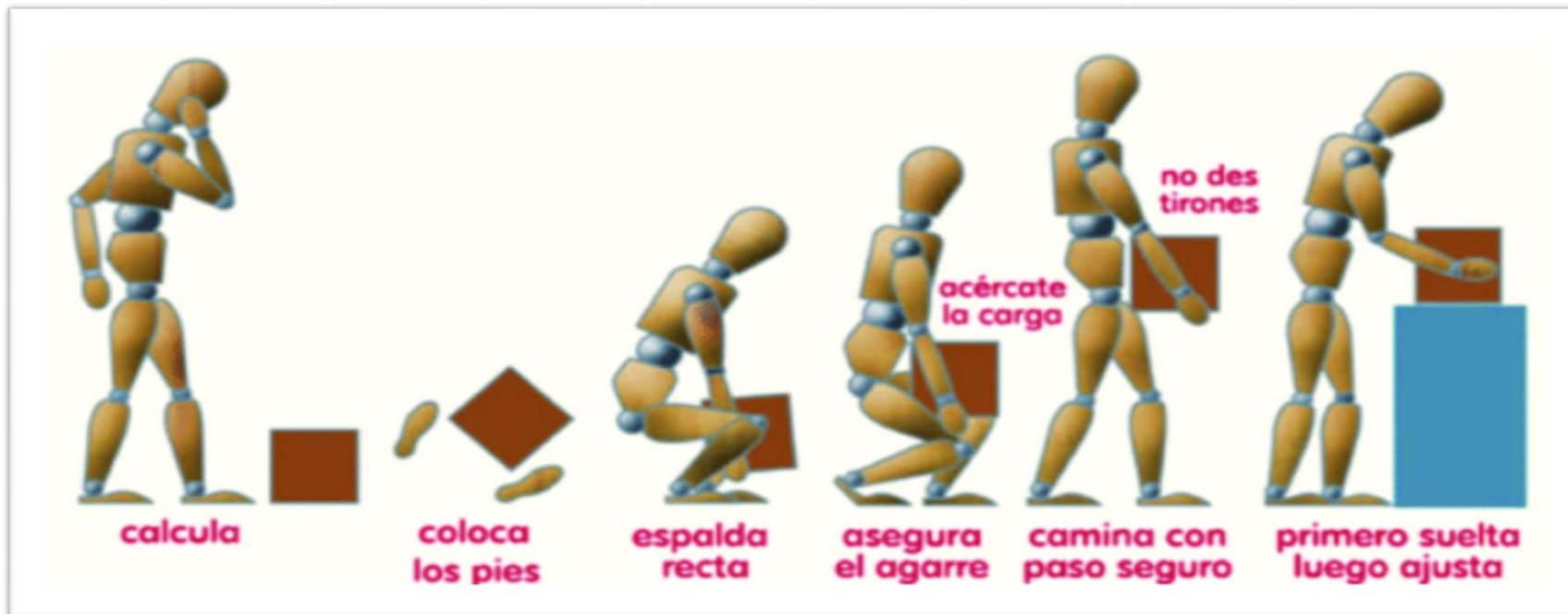
- ❑ Como norma general, es preferible manipular las cargas cerca del cuerpo, a una altura comprendida entre la altura de los codos y los nudillos, ya que de esta forma disminuye la tensión en la zona lumbar.
- ❑ Si las cargas que se van a manipular se encuentran en el suelo o cerca del mismo, se utilizarán las técnicas de manejo de cargas que permitan utilizar los músculos de las piernas más que los de la espalda.



- **Riesgos Generales: Manipulación de cargas**

Técnica de manipulación de cargas

- ❑ Apoyar los pies firmemente
- ❑ Separa los pies a una distancia aprox. de 50 cm uno de otro
- ❑ Dobla la cadera y las rodillas para coger la carga
- ❑ Mantén la espalda recta
- ❑ Nunca gires el cuerpo mientras sostienes una carga pesada
- ❑ Mantén la carga tan cerca del cuerpo como sea posible, pues aumenta la capacidad de levantamiento
- ❑ No levantes una carga pesada por encima de la cintura en un solo movimiento



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

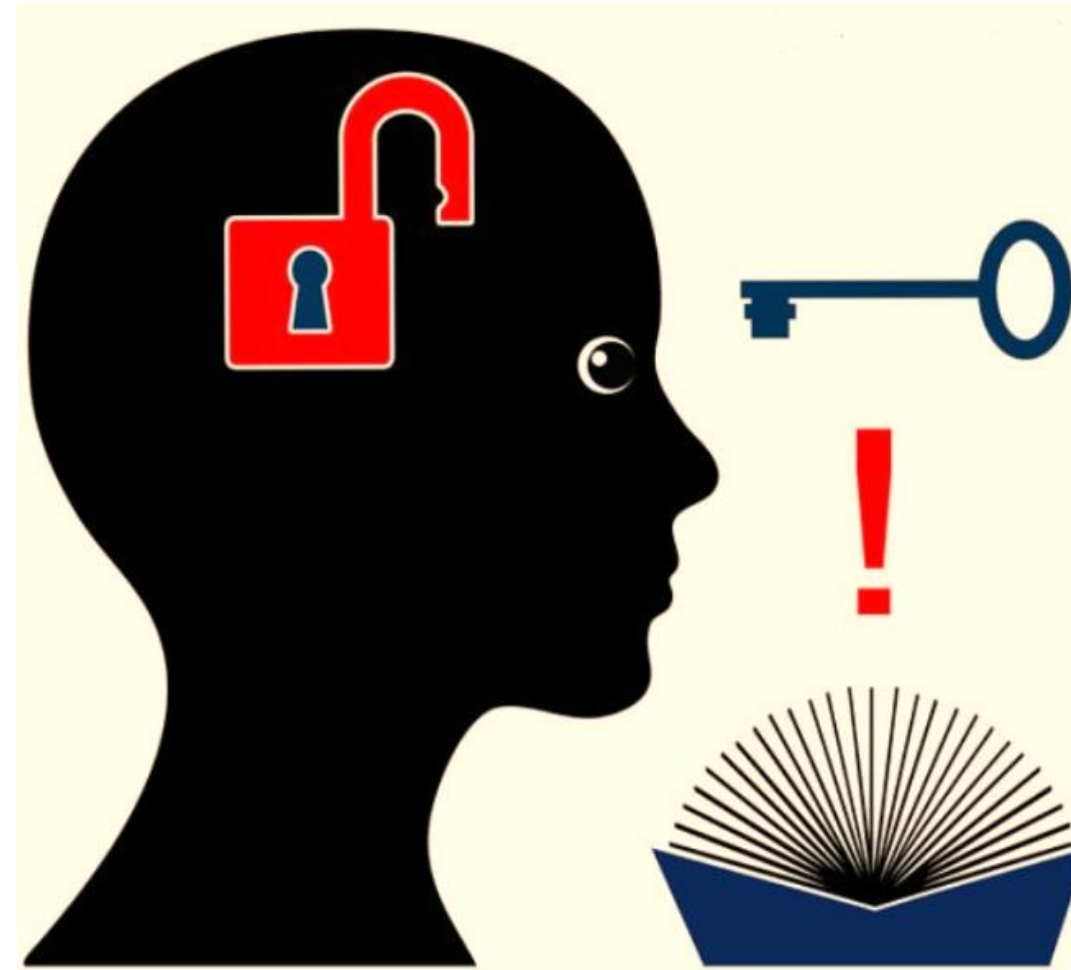
¿Qué son los factores psicosociales?

Condiciones laborales que están directamente relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la realización de la tarea, y que se presentan con capacidad para afectar a la salud (física, psíquica o social) del trabajador.

