

Información sobre la Prevención de Riesgos Laborales en la Universidad de La Rioja

INFORMACIÓN GENERAL



UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales



INFORMACIÓN GENERAL SOBRE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
EN LA UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

ÍNDICE

Objetivo	3
Funciones y responsabilidades del Comité de Seguridad y Salud	4
Funciones y responsabilidades de los Delegados de Prevención	5
Funciones y responsabilidades del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales	6
Derechos y obligaciones de todos los trabajadores en prevención de riesgos laborales	7
Normas generales de actuación en prevención de riesgos laborales	8
Vigilancia de la salud	9
Formación de los trabajadores	9
Trabajadores sensibles	10
Mujeres embarazadas	10
Actuación ante emergencias	11
Responsabilidades de todos los ocupantes	11
Actuaciones al detectar una emergencia	11
Actuaciones en caso de evacuación	12
Recomendaciones para la prevención de emergencias	13
Actuaciones ante un accidente con daño personal	14

OBJETIVO

A través de este documento queremos informarle de:

- La organización de la prevención de riesgos laborales en la Universidad de La Rioja
- Los derechos y deberes de todos los trabajadores en materia de Seguridad y salud Laboral.
- Información útil sobre vigilancia de la salud, formación, trabajadores sensibles y mujeres embarazadas.
- Las medidas de emergencia a seguir ante accidentes, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores.

Nuestro deseo es que esta información le sirva de ayuda.

Ante cualquier duda o sugerencia póngase en contacto con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

Teléfonos: 941 299 505 / 506

mailto: prevencion.riesgos@unirioja.es

Estaremos encantados de recibir su colaboración para mejorar las condiciones de trabajo y salud laboral en la Universidad de La Rioja

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD

Según el artículo 38 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el Comité de Seguridad y Salud es el órgano paritario y colegiado de participación destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la empresa en materia de prevención de riesgos.

El Comité está formado por los delegados de prevención, de una parte, y por el empresario y/o sus representantes, en número igual al de los delegados de prevención, de la otra. Las competencias y facultades del Comité de Seguridad y Salud se establecen en el artículo 39 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.

El Comité de Seguridad y Salud de la Universidad de La Rioja se constituye el día 28 de abril de 1997. Actualmente está formado por 4 Delegados de Prevención y 4 representantes de la Universidad. El presidente del Comité de Seguridad y Salud es el Rector y tiene delegada esta función en el Gerente.

El Comité de Seguridad y Salud de la UR, dentro de sus actividades y competencias, participa en la elaboración, puesta en práctica, evaluación y revisión de los planes y programas de prevención de riesgos, recibiendo información sobre las actividades que se desarrollan, y aprobando, en su caso, los informes y procedimientos que elaboran los técnicos del Servicio de Prevención.

Del mismo modo, el Comité de Seguridad y Salud ha de promover iniciativas sobre métodos y procedimientos para la efectiva prevención de los riesgos, proponiendo cualquier mejora de las condiciones o corrección de las deficiencias existentes.

Los técnicos del Servicio de Prevención, otros miembros de la UR y personal externo pueden participar en las reuniones del Comité como asesores, con voz pero sin voto.

El Comité se rige conforme a lo dispuesto en la legislación vigente y en su reglamento de régimen interno, aprobado el 5 de diciembre del 2000 por la Junta de Gobierno y modificado por Consejo de Gobierno el 25 de enero de 2007 y se reúne de forma ordinaria trimestralmente.

Más información en:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdi_pas/css_componentes.shtml

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DE LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN

Son los representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos laborales.

Los Delegados de Prevención, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 35.4 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, serán designados por los representantes del personal con presencia en los ámbitos de participación del personal y entre, por una parte, aquellos funcionarios que sean miembros de la Junta de Personal correspondiente (Docente e Investigador o Administración y Servicios) y, por otra, los representantes del personal laboral miembros del Comité de Empresa. La designación se hará de acuerdo con los criterios que cada órgano unitario determine.

