

GUÍA *completa* DE SEGURIDAD LABORAL

EQUIPOS Y UNIFORMES

PARA TU PROTECCIÓN



CentralUniformes
SIEMPRE RESPONDE



Introducción

La seguridad en el trabajo es fundamental para prevenir accidentes y enfermedades laborales. En sectores como la construcción, la logística y la industria, donde los riesgos son elevados, es esencial contar con equipos y uniformes adecuados que cumplan con las normativas de seguridad. Esta guía proporciona una visión detallada de las regulaciones aplicables y ofrece recomendaciones específicas para seleccionar el equipo de protección personal (EPP) adecuado en cada sector.

En España, la seguridad y salud en el trabajo

están reguladas por diversas normativas que establecen las disposiciones mínimas que deben cumplir las empresas y trabajadores:

- Lley 31/1995, de 8 de noviembre:
de Prevención de Riesgos Laborales.
Establece el marco general para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores, definiendo derechos y obligaciones de empleadores y empleados.
- Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo:
Regula las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto 1627/1997, de 24 de octubre:
Establece las disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción.

Es esencial que tanto empleadores como trabajadores conozcan y apliquen estas normativas para garantizar un entorno laboral seguro y cumplir con la legislación vigente.

2

Equipos de Protección Personal EPP *Importancia y tipos*

Los EPP son elementos diseñados para proteger al trabajador de riesgos

que puedan amenazar su seguridad o salud en el trabajo. Su uso es esencial cuando los riesgos no pueden eliminarse completamente mediante otras medidas preventivas.

Importancia del EPP:

- Reducción de accidentes: Minimiza la exposición a riesgos físicos, químicos y biológicos.
- Cumplimiento legal: Su uso adecuado asegura el cumplimiento de las normativas laborales.
- Protección individual: Salvaguarda la integridad física del trabajador en situaciones de riesgo.

Tipos de EPP más comunes:

- Protección de la cabeza: Cascos de seguridad.
- Protección ocular y facial: Gafas y pantallas faciales.
- Protección auditiva: Tapones y orejeras.
- Protección respiratoria: Mascarillas y respiradores.
- Protección de manos: Guantes adecuados al riesgo específico.
- Protección de pies: Calzado de seguridad.
- Protección corporal: Ropa de trabajo, chalecos de alta visibilidad, arneses anticaídas.

2

Equipos de Protección Personal EPP

Importancia y tipos

Tipos de EPP más comunes:

Protección de la cabeza

Cascos de
seguridad



Protección ocular y facial

Gafas y pantallas
faciales



Protección auditiva

Tapones
y orejeras



Protección respiratoria

Mascarillas
y respiradores



Protección de manos

Guantes adecuados
al riesgo



Protección de pies

Calzado de
seguridad



Protección corporal

Ropa de trabajo, chalecos de alta
visibilidad, arneses anticaídas.

A. Sector de la Construcción

La construcción es una de las industrias con mayor índice de siniestralidad debido a la diversidad de tareas y riesgos asociados.

Riesgos Comunes:

- Caídas desde altura.
- Golpes por objetos o herramientas.
- Exposición a ruido y vibraciones.
- Contacto con materiales peligrosos.

EPP Recomendado:

- Casco de seguridad: Protege contra impactos y caídas de objetos.
- Protección ocular: Gafas de seguridad para evitar partículas proyectadas.
- Protección auditiva: Orejeras o tapones en ambientes ruidosos.
- Guantes: Adecuados según la tarea (anticorte, dieléctricos, etc.).
- Calzado de seguridad: Con puntera reforzada y suela antideslizante.
- Arnés anticaídas: Imprescindible para trabajos en altura.
- Ropa de alta visibilidad: Para ser detectado fácilmente en el entorno de trabajo.

Es fundamental que los trabajadores reciban formación sobre el uso correcto de estos equipos y que se realicen inspecciones periódicas para garantizar su buen estado.

B. Sector Logístico y de Almacenes

En el ámbito logístico, los trabajadores enfrentan riesgos relacionados con el manejo de cargas, operaciones con maquinaria y movimientos repetitivos.

Riesgos Comunes:

- Lesiones musculoesqueléticas por levantamiento de cargas.
- Accidentes con carretillas elevadoras y otros vehículos.
- Caídas al mismo nivel por superficies resbaladizas.

EPP Recomendado:

- Calzado de seguridad: Antideslizante y con protección en la puntera.
- Guantes: Para manipulación de mercancías y protección contra cortes.
- Faja lumbar: Ayuda a prevenir lesiones en la espalda durante el levantamiento de cargas.
- Protección auditiva: En áreas con altos niveles de ruido.
- Ropa de alta visibilidad: Especialmente en zonas donde operan vehículos.

Además del uso de EPP, es esencial implementar técnicas adecuadas de levantamiento y manipulación de cargas, así como señalizar correctamente las áreas de trabajo.

C. Sector Industrial

La industria abarca una amplia gama de actividades, cada una con sus propios riesgos específicos. Sin embargo, hay equipos de protección comunes aplicables a múltiples entornos industriales.

Riesgos Comunes:

- Exposición a sustancias químicas.
- Riesgo eléctrico.
- Contacto con maquinaria en movimiento.
- Ruido y vibraciones.