El concepto de factor psicosocial es ambiguo y puede abarcar diversos y distintos aspectos. En mayor o menor medida, los factores psicosociales están presentes en cualquier empresa y por tanto, en BPXport también.

Estos factores de riesgo pueden llegar a provocar:

- ❑ Fatiga Mental.
- ❑ Insatisfacción Laboral.
- ❑ Estrés.
- ❑ Acoso Laboral (Mobbing).
- ❑ Aburrimiento en el trabajo (Boreout)
- ❑ Síndrome de “estar quemado” en el trabajo (Burnout)



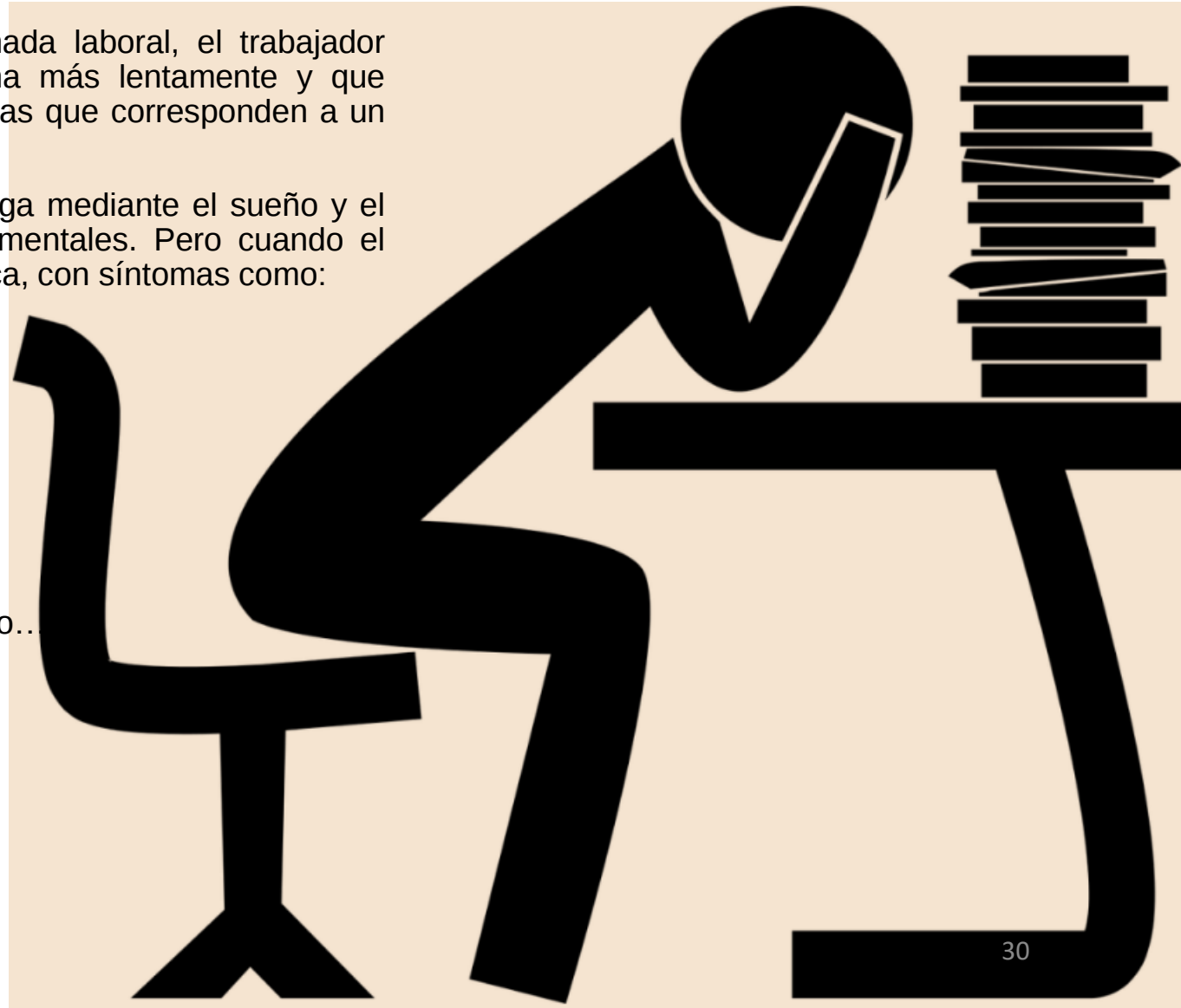
- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Fatiga Mental

Cuando, generalmente coincidiendo con el fin de la jornada laboral, el trabajador empieza a sentir que disminuye su atención, que razona más lentamente y que empeora su capacidad de trabajo, está notando los síntomas que corresponden a un primer nivel de fatiga.

En situación normal, el trabajador se recupera de esta fatiga mediante el sueño y el ocio, volviendo al trabajo en plenas facultades físicas y mentales. Pero cuando el trabajador no puede recuperarse, se produce la fatiga crónica, con síntomas como:

- ☐ Irritabilidad
- ☐ Depresión
- ☐ Falta de energía y voluntad para trabajar
- ☐ Salud más frágil
- ☐ Dolores de cabeza, mareos, insomnios, pérdida de apetito...



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Insatisfacción laboral

La insatisfacción laboral puede definirse como el grado de malestar que experimenta el trabajador con motivo de su trabajo. Expresa en qué medida las características del trabajo no se acomodan a los deseos, aspiraciones o necesidades del trabajador.

Generalmente, son ciertos factores de la organización del trabajo los que favorecen su aparición (relaciones, salario, horarios, dificultad de ascenso, etc.), aunque las características individuales tienen una gran influencia, porque no todos los trabajadores reaccionan de la misma manera ante la misma situación laboral.



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Estrés

El estrés es un desequilibrio sustancial (percibido) entre la demanda del trabajo y la capacidad de respuesta del trabajador, bajo condiciones en las que el fracaso ante esta demanda posee importantes consecuencias (percibidas).

Por lo tanto, en la generación del estrés también son muy relevantes las características personales del trabajador, como en el resto de problemas relacionados con los factores psicosociales.

Cuando hablamos del estrés nos referimos a un fenómeno con dimensiones fisiológicas y psicológicas



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Factores que intervienen en el estrés

En la generación del estrés intervienen dos tipos de factores:



Sintomatología asociada al estrés:

A NIVEL FÍSICO

- ☐ Diarrea o estreñimiento
- ☐ Falta o aumento de apetito
- ☐ Fatiga
- ☐ Sequedad de boca
- ☐ Manos y pies fríos
- ☐ Tensión muscular, etc.

A NIVEL PSICOLÓGICO

- ☐ Inquietud, nerviosismo, ansiedad, temor o angustia.
- ☐ Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada.
- ☐ Dificultad para tomar decisiones y concentrarse.
- ☐ Disminución de la memoria y lentitud del pensamiento
- ☐ Cambios de humor constantes.
- ☐ Depresión

- Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales

Como prevenir el estrés



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Acoso Laboral (Mobbing)

Toda conducta, declaración o solicitud que, realizada con una cierta reiteración puedan considerarse ofensiva, humillante, violenta o intimidatoria, siempre que se produzca en el lugar de trabajo o con ocasión de éste y que implique el insulto, menosprecio, humillación, discriminación o coacción de la persona en el ámbito psicológico, sexual y/o ideológico

Las consecuencias del acoso laboral en la salud del trabajador varían de una persona a otra y pueden ser múltiples (físicas, psicológicas y sociales).