El número de los Delegados de Prevención que podrán ser designados para cada uno de ambos colectivos de personal se ajustará a la escala establecida en el artículo 35.2 de la Ley 31/1995, que para el caso de la Universidad de La Rioja es de cuatro delegados, actualmente dos pertenecen a la Junta de Personal Docente e Investigador, uno a la Junta de Personal de Administración y Servicios y uno al Comité de Empresa.

Los delegados de prevención, designados de entre los representantes de los distintos colectivos de trabajadores de la Universidad de La Rioja tendrán los derechos y obligaciones que se les confieren por la legislación vigente (artículo 35 y siguientes de la Ley 31/95).

Sus competencias y facultades se establecen en el artículo 36 de la misma ley.

Los delegados de prevención guardarán el debido sigilo profesional tal como se dispone en el artículo 37 de la misma Ley.

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Según el Reglamento de los Servicios de Prevención (RD 39/97 de 17 de enero), la Universidad de La Rioja debe tener un Servicio de Prevención propio que constituya una unidad organizativa específica y sus integrantes se dediquen de forma exclusiva en la UR a la prevención de riesgos laborales.

El SPRL de la UR cuenta con tres de las disciplinas preventivas contempladas en el RD 37/97, desarrolladas por personal técnico de la Universidad adscrito al Servicio:

- Ergonomía y Psicología Aplicada: tiene asignado 1 técnico superior que es asimismo el Responsable del Servicio
- Seguridad en el Trabajo: tiene asignado 1 técnico superior
- Higiene Industrial: tiene asignado 1 técnico superior

Estos técnicos actúan de forma coordinada, en particular en relación con las funciones relativas al diseño preventivo de los puestos de trabajo, la identificación y evaluación de los riesgos, los planes de prevención y los planes de formación de los trabajadores.

Los integrantes del Servicio de Prevención realizarán las funciones de acuerdo a su cualificación según indica la reglamentación vigente.

La especialidad de Medicina del Trabajo se concierta con un Servicio de Prevención Ajeno que actúa de forma coordinada y multidisciplinar con el Servicio de Prevención Propio de la UR.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales es la unidad de carácter técnico destinada a proporcionar a la Universidad de La Rioja el asesoramiento y apoyo precisos en materia de Prevención de Riesgos Laborales; la implantación y cumplimiento de las medidas preventivas es responsabilidad de todas las unidades de la Universidad.

Sus funciones son:

- Diseño, colaboración y asesoramiento en la implantación del Plan de Gestión de Riesgos Laborales de la Universidad de La Rioja.
- Evaluación inicial de los riesgos que puedan afectar a la seguridad y salud de los trabajadores y su actualización periódica a medida que se alteren las condiciones de trabajo.
- Propuesta de la planificación de la actividad preventiva, incluyendo la determinación de las prioridades en la adopción de las medidas preventivas adecuadas y vigilar su eficacia.
- Diseño, colaboración y asesoramiento de los planes de actuación ante casos de emergencia y de riesgo grave e inminente.
- Vigilancia la salud del personal en relación con los riesgos derivados del trabajo desempeñado.
- Formación e información de los trabajadores dirigidas a un mejor conocimiento, tanto del alcance real de los riesgos derivados del trabajo como de la forma de prevenirlos y evitarlos.

La dirección del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales es:

Edificio ITA – Avenida de la Paz, 107

Teléfonos: 941 299 505 / 506

e-mail: prevencion.riesgos@unirioja.es

DERECHOS Y OBLIGACIONES DE TODOS LOS TRABAJADORES EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Todo trabajador tiene derecho a:

