

FÁBLAR

Órgano de expresión en el Ayuntamiento de Zaragoza del Sindicato Aragonés

ABRIL
2026

ESPECIAL
TRABAJOS EN
ALTURA

OSTA

SECCIÓN SINDICAL
AYUNTAMIENTO
DE ZARAGOZA

Tel: 976 721212
976 724989
976 721118
699 814649

osta@zaragoza.es

ayuntamiento.osta.es

PODEMOS
CAMBIAR LAS
COSAS

TRABAJOS EN ALTURA

Son aquellos que se ejecutan en un lugar por encima del nivel de referencia, entendiéndose como tal la superficie sobre la que puede caer la persona trabajadora y ocasionarle daños personales.

Los trabajos que supongan un riesgo de caída de altura superior a 2 metros requieren el uso de protección contra caídas de altura; esta altura se medirá desde la superficie en la que esté situada la persona hasta la del nivel inferior en la que quedaría retenida si no se dispusiera de un medio de protección. No obstante, puede existir un peligro adicional debido a la naturaleza del lugar en el que se pueda producir la caída.

Por ello, será la **evaluación de riesgos** la que determinará la necesidad, en su caso, de adoptar medidas de prevención o protección frente al riesgo de caída **desde alturas inferiores a 2 metros.**



PREVENCIÓN OSTA

PRINCIPALES RIESGOS

Las caídas son la principal causa de accidentes en estos trabajos, pero no la única. Algunos de los riesgos más habituales incluyen:

- **Caídas al vacío** por falta de protecciones colectivas o uso incorrecto de Equipos de Protección Individual (EPIs). Es el riesgo más grave y frecuente. La primera obligación legal del empresario es eliminarlo o si esto no es posible, minimizarlo al máximo antes de iniciar cualquier trabajo en altura.
- **Desprendimiento de materiales, herramientas o escombros** que pueden impactar sobre trabajadores en niveles inferiores. Obliga a balizar y proteger la zona.
- **Condiciones climáticas adversas** como viento, lluvia o superficies resbaladizas. Viento fuerte, lluvia, hielo o calor extremo aumentan exponencialmente el riesgo de caída. La normativa obliga a suspender el trabajo en estas condiciones.
- **Fatiga, deshidratación y estrés postural** que pueden provocar pérdida de equilibrio o descuidos. El trabajo prolongado en posiciones forzadas merma la concentración y el control motor, aumentando el riesgo de error y accidente.
- **Golpes y atrapamientos** con estructuras fijas, maquinaria en movimiento, elementos del entorno o con otros trabajadores que comparten el espacio de trabajo en altura.
- **Uso inadecuado de escaleras, plataformas, andamios** que pueden volcarse o ceder.
- **Uso inadecuado de los Equipos de protección Individual.**



PREVENCIÓN OSTA

MEDIDAS PREVENTIVAS

Eliminar el riesgo

Evitar el trabajo en altura siempre que sea posible mediante el rediseño del proceso o uso de equipos desde el suelo. Es la primera obligación del empleador.

Protección colectiva (prioritaria)

Barandillas de mínimo 90 cm, redes de seguridad, plataformas con protección perimetral, líneas de vida fijas. Protege a todas las personas sin acción individual.

Organización y planificación

Plan de seguridad documentado, coordinación de actividades empresariales, supervisión efectiva, habilitación de zonas y señalización adecuada.

Formación e información obligatoria

Formación específica y práctica **antes** de iniciar el trabajo. Conocimiento de procedimientos seguros. Es un derecho del trabajador (art. 19 L31/1995, Ley de Prevención de Riesgos Laborales).

Equipos de Protección Individual

Es el **último recurso**, nunca el primero. Sólo cuando no es posible eliminar el riesgo de otro modo. El uso de EPIs no exime al empresario de aplicar las medidas colectivas previas (RD 773/1997).



COMO TRABAJADOR/A TIENES DERECHO A:

- **Formación específica.** Recibir formación específica y práctica antes de realizar cualquier trabajo en altura.
- **EPIs en buen estado.** La empresa debe proporcionártelos
- **Consultar al delegado/a.** Consultar al Delegado de Prevención cualquier duda, incidencia o irregularidad relacionada con la seguridad, sin temor a represalias.
- **Vigilancia de la salud.** Someterse a reconocimientos médicos periódicos adaptados a los riesgos de tu puesto, especialmente si realizas trabajos en altura de forma habitual.

RECOMENDACIONES PRÁCTICAS ANTES DE SUBIR

1. Planifica.

Evalúa el riesgo, elige el equipo adecuado y planifica el trabajo antes de comenzar.

2. Inspecciona.

Revisa todos los EPIs y equipos antes de usarlos. No uses nada en mal estado.

3. Señaliza.

Baliza la zona inferior y avisa a compañeras/os del trabajo que se va a realizar.

4. Ancla siempre.

Mantente siempre anclada/o en todo momento. Nunca trabajes sin un punto de anclaje seguro.

5. Dos personas.

Siempre que sea posible, trabaja con otra persona que pueda asistirte o dar la alarma.

6. Condiciones favorables.

Suspende el trabajo con vientos superiores a **50 km/h**, si hay lluvia intensa o las superficies están resbaladizas.



PARA MÁS INFORMACIÓN ...

WEB: ayuntamiento.osta.es

CORREO ELECTRÓNICO: osta@zaragoza.es

Sección Sindical — Edificio Seminario

976 72 12 12 — 699 81 46 49

PREVENCIÓN OSTA