Se consideran conductas que pueden dar lugar a acoso laboral aquellas:

- ❑ Dirigidas a limitar la comunicación
- ❑ Dirigidas a desprestigiar a una persona o comprometer su salud física o psicológica
- ❑ Conducta no deseada de carácter sexual



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Aburrimiento en el trabajo (Boreout)

El síndrome del boreout se define como un desequilibrio entre el tiempo de trabajo y el volumen de tareas a realizar, pero eso no es todo. Otros autores precisan que el síndrome del agotamiento profesional debido al aburrimiento también puede ser causado por:

La sensación de que tu trabajo no tiene sentido, la falta de estimulación intelectual o las pocas perspectivas de progreso

Si te sientes afectado por este síndrome, quizás experimentes estos síntomas:

- ☐ Baja autoestima
- ☐ Sentimiento de vergüenza y de culpabilidad
- ☐ Estrategias de evasión para “matar el tiempo”
- ☐ Falta de compromiso con el trabajo
- ☐ Sensación de inutilidad social

Para que el boreout no afecte es necesario buscar nuevos retos y actividades fuera de la empresa por ejemplo, se puede tomar clases para actualizar los conocimientos profesionales.

Igualmente, necesario es tener un buen estado emocional y de confianza que ayude a afrontar el boreout y permita la toma de decisiones acertadas.

En el trabajo será conveniente preguntarse cuáles son los objetivos y prioridades del puesto con lo cual se dará un sentido a la actividad laboral.



- **Riesgos Generales: Riesgos Psicosociales**

Síndrome de “estar quemado” en el trabajo (Burnout)

El síndrome de Burnout o síndrome de “estar quemado” consiste en un estado de agotamiento físico, mental y emocional causado por el cansancio psíquico o estrés que surge de la relación con otras personas en un dificultoso clima laboral:

Las personas que lo padecen, suelen sentir

- ☐ Falta de energía y sensación de abatimiento desde el inicio de la jornada laboral.
- ☐ Sentimientos de frustración y fracaso .
- ☐ Estado de ánimo irritable, impaciente, negativo, irónico y distante, llegando a mostrarse frío e indiferente hacia las personas atendidas y con los compañeros de trabajo.
- ☐ Incapacidad para concentrarse en el trabajo y para relajarse o desconectar al finalizar la jornada laboral.
- ☐ Sensación de desbordamiento ante las demandas emocionales de los demás, careciendo de fuerzas para seguir involucrándose en las relaciones con ellos

Recomendaciones

- ☐ Aprender a establecer límites ante situaciones en las que haya un exceso de tareas
- ☐ Cultivar un buen ambiente de equipo entre los compañeros de trabajo, promoviendo la colaboración y una mejora en el clima laboral.
- ☐ Cuidar de uno mismo es imprescindible



RIESGOS GENERALES

- Seguridad Vial

En vías de Circulación

- ❑ Respete en todo momento las señales de circulación, aun conociendo la carretera.
- ❑ Extreme las precauciones cuando se encuentre: Un cruce de carreteras, cambios de rasante, curvas con escasa visibilidad y pasos a nivel.
- ❑ Si se encuentra con un banco de niebla, circule lentamente, utilizando las luces antiniebla (traseras y delanteras) y sin hacer uso de las "largas", ya que éstas pueden deslumbrarle.
- ❑ Cuando el viento sople con fuerza, modere su velocidad, agarre el volante con ambas manos de forma firme y evite movimientos bruscos.
- ❑ En caso de lluvia, reduzca la velocidad y emplee los frenos lo menos posible. Si la lluvia es muy fuerte y el limpiaparabrisas no garantiza una buena visibilidad, detenga el coche en lugar seguro y espere hasta que amaine.
- ❑ Si debe circular sobre hielo, utilice el embrague y el freno de forma suave, mantenga la dirección firme y en caso necesario haga uso de las cadenas.

Vehículos.

- ❑ Cuide en todo momento el estado de su vehículo, no sólo cuando deba realizar largos desplazamientos.
- ❑ Recuerde pasar la ITV obligatoria o voluntariamente, ya sea por la edad del automóvil o por haber sufrido un accidente que haya podido afectar al motor, transmisión o bastidor. En cualquier caso, preste siempre atención a: El estado de los neumáticos (deformaciones, desgaste y presión), la efectividad de los frenos (discos, pastillas, tambores, zapatas, latiguillos, bombines y líquido), el correcto funcionamiento, reglaje y limpieza de todas las lámparas que conforman el alumbrado, el posible deterioro de los limpiaparabrisas y el estado y correcto funcionamiento de los cinturones de seguridad, airbag, chasis y carrocería.



RIESGOS GENERALES

• Riesgos Generales: Seguridad Vial

En relación al Factor humano

- ☐ Cuando deba maniobrar, señalice con suficiente antelación su intención y compruebe que los demás se han percatado de su advertencia.
- ☐ Los adelantamientos son la maniobra de mayor peligrosidad: avise de su intención y cerciórese que puede hacerlo con total seguridad y en el menor tiempo posible.
- ☐ Si va a ser adelantado, no incremente su velocidad y facilite el adelantamiento.
- ☐ No se detenga de forma repentina. Señálcelo con antelación y no dificulte la circulación.
- ☐ Cuando conduzca de noche, realice correctamente los cambios de luces, procurando no deslumbrar a los demás.
- ☐ No olvide que el cinturón de seguridad no es una opción voluntaria. Habitúese a utilizarlo en cualquier trayecto.
- ☐ El alcohol, incluso ingerido en pequeñas cantidades, influye negativamente en la conducción.
- ☐ Recuerde que el mayor peligro de accidente grave se da cuando el grado de alcoholemia es intermedio, debido al estado de euforia en el que se encuentra el conductor.
- ☐ Muchos medicamentos pueden ser peligrosos a la hora de conducir. No se automedique y lea siempre los prospectos.
- ☐ En caso de viajes largos, descanse cada dos horas aproximadamente, tome bebidas refrescantes y comidas ligeras que no favorezcan el sueño.
- ☐ No lance ningún objeto por la ventanilla, puede provocar un accidente o un incendio si se trata de colillas.



- **Medidas de actuación en caso de Emergencias**

Se establecen 2 posibles situaciones de emergencia en el centro de trabajo de la empresa:

- ❑ **CONATO DE EMERGENCIA:** Accidentes que pueden ser controlados y dominados de forma sencilla y rápida por el personal que los descubre, con las medidas de protección del local
 - Toda persona que detecte una situación de emergencia, si puede controlarla por sí misma, tratará de hacerlo con los medios a su alcance (extintores), siempre que tenga conocimiento de su manejo y siempre sin arriesgarse. Una vez controlado el conato de emergencia, asegurándose de que ésta no se va a reactivar, informará inmediatamente de lo sucedido a la Responsable de Emergencias.
 - En caso de no saber cómo controlar la situación, o de no poder hacerlo porque ésta le supera, avisará de inmediato a la Responsable de Emergencias, que se hará cargo de la situación con la ayuda del personal que estime oportuno.
- ❑ **EMERGENCIA GENERAL:** Accidentes que precisan de la actuación de todos los equipos y medios de protección de la propia instalación y la ayuda de medios exteriores de socorro y salvamento.

Comporta la evacuación de personas a determinadas áreas no afectadas, o fuera del local. La persona Responsable de Emergencias ordenará que se requiera la presencia de los bomberos e inmediatamente hará saber a todo el personal la situación de emergencia general comunicando la obligación de desalojar el área de trabajo..



Abandone el edificio utilizando la vía de evacuación o salida de emergencia más próxima

Diríjase hacia al punto de reunión para proceder al recuento



- ❑ Mantenga la calma, sin correr ni gritar para no provocar pánico.
- ❑ Aunque haya olvidado algo, no vuelva al puesto de trabajo hasta que se lo indiquen.

NO CORRA RIESGOS INNECESARIOS.