EPP Recomendado:

- Protección respiratoria: Mascarillas o respiradores adecuados al tipo de exposición.
- Protección ocular y facial: Gafas o pantallas faciales para evitar salpicaduras o impactos.
- Guantes: Resistentes a productos químicos o al calor, según la actividad.
- Calzado de seguridad: Aislante y con suela resistente a productos químicos.
- Ropa ignífuga o antiestática: Dependiendo del riesgo presente.
- Protección auditiva: En entornos con niveles de ruido elevados.

Es crucial realizar evaluaciones de riesgo específicas para cada puesto de trabajo y proporcionar formación continua a los empleados sobre las mejores prácticas de seguridad.

4

Mantenimiento y Revisión de *los* EPP

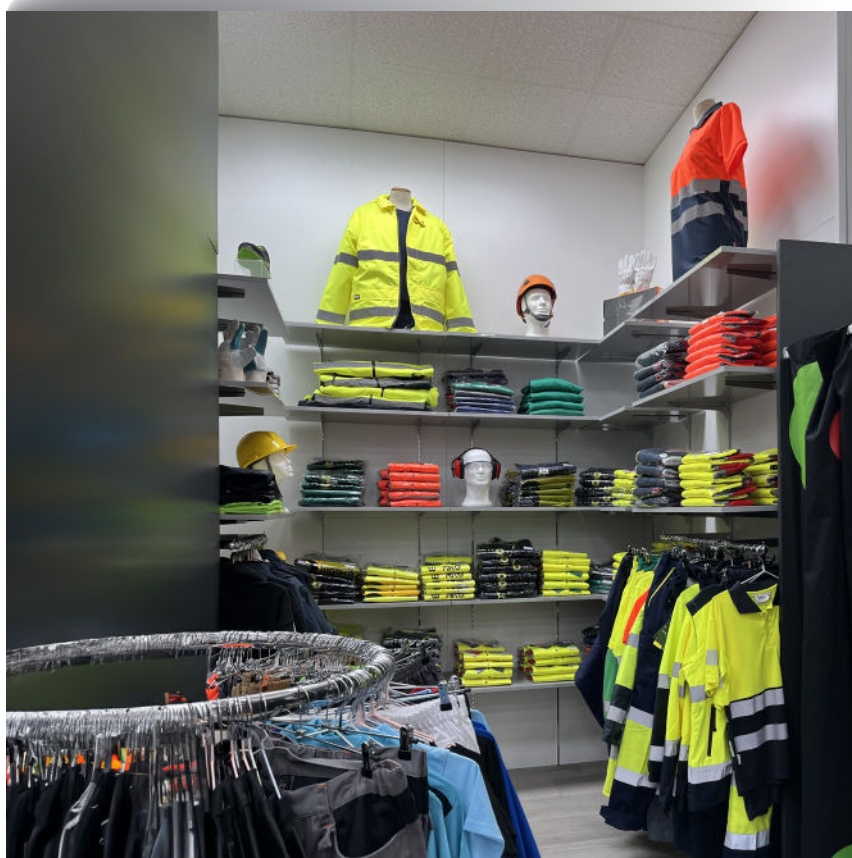
El correcto funcionamiento de los EPP

depende de su adecuado mantenimiento y revisión periódica.

Recomendaciones:

- Inspección regular: Antes y después de cada uso, verificar el estado del equipo.
- Limpieza adecuada: Seguir las instrucciones del fabricante para la limpieza y almacenamiento.
- Sustitución oportuna: Reemplazar los EPP que presenten daños o hayan superado su vida útil.

El compromiso es tanto de empleadores como de trabajadores.



5

Checklist: ¿Tu equipo y uniforme *garantizan* tu seguridad?

Antes de comenzar tu jornada laboral,

asegúrate de cumplir con esta lista:

1. ¿Tu uniforme cumple con la normativa vigente para tu sector (RD 773/1997, etc.)?
2. ¿Estás usando todo el equipo de protección personal obligatorio para tu función?
3. ¿Tus prendas y equipos están en buen estado, sin roturas ni desgastes?
4. ¿Tu calzado de seguridad tiene la suela intacta y la puntera reforzada sin deformaciones?
5. ¿Tu ropa de alta visibilidad sigue cumpliendo su función y no está descolorida?
6. ¿Sabes cómo utilizar y colocar correctamente cada EPP? (arnés, casco, protección auditiva...)
7. ¿Cuentas con un lugar adecuado para guardar tu uniforme/EPP al final del turno?
8. ¿Has recibido formación o actualización sobre los riesgos y medidas preventivas de tu puesto?

Conclusión

La seguridad no es negociable.

En sectores de alto riesgo como construcción, logística o industria, el uniforme y los equipos de protección personal son parte esencial de la jornada laboral. Invertir en buena uniformidad, garantizar que esté homologada, y formar parte activa de una cultura preventiva, no solo evita accidentes: salva vidas y mejora el rendimiento del equipo.

En Central Uniformes,

trabajamos con marcas especializadas y ofrecemos asesoramiento técnico para que tanto empresas como trabajadores cuenten con el equipo adecuado, homologado y adaptado a las condiciones reales de trabajo.

Tienes *alguna*
DUDA?

Nuestro **equipo**
de especialistas *en*
UNIFORMIDAD LABORAL
está aquí para ayudarte

 **952 007 017**

peninsula.centraluniformes.com

Desde **MÁLAGA**
para **TODA ESPAÑA**

Calle París 35,
29006 Málaga