

## PROTECCIÓN CONTRA CAÍDAS DE ALTURA

### **UNE-EN 341:1997**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDA DE ALTURAS. DISPOSITIVOS DE DESCENSO.

### **UNE-EN 353-1:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. PARTE 1: DISPOSITIVOS ANTICAIDAS DESLIZANTES SOBRE LINEA DE ANCLAJE RIGIDA.

### **UNE-EN 353-2:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. PARTE 2: DISPOSITIVOS ANTICAIDAS DESLIZANTES SOBRE LINEA DE ANCLAJE FLEXIBLE.

### **UNE-EN 354:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. ELEMENTOS DE AMARRE.

### **UNE-EN 355:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. ABSORBEDORES DE ENERGIA.

### **UNE-EN 358:2000**

EQUIPO DE PROTECCION INDIVIDUAL PARA SUJECION EN POSICION DE TRABAJO Y PREVENCION DE CAIDAS DE ALTURA. CINTURONES PARA SUJECION Y RETENCION Y COMPONENTE DE AMARRE DE SUJECION.

### **UNE-EN 360:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. DISPOSITIVOS ANTICAIDAS RETRACTILES.

### **UNE-EN 361:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. ARNESES ANTICAIDAS.

### **UNE-EN 362:2005**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. CONECTORES.

### **UNE-EN 363:2002**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. SISTEMAS ANTICAIDAS.

### **UNE-EN 364:1993**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. METODOS DE ENSAYO. (VERSION OFICIAL EN 364:1992).

### **UNE-EN 365:2005**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. REQUISITOS GENERALES PARA INSTRUCCIONES DE USO, MANTENIMIENTO, REVISIÓN PERIÓDICA, REPARACIÓN, MARCADO Y EMBALAJE.

### **UNE-EN 795:1997**

PROTECCION CONTRA CAIDAS DE ALTURA. DISPOSITIVOS DE ANCLAJE. REQUISITOS Y ENSAYOS.

### **UNE-EN 813:1997**

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL PARA PREVENCION DE CAIDAS DE ALTURA. ARNESES DE ASIENTO.

## UNE-EN 1868:1997


EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL CONTRA CAIDAS DE ALTURA. LISTA DE TERMINOS EQUIVALENTES.

## UNE-EN 1891:1999

EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL PARA LA PREVENCION DE CAIDAS DE UNA ALTURA. CUERDAS TRENZADAS CON FUNDA, SEMIESTATICAS.

## MARCADO

Ejemplo de marcado:

<b>FABRICANTE</b> <i>High-G GmbH</i>	<b>PRODUCTO</b> <i>Arnés anticaídas</i>	
<b>Modelo y Tipo/Identificación:</b> <i>A111</i>	<b>Número de serie:</b> <i>5567/048</i>	<b>Norma(s) europea(s)</b> <i>EN 361</i>
		<i>(Siempre leer y seguir las advertencias e instrucciones de uso)</i>

## FICHA DEL EQUIPO

FICHA DEL EQUIPO				
PRODUCTO				
Modelo y tipo / Identificación	Marca Comercial		Número de Identificación	
Fabricante	Dirección		Teléfono, Fax, Correo electrónico y dirección URL	
Año de fabricación / fecha de caducidad	Fecha de compra		Fecha de primera puesta en servicio	
Otra información pertinente (por ejemplo número de documento)				
HISTÓRICO DE REVISIONES PERIÓDICAS Y REPARACIONES				
Fecha	Motivo (revisión periódica o reparación)	Defectos observados, reparaciones realizadas y otra información pertinente	Nombre y firma de la persona competente	Fecha prevista de la próxima revisión periódica

## INFORMACIÓN DE INTERÉS PARA EL USUARIO

Por razones de seguridad es vital que el personal que pretenda usar un equipo de protección individual, así como cualquier otro equipo para controlar los riesgos potenciales de caída asociados con el acceso, la escalada y el trabajo en altura sepa utilizarlos adecuadamente. Es esencial que se forme al personal, se le evalúe como competente y se le den instrucciones escritas que le permitan seleccionar, usar, mantener y llevar a cabo revisiones periódicas de los EPI u otros equipos correctamente, y que sea consciente de las limitaciones y precauciones a tomar, así como de los peligros de un mal uso.