- **PRIMEROS AUXILIOS**

“Conjunto de actuaciones y técnicas que permiten la atención inmediata de un accidentado hasta que llegue la asistencia médica profesional”

Secuencia de Actuación: P A S	
P	Proteger
A	Avisar
S	Socorrer



- **PRIMEROS AUXILIOS**

Proteger

Antes de actuar, hemos de tener la seguridad de que tanto el accidentado como nosotros mismos estamos fuera de todo peligro.

Por ejemplo, no atenderemos a un electrocutado sin antes desconectar la corriente causante del accidente, pues de lo contrario nos accidentaríamos nosotros también.

Avisar

Siempre que sea posible daremos aviso a los servicios sanitarios (médico, ambulancia, etc.) de la existencia del accidente, y así activaremos el sistema de emergencia, para inmediatamente empezar a socorrer en espera de ayuda.

Socorrer

Una vez hemos protegido y avisado, procederemos a actuar sobre el accidentado, reconociendo sus signos vitales: Conciencia, Respiración, Pulso.

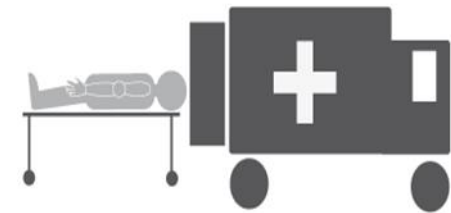
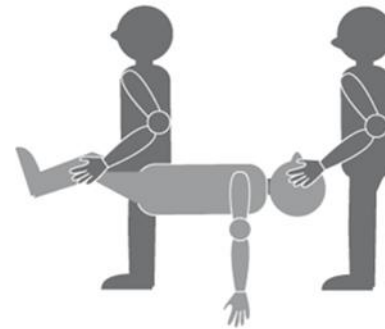
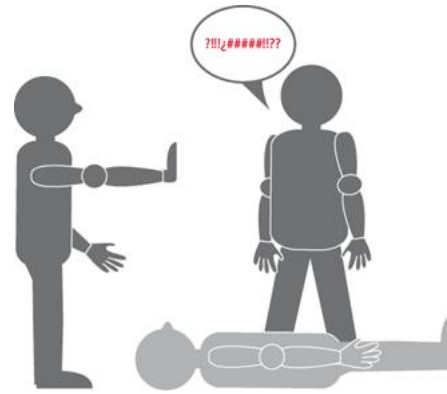
Tanto la comprobación de los signos vitales, como las actuaciones consecuentes, requieren de una formación teórico práctica previa del trabajador.



• PRIMEROS AUXILIOS

CONSEJOS ANTE UN ACCIDENTE

- ❑ Conservar la calma
- ❑ Evitar aglomeraciones
- ❑ Saber imponerse
- ❑ No mover
- ❑ Examinar al herido
- ❑ Tranquilizar al herido
- ❑ Mantener al herido caliente
- ❑ Avisar a personal sanitario
- ❑ Traslado adecuado
- ❑ No medicar



• AGENTES DE RIESGO Y EMBARAZO

Estado fisiológico en que se encuentra la mujer gestante.

El embarazo no es una enfermedad.

Comunicar a la empresa la situación de embarazo para poder adaptar las condiciones del trabajo

Aspectos positivos en la aplicación de la suspensión

Para la trabajadora:

- ❑ Protección de Riesgos Laborales en la trabajadora.
- ❑ Conciliación de la vida familiar con la laboral.
- ❑ Previsión y planificación del desarrollo de su embarazo.
- ❑ Reincorporación a su puesto de trabajo. (Reserva del puesto de trabajo).
- ❑ Ventajas económicas (100 % de la base reguladora).

Para la Empresa:

- ❑ La Seguridad Social cubre el 100% de la base reguladora durante el periodo de maternidad. Es decir, durante los 112 días que dura actualmente la baja por maternidad, la empresa no paga ningún complemento salarial a la trabajadora, el coste de Seguridad Social que la empresa asume por la trabajadora durante esos 112 días de prestación es 0, si se contrata a una trabajador/a para sustituir a la que ha sido madre, el coste de Seguridad Social que la empresa paga por el/la trabajador/a suplente también es 0, si está desempleado/a.
- ❑ Valoración positiva por el personal.



• AGENTES DE RIESGO Y EMBARAZO

¿Qué debe hacer una embarazada?

- ☐ Comunicar su situación al Servicio de Prevención.
- ☐ En caso de no comunicación no sería imputable a la empresa
- ☐ Existe la obligación empresarial de informar sobre los posibles riesgos a la trabajadora si se produce un embarazo

Metodología de Servicio de Prevención

- ☐ Identificar los riesgos que conlleva el puesto de trabajo.
- ☐ Evaluarlos de forma individualizada.
- ☐ Realización de la APTITUD de la trabajadora embarazada con respecto al puesto de trabajo.

APTITUD

Si no conlleva ningún riesgo ➡ APTA SIN LIMITACIONES

Si se identifica algún riesgo ➡ APTA CON LIMITACIONES

Si no se puede adaptar ➡ NO APTA ➡ CAMBIO DEL PUESTO DE TRABAJO

SI NO ES POSIBLE EL CAMBIO DEL PUESTO DE TRABAJO



S.R.E (Subsidio Riesgo de Embarazo)



• AGENTES DE RIESGO Y EMBARAZO

Documentación

La embarazada debe aportar al Servicio Médico de la Mutua la siguiente documentación:

- ☐ Declaración de la Empresa sobre las tareas que desempeña la trabajadora en la Empresa y riesgos que conlleva.
- ☐ Certificado médico del SPS o Ginecólogo que le atiende, confirmando que no existe otra patología y que el trabajo que efectúa, puede perjudicar el embarazo, indicando semanas de gestación o fecha probable de parto en dicho certificado.
- ☐ Una vez comprobados dichos impresos, se solicita a la Empresa un cambio de puesto de trabajo, compatible con su estado

Embarazo y trabajo

- ☐ Cambios fisiológicos → Interferir Carga de Trabajo → Riesgo para el feto
- ☐ Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, la Embarazada es personal Especialmente sensible

Tipos de riesgos

- ☐ Riesgos por agentes: físicos, químicos y biológicos
- ☐ Riesgo por condiciones de trabajo: minas subterráneas, carga física y riesgo postural, turnicidad-nocturnidad



RIESGOS ESPECIFICOS

SOCORRISTA DE PLAYA

RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

CAIDAS A DISTINTO NIVEL

Causas

Subida y permanencia en torre de vigilancia
Escaleras muy pronunciadas o inestables
Suelo irregular o resbaladizo en escaleras

Consecuencias

Lesiones leves como heridas, contusiones, rozaduras, torceduras, luxaciones, esguinces, etc.; o bien, lesiones graves o muy graves, en función del tipo de caída y de la altura de la misma

Medias Preventivas

- ❑ Las torres y las plataformas de vigilancia de playas deben estar bien ancladas al suelo y dotadas de escaleras de acceso estables que permitan el acceso a las mismas en condiciones de total seguridad.
- ❑ Las escaleras de acceso estarán bien ensambladas a la parte superior de la estructura de la torre y dispondrán de escalones antideslizantes.
- ❑ Utilice en todo momento los medios adecuados (escaleras, etc..) para el acceso y descenso desde estas torres o plataformas. Evite el acceso por otros lugares distintos de los establecidos.
- ❑ Subir y bajar de la silla elevada de vigilancia sujetándose con las dos manos.
- ❑ Suba y baje de la escalera de frente a ella, nunca de espaldas y utilice un tipo de calzado adecuado que le permita un buen agarre de los pies a los escalones
- ❑ En los casos de emergencia, actúe con prudencia y no efectúe un salto desde la parte superior de la plataforma.



