



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE LA SEGURIDAD SOCIAL

DIRECCIÓN GENERAL
DE ORDENACIÓN
DE LA SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL
DE SEGURIDAD E HIGIENE
EN EL TRABAJO



Manual bàsic de Prevenció de Riscos Laborals

SANITAT



Disseny i realització:
HT Publicidad, Grupo Tafalla
www.htgrupotafalla.com

Presentació

Les institucions competents en matèria de seguretat i salut en el treball, entre les quals es troba l'Institut Nacional de Seguretat i Higiene en el Treball (INSHT), han assumit com un dels objectius principals l'impuls i la consolidació de la cultura preventiva en la societat espanyola.

La integració de la seguretat i salut en el treball en l'educació és una necessitat prioritària per assentar una autèntica cultura preventiva. És necessari prendre consciència que la prevenció no comença a l'àmbit laboral, sinó en les etapes anteriors, en particular en el sistema educatiu.

La integració de la formació en prevenció de riscos en les diferents etapes del sistema educatiu i en particular en la formació professional reglada, és clau i requereix un suport i una assistència especial per tal d'aconseguir professionals la formació dels quals, a més de garantir la qualitat de la seva feina, els permeti realitzar-lo amb les màximes garanties de seguretat.

Per tot això, una línia d'actuació molt important del Pla d'Acció 2015-2016, en el marc de l'Estratègia Espanyola de Seguretat i Salut en el Treball 2015-2020, consisteix a consolidar la integració de la formació en prevenció de riscos laborals en les diferents etapes del sistema educatiu.

D'aquesta línia d'actuació es deriva l'elaboració de 26 manuals divulgatius, un per cada família professional, la missió fonamental dels quals és la d'ajudar els professors de formació professional en la seva labor de conscienciació i sensibilització en matèria de prevenció de riscos laborals als seus alumnes, futurs treballadors i empresaris de la nostra societat.

Atès que van adreçats a aquest col·lectiu, s'ha pretès que els manuals siguin eminentment pràctics i atractius. Cada un d'ells contempla els riscos més característics de la família professional en qüestió i les mesures preventives més importants a posar en pràctica per prevenir-los.

L'objectiu que es persegueix amb aquests manuals és que els alumnes, treballadors del futur, incorporin la prevenció a la seva activitat diària d'una manera natural.

En aquest context volem remarcar que per sensibilitzar i garantir una adequada aplicació de la prevenció de riscos laborals a les empreses, és important avançar en la millora de la qualitat de la formació, fomentant l'actualització i adequació dels programes i continguts formatius a la realitat de l'entorn.

María Dolores Limón Tamés
Directora de l'INSHT

Sanitat

La Sanitat té una gran repercussió social convertint-se en un sector cada dia més complex en el qual s'exigeixen resultats efectius i duradors.

La seguretat del pacient sempre s'ha anteposat a la salut laboral, però no per això s'han deixat a banda els riscos associats a l'assistència sanitària, i tenir present les mesures de prevenció per aconseguir major seguretat i protecció tant dels pacients com dels professionals.

S'han de destacar els riscos associats a la manipulació de substàncies químiques, exposició a agents biològics i radiacions, la manipulació d'equips de treball d'alta precisió, la manipulació de pacients i els riscos psicosocials, sense oblidar la violència física per part dels pacients i familiars a la qual s'han d'enfrontar els professionals en algunes situacions.

En aquest sector s'agrupen els treballadors que pertanyen a les empreses dedicades a les següents activitats:

- Prestació de Serveis Sanitaris públics o privats en atenció primària o especialitzada (hospitals i centres de salut)
- Indústria farmacèutica
- Laboratoris del Sector Sanitari
- Centres d'Investigació del Sector Sanitari

Els treballadors exposats són, entre altres:

- Metges
- Infermers
- Zeladors d'institucions sanitàries
- Personal de transport sanitari programat o urgent
- Conductors d'ambulàncies
- Tècnics de farmàcia
- Tècnics de laboratori
- Col·laboradors i assistents d'investigació



Els principals equips utilitzats amb riscos associats són els següents:

- Maquinària específica del Sector Sanitari
- Equips auxiliars del Sector Sanitari

Aquest manual recull els riscos i mesures de prevenció tant generals com específics més rellevants associats a aquest sector de una manera orientativa, sempre s'han de seguir les mesures preventives previstes a la planificació preventiva i les instruccions de l'empresari.

El seu objectiu és ajudar-te a prendre les mesures adequades per realitzar el treball d'una manera segura.