- La protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo.
- Ser informado de forma directa e individualizada de los riesgos específicos de su puesto de trabajo y de las medidas de protección y prevención de dichos riesgos, así como de las medidas de emergencia existentes.
- Recibir formación en materia preventiva.
- Vigilancia periódica del estado de salud.
- Ser consultados y a participar en las cuestiones que afectan a las condiciones de seguridad y salud a través de los representantes legales (Delegados de Prevención).
- Utilizar los equipos de trabajo adecuados para el trabajo que deba realizar.
- Que le sean facilitados los Equipos de Protección Individual adecuados a la tarea y a los riesgos que esta comporta.
- Interrumpir la actividad y a abandonar el lugar de trabajo en caso de riesgo grave e inminente.
- Protección específica de trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos.
- Protección de la maternidad. Derecho a que se adapten las condiciones o el tiempo de trabajo a las necesidades de las trabajadoras embarazadas o en situación de parto reciente.
- Protección a los menores.
- Protección de los trabajadores con contratos temporales o de los contratos por empresas de trabajo temporal

Las Obligaciones del trabajador en esta materia son:

- Todo el personal de la Universidad de La Rioja que tenga trabajadores o estudiantes bajo su responsabilidad velará por la seguridad y la salud de los mismos según sus posibilidades y mediante el cumplimiento de las medidas de prevención que en cada caso sean de aplicación.
- Velar, según sus posibilidades y mediante el cumplimiento de las medidas de prevención que en cada caso sean de aplicación, por su propia salud en el trabajo y por la de aquellos compañeros a los que pueda afectar su actividad profesional.
- Usar adecuadamente, de acuerdo con su naturaleza y los riesgos previsibles, las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte y, en general, cualesquiera otros medios con los que desarrolle su actividad.
- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados de acuerdo con las instrucciones recibidas.
- No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes en el lugar de trabajo.
- Informar a su superior y/o al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales acerca de cualquier situación que, a su juicio y por motivos razonables, entrañe un riesgo para la seguridad y la salud.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud.
- Cooperar con la Universidad para que se puedan garantizar condiciones de trabajo seguras y saludables.
- Seguir las recomendaciones correspondientes al Plan de Emergencias y participar en los Equipos de Emergencia de su edificio.

De acuerdo con la Ley, el incumplimiento por los trabajadores de las obligaciones en materia de prevención de riesgos tendrá la consideración de incumplimiento laboral a los efectos previstos en el Estatuto de los Trabajadores o de falta, en su caso, conforme a lo establecido en la correspondiente normativa sobre régimen disciplinario de los funcionarios públicos o del personal estatutario al servicio de las Administraciones Públicas.

NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Además de cumplir lo indicado en el apartado anterior, de conformidad con la formación y las instrucciones recibidas, los trabajadores deberán tener en cuenta las siguientes medidas de necesaria adopción para la prevención de los riesgos existentes en sus puestos de trabajo:

- Adoptar y cumplir todas las disposiciones normativas en materia de prevención de riesgos laborales, incluidas las elaboradas por la propia Universidad de La Rioja en relación con la ejecución de los distintos trabajos desarrollados en la misma.
- Utilizar los equipos de protección individual conforme al fin para el que fueron diseñados, según lo dispuesto en el Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Conocer las medidas de emergencia en caso de incendio, aviso de bomba y accidente o enfermedad de necesaria aplicación en cada caso.
- Conservar correctamente las instalaciones de los centros de trabajo, prestando especial atención al mantenimiento del orden y la limpieza en todas las zonas donde se lleven a cabo los distintos trabajos.
- Interrumpir la actividad en caso de riesgo grave e inminente y, si es necesario, abandonar el lugar de trabajo, comunicando inmediatamente al superior jerárquico correspondiente las circunstancias que justifican dicha acción.
- Usar adecuadamente, según los riesgos previsibles, las máquinas, equipos de trabajo o sustancias peligrosas necesarias para el desarrollo de la actividad, sin manipular ni anular los dispositivos de seguridad que puedan existir.
- Respetar las señalizaciones instaladas en las zonas de trabajo y no obstaculizar las vías de evacuación, áreas de circulación, puertas de salida, así como el acceso a los medios de protección contra incendios existentes.
- Comunicar de inmediato al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales cualquier riesgo, accidente o incidente detectado o acaecido, así como cualquier situación de emergencia susceptible de afectar a la salud o la seguridad de los trabajadores.
- Observar un comportamiento adecuado que evite la generación de riesgos para el propio trabajador, sus compañeros o terceras personas, así como en relación con los bienes y equipos propiedad de la Universidad.