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

CAIDAS AL MISMO NIVEL

Causas

Distracciones y descuidos.

Presencia de líquidos derramados.

Falta de coordinación con otros usuarios

Consecuencias

Lesiones leves como heridas, contusiones, rozaduras, torceduras, luxaciones, esguinces, etc.; o bien, lesiones graves o muy graves, en función del tipo de caída y de la altura de la misma

Medias Preventivas

- ❑ Respetar las zonas de paso, distribuir adecuadamente los elementos dejando una zona de trabajo mínima alrededor.
- ❑ Mantener las zonas de paso libres de objetos, recoger los utensilios utilizados.
- ❑ Retirar de inmediato los líquidos derramados.
- ❑ Escaleras de acceso estables que permitan el acceso a las mismas en condiciones de total seguridad.
- ❑ Mantenga un buen nivel de orden y limpieza general, habilitando lugares específicos de almacenamiento para materiales como salvavidas, conos, toallas, vallas de señalización, etc. Cuando no sean utilizados



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION

Causas

Falta de conocimiento en el uso de equipos
Distracciones.
Estado inadecuado de los aparatos utilizados.
Elevado ritmo de trabajo

Consecuencias

Lesiones leves como heridas, aplastamientos fracturas....

Medias Preventivas

- ❑ Siempre que se pueda priorizar el transporte de material con medios mecánicos.
- ❑ Cuando el objeto no presenta un agarre fácil, utilizar guantes antideslizantes y realizar la manipulación entre dos o más personas.
- ❑ Antes de realizar la manipulación asegurar que la zona de tránsito y el punto de destino estén despejados y en buenas condiciones de paso.
- ❑ Agarrar firmemente el objeto para levantarlo y transportarlo; el objeto ha de ser cogido con la palma de la mano y la base de los dedos, así la superficie de agarre es mayor con lo que se reduce el esfuerzo y la fatiga y en consecuencia el riesgo de caída del objeto.
- ❑ Conviene preparar la carga antes de cogerla.
- ❑ Nunca deben cogerse los materiales, estando en situación inestable o desequilibrada.
- ❑ En la manipulación manual de cargas utilizar guantes homologados (Marcado CE)



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

GOLPES CONTRA OBJETOS INMOVILES

Causas

Distracciones y descuidos al transitar por las salas o bien al acceder o bajar de los mismos.
Distribución inadecuada de los elementos en las salas.
Pasillos de dimensiones insuficientes
Elevado ritmo de trabajo

Consecuencias

Conmociones, torceduras importantes, fracturas

Medias Preventivas

- ☐ Mantener libre de objetos el suelo del lugar de trabajo y de los pasillos, escaleras y lugares de paso.
- ☐ No convertir estos lugares en almacenes improvisados.
- ☐ No dejes las taquillas entreabiertas
- ☐ Señalizar adecuadamente los obstáculos y lugares peligrosos.
- ☐ Tener una organización correcta del espacio de trabajo.
- ☐ Adecuada iluminación en las vías de paso.
- ☐ Las puertas deben estar claramente señalizadas y de fácil apertura.
- ☐ No se deberán colocar obstáculos delante de las salidas.
- ☐ Las puertas de emergencia deben abrirse hacia fuera.



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

EXPOSICIÓN A CONTACTOS ELÉCTRICOS

Causas

Reparaciones de la maquinaria (motos de agua, quads, zodiac, radios, etc.).

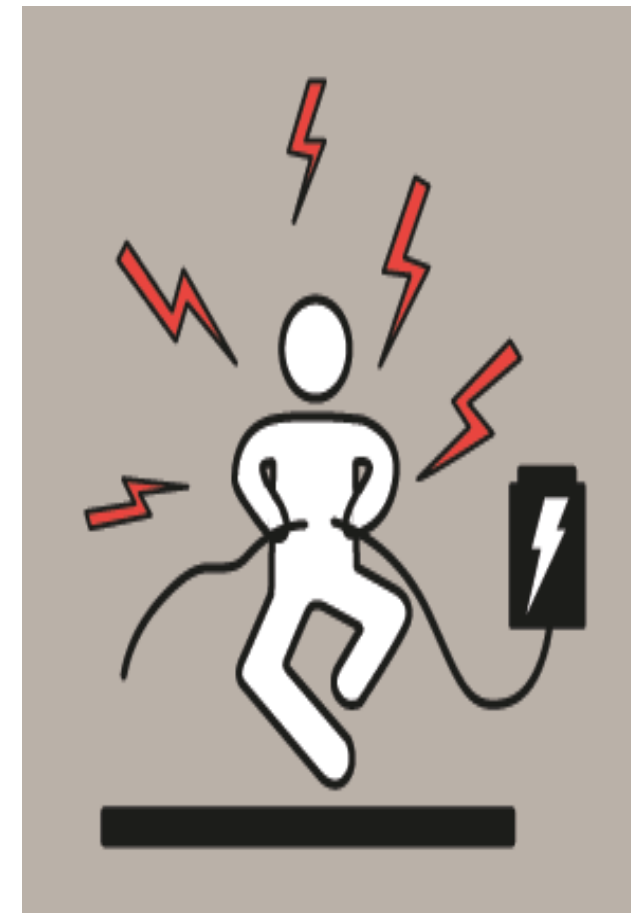
Instalación eléctrica del puesto de primeros auxilios.

Consecuencias

Lesiones o alteraciones fisiológicas debido al paso de la corriente por el cuerpo

Medias Preventivas

- ❑ Queda terminantemente prohibido manipular cualquier tipo de máquina. En caso de avería se informará a al mando superior para su reparación por personal autorizado.
- ❑ Las maquinas que presenten problemas se retirar y señalizaran con un cartel de “AVERIADO”
- ❑ No realizar manipulaciones en equipos y/o aparatos eléctricos en tensión.
- ❑ Para desconectar un equipo tire de la clavija y nunca del cable.
- ❑ No utilizar los equipos eléctricos con las manos húmedas o mojadas.
- ❑ Evitar limpiar con líquidos cualquier equipo conectado a la corriente eléctrica.
- ❑ Los equipos y/o aparatos eléctricos deben ser desconectados durante los periodos prolongados de no utilización.
- ❑ En caso de AVERÍA, informe de la misma a su jefe inmediato, no intente arreglarlo usted mismo. Deje de utilizar el aparato e impida que los demás también lo empleen, CORTAR LA CORRIENTE como 1ª medida



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

GOLPES, CORTES Y PINCHAZOS CON OBJETOS O HERRAMIENTAS

Durante la secuencia de rescate del accidentado

Al zambullirse en zonas de escasa profundidad o fondo irregular

Cortes en la piel de manos y pies debido a la maceración por contacto continuado con el agua