Riscos laborals en Sanitat

RISCOS DE SEGURETAT

Riscos de caiguda de persones

Caiguda al mateix nivell

Caiguda a diferent nivell

Risc de cops i xocs

Risc d'atrapament

Risc de tall

Riscos de caiguda d'objectes

Risc d'esquitxades

Risc elèctric

Risc d'incendi

Risc d'explosió

RISCOS HIGIÈNICS

Exposició a substàncies químiques: tòxiques, irritants

Compostos citostàtics, gasos anestèsics

Exposició a agents biològics

Exposició a radiacions

Exposició al soroll

RISCOS ERGONÒMICS

Manipulació manual de càrregues

Manipulació manual de pacients

Treballs dempeus

RISCOS PSICOSOCIALS



**Riscos i
Mesures Preventives**

Riscos de seguretat

Una simple ensopegada produïda pel mal estat del terra o una rrelliscada per les restes de productes no recollits, et poden produir lesions molestes i duradores.

CAIGUDA AL MATEIX NIVELL

- Mantingues les zones de pas lliures d'objectes i perfectament il·luminades.
- Si hi ha objectes que no poden ser eliminats, assenjala'ls.
- Per evitar ensopegades, elimina la brutícia, papers, pols, vessaments i restes de la zona de treball.
- Els objectes innecessaris, com envasos i eines que no s'estan utilitzant, han de ser retirats.
- Tingues compte de no dificultar la visió al transportar càrregues.
- Fes servir calçat apropiat amb sola antilliscant. Recorda portar els cordons ben lligats.
- No corris, camina a poc a poc.

VESSAMENTS I/O PRESENCIA DE LÍQUIDS

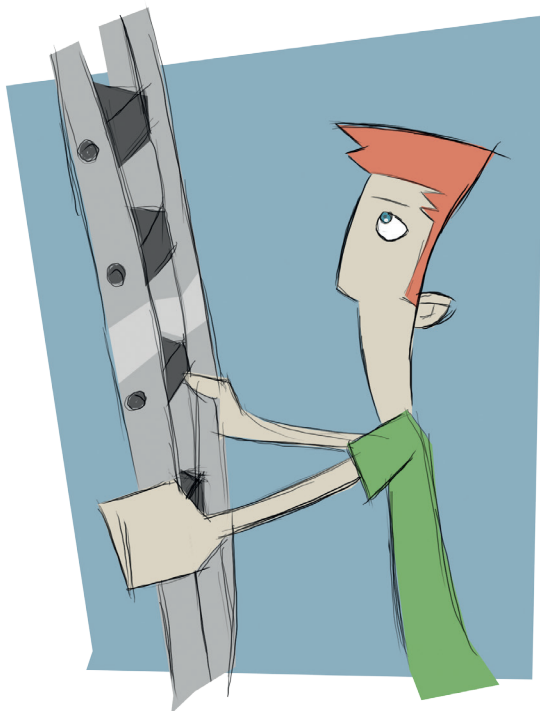
- Neteja immediatament els vessaments o degotejos de líquids sobretot en zones de pas.
- En fregar el terra has d'advertir que està mullat col·locant el senyal indicador. Evita passar fins que no estigui eixut.



CAIGUDA A DIFERENT NIVELL

A més a més de les mesures anteriors, tingues en compte el risc derivat de l'ús d'escales de mà. Per prevenir aquest tipus de risc:

- A l'utilitzar escala de mà, assegura't que té suports antilliscants i para atenció a l'angle de col·locació i a la forma d'utilització.
- A les escales de mà cal pujar amb precaució, posant-te de cara i agafant-te amb les dues mans.



Riscos de seguretat

RISC DE COPS I XOCS

Es poden produir com a conseqüència d'una falta de visibilitat.

- Mantingues el centre de treball net i ordenat i, les zones de pas lliures d'objectes i perfectament il·luminades.
- Para atenció quan caminis per zones amb poc espai.
- No duguis càrregues pesades a les mans que impedeixin moure't amb agilitat i et prenguin visibilitat.
- Assegura't que la il·luminació és adequada i, si és necessari avisa al responsable perquè col·loqui nous punts de llum.

PORTES

- No obris i/o tanquis les portes de manera brusca.
- Fes servir les portes de vaivé d'accés a cuines amb especial precaució. Respecta sempre la direcció correcta d'entrada i sortida.
- Quan necessitis l'amplada de les dues portes, obre-les i falca-les prèviament.
- No deixis els armaris o calaixos mig oberts.