VIGILANCIA DE LA SALUD

El Servicio de Vigilancia de la Salud de la Universidad de La Rioja está contratado con un Servicio de Prevención Ajeno. Dentro de este servicio de vigilancia y promoción de la salud de todos los trabajadores se realizan exámenes médicos individualizados.

Todo trabajador en el inicio de su contrato podrá hacer, voluntariamente, un reconocimiento médico inicial.

Anualmente se ofertaran reconocimientos médicos.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales informa previamente del inicio de estos exámenes mediante correo electrónico. Todos los trabajadores de la Universidad de La Rioja que deseen realizarlos podrán solicitarlos y se les asignará la cita correspondiente.

Los exámenes médicos se realizan en las consultas de Vigilancia de la Salud que se encuentran en el edificio ITA.

Los exámenes de salud incluyen como parte general común a todos los trabajadores un **reconocimiento básico para todos los puestos de trabajo** que comprende:

Anamnesis:

· Historia laboral, antecedentes médico-quirúrgicos, hábitos de vida.

Exploración médica:

· Exploración General: peso, talla, tensión arterial, pulso, etc.

· Exploración Física: inspección general y auscultación cardiopulmonar.

· Exploración Neurológica y de aparato locomotor: reflejos, alteraciones de la marcha y estática, etc.

Analítica:

· Análisis sistémico de sangre: series roja y blanca y control bioquímico.

· Análisis sistémico de orina

Pruebas complementarias:

· Control de agudeza visual, otoscopia y audiometría.

· Evaluación broncopulmonar, electrocardiograma, espirometría y dinamometría, según criterio médico.

Protocolos médicos específicos

Estos exámenes generales se complementarán, según el riesgo a que se encuentre expuesto cada trabajador, con la aplicación de protocolos médicos específicos:

· Trabajos con Pantallas de Visualización de Datos

· Postura forzadas

· Manipulación de cargas

· Ruido

· Plaguicidas

· Vibraciones

· Conductores

· Agentes biológicos

· Exposición de radiaciones

Exploraciones médicas especializadas:

Si se consideran necesario a partir de las pruebas realizadas o a instancia del propio interesado, podrán solicitarse exploraciones en Oftalmología, Otorrinolaringología, Cardiología, Urología y Ginecología.

Más información en: http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdi_pas/sl_recmédicos.shtml

FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES

Se oferta formación en prevención de riesgos laborales a:

- Personal Docente e Investigador, dentro de la oferta formativa que cada curso organiza el Vicerrectorado de Profesorado y Ordenación Académica.
- Personal de Administración y Servicios, dentro de la oferta formativa que cada año organiza el Servicio de Personal y Retribuciones.
- Personal que se inicia en labores investigadoras en laboratorios.
- Alumnos, se organiza al inicio de cada curso formación sobre riesgos en laboratorios o talleres.

Más información en: http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdi_pas/for_pdi.shtml

TRABAJADORES SENSIBLES

Trabajador especialmente sensible es aquel en el que sus condiciones de salud, estado biológico, situación de discapacidad o cualquier otra causa, den lugar a una especial sensibilidad ante las condiciones del trabajo que desarrolla habitualmente.

La detección de estos trabajadores puede ser por tres vías:

- Por comunicación del propio interesado.
- Por el Servicio de Vigilancia de la Salud durante los reconocimientos médicos.
- Por los Técnicos de Prevención

Una vez detectada la situación se deberá realizar:

- **Análisis preliminar por parte del Servicio Médico.**
- **Adaptación del puesto de trabajo:** En el caso en que existan evidencias de sensibilidad especial, se analizarán las condiciones de trabajo para realizar las necesarias adaptaciones. Si no existe la posibilidad de adaptación, se estudiará un cambio de puesto de trabajo.