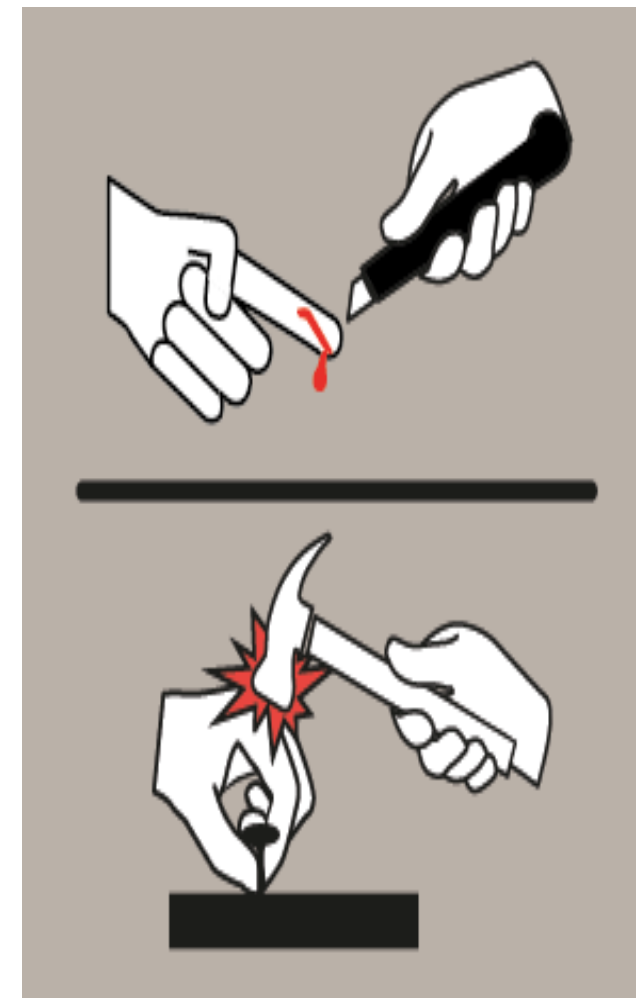
Contacto con aristas perfiladas

Consecuencias

Lesiones percutáneas, heridas, contusiones....

Medias Preventivas

- ❑ Deberá de existir, en la medida de lo posible, un acceso directo e inmediato desde el puesto de vigilancia a la zona de baño
- ❑ La entrada en el agua "de cabeza" sólo debe realizarse en zonas donde se conozca muy bien el fondo
- ❑ En playas, correr hasta que el agua le llegue a la cintura y haga la entrada de cabeza, iniciando el nado hasta el bañista accidentado. Salve el oleaje siempre por debajo de las olas para que estas no le devuelvan hacia la orilla.
- ❑ Evite las zambullidas "de cabeza" en lugares donde hay poca profundidad o se desconoce la misma y el estado del fondo. Lo recomendable en estos casos es el salto al agua "de pie" sin hundirse.
- ❑ Esta técnica consiste en lanzarse al agua "de pie" con un fuerte impulso, buscando llegar lo más lejos posible. En el momento del salto se lanza una pierna hacia delante, como intentando dar un gran paso, y se abren los brazos en cruz. Al entrar en el agua y llegar ésta a la altura del pecho, se da un enérgico batido de brazos hacia abajo, con ello se consigue no hundir la cabeza en el agua. Esta técnica permite además, no perder de vista al accidentado, fundamental para el accidentado.



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

ATRAPAMIENTO POR O ENTRE OBJETOS

Causas

Conducción de vehículos:

Quads, zodiac y motos acuáticas

Consecuencias

Lesiones, aplastamientos fracturas....

Medias Preventivas

- ❑ Se realizará una revisión visual de la maquina antes de cada uso.
- ❑ Realizar revisiones periódicas según el manual de instrucciones de la máquina, dejar constancia de las mismas.
- ❑ Si se transportan cargas, hacerlo de manera que no sobrepase los límites de carga del vehículo y colocar la carga de manera equilibrada.
- ❑ En caso de llevar material a remolque, el remolque será homologado para el vehículo y se conducirá con mayor cuidado y menor velocidad.
- ❑ Disponer de una autorización de uso de maquinaria por parte de BPXport. Queda terminantemente prohibido el uso de maquina sin dicha autorización.
- ❑ Los trabajadores/as con permiso en el uso de maquinaria y no tengan experiencia en el manejo del vehículo realizaran practicas acompañados de un compañero



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

SOBRESFUERZOS, POSTURAS INADECUADAS O MOVIMIENTOS REPETITIVOS

Causas

Transporte de material, materia de playa.
Manipulación incorrecta de cargas.
Manipulación de cargas de volumen, forma y características complejas

Consecuencias

Trastornos musculoesqueléticos y lesiones, como distensiones, calambres, contracturas y desgarros. Además, los sobreesfuerzos también pueden ocasionar lesiones traumáticas.

Medias Preventivas

- ☐ Utilizar en lo posible medios con ruedas para el transporte de cargas, carro, carretilla plegable....
- ☐ Efectuar suaves movimientos de estiramientos de los músculos.
- ☐ Evitar en lo posible los movimientos bruscos y forzados del cuerpo.
- ☐ Realizar vigilancia periódica de la salud.
- ☐ Utilizar calzado y ropa cómoda, pero adecuado.
- ☐ Evitar tensiones de cuerpo.
- ☐ Utilizar los medios mecánicos de manipulación de cargas disponibles.
- ☐ Respetar las cargas máximas según sexo y edad



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

EXPOSICIÓN A CONDICIONES CLIMATOLÓGICAS ADVERSAS

Causas

Exposición durante largo tiempo a las radiaciones ultravioleta procedente del sol en la playa

Consecuencias

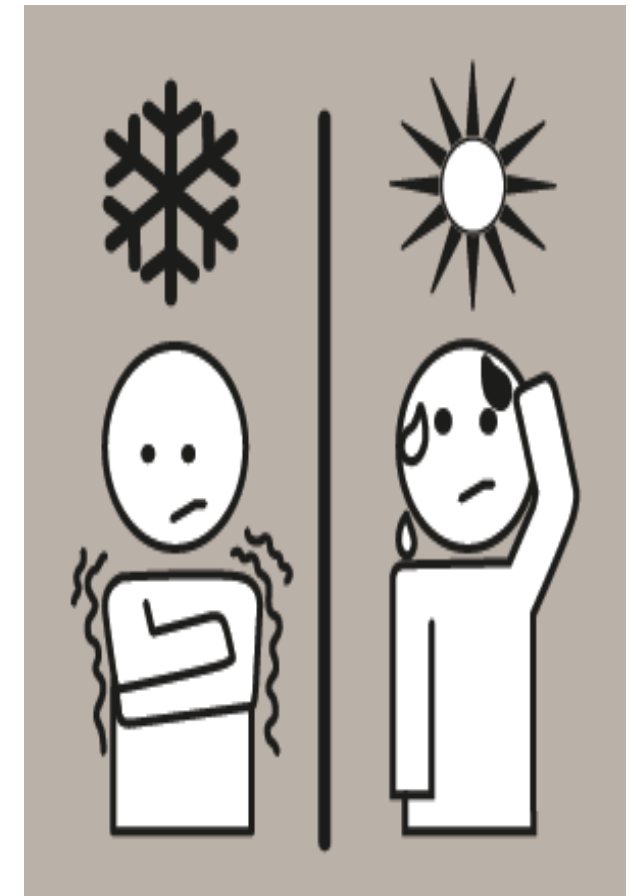
Frio: problemas reumáticos, circulatorios, hipotermia....

Calor: quemaduras solares a otras enfermedades, como el melanoma, cáncer cutáneo, cataratas...

Medias Preventivas

- ❑ Empleo, siempre que sea posible, de sombrilla, camiseta, gorro y gafas de sol con filtro adecuado.
- ❑ Uso de cremas de protección solar alta
- ❑ Informar a sus superiores de si están aclimatados o no al calor.
- ❑ Informar al servicio médico acerca de la existencia de enfermedades crónicas que padezcan, incidencia previa de insolación y cualquier medicación que consuman que pudiera afectarles cuando se exponen a temperaturas extremas, por frío o calor.
- ❑ Comunicar cuanto antes cualquier síntoma de malestar relacionado con la exposición a las condiciones climatológicas.
- ❑ En caso de calor, hidratarse con frecuencia aun cuando no tengan sed.
- ❑ Seguir una dieta saludable, adecuada, en la medida de lo posible, a la temporada del año

BPXport



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS

Causas

Picaduras de insectos

Picadura o mordedura de animales (erizos de mar, medusas, sabirón, perros..).