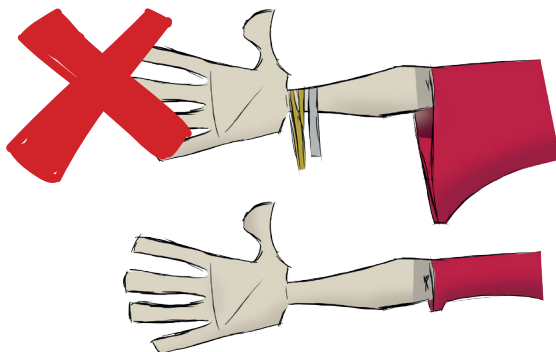
CARRETONS DE MATERIAL SANITARI

- Evita col·locar-los en llocs amb poc espai de pas. Procura fer-ho al costat de parets o columnes allunyades de les zones de pas o davant de les portes de les consultes i/o habitacions.

RISC D'ATRAPAMENT

Produït entre els elements fixes de l'entorn de treball.

- Usa la maquinària quan hagis rebut informació sobre els seus perills, maneig i neteja.
- Segueix les normes de seguretat indicades pel fabricant.
- No retiris els resguards o els dispositius de seguretat de les màquines.
- Fes servir els equips de protecció individual (EPI), amb marcatge CE que siguin necessaris a cada operació, i mantén-los en condicions adequades d'ús.
- Porta roba de treball ajustada al cos i no duguis polseres, cadenes o altres objectes que puguin enganxar-se en les màquines utilitzades.
- Les operacions de manteniment han de fer-se amb la màquina parada i només pel personal autoritzat.
- Assegura't que els dispositius de bloqueig i seguretat de les màquines han passat la revisió periòdica corresponent.
- Quan traslladis pacients en cadires de rodes i lliteres, o materials en carretons, tingues cura que no se't quedin atrapades les mans entre les parets i l'objecte que mous en zones estretes de pas.



Riscos de seguretat

RISC DE TALL

El material tallant i molt esmolat com bisturís, tisores, material de vidre i material específic del sector ha de ser utilitzat amb molta precaució i amb els equips de protecció adequats.

- Usa la maquinària un cop hagis rebut informació sobre els seus perills, maneig i neteja.
- Segueix les normes de seguretat indicades pel fabricant.
- Fes servir equips de protecció individual (EPI), amb marcatge CE, que siguin necessaris per a cada operació, i mantén-los en condicions adequades d'ús.
- Les eines tallants s'han de desar en fundes i/o suports adequats.
- Si detectes material de vidre amb alguna fissura o cantell tallant, llença'l.

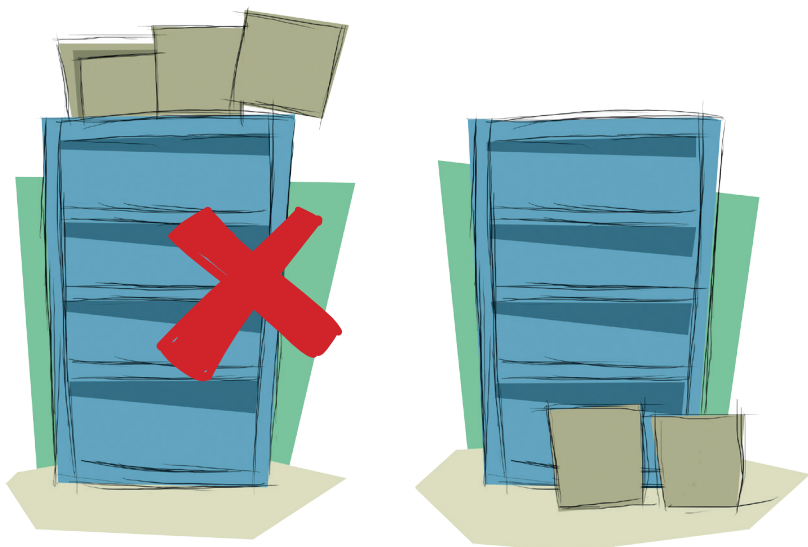
BISTURÍS, XERINGUES, LLANCETES O ALTRES ELEMENTS TALLANTS

- Fes servir els estris adequats per a la recollida d'elements tallants, diposita'ls en envasos i contenidors rígids apropiats i ben identificats.
- Retira recipients trencats per evitar la seva manipulació.
- Revisa que no hi hagi elements tallants o punxants quan netegis els espais.

RISC DE CAIGUDA D'OBJECTES

Si l'estructura en la qual estan els objectes/materials guardats perd la seva estabilitat, es poden desplomar. Vés amb compte quan manipulis els estris de treball i, quan no els facis servir, col·loca'ls en els llocs adequats.

- No superis la capacitat de càrrega de les prestatgeries.
- Subjecta o fixa les prestatgeries al terra o paret, i col·loca les càrregues més pesades en les prestatgeries més baixes.
- Assegura't que s'ha realitzat el manteniment periòdic als equips per moure material pesat o pacients. (muntacàrregues, grues, lliteres...).
- Quan traslladis material, assegura't que està ben col·locat i subjecte.