MUJERES EMBARAZADAS

Si estás embarazada o en periodo de lactancia y crees que en tu puesto de trabajo existen riesgos para tu salud o la de tu hijo, **comunicalo al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.**

Tras la comunicación realizaremos, junto con el Servicio de Vigilancia de la Salud, un análisis de las condiciones de tu puesto de trabajo y ante una situación de persistencia del riesgo, se adoptaran las medidas necesarias para evitar la exposición al mismo.

¿CUALES SON LOS FACTORES DE RIESGO PARA LA MATERNIDAD MAS FRECUENTES?

La siguiente lista incluye, de forma no exhaustiva, algunos de los factores de riesgo laborales que pueden suponer un peligro para la salud de las mujeres embarazadas, que han dado a luz recientemente o, en periodo de lactancia.

FÍSICOS: Choques, vibraciones, movimientos repetitivos, posturas y desplazamientos, el manejo manual de cargas, el ruido, las radiaciones, el frío y el calor extremos.

BIOLÓGICOS: la exposición a agentes biológicos de los grupos 3 ó 4 y a ciertos agentes biológicos del grupo 2 que pueden tener efectos conocidos especialmente importantes sobre la madre y el feto.

QUÍMICOS: Se incluyen aquellos productos químicos con toxicidad para el desarrollo, los mutagénicos y los cancerígenos, así como plomo, mercurio, plaguicidas y pesticidas, etc.

PSICOSOCIALES Y ERGONÓMICOS: Trabajo a turnos, trabajar siempre de pie, siempre sentada o en posturas forzadas, el trabajo en solitario, las demandas de trabajo (sobrecarga de trabajo, ritmo impuesto, etc.)

Una vez evaluado el puesto y si se detectan riesgos para la madre, el feto o la lactancia. Las medidas a aplicar son las siguientes:

Adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo:

Si las adaptaciones consiguen eliminar los factores de riesgo, esta debe ser la primera elección.

Cambio de puesto de trabajo:

Si la adaptación no fuera posible o, a pesar de las adaptaciones, se mantuviera el riesgo; se estudiaría un cambio de puesto o de funciones de manera que éstas sean compatibles con el estado de la trabajadora.

Suspensión de contrato por riesgo:

Si la adaptación o cambio de puesto no resultara técnica u objetivamente posible, podrá declararse el paso de la trabajadora a la situación de **SUSPENSIÓN DEL CONTRATO POR RIESGO DURANTE EL EMBARAZO o LACTANCIA NATURAL** y tendrá derecho a percibir el correspondiente subsidio.

Esta suspensión se mantendrá mientras persista la imposibilidad de reincorporarse a su puesto anterior o a otro compatible con su estado.

Más información en: http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdi_pas/sl_embarazadas.shtml

ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS

Responsabilidades de todos los ocupantes

Lograr que nuestra Universidad sea segura es un derecho y un deber de toda la comunidad universitaria que redunde en beneficio de todos sus integrantes.

La seguridad y la autoprotección es por tanto una tarea de todos que exige nuestra participación y responsabilidad en el trabajo diario.

A todos los miembros de la comunidad universitaria nos corresponde:

- Comportarnos de modo responsable para nuestra seguridad y la de los demás, esforzándonos en reducir los riesgos.
- Conocer y observar las medidas de prevención y de protección básicas para evitar las condiciones inseguras que puedan desembocar en situaciones de emergencia.
- Familiarizarnos con nuestros edificios y con sus medidas de seguridad, en particular con las vías de evacuación, los elementos de lucha contra incendios y con las condiciones de riesgo.
- Conocer y observar las normas y recomendaciones generales frente a las emergencias.
- Colaborar en todo lo que nos sea solicitado por los equipos de emergencia.
- Informar al personal de la Universidad: profesores, personal de Conserjería, etc. de cualquier anomalía, incidencia o situación de riesgo o emergencia observada.

Actuaciones al detectar una emergencia

Si eres personal de la UR y detectas una emergencia (fuego, accidente o cualquier otra circunstancia que requiera una rápida intervención), debes

Valorar si:

- La situación es fácilmente controlable
- El riesgo no es excesivo
- Cuentas con la formación y el equipamiento adecuados.