Consecuencias

Posibilidad de lesiones, infecciones....

Medias Preventivas

- ❑ Utilizar repelentes para protegerse de los insectos. Estos serán de aplicados a la piel o a las ropas para protegerse de las picaduras.
- ❑ El trabajador comunicará a la empresa si surge algún tipo de alergia a picadura de insectos.
- ❑ En caso de picadura se aplicará algún producto médico amoniacado.
- ❑ Si la picadura provoca una reacción alérgica de gravedad ser atendido inmediatamente por personal sanitario competente.
- ❑ En caso de tener que manejar animales vivos se realizara con precaución y tomado las medidas necesarias.
- ❑ Medusas: Se hará uso de salabardo o cualquier sistema parecido, evitando cualquier contacto con el animal
- ❑ Erizos de mar o similares: Se hará uso de guantes de protección
- ❑ Perros: Se evitará cualquier tipo de contacto y se avisará a la policía municipal o autoridad

BPXport



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

AGENTES BIOLÓGICOS

Contagio por atención a accidentado y/o público

Uso de calzado y ropa mojada

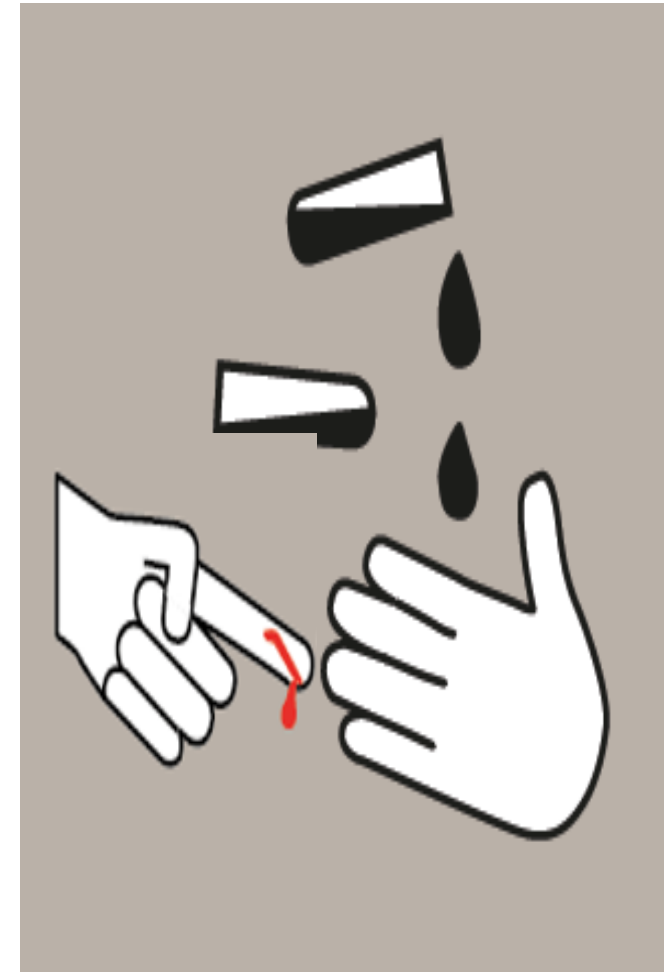
Falta de limpieza tanto de instalaciones como de usuarios

Consecuencias

Enfermedades infecciosas, micosis, dermatitis, urticaria, infecciones bacterianas

Medias Preventivas

- ❑ Vacunación preventiva (acudir a Unidad de Vigilancia de la Salud del SPA)
- ❑ En caso de atención a accidentado con contacto directo con fluidos corporales (sangre, saliva, ...) ponerse en contacto con la a Unidad de Vigilancia de la Salud del SPA. Usara guantes de látex y mascarilla
- ❑ Establecer procedimientos para el tratamiento de heridas y socorrismo de aguas abiertas
- ❑ Después de salir del agua secarse escrupulosamente permaneciendo húmedo el tiempo imprescindible. Tener especial cuidado con los pies.
- ❑ Emplear calzado adecuado para evitar resbalones y a su vez permita que el pie pueda secarse y permanecer seco la mayor parte del tiempo.
- ❑ No permanecer con el traje de neopreno más tiempo del necesario
- ❑ No consuma agua que no ofrezca garantías suficientes de potabilidad o salubridad según las Autoridades Sanitarias. Evite actuaciones innecesarias en zonas de agua estancada, contaminada por vertidos o en presencia de cadáveres de animales que hayan perecido durante riadas o inundaciones



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA POR OTROS AGENTES (DISFONIA VOCAL)

Causas

Elevar el tono de voz para hacerse oír

Cambios bruscos de temperatura, corrientes de aire, ambiente húmedo, etc.

Consecuencias

Afecciones de garganta, tos, tensión laríngea, afonía , lesiones en las cuerdas vocales

Medias Preventivas

- ☐ Procurar usar el silbato y megafonía.
- ☐ Respirar hondo para que entre la humedad necesaria al aparato respiratorio y fonador y empezar a hablar aun menor volumen y vocalizando más, moviendo más la lengua
- ☐ Respirar por la nariz y no por la boca para evitar que se reseque la laringe.
- ☐ Mantener el cuerpo relajado y que la respiración sea natural.
- ☐ Permitir que el abdomen y la zona intercostal se muevan libremente. No utilizar ropas excesivamente ajustadas.
- ☐ Proyectar la voz usando un soporte muscular adecuado e independiente de la garganta.
- ☐ Conocer los propios límites físicos en cuanto a tono e intensidad.
- ☐ Mantener el hábito postural, ya que, si no se mantiene una postura vertical, se limita una producción vocal.
- ☐ Mantener una posición para hablar de forma confortable, erguida y simétrica.
- ☐ Mantener la garganta relajada cuando se empieza a hablar



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

AGRESIONES

Causas

Agresiones físicas por parte de los usuarios a los socorristas

Consecuencias

Lesiones leves como heridas, aplastamientos fracturas, etc..

Medias Preventivas

- ❑ Estar en posesión de una formación adecuada para trabajar con personas con discapacidad.
- ❑ El personal debe estar suficientemente preparado para el cuidado de personas con discapacidad.
- ❑ Es necesario que las personas trabajadoras reciban formación para disponer de técnicas que mejoren las habilidades para afrontar situaciones agresivas, por ejemplo, técnicas de autoprotección frente a agresiones, manejo de usuarios/as agresivos/as en situaciones de desequilibrio emocional, provocaciones, técnicas de escucha activa, asertividad, reorientaciones de situaciones conflictivas, técnicas de detección de indicadores de posible conducta violenta (actitudes, vocabulario, gestos.), etc.
- ❑ En caso de que se produzca un robo, no perseguir al ladrón
- ❑ Llamar a la policía municipal o autoridad
- ❑ Aplicar el protocolo de actuación frente a conflictos



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

ACCIDENTES IN ITINERI

Es el accidente que sufre el trabajador al ir o al volver del lugar de trabajo a casa. También son considerados accidentes in itinere aquellos desplazamientos que se realizan dentro de la jornada laboral por cuestiones de trabajo

