



Universidad  
Complutense  
Madrid

DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE  
RIESGOS LABORALES

Serie IO  
Documento 025

Revisión: 0

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL  
REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

# **INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

Elaborado por:

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

Fecha: Marzo 2024

Firma:

María Ángeles Maderuelo Labrador

Jefa de Prevención de Riesgos laborales

 <p>Universidad Complutense Madrid</p>	<p><b>DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b></p>	<p>Serie IO Documento 025</p>
		<p>Revisión: 0</p>

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

<b>FECHA</b>	<b>MODIFICACIONES DE LA INSTRUCCIÓN</b>
Marzo 2024	Documento inicial

 <p>Universidad Complutense Madrid</p>	<p><b>DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b></p>	<p>Serie IO Documento 025</p>
		<p>Revisión: 0</p>

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

**ÍNDICE:**

1. OBJETO .....	4
2. PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN POR PARTE DE LA PERSONA QUE PRESTE ATENCIÓN A LA TAREA Y/O DETECTE LA CAÍDA .....	4
3. PAUTAS DE ACTUACIÓN POR PARTE DE LA PERSONA ACCIDENTADA .....	5
4. ACTUACIONES CUANDO LA PERSONA ACCIDENTADA HA SIDO RESCATADA.	6
5. BIBLIOGRAFÍA.....	7

 <p>Universidad Complutense Madrid</p>	<p><b>DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b></p>	<p>Serie IO Documento 025</p>
		<p>Revisión: 0</p>

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

## 1. OBJETO:

Se realiza esta Instrucción Operativa con el **objeto** de establecer un procedimiento de actuaciones adecuadas que garanticen un rescate seguro de las personas trabajadoras de la UCM que, realizando trabajos en altura utilizando de forma obligatoria el equipo de protección individual (arnés) y los elementos de conexión a un punto seguro, hayan sufrido una caída y se encuentren suspendidas del arnés. Dichas actuaciones deben ir orientadas a atender lo antes posible a la **persona trabajadora accidentada** que ha sufrido la caída, ya sea en escalas verticales, azoteas con línea de vida o plataformas.

Al quedarse suspendida en posición vertical del arnés, se produce el trauma por suspensión o shock ortostático, debido a que las correas del arnés ejercen presión y se acumula una cantidad de sangre excesiva en las piernas, no recibiendo el resto del cuerpo y la cabeza el suficiente oxígeno. Si no se actúa rápidamente, las consecuencias pueden llegar a ser muy graves.

Los trabajos en altura siempre se deben realizar entre dos o más personas de forma que una ejecute el trabajo y haya otra **persona preste atención a la ejecución de la tarea** para poder iniciar las actuaciones que faciliten el rescate en caso de caída, a la mayor brevedad posible. Además, las **personas trabajadoras** deberán contar con la formación específica de trabajos con riesgo de caída en altura y utilizar adecuadamente tanto los equipos de protección colectiva (líneas de vida, puntos de anclaje, pasarelas, plataformas de trabajo...) como los equipos de protección individual (arnés anti caídas, casco, guantes, calzado de seguridad...) en perfecto estado y con las certificaciones y revisiones correspondientes según la normativa de aplicación.

## 2. PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN POR PARTE DE LA PERSONA QUE PRESTE ATENCIÓN A LA TAREA Y/O DETECTE LA CAÍDA:

Si la persona trabajadora sufre una caída en trabajos en altura y queda en suspensión del arnés, la persona que preste atención a la ejecución de la tarea o que detecte la caída actuará siguiendo las siguientes pautas:

- Avisar inmediatamente a los servicios de emergencia y/o rescate especializados:
  - Llamar al número de emergencias de la **Comunidad de Madrid: 112.**
  - Informar a los servicios de emergencias de la siguiente información:
    - **¿Qué ocurre?:** Comunicar de forma clara el accidente: “una persona realizando trabajos en altura se ha caído y se encuentra suspendida del arnés”.
    - **¿Dónde ocurre?:** Indicar dónde se produce la emergencia: calle, avenida, número, facultad o nombre del edificio o instalaciones.
    - **¿Cuándo ocurre?:** Conocer la hora aproximada en que se produce el accidente, así como el tiempo transcurrido desde que aparecen los

 <p>Universidad Complutense Madrid</p>	<p><b>DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b></p>	<p>Serie IO Documento 025</p> <hr/> <p>Revisión: 0</p>
--	--	--

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

primeros síntomas del trauma por suspensión si se diera el caso (entumecimiento de pies y piernas, náuseas, taquicardia, dolor intenso, sensación de asfixia, contracciones incontrolables, hormigueos, mareos, palidez severa, sudor frío, vértigo...). Es posible que dicha información sea de gran utilidad para los equipos de emergencias en algún momento.

