



## Prevención de Riesgos Laborales: contra quemaduras e incendios

Esta guía está dedicada a ti, trabajador/a autónomo o microempresario que trabajas en **entornos en los que existe posibilidad de quemadura o incendio**.

Si has llegado hasta aquí es que tienes ciertas inquietudes y preocupaciones por la seguridad y la salud en el desempeño cotidiano de tu trabajo. Con esta guía queremos aportar recomendaciones esenciales para prevenir los riesgos provocados por fuego e incendios más comunes en tu trabajo.

Te damos las pautas para entender la prevención de riesgos laborales, **proteger tu desempeño y desarrollar un estilo de vida saludable y seguro dentro del entorno laboral**.

Lee con atención y asegúrate de que cumples estas condiciones.

Tu salud y la de quienes trabajan contigo está en juego.

Si tienes dudas, ponemos a tu disposición un [chat o formulario](#) de asesoramiento online en el que te responderán personas **expertas en prevención de riesgos laborales**.

FINANCIADO POR:



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE TRABAJO, MIGRACIONES  
Y SEGURIDAD SOCIAL



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



UATAE



## ¿Qué debes saber?

El fuego y las altas temperaturas son comunes y a veces necesarias en algunos trabajos, pero no son las únicas causas de un incendio. Hay elementos presentes en casi todos los lugares de trabajo que pueden ser el origen de un fuego descontrolado como fallos o sobrecargas eléctricas, procesos químicos... los incendios pueden provocar lesiones personales por el humo, gases tóxicos y altas temperaturas, y daños materiales a las instalaciones, productos fabricados y edificios.

La legislación vigente de protección contra incendios es el **R.D. 1942/1993. De 5 de noviembre por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección Contra Incendios.**

### Instalaciones y Sistemas de protección contra incendios

A veces, prevenir no es suficiente para evitar el fuego, por lo tanto, debes asegurarte de que tu lugar de trabajo tenga las medidas necesarias para protegerse de los incendios.

- \* **Señalización:** Claramente visible, con simbología de fácil interpretación. Debe proporcionar información sobre comportamientos que prohíban o prevengan acciones peligrosas.
- \* **Alumbrado de emergencia:** En vías de evacuación, salidas de sector y edificio, locales de riesgo especial, aseos, locales con equipos de protección.
- \* **Bocas de incendio:** Si la superficie construida excede de **2.000 m<sup>2</sup>**
- \* **Columna seca:** Si la altura de evacuación excede **24 m.**
- \* **Sistema de alarma:** Si la superficie construida excede los **1.000 m<sup>2</sup>**
- \* **Sistema de detección de incendio:** Si la superficie construida excede de **2.000 m<sup>2</sup>**, deberán situarse en zonas de alto riesgo, si excede de **5.000 m<sup>2</sup>**, en todo el edificio.
- \* **Hidrantes exteriores:** Uno si la superficie total construida está entre **5.000 y 10.000 m<sup>2</sup>**. Uno más por cada 10.000 m<sup>2</sup> adicionales o fracción.

# Locales y zonas con riesgo especial

Locales y zonas consideradas de riesgo alto

---

Almacenes de residuos de más de 30 m<sup>2</sup>

---

Talleres de mantenimiento y asimilados con volumen superior a 400 m<sup>3</sup>

---

Almacenes de elementos combustibles con volumen superior a los 400 m<sup>3</sup>

---

Cocinas con una potencia instalada mayor que 50 kW

---

Lavanderías, vestuarios y camerinos con una superficie mayor que 200 m<sup>2</sup>

---

Centros de transformación con aislamiento mediante dieléctrico cuyo punto de inflamación no supere los 300 °C y cuya potencia total sea mayor que 4000 kVA o mayor que 1000 kVA en alguno de los transformadores.