En ese caso **intenta controlar la situación**. Actuar en el inicio puede minimizar las consecuencias del incidente.

Una vez controlada la situación informa **siempre** de lo sucedido en Conserjería.

Pero recuerda:

- Si la situación no se puede controlar.
- Si no puedes actuar de forma segura y dejando a tus espaldas una salida.
- Si no cuentas con el equipo o la formación adecuados.

No intentes actuar, lo primero es tu seguridad.

Si decides que no es conveniente actuar o no consigues controlar el incidente:

1º. Evacua a los alumnos u ocupantes que se encuentren en el local. **No olvides cerrar la puerta.**

2º. Si la situación es grave y es necesario actuar rápido:

- Acciona el **pulsador de alarma** más próximo
- Llama a Emergencias: ☎ 112
- Informa lo antes posible a **CONSERJERÍA** (es el centro de operaciones de los Equipos de Emergencias)

3º. **Si la situación no requiere actuación urgente informa de la misma a Conserjería**

4º. Una vez han acudido los equipos de emergencia, colabora en lo que te soliciten o evacua y permanece en algún punto en el que no interfieras las actuaciones de control de la emergencia.

RECUERDA: LO PRIMERO ES TU SEGURIDAD. UTILIZA EL SENTIDO COMÚN: NO TE ARRIESGUES INÚTILMENTE, NI COMETAS IMPRUDENCIAS

NORMAS PARA LA UTILIZACIÓN DE UN EXTINTOR PORTÁTIL

- ✓ Asegúrate de que no corres peligro.
- ✓ Rompe el precinto y retira el seguro.
- ✓ Apunta la boquilla hacia la base del fuego.
- ✓ Aprieta el gatillo manteniendo el extintor en posición vertical.
- ✓ Mueve la boquilla de lado a lado lentamente, siempre cubriendo el fuego por la base.
- ✓ No dejes nunca que el fuego se interponga entre tú y la salida.

Actuaciones en caso de evacuación

Nota: recuerda que según edificios la señal acústica de evacuación puede variar (en el edificio Vives no existe señal acústica de evacuación y en el CCT existe señal de alerta y señal de evacuación)

Recuerda: si en el momento de la evacuación eres el responsable de una clase o de un laboratorio, debes coordinar la evacuación de los alumnos del mismo y hacer que cumplan estas normas.

Cuando escuches la SEÑAL ACÚSTICA DE EVACUACIÓN debes:

Antes de salir:

- Pon en situación de seguridad los equipos, instalaciones u operaciones que estés realizando.
- Calma e informa de la situación a los alumnos o al personal bajo tu responsabilidad.
- Cierra ventanas y puertas del local

Todo ello siempre que se pueda hacer con seguridad y no pueda generar graves consecuencias.

Durante la salida del edificio:

- Sigue siempre las instrucciones de los Equipos de Emergencia.
- Mantén el orden y la calma: no grites, no corras, ni empujes.
- Sal en fila india a paso ligero, pero sin correr, y por la derecha de los pasillos
- No retrocedas **NUNCA**, ni recojas objetos que puedan entorpecer tu evacuación o la de los demás.
- Ayuda a salir a las personas con dificultades
- Si tienes conocimientos para ello socorre a los heridos
- **NUNCA** utilices los ascensores durante un incendio
- Si hay mucho humo, camina agachado y, si es posible, respira a través de un trapo húmedo (el humo es tan peligroso como el fuego).
- Si el incendio ya se ha propagado, antes de abrir cualquier puerta comprueba que no esté caliente, si lo está es probable que haya fuego al otro lado: no la abras, **BUSCA OTRA SALIDA**.