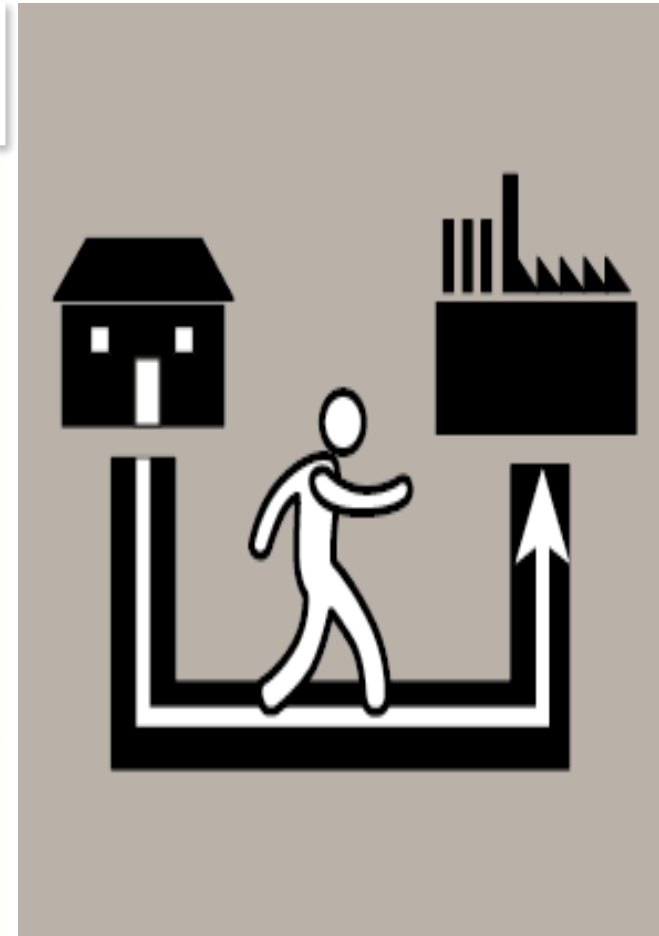
Medias Preventivas. PEATONES

- ❑ Utilizar siempre el trayecto más seguro.
- ❑ Caminar por las aceras y evitar caminar por sus bordes. Cruzaremos únicamente con el semáforo verde
- ❑ No cruzar distraídamente las calles. Hacerlo por los pasos señalizados.
- ❑ Mirar a la izquierda y derecha antes de cruzar la calzada.
- ❑ Obedecer todas las señales de tráfico y las indicaciones de los agentes.
- ❑ En las carreteras, ir caminando por nuestra izquierda y por el arcén.
- ❑ Si caminamos de noche por zonas mal iluminadas, llevaremos una linterna o un brazalete reflectante

Medidas Preventivas. VEHÍCULOS

- ❑ Utilizar siempre el trayecto más seguro. Respetar siempre las señales de tráfico.
- ❑ Abrocharse el cinturón de seguridad en el coche. Usar casco en moto y bici
- ❑ Revisar y mantener el vehículo en buen estado. Mantener la distancia de seguridad
- ❑ Prestar atención especial a los puntos críticos para la seguridad.
- ❑ Salir de casa con el tiempo suficiente. Si nos entra sueño, detendremos el vehículo y descansaremos.
- ❑ Avisar siempre con antelación suficiente antes de realizar una maniobra.
- ❑ Respetar siempre los límites de velocidad establecidos. No arriesgarse nunca en los adelantamientos
- ❑ No conducir después de haber consumido alcohol.

BPXport



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

USO DE MOTOS DE AGUA

Normas de uso

- ❑ Solo las personas autorizadas harán uso de las motos acuáticas
- ❑ Antes de usar la moto acuática, revisa el manual de usuario.
- ❑ Antes de cada uso se realizará una inspección visual del vehículo y del nivel de combustible.
- ❑ Uso obligatorio del chaleco salvavidas con silbato, casco y traje de neopreno.
- ❑ Uso obligatorio del dispositivo de parada de emergencia
- ❑ Salvo urgencia la conducción se hará de manera tranquila y segura.
- ❑ No exceder la capacidad máxima de personas indicadas en el manual
- ❑ Para el remolque de objetos/personas se hará uso de plataforma homologada.
- ❑ Solo se conducirá en horas diurnas.
- ❑ No navegar en el interior de un campo de regatas
- ❑ En caso de tener cualquier problema, no separarse de la moto, no intentar llegar a la costa a nado. hacer señales subiendo y bajando los brazos extendidos
- ❑ No acercarse a menos de 50 metros de otra moto, artefacto flotante, boya de señalización de submarinistas, buques o embarcaciones que no sea por razones de socorrismo.
- ❑ Para la vigilancia en zonas de baño, se aminorará la marcha de la moto lo mas posible y se extremar la precaución en la conducción.
- ❑ El repostaje de la moto de agua se realizará en la gasolinera del puerto



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

USO DE QUADS

BPXport

Normas de uso

- ❑ Conducir con prudencia, evitando la conducción temeraria
- ❑ Solo se conducirá en horas diurnas.
- ❑ El repostaje del quad se realizará en la gasolinera mas cercana.
- ❑ El transporte de material se realizará mediante remoque homologado y con la carga bien sujeta.
- ❑ Para realizar la conducción en playas, se aminorará la velocidad al mínimo posible realizando las maniobras lo mas lejos posible de la gente.
- ❑ No exceder la capacidad máxima de personas indicadas en el manual
- ❑ Tener al día las inspecciones periódicas
- ❑ El conductor debe llevar un casco homologado
- ❑ Queda terminantemente prohibido manipular cualquier tipo de máquina. En caso de avería se informará a al mando superior para su reparación por personal autorizado
- ❑ Disponer del permiso de conducción adecuado
- ❑ Vigilar el exceso de velocidad,
- ❑ No montar más personas de las que se indiquen en el manual de instrucciones
- ❑ Disponer de la experiencia suficiente
- ❑ Disponer de una autorización de uso de maquinaria por parte de BPXport. Queda terminantemente prohibido el uso de maquina sin dicha autorización



RIESGOS ESPECIFICOS. SOCORRISTA DE PLAYA

USO DE LANCHAS NEUMÁTICAS

Normas de uso

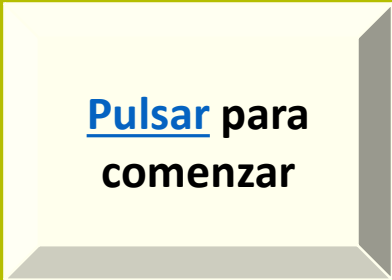
- ☐ Estar en posesión de una formación adecuada para trabajar con personas con discapacidad.
- ☐ Antes de usar la lancha, revisa el manual de usuario.
- ☐ Antes de zarpar, revisa el nivel de combustible
- ☐ Comprobar el hinchado correcto de la neumática (rígida, pero con suficiente elasticidad para que marques la mano si te apoyas)
- ☐ Comprobar que los cierres de aire estén bien y no dejan escapar aire
- ☐ Ajustar bien el motor por sus abrazaderas
- ☐ Uso obligatorio del chaleco salvavidas, casco y traje de neopreno.
- ☐ Uso obligatorio del dispositivo de parada de emergencia
- ☐ Conducir con prudencia, evitando la conducción temeraria, solo se conducirá en horas diurnas.
- ☐ No acercarse a menos de 50 metros de otra moto, artefacto flotante, boya de señalización de submarinistas, buques o embarcaciones que no sean de socorrismo.
- ☐ Para la vigilancia en zonas de baño, se aminorará la marcha de la moto lo mas posible y se extremar la precaución en la conducción.
- ☐ El repostaje de la lancha se realizará en la gasolinera del puerto o en la gasolinera mas cercana, transportando el deposito de la embarcación a la misma.
- ☐ No exceder la capacidad máxima de personas indicadas en el manual
- ☐ Disponer de una autorización de uso de maquinaria por parte de **BPXport**. Queda terminantemente prohibido el uso de maquina sin dicha autorización

BPXport



Gracias por tu tiempo

Accede a la realización del cuestionario a través de este link , cuando hayas finalizado pulsa enviar.



Pulsar para
comenzar