Riscos de seguretat

RISC D'ESQUITXADES

En realitzar una cura o intervenció quirúrgica es poden produir esquitxades de sang o fluids que has d'evitar per a no contagiar-te amb una possible infecció que pugui patir el pacient.

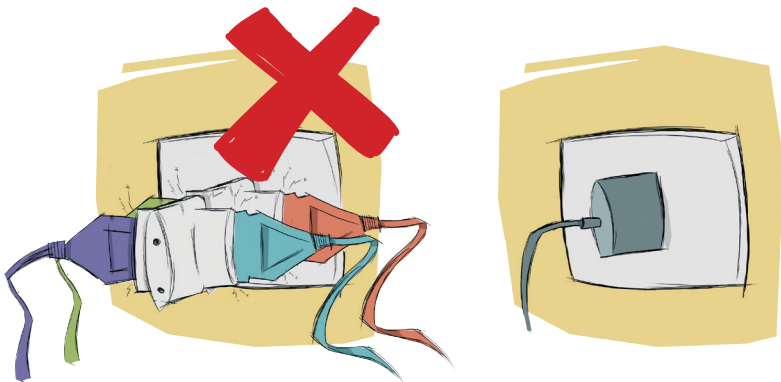
- Usa bombes manuals quan transvasis líquids perillosos.
- Assegura't que les dutxes d'emergència i rentauls estan a prop d'on es realitzin operacions de transvasament de líquids perillosos i que funcionin correctament.
- En cas d'esquitxades de sang o fluids, renta't immediatament i comunica-ho al teu superior o al servei de prevenció per valorar la possibilitat de contagi i tractament.
- Fes servir els equips de protecció individual, amb marcatge CE, que siguin necessaris per a cada operació (ex.: màscares, ulleres protectores).



RISC ELÈCTRIC

Produït per contactes elèctrics indirectes amb parts dels equips posats accidentalment en tensió, com a conseqüència d'avaries o errors en el quadre elèctric.

- Comprova diàriament l'estat de cables, endolls i aparells elèctrics.
- Assegura't que els sistemes de connexió de terra estan en combinació amb interruptors diferencials i magneto-tèrmics.
- Evita l'ús de lladres en endolls de corrent.
- No aboquis líquids a prop de presses de corrent, aparells o quadres elèctrics.
- En cas d'avaría, desconnecta la tensió, treu l'endoll i comunica els danys per a la seva reparació.
- Fes servir equips amb doble aïllament en ambient amb presència d'aigua.
- No posis obstacles davant de l'interruptor principal perquè sigui totalment accessible.
- Assegura't de que el quadre elèctric està tancat i que el perill elèctric està degudament senyalitzat.



Riscos de seguretat

RISC D'INCENDI

És important que coneguis les mesures d'emergència per saber com actuar en cas d'incendi, com la utilització d'extintors i les mesures d'evacuació.

- Has de conèixer la utilització dels extintors d'incendi adequats a la classe de foc.
- Has de conèixer els cartells exposats amb el plànol de localització i les instruccions d'evacuació.
- Has de deixar lliures les sortides d'emergència.
- Has de disposar només de la quantitat necessària de materials inflamables i combustibles per al treball del dia, desa la resta al magatzem o en locals independents aïllats i ventilats.
- Has de retirar les caixes, envasos o papers que no siguin necessaris.
- No fumis dins del recinte de treball.

RISC D'EXPLOSIÓ

Tingues especial cura amb els elements que puguin suposar un risc d'explosió com bombones d'oxigen o ús de substàncies inflamables.

- Quan transvasis substàncies inflamables fes servir extracció localitzada per evitar la concentració de gasos.
- Comprova l'hermeticitat dels conductes de gasos.
- Situa les ampolles de gasos en locals independents, ben ventilats, tancats i senyalitzats.
- Revisa que els circuits de distribució i vaporitzadors estan en bones condicions i han estat revisats per manteniment.

Riscos higiènic

L'exposició continuada a diferents agents externs et pot provocar trastorns que són evitables si tens en consideració les mesures preventives necessàries.

L'ús de substàncies (òxid d'etilè) per esterilitzar l'instrumental quirúrgic i mèdic, o desinfectants (formol) pot tenir efectes molt nocius per a la teva salut (efectes cancerígens).

