

2025

Confederación de
empresarios Melilla.



GUÍA DE UTILIZACIÓN DE EPIS Y SU NORMATIVA EN CONSTRUCCIÓN.

Descripción eficaz sobre el uso y normativa de los Epi´s necesarios en hostelería y su normativa para garantizar unas buenas prácticas.

CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

¿Por qué se deben utilizar los EPI'S?

Los Epi's (equipos de protección individual) son dispositivos, materiales o medios de seguridad que el empleado debe llevar o utilizar mientras ejerce sus funciones con el fin de protegerse para evitar o reducir posibles riesgos que puedan poner en peligro su seguridad.

A continuación, se detalla tipos de EPI'S en la construcción:

1. CASCO DE SEGURIDAD

1.1. Uso Principal:

Protección contra golpes y caídas de objetos.

1.2. Normativa Aplicable:

- **Real Decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.
- **Real decreto 1627/1997**, de 24 de octubre, por el que se establecen disposiciones mínimas de seguridad y de salud en las obras de construcción.

1.3. Buenas Prácticas:

- Sustituir si presenta grietas o golpes, ajuste adecuado.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

2. GAFAS DE SEGURIDAD

2.1. Uso Principal:

Protección ocular contra partículas y productos químicos.

2.2. Normativa Aplicable:

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.

2.3. Buenas Prácticas:

- Usar lentes con tratamientos anti vaho y anti-ralladuras.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

3. MASCARILLAS RESPIRATORIAS

3.1. Uso Principal:

Protección contra gases, polvo y vapores tóxicos.

3.2. Normativa Aplicable.

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.

3.3. Buenas Prácticas:

- Seleccionar FFP2 o FFP3, según el riesgo, revisar filtros necesarios.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

La efectividad de las mascarillas

Tipo de mascarilla		Para no CONTAGIARSE	Para no CONTAGIAR	Propiedades
FFP 1 sin válvula				<ul style="list-style-type: none"> • No protege frente a organismos infecciosos como el COVID-19 • Limita la propagación del contagio
FFP 2 sin válvula				<ul style="list-style-type: none"> • Protege del contagio • Limita la propagación del contagio
FFP 2 con válvula				<ul style="list-style-type: none"> • Protege del contagio • No limita la propagación del contagio
FFP 3 con válvula				<ul style="list-style-type: none"> • Protege del contagio • Limita la propagación del contagio
MASCARILLA QUIRÚRGICA DESECHABLE				<ul style="list-style-type: none"> • No protege del contagio • Limita la propagación del contagio
MASCARILLA DE TELA CASERA				<ul style="list-style-type: none"> • No protege del contagio • Limita la propagación del contagio

CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

4. PROTECCIÓN AUDITIVA

4.1. Uso Principal:

Reducción del impacto del ruido elevado.

4.2. Normativa Aplicable:

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.
- **Real Decreto 286/2006**, de 10 de marzo, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido.85db.

4.3. Buenas Prácticas:

- Usar tapones o auriculares según el nivel de ruido.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

5. GUANTES DE PROTECCIÓN

5.1. Uso Principal:

Protección contra golpes, impacto y productos químicos.

5.2. Normativa Aplicable.

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.

5.3. Buenas Prácticas:

- Elegir material según tipo de riesgo.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.



6. ROPA DE ALTA VISIBILIDAD

6.1. Uso Principal:

Visibilidad en el entorno de trabajo para minimizar riesgos.

6.2. Normativa Aplicable:

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.
- **Real Decreto 1407/1992**, de 20 de noviembre, por el que se regulan las condiciones para la comercialización y libre circulación intracomunitaria de los equipos de protección individual.

6.3. Buenas Prácticas:

- Usar en trabajos en carretera o en zonas de baja visibilidad.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

7. ARNES DE SEGURIDAD

7.1. Uso Principal:

Prevención de caídas en altura.

7.2. Normativa Aplicable:

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.
- **Real Decreto 2177/2004**, de 12 de noviembre, por el que se modifica el Real Decreto 1215/1997, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por parte de los trabajadores de los equipos de trabajo, en materia de trabajos temporales en altura.

7.3. Buenas Prácticas:

- Inspeccionar antes de cada uso, enganches y puntos de seguridad.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

8. CALZADO DE SEGURIDAD

8.1. Uso Principal:

Protección contra impactos, perforaciones y resbalones.

8.2. Normativa Aplicable:

- **Real decreto 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización de equipos de protección individual por parte de los trabajadores.

8.3. Buenas Prácticas:

- Usar punteras reforzadas y suela antideslizante.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

9. CARGA MANUAL

A continuación, se detallan los Epi's Necesarios para el manejo de la carga manual:

1. CINTURONES DE SUJECCIÓN DEL TRONCO.

1.1. Uso Principal:

Se utiliza para dar soporte a la columna vertebral y los músculos centrales. También se utiliza para proporcionar soporte a los músculos centrales en los levantamientos pesados.

1.2. Normativa Aplicable:

- **Real Decreto 487/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso lumbar, para los trabajadores.

1.3. Buenas Prácticas:

- Se debe utilizar en todo momento al realizar trabajos de manipulación de peso.
- Verificar que el cinturón cumple su función en todo momento, sino se recomienda sustituirlo.



CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**

2. FAJAS Y CINTURONES ANTIVIBRACIONES.

2.1. Uso Principal:

El cinturón anti lumbago y anti vibratorio está estudiado y diseñado para proteger la zona dorsolumbar contra todo tipo de esfuerzo.

2.2. Normativa Aplicable:

- **Real Decreto 487/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso lumbar, para los trabajadores.

2.3. Buenas Prácticas:

- Se debe utilizar siempre al manipular carga para evitar lesiones.



3. FORMA CORRECTA A LA HORA DE MANIPULAR CARGA

Para manipular cargas de forma manual de manera correcta, se recomienda:

- **Postura:** Separar los pies para tener una base estable, doblar las rodillas y mantener la espalda recta.
- **Agarre:** Agarrar la carga con firmeza usando ambas manos.
- **Levantamiento:** Levantar la carga suavemente, sin tirones, ni giros bruscos.
- **Desplazamiento:** Mantener la carga cerca del cuerpo durante todo el desplazamiento.
- **Pausas:** Realizar pausas para relajar los músculos.
- **Equipo:** Utilizar equipos de levantamiento o carretillas para cargas pesadas o incómodas.
- **Organización:** Alternar las tareas de manipulación con otras más ligeras.
- **Vestimenta:** Usar la vestimenta, el calzado y los equipos adecuada.

Algunos consejos adicionales son:

- Aproximarse a la carga lo más posible.
- Distribuir el peso de la carga entre las piernas y los brazos.
- Evitar giros e inclinaciones bruscas.
- Mover los pies para cambiar de dirección, manteniendo la carga alineada con el torso.
- Realizar todos los movimientos de manera controlada y gradual.
- Solicitar ayuda de otras personas si el peso de la carga es.

CON LA FINANCIACIÓN DE:

AM2024-002-1



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

**CEME
CEO**