Una vez fuera del edificio:

- Aléjate del área incendiada y reúnete en el **Punto de encuentro** del edificio en el que estés con cuidado de no obstaculizar los accesos al edificio ni la labor de los equipos de emergencia.
- **Id agrupándoos por:**
 - **Aulas:** los profesores y alumnos que estuvieran en clase
 - **Laboratorios:** los profesores y alumnos que estuvieran en prácticas
 - **Departamentos:** resto del PDI, becarios u otro personal que esté trabajando en despachos o laboratorios
 - **Cursos:** alumnos que en ese momento no se encuentren en clase o en prácticas..
- Esperad fuera hasta que el personal de los equipos de emergencia indique que se puede volver a entrar y mientras tanto:
 - **Nunca**, bajo ninguna circunstancia, vuelvas a entrar al edificio, ni abandones el grupo evacuado en el que te encuentres.
 - **No obstaculices** las actividades de los Equipos de Emergencia
 - **No muevas tu coche**, podrías obstaculizar la llegada de vehículos de socorro.

Sigue sus instrucciones y colabora en todo lo que se te soliciten los equipos de emergencia

Recomendaciones para la prevención de emergencias

IMPORTANTE: Si vas a realizar cualquier operación que pueda dar **señal de falsa alarma** en la Central de Incendios porque genere polvo, humo o vapor; consulta antes a los Auxiliares de Servicios Generales y sigue sus instrucciones.

- **Sigue** las instrucciones de seguridad adecuadas según las operaciones y tareas que realices.
- **Mantén despejadas y sin obstáculos** las salidas y vías de evacuación y los medios de extinción
- **Las puertas cortafuegos** deben permanecer cerradas y, sobre todo, no obstaculizadas por cuñas u otros objetos.
- **No uses** para entrar o salir del edificio, salvo en caso necesario, las puertas de uso exclusivo para emergencias.
- **Informa** de las irregularidades que veas: salidas obstruidas, señales mal colocadas o que faltan, etc. a los Auxiliares de Servicios Generales
- **Respeta la prohibición de fumar** en todos los locales y dependencias de la UR
- **Familiarízate con tu edificio:** salidas y recorridos de evacuación, medios de extinción y zonas potencialmente peligrosas
- **Mantén el orden y la limpieza:** los desperdicios son un potencial peligro de incendios y los accesos y los pasillos deben permanecer libres de obstáculos
- **Productos inflamables:**
 - Almacena el mínimo posible y siempre en recipientes cerrados y sitios ventilados.
 - Mantén estos productos lejos de focos de calor o chispas y de llamas.
 - Neutraliza de manera adecuada los derrames.
 - Respeta siempre las instrucciones de la etiqueta y de la ficha de seguridad.
 - Respeta la separación entre productos incompatibles.
 - En caso de trasvase aplica las medidas de seguridad necesarias, utiliza recipientes adecuados y garantiza que se mantenga el etiquetado.
- **Instalación eléctrica:**
 - Si detectas cualquier anomalía en las instalaciones eléctricas o de protección contra incendios comunícalo a la Oficina Técnica de Obras e Infraestructuras o a los Auxiliares de Servicios Generales.
 - No realices operaciones de mantenimiento que deban ser realizadas por especialistas.
 - Evita el uso de multiconectores o alargaderas para evitar sobrecargar los circuitos eléctricos.
 - Racionaliza el uso de los aparatos, redistribúyelos o solicita instalación de circuitos adicionales.
 - Antes de salir de tu trabajo **revisa** tu puesto y desconecta aquellos aparatos eléctricos en que esto sea posible.
- **Ten a mano los teléfonos para emergencias**

Más información en:

Actuación de personal de la UR ante emergencias:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdi_pas/em_actuaciones.shtml

Folleto de actuaciones ante una emergencia del personal de la UR:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/folleto_ee_pdi.pdf

Teléfonos de emergencia:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/telefonos_emergencia_ex.pdf

Flujograma de actuación ante emergencias:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/flujograma_gral.pdf

Cómo manejar un extintor:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/manejo_extintores.pdf

Qué tipo de extintor utilizar:

http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/tipos_extintores.pdf

Actuaciones ante un accidente con daño personal

1. PROTEGER: Después del accidente puede persistir el peligro que lo origino. Necesitamos hacer seguro el lugar, tanto para el accidentado como para nosotros.