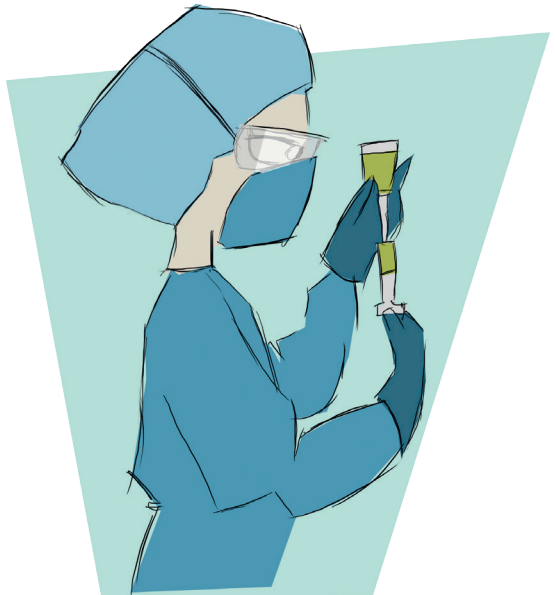
En aquest sector has de tenir molta precaució quan manipulis determinades substàncies químiques.

- No utilitzis substàncies químiques si no has rebut la informació i/o formació necessària per a fer-ho.
- Assegura't de que l'envàs del producte inclou una etiqueta visible amb la informació bàsica sobre els seus perills inherents i sobre les precaucions que s'han de prendre en la seva manipulació.
- Llegeix i respecta les precaucions de l'etiqueta.
- Fes servir els equips de protecció individual (EPI), amb marcatge CE, indicats en l'etiqueta del producte i segueix les seves prescripcions d'ús.
- No transvasis el producte a un altre envàs i assegura't que està ben tancat i no degoteja quan acabis d'usarlo.
- Renta't les mans després de manipular substàncies químiques perilloses, encara que hagis usat guants.
- Emmagatzema les substàncies químiques perilloses separades i allunyades d'altres productes, en habitacions amb ventilació i senyalització i seguint les condicions que marqui la fitxa de dades de seguretat.
- Si necessites petites quantitats d'aquestes substàncies en el teu àmbit de treball, usa armaris especials i agrupa-les segons els comunicats de risc.
- Quan manipulis substàncies químiques perilloses, fes servir les vitrines de seguretat.
- Recorda que disposes de les fitxes de dades de seguretat amb informació complementària sobre el producte per a qualsevol dubte que tinguis.

Riscos higiènic

MANIPULACIÓ DE SUBSTÀNCIES TÓXIQUES O IRRITANTS

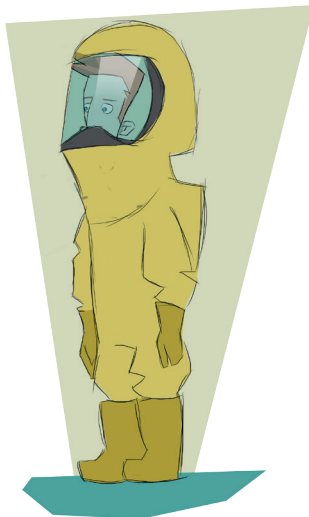
- Mantingues una ventilació adequada del lloc de treball, natural o forçada.
- Si detectes que l'extracció no és suficient o els filtres dels ventiladors poden estar embussats, revisa'ls i avisa al teu responsable.
- En cas d'aparició de vapors orgànics nocius despresos en el treball, evita la seva respiració i avisa immediatament al teu responsable.
- Revisa que els equips utilitzats en tasques d'esterilització tinguin dispositius de seguretat i estan aïllats d'altres zones de treball.
- Realitza les tasques de neteja en locals ben ventilats i no barrejis productes que puguin provocar gasos nocius.
- Assegura't que els controls periòdics ambientals se realitzen i són correctes.
- Fes servir equips de protecció individual, amb marcatge CE, adequats a cada operació.



MANIPULACIÓ DE COMPOSTOS CITOSTÀTICS

L'ús d'aquests compostos et pot produir tant efectes cancerígens o mutagènics, com cremades, nàusees o vertigen. No descuidis les mesures preventives per disminuir aquest risc i evita els danys que puguin causar a la teva salut.

- Fes servir les cabines de seguretat biològica Classe II amb flux d'aire laminar. Neteja la vitrina abans i després d'usar-la, segons el procediment establert.
- Fes servir roba i guants de protecció adequada a l'operació que estàs realitzant i a les substàncies que estàs manipulant.
- Assegura't que es realitzin els controls ambientals periòdics i el manteniment i verificació de la cabina de seguretat biològica.
- No entris en l'àrea de treball si no estàs autoritzat.
- Col·loca els materials contaminats en recipients especials estancs i identificats per aquest tipus de residus.