---

Sala de calderas con potencia útil nominal  $P > 600$  kW

---

Imprentas, reprografías, etc. Con un volumen superior a 500 m<sup>3</sup>

---

En uso comercial, almacenes en los que la carga de fuego ponderada y corregida sea mayor que 3400 MJ/m<sup>2</sup>, en recintos situados siempre por encima de la planta de salida del edificio, con altura de evacuación  $< 15$  m y con superficie construida  $< 25$  m<sup>2</sup>. Debe estar dotado de instalación automática de extinción.

---

Trasteros residencial vivienda .....  $S > 500$  m<sup>2</sup>

---

Hospitalario

- Almacén productos farmacéuticos y clínicos  $V > 400$  m<sup>3</sup>
- Esterilización y almacenes anejos Siempre
- Laboratorios clínicos  $V > 500$  m<sup>3</sup>

---

Residencial público

- Roperos y custodia equipaje  $S > 100$  m<sup>2</sup>

---

Pública concurrencia

- Taller o almacén de decorados  $V > 200$  m<sup>3</sup>
-

## ¿Qué puedes hacer?

Aunque te tiente pensar que el estrés es inevitable o incluso un factor de emoción en tu vida, las enfermedades que puede provocar son muy serias y te recomendamos tomar en serio la prevención, es más sencillo de lo que parece. A continuación compartimos contigo experiencias de organizaciones y empresas de éxito que entienden que los espacios seguros y la tranquilidad son compatibles con la excelencia en el desarrollo del trabajo.

### Protégete en la cocina

- Orientar los mangos de los recipientes hacia el interior de los fogones.
- No echar agua en sartenes calientes o en llamas.
- Introducir progresivamente los alimentos en los recipientes con líquidos calientes o aceites para freír.
- Utilizar guantes, chaquetas, mandiles, etc. para proteger frente a quemaduras por contacto directo o por salpicaduras.
- Utilizar gafas de seguridad como protección frente a salpicaduras de líquidos.



### No sobrecargar las instalaciones eléctricas

Abuso de enchufes, multiplicadores y aparatos conectados a la red.





## Mantener una zona de seguridad

Sin combustibles, siempre que sea posible, alrededor de cualquier aparato eléctrico o fuente de calor.

## Comunicar al Responsable de área

Si se detecta cualquier defecto en la instalación eléctrica o protección contra incendios.



## Los equipos de incendios deben estar siempre accesibles

Extintores, bocas de incendios, salidas de emergencia...





## ¿Qué debes hacer si tienes trabajadores a tu cargo?

Como microempresario/a, debes cumplir la legislación vigente: **LEY 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, publicada en el BOE nº 269 10/11/1995.**

En este sentido, toda empresa con trabajadores a su cargo tiene la obligación legal de contratar un Plan de Prevención de Riesgos Laborales. En caso de que se produzca algún percance, accidente o enfermedades por ausencia del mismo se recomienda seguir el proceso legal correspondiente. Todo **Plan de Prevención de Riesgos Laborales** debe ajustarse al contenido que exige el **art. 16 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales**. Recuerda: adoptar medidas preventivas y formar a los trabajadores en materia de Seguridad Vial es una obligación legal.

Desde el **Portal Cuídate** te animamos a poner en conocimiento estas medidas para mejorar la salud y la seguridad laboral, además de poner los medios adecuados para su implantación si aún no está en práctica. Para cualquier duda o pregunta puedes [entrar en nuestro blog](#) o hacer una [consulta en nuestro chat o formulario](#), te responderá un experto en la materia.

## ¡Recuerda!

Si eres autónomo y prestas servicios en un centro de trabajo en el que desarrolla su actividad al menos otra empresa, debéis informaros recíprocamente sobre los riesgos que vuestra actividad pueda provocar tanto a vosotros como a los trabajadores de dicha(s) empresa(s). A esto se le denomina el **Deber de Cooperación**, regulado en el **Real Decreto 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre**, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.

FINANCIADO POR:



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE TRABAJO, MIGRACIONES  
Y SEGURIDAD SOCIAL



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



UATAE