Si hubiera algún peligro, aléjelo de usted y del accidentado. De no ser posible aleje al accidentado del peligro.

2. AVISAR: comuniqué la emergencia. Recuerde: **112 Teléfono de Emergencias**

3. SOCORRER: actúe rápidamente, pero sin precipitación. No mueva al accidentado sin conocer las posibles lesiones. Permanezca sereno y tranquilice al accidentado hasta que llegue ayuda sanitaria. Haga sólo lo que sabe hacer. Comunicar lo ocurrido a **Conserjería** para que a la llegada de la ayuda se les acompañe y no se pierda tiempo.

ACCIDENTE GRAVE

Llamar a **Emergencias: 112** (desde teléfonos de la UR es necesario **marcar primero el 0**) e informar a la Conserjería del edificio para que estén atentos a la llegada de las ayudas externas.

Mientras llega la ayuda, tranquilizar al herido y, sólo si se tienen conocimientos prestar los primeros auxilios.

ACCIDENTE LEVE

Prestar los primeros auxilios (hay botiquines en todos los edificios, si hay dudas consultar en Conserjería), informar a la Conserjería y, si es necesario, informar al accidentado sobre el centro sanitario al que debe dirigirse.

ALUMNOS (menores de 28 años)

Seguro escolar

- ✓ Hospital San pedro: 941 297 500
- ✓ Otros hospitales y centros de salud de la Sanidad Pública.

Para información sobre prestaciones: Dirección Provincial del INSS - Tfno.: 941 27 60 00

PERSONAL UR DEL RÉGIMEN DE SEGURIDAD SOCIAL

1. Si el accidente de trabajo no es grave y no requiere atención urgente, contacte con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales para que se le entregue el volante de asistencia para la Mutua. Teléfonos: 941 299 505 / 506.

2. Acuda al Centro Asistencial Fremap con el volante de asistencia.

3. Si el accidente de trabajo se produce fuera del horario de los Centros Asistenciales Fremap y no se puede esperar o es muy grave y urgente, acuda al HOSPITAL LOS MANZANOS - Tfno.: 941 49 94 90 y contacte luego con la oficina de Fremap, donde le asesorarán sobre las actuaciones a seguir.

3. Si el accidente de trabajo se produce fuera de La Rioja y no conoce el Centro Asistencial Fremap más cercano, puede llamar a "FREMAP ASISTENCIA" en el teléfono 900 61 00 61 (servicio 24 horas), donde le indicaran el procedimiento a seguir y le facilitaran los medios de traslado al lugar más conveniente.

Si el accidente de trabajo se produce fuera de España contactar con "FREMAP ASISTENCIA INTERNACIONAL" en el teléfono 34 91 5811809, donde le informarán del centro sanitario al que acudir.

Direcciones de Mutua FREMAP

LOGROÑO - Avda. Solidaridad, 68-70 Bajo - Teléfono: 941 240 599

Lunes a Viernes: de 8 a 20 horas y Sábados: de 9 a 13 horas

ARNEDO - Paseo de la Constitución, 32 - Teléfono: 941 383 352

Lunes a Viernes: de 9 a 13 horas y de 15,30 a 17 horas y Sábados: de 9 a 12 horas

PERSONAL UR RÉGIMEN DE MUFACE

Ponerse en contacto con la **compañía** que cubra las contingencias del trabajador.

Teléfono MUFACE de La Rioja: 941 75 05 00

Todas las Entidades Aseguradoras prestan Asistencia Médica de Urgencias y Hospitalización en:

- Clínica los Manzanos - C/ Hermanos Maristas s/n (acceso por Avenida de Madrid) - Teléfono: 941 49 94 90
- Hospital San Pedro - Teléfono: 941 298 000

IMPORTANTE: De todos los accidentes se debe informar a:

- La **Conserjería** en cuanto sea posible, para que colaboren en la atención al herido y en la recepción de la ayuda.
- Al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales para que haga la investigación del mismo

Más información en: http://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdi_pas/em_accidentes.shtml