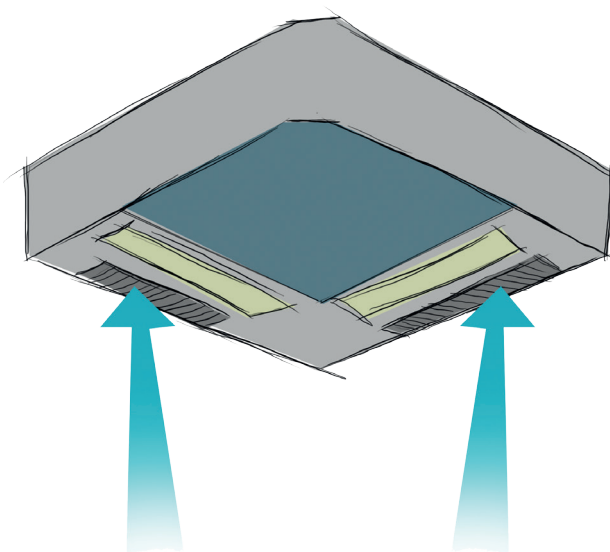


Riscos higiènic

MANIPULACIÓ DE GASOS ANESTÈSICS

Aquests gasos poden afectar el teu sistema nerviós si treballes a diari en quiròfan, és a dir, en exposicions prolongades i duradores.

- Assegura't de que la ventilació general i extracció localitzada per a l'eliminació de gasos residuals funcionin correctament i que els conductes de l'aire condicionat de quiròfan no comuniquin amb conductes d'altres locals.
- Fes servir un monitor de fuites amb sistema d'alarma quan estiguis en un quiròfan.
- Assegura't que es realitzin els controls periòdics per detectar la presència d'anestèsics residuals.
- Segueix el procediment establert per al manteniment preventiu del circuit d'anestèsia per localitzar possibles fuites i canvi de filtres.



EXPOSICIÓ A AGENTS BIOLÒGICS

Has de tenir especial cura quan treballis amb microorganismes o cultius cel·lulars en laboratoris d'hospitals o recollint mostres per a anàlisis, tenint en compte un seguit de mesures preventives.

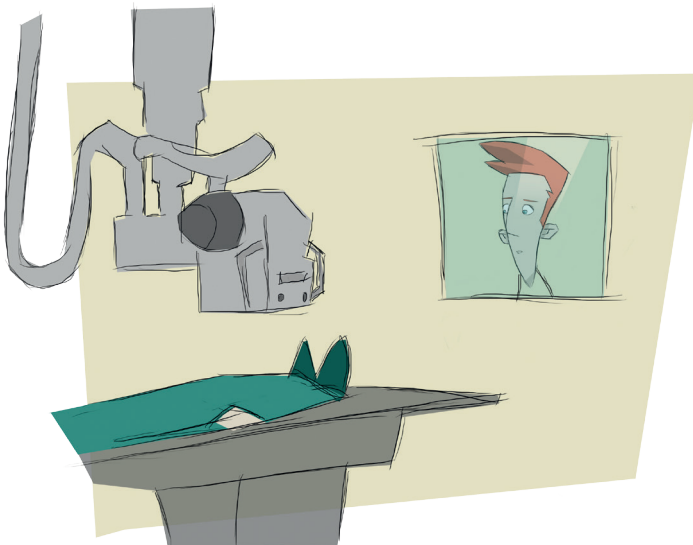
- Segueix el programa establert de neteja i desinfecció d'equips de treball i superfícies.
- Mantingues una ventilació adequada del lloc de treball, natural o forçada.
- Si tens talls o ferides obertes, cobreix-les amb embenats impermeables i evita la seva exposició a substàncies contaminades.
- Si et punxes o et talles accidentalment amb material contaminat amb sang o fluïts biològics, comunica-ho al teu superior jeràrquic, per valorar el possible contagi d'una malaltia infecciosa i el seu seguiment mèdic.
- Elimina les deixalles o residus adequadament segons el seu potencial contaminant (residus infecciosos, residus químics, residus radioactius, etc.).
- Fes servir equips de protecció individual, amb marcatge CE, adequats al risc: màscara de protecció respiratòria en cas d'esquitxades o aerosols i ulleres de protecció en cas d'esquitxades; en la manipulació de qualsevol mostra o pacient potencialment infecciós fes servir guants impermeables, treu-te'ls en acabar el treball i renta't les mans.
- Mantingues el teu lloc de treball net i ordenat.
- No fumis, beguis o mengis en el teu lloc de treball i porta roba de treball (bata) que protegeixi de possibles contaminacions la roba de carrer.
- Al laboratori, quan facis tècniques que generin aerosols amb mostres biològiques (centrifugació, transvasament, cultius microbians, agitació, etc.), fes-les dins d'una cabina de seguretat biològica o en el seu defecte fes servir màscara de protecció respiratòria.
- Fes servir els elements tallants o punxants (agulles, bisturís, etc.), segons el procediment establert, respectant els dispositius de bioseguretat i elimina'ls en els contenidors de residus rígids específics i identificats.