## PAUTAS DE SEGURIDAD PARA TRABAJOS EN ALTURA

- Cualquier operación que se realice en lugares de trabajo que se encuentren a una altura superior a dos metros del suelo requiere del uso de sistemas y equipos de protección contra caídas, tanto colectivas como individuales.

- Tal y como establece la normativa, se primará la utilización de equipos de protección colectiva ante los equipos de protección individual.

- Se debe limitar en lo posible el tiempo de exposición al riesgo de caída, en este sentido se organizará el trabajo de manera que se limiten las operaciones en altura, realizando el máximo de trabajos en niveles inferiores.

- Para la realización de trabajos en altura, se requerirá la participación mínima de dos personas. Con el objetivo principal de garantizar la seguridad y posible asistencia inmediata en el caso de que se produzca un accidente.

- Los dispositivos anticaídas sobre línea de vida, tanto rígida como flexible, no son compatibles entre sí. Esto significa que para cada línea de vida necesitaremos su dispositivo específico, facilitado por el fabricante como un componente más del sistema. Por lo tanto, queda prohibida la utilización de dispositivos de marcas distintas a la de la línea de anclaje.

- Es muy importante mantener orden, limpieza y organización en el lugar de trabajo, especialmente cuando nos encontramos en altura. Esto facilitará el empleo de los equipos de protección, evitando errores y maniobras innecesarias, además de prevenir la caída de objetos y herramientas. Una zona de trabajo desordenada suele ser la causa más habitual de tropiezos y caídas al mismo nivel. Hay que tener en cuenta que una caída al mismo nivel, aparentemente sin consecuencias, producida en altura puede desembocar en una caída importante a distinto nivel.

- Tanto el ascenso como el descenso deberán realizarse con un ritmo pausado y uniforme. Esto evitará resbalones, fallos de coordinación y fatiga. No debemos dudar en pararnos a descansar a mitad de la estructura cuando nos sintamos cansados.

- Delimitar y señalizar la zona de trabajo, impidiendo el acceso a toda persona ajena a la misma o carente de los equipos de protección y formación necesarios.

- Con el objetivo de planificar de manera adecuada la prevención de riesgos de caídas, se establecerá un plan de trabajo específico para cada lugar de trabajo y tarea a realizar. Éste incluirá, al menos, las siguientes indicaciones:

- . Existencia de sistemas anticaídas instalados.
- . Necesidad de trabajos fuera de la línea de vida o fuera de protección colectiva.
- . Utilización de herramientas de mano.
- . Utilización de maquinaria o equipos de peso moderado.
- . Nº de personas necesarias en altura para realizar la tarea.

Estos datos nos ayudarán a determinar el sistema de seguridad más adecuado.

- Para realizar una tarea en un emplazamiento con riesgo de caída en altura, es importante saber qué equipos de protección van a ser necesarios y cuáles serán los más adecuados. Para ello, es necesario distinguir entre los equipos de protección individual comunes para cualquier situación de trabajo en altura o aquellos que varían en función de las características del emplazamiento.

## **USO ADECUADO DEL ARNÉS**

- a) Sujetar el arnés por la placa de la anilla "Dorsal".
- b) Introducir los brazos dentro de los tirantes del arnés sin retorcer las correas y ajustarlos utilizando los extremos libres.
- c) Introducir las piernas por las bandas que sujetan los muslos.
- d) Cerrar y ajustar el cinturón de sujeción a la cintura (si procede).
- e) Cerrar y ajustar la banda del pecho (si procede).
- f) Ajustar las bandas sujeta muslos de las piernas utilizando las hebillas hembras.
- g) El dispositivo anticaídas debe ir amarrado al elemento/s de enganche del arnés, de forma que se encuentre situado por encima del centro de gravedad corporal, aproximadamente delante del esternón, en ambos hombros o en la espalda del usuario.