- Asegurar el lugar de trabajo y delimitar con cinta de seguridad o con otros mecanismos para afianzar la maniobra de rescate y que no haya terceras personas afectadas, ni se interfieran los procesos de rescate.
- Tranquilizar a la persona accidentada durante el tiempo de espera hasta que acudan los servicios de emergencia y/o de rescate especializados:
  - Mantener la calma en la medida de lo posible.
  - Informar a la persona accidentada de que los servicios de emergencia están en camino.
  - Recordar las **pautas de actuación** para prevenir el trauma por suspensión que provoca el arnés.
  - Preguntar frecuentemente al accidentado cómo se encuentra y si sufre alguno de los síntomas propios del trauma por suspensión.

### 3. PAUTAS DE ACTUACIÓN POR PARTE DE LA PERSONA ACCIDENTADA

Si la persona accidentada se encuentra consciente alertará de su situación a la persona o a las personas que estén presentes y actuará de la siguiente forma, según proceda:

- La persona accidentada realizará el esfuerzo necesario para volver por sus propios medios al nivel del cual cayó o a un lugar estable próximo. De esta forma conseguirá evitar el trauma por suspensión.
- Si la persona accidentada no puede volver al nivel del cual cayó o a un lugar estable próximo, debe buscar en las inmediaciones algún elemento estable para apoyarse, ya sea del edificio, escala o plataforma que reduzca el trauma por suspensión hasta que lleguen los servicios de emergencia y/o rescate. Estos elementos permitirán descargar parcialmente la tensión de las correas del arnés.
- Si la persona accidentada no logra volver al nivel del cual cayó, a un lugar estable, ni cuenta con ningún elemento de apoyo para evitar el trauma por suspensión, en la medida de lo posible deberá mantener la calma, movilizar las piernas en posición horizontal y realizar cambios de posición. En caso de no ser posible, deberá mantener las rodillas dobladas para retrasar la aparición de los síntomas del trauma por suspensión. Un ejercicio útil para evitarlo consiste en subir las piernas al pecho y agarrarlas con los brazos y manos durante 10 segundos, descansar durante otros 10 segundos y repetir la operación hasta que acudan los servicios de emergencia y/o rescate. De esta forma se facilita la circulación de la sangre por todo el cuerpo. Si el

 <p>Universidad Complutense Madrid</p>	<p><b>DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b></p>	<p>Serie IO Documento 025</p>
		<p>Revisión: 0</p>

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

accidentado comienza a sufrir alguno de los síntomas del trauma por suspensión, deberá comunicárselo a la persona o las personas que estén presentes.

**4. ACTUACIONES CUANDO LA PERSONA ACCIDENTADA HA SIDO RESCATADA**

El trauma por suspensión puede seguir afectando una vez rescatada la persona accidentada. Si la persona accidentada es puesta en posición horizontal repentinamente, el torrente sanguíneo volverá de forma brusca y puede ser demasiado fuerte para el corazón. Por ello, es importante tener en cuenta las siguientes pautas:

- Si la persona accidentada ha sido rescatada por los equipos de emergencia y/o rescate hay que dejar que dichos equipos profesionales se encarguen de rehabilitar a la persona accidentada si fuera necesario y seguir todas sus indicaciones.
- Si todavía no hubieran acudido los servicios de emergencia y/o rescate y la persona accidentada consiguiera volver a un nivel seguro y estable, pero presentase síntomas propios del trauma por suspensión del arnés (entumecimiento de pies y piernas, náuseas, taquicardia, dolor intenso, sensación de asfixia, contracciones incontrolables, hormigueos, mareos, palidez severa, sudor frío, vértigo...) habrá que tener en consideración las siguientes premisas:
  - **Nunca se deberá colocar a la persona accidentada en posición horizontal directamente.** Esto podría hacer que el torrente sanguíneo se recupere de golpe, produciendo una sobrecarga en el corazón. Por ello, se debe colocar la persona accidentada en una **posición de recuperación** que permita una mejoría paulatina, en posición agachado, en cuclillas o semi sentado. Si estuviera inconsciente, colocarle sobre el costado derecho en posición fetal durante 30-40 minutos. Después se le puede poner boca arriba.
  - Una vez colocada en posición de recuperación se le debe trasladar a un centro médico lo más rápido posible. El transporte es muy complicado y sólo debe realizarlo personal sanitario, por lo que habrá que esperar a que acudan los servicios de emergencias y/o rescate.

 <p>Universidad Complutense Madrid</p>	<p><b>DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b></p>	<p>Serie IO Documento 025</p>
		<p>Revisión: 0</p>

**INSTRUCCIÓN OPERATIVA: ACTUACIÓN DE EMERGENCIA EN CASO DE CAÍDA AL REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA UTILIZANDO EL ARNÉS**

## 5. BIBLIOGRAFÍA

- 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.
- 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 los trabajadores de los equipos de trabajo, en materia de trabajos temporales en altura.
- 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 (EPI) y el Reglamento (UE) 2016/425 relativo a su comercialización.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos para la utilización por los trabajadores en el trabajo de equipos de protección individual. INSST.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los equipos de trabajo. INSST.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a las obras de construcción. INSST.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los equipos de protección individual. INSST.
- Nota Técnica de Prevención 1.170: Utilización de EPI en trabajos con riesgo de caída de altura. INSST.