Riscos higiènics

EXPOSICIÓ A RADIACIONS

A causa de l'ús de productes amb característiques radioactives o equips que emetin radiació, pots patir lesions oculars o cremades en la pell.

- Assegura't de que els equips estan degudament aïllats i les zones de risc estan correctament senyalitzades.
- No manipulis les fonts de radiació làser.
- No entris a la zona d'exposició si no portes les proteccions adequades, amb marcatge CE.
- Si estàs períodes llargs de temps exposat a aquest risc, fes-te revisions mèdiques periòdiques dins del programa de vigilància de la salut.
- Recorda que has de controlar i gestionar els residus d'una forma adequada.



EXPOSICIÓ AL SOROLL

L' exposició continuada al soroll et pot provocar perturbacions de l'atenció, cansament i irritabilitat. Informa't prèviament sobre el risc que pot suposar i adopta mesures preventives.

- Per reduir el temps d'exposició al soroll segueix els torns de treball indicats.
- Revisa que les zones d'exposició al soroll estan senyalitzades.
- Fes servir els EPI adequats al nivell de soroll ambiental, que tinguin marcatge CE, i, mantén-los en condicions adequades d'ús.



Riscos ergonòmics

Els riscos ergonòmics estan associats amb les postures i moviments que es realitzen. Tingues en compte com s'han d'aixecar càrregues pesades i realitzar el moviment de pacients, tenint en compte certes mesures per a reduir tensions musculars. No facis moviments bruscos i forçats del cos i procura canviar de tasca amb freqüència.

MANIPULACIÓ MANUAL DE CÀRREGUES

- Evita la manipulació de càrregues pesades (de més de 25Kg en el cas dels homes i de més de 15Kg en el cas de les dones).
- Manipula les càrregues amb ajuda de mitjans auxiliars (carretons, portapalets) o amb ajuda d'altres persones sempre que sigui possible.
- Evita girar el tronc mentre manipulis les càrregues.
- Situa els objectes a manipular a la altura compresa entre els genolls i les espatlles.
- En realitzar la manipulació de càrregues manualment tingues en compte els següents passos a seguir:



PASSOS A SEGUIR

- 1r Recolza els peus fermament.
- 2n Separa els peus lleugerament.
- 3r Flexiona el maluc i els genolls per agafar la càrrega.
- 4t Aixeca la càrrega amb l'esquena recta.
- 5è Mantingues la càrrega tan a prop del cos com sigui possible.

MANIPULACIÓ MANUAL DE PACIENTS

- No facis aquesta tasca sense haver rebut abans una formació pràctica.
- Realitza moviments suaus i segurs sense oblidar l'estat de salut del pacient (coneix la malaltia o lesió que pateix).
- Porta roba còmoda que et permeti moure't lliurement i evita dur guarniments o objectes punxants a les butxaques.
- En realitzar el maneig de pacients manualment, tingues en compte els següents passos a seguir:

PASSOS A SEGUIR

1r Explica al pacient els moviments que faràs.

2n Posa't la càrrega a prop del cos, esquena recta, cames flexionades, peus separats i fes servir els suports i contrapesos del cos.

3r Sempre que puguis, realitza aquesta operació amb un company i amb ajuda mecànica (grues).

4t Dóna una ordre clara i única pel moviment.



TREBALLS DEMPEUS

- Quan facis tasques que requereixin certa precisió (operació), col·loca el pla de treball a l'altura dels colzes. Quan facis tasques de força, situa el pla de treball per sota dels colzes (reanimació).
- Per a reduir la tensió muscular, fes servir seients de peu/assegut. Si no és possible, camina o seu cada cert temps.
- No has de romandre massa temps en la mateixa posició, canvia de postura i realitza moviments suaus d'estirament dels músculs.

Riscos psicosocials

Una mala planificació de les tasques a realitzar o la pressió a què pots estar sotmès per assolir els objectius marcats, són diversos exemples d'aquest risc. Si aquestes condicions són deficitàries poden tenir lloc a:

- Estrés
- Burnout
- Assetjament psicològic en el treball (APT)
- Violència
 - Assetjament sexual
 - Assetjament discriminatori
 - Violència ocupacional externa (VOE)

Una avaluació i valoració de les condicions de treball permetran implantar mesures preventives adaptades que evitin l'aparició de riscos psicosocials.

- Planifica el temps i les tasques a realitzar de forma ordenada, i intenta complir-ho estrictament.
- Si no tens molt clars els objectius a assolir en el lloc de treball, parla amb el teu responsable perquè et dirigeixi cap a uns més concrets i definits. Això t'ajudarà a planificar les tasques, assolir els objectius i aconseguir així una promoció o valoració laboral.
- Sol·licita informació i/o formació quan vegis que la necessites per desenvolupar les teves tasques.
- Relaciona't amb els companys i repenja't en ells parlant sobre qualsevol tema que et preocupi i et causi una situació d'estrés o incòmoda en el teu lloc de treball, ja sigui generada pel teu responsable, un client o un altre company. Sobretot si veus que la situació és límit (assetjament o violència).
- No perllonguis de forma habitual la jornada de treball i en cas inevitable compensa-la amb un descans addicional, així aconseguiràs conciliar la vida familiar, personal i laboral.
- Realitza pauses o canvia de tasca per evitar la monotonia del treball.

Normativa

A continuació es presenta una relació no exhaustiva de normativa general i específica en matèria de prevenció de riscos laborals que es pot consultar com a complement a la informació continguda en aquest manual.

Normativa General

- Llei 31/1995, de 8 de novembre, de **Prevenció de Riscos Laborals**. BOE núm. 269 de 10/11/1995.
- Reial Decret 39/1997, de 17 de gener, pel qual s'aprova el **Reglament dels Serveis de Prevenció**. BOE núm. 27 de 31/01/1997.

Normativa Específica

- Reial Decret 485/1997, del 14 d'abril, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes en matèria de **senyalització de seguretat i salut en el treball**. BOE núm. 97 de 23/04/1997.
- Reial Decret 486/1997, del 14 d'abril, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut en els **llocs de treball**. BOE núm. 97 de 23/04/1997.
- Reial Decret 487/1997, de 14 d'abril, sobre disposicions mínimes de seguretat i salut relatives a la **manipulació manual de càrregues** que comporti riscos, en particular dorsolumbars, per als treballadors. BOE núm. 97 de 23/04/1997.
- Reial Decret 488/1997, de 14 d'abril, sobre disposicions mínimes de seguretat i salut relatives al treball amb equips que inclouen **pantalles de visualització de dades**. BOE núm. 97 de 23/04/1997.
- Reial Decret 664/1997, de 12 de maig, sobre la protecció dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a **agents biològics** durant el treball. BOE núm. 124 de 24/05/1997.
- Reial Decret 665/1997, de 12 de maig, sobre la protecció dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a **agents cancerígens** durant el treball. BOE núm. 124 de 24/05/1997.
- Reial Decret 773/1997, 30 de maig, sobre disposicions mínimes de seguretat i salut relatives a la utilització pels treballadors d'**equips de protecció individual**. BOE núm. 140 de 12/06/1997.
- Reial Decret 1215/1997, de 18 de juliol pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut per a la utilització pels treballadors dels **equips de treball**. BOE núm. 188 de 07/08/1997.
- Reial Decret 374/2001, de 6 d'abril, sobre la protecció de la salut i seguretat dels treballadors contra els riscos relacionats amb els **agents químics** durant el treball. BOE núm. 104 d'1/05/2001.
- Reial decret 614/2001, de 8 de juny, sobre disposicions mínimes per a la protecció de la salut i seguretat dels treballadors davant del **risc elèctric**. BOE núm. 148 de 21/06/2001.
- Reial Decret 1311/2005, de 4 de novembre, sobre la protecció de la salut i la seguretat dels treballadors davant els riscos derivats o que puguin derivar-se de l'exposició a **vibracions mecàniques**. BOE núm. 265 de 05/11/2005.
- Reial Decret 286/2006, de 10 de març, sobre la protecció de la salut i la seguretat dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició al **soroll**. BOE núm. 60 d'11/03/2006.
- Reial Decret 396/2006, de 31 de març, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut aplicables als treballs amb risc d'exposició a l'**amiant**. BOE núm. 86 d'11/04/2006.
- Reial Decret 486/2010, de 23 d'abril, sobre la protecció de la salut i la seguretat dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a radiacions **òptiques artificials**. BOE núm. 99 de 24/04/2010.
- Reial Decret 299/2016, de 22 de juliol, sobre la protecció de la salut i la seguretat dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a **campes electromagnètics**. BOE núm. 182 de 29/07/2016.

Més normativa disponible a la web de l'INSHT:

<http://www.insht.es>



**INSTITUTO NACIONAL
DE SEGURIDAD E HIGIENE
EN EL TRABAJO**

