



# 12 GOLDEN SAFETY RULES

Together beyond safety

---

En Arplus+ creemos que todos los accidentes son evitables. Es responsabilidad de todos (de quienes organizan el trabajo, quienes lo desempeñan y quienes lo supervisan) trabajar de un modo seguro y asegurarnos de que todos regresamos sanos y salvos a casa cada día. Las Reglas de Oro de la Seguridad nos ayudarán a MANTENERNOS SEGUROS en todo momento.

## PRINCIPIOS

- Todos tenemos la responsabilidad hacia nosotros mismos y hacia otras personas de actuar y trabajar de un modo seguro.
  - Un trabajo bien planificado evitará situaciones peligrosas.
  - Aprender de nuestra experiencia mejorará nuestro desempeño en seguridad y salud.
  - El apoyo que proveedores y subcontratistas presten a nuestros principios nos ayudará a mejorar nuestros estándares.
  - Autorizar a todos nuestros empleados y contratistas a detener situaciones inseguras reducirá el número de accidentes y lesiones.
- 



Nuestra organización es diversa y entraña muchos riesgos en materia de seguridad y salud que deben gestionarse. La seguridad de todos requiere compromiso, liderazgo y la voluntad de intervenir cuando uno ve que alguien está trabajando en condiciones inseguras o cuando se deteriora una situación. Un requisito clave de nuestras estrategias y principios en prevención es reforzar y promover la 'auto-responsabilidad' individual del empleado en seguridad y salud, y el 'cuidar' unos de otros.

Es por ello que Applus+ ha desarrollado las Reglas de Oro de la Seguridad. Estas reglas forman parte del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud de Applus+ y deben aplicarse en cualquier trabajo que se realice en nombre de Applus+.

Las Reglas de Oro de la Seguridad de Applus+ proporcionan directrices básicas basadas en nuestra experiencia y en las lecciones aprendidas. Reafirman y completan nuestros procedimientos de identificación y control de riesgos. El cumplimiento de estas reglas es esencial para prevenir lesiones y problemas de salud y es obligatorio. Las Reglas de Oro de la Seguridad de

Applus+ contribuirán realmente a afianzar una cultura preventiva en nuestra organización.

El objetivo principal de las Reglas de Oro de la Seguridad de Applus+ es PROTEGERTE a ti y a tus compañeros. Las reglas se aplican a cualquier persona que se encuentre en nuestras instalaciones o que trabaje bajo nuestro control: empleados, contratistas, proveedores de servicios y visitantes; y es fundamental que te tomes el tiempo que precises para familiarizarte con ellas y sus normas de operación.

Las Reglas de Oro de la Seguridad de Applus+ no cubren todos los riesgos de la operativa y, por lo tanto, es importante que conozcas los requisitos de seguridad antes de iniciar tu trabajo y durante el mismo. Si tu o tus compañeros de trabajo tenéis cualquier duda sobre las normas de operación y su aplicación en vuestro trabajo, os insto a que paréis los trabajos y lo comentéis con vuestro supervisor directo.

### **Este libretto te ayudará a garantizar que tus acciones en el trabajo se ajustan a las siguientes normas de operación**

- Los fundamentos
- Apto para trabajar
- Manipulación manual de cargas
- Conducción segura
- Viajar seguro
- Coordinación de actividades
- Espacios confinados
- Sustancias peligrosas
- Radiaciones ionizantes
- Trabajos en altura
- Trabajos en excavaciones y zanjas
- Consignación y aislamiento de equipos e instalaciones
- Riesgo eléctrico

Entendiendo los riesgos que afrontas y cumpliendo las reglas, puedes mantener un lugar de trabajo seguro y evitar accidentes. Estas Reglas de Oro son inviolables y se tomarán las acciones disciplinarias pertinentes contra quienes las incumplan. Applus+ ha adquirido un compromiso con las Reglas de Oro de la Seguridad y espera que todas las personas que trabajan para Applus+ compartan este compromiso y sigan las reglas en todo momento.

**Joan Amigó**  
Applus+ CEO





# FUNDAMENTOS

## FUNDAMENTOS



**No se llevará a cabo ningún trabajo sin implementar estos requisitos fundamentales que sustentan las Reglas de Oro de la Seguridad:**

- No se iniciará ningún trabajo sin realizar un **control previo o evaluación de riesgos** antes de empezar el mismo y compartir sus resultados con los implicados.
- El personal deberá estar **formado, ser competente y apto** (no estar bajo los efectos de drogas o alcohol) para realizar actividades laborales.
- Los **equipos de trabajo** serán los adecuados para realizar la actividad y estarán correctamente mantenidos.
- Se utilizarán los **equipos de protección individual (EPI)** necesarios para cada tarea y se mantendrán en buen estado.
- El personal deberá preocuparse por la seguridad, conocer su entorno de trabajo y **comunicar** cualquier condición insegura observada.

→ El personal tiene **derecho a detener cualquier trabajo que considere inseguro**. Este derecho conlleva la obligación de actuar. La dirección de Applus+ respeta el derecho de cualquier persona a ejercer su autoridad para detener un trabajo.

→ El personal deberá saber qué hacer ante una **situación de emergencia** y garantizará la presencia de los equipos y medios necesarios para dar una respuesta adecuada antes de que se inicie cualquier actividad.





# 01

## APTO PARA TRABAJAR

Una de nuestras principales consideraciones es fomentar hábitos saludables en el trabajo. Nuestro objetivo es garantizar que todos los empleados estén en un buen estado (físico y mental) que les permita realizar las tareas asignadas sin comprometer ni amenazar su propia seguridad y salud ni la de otras personas.

**Para lograrlo deberás:**

- Asegurarte de haber descansado lo suficiente antes de empezar a trabajar, sobre todo durante los

trabajos por turnos (y en especial durante el turno de noche).

- No estar bajo los efectos del alcohol u otras drogas.
- Gestionar la fatiga (p. ej., el estrés térmico, la deshidratación, el esfuerzo físico, etc.) mientras trabajas.
- Informar a tu supervisor sobre cualquier aspecto (p. ej., medicación, estrés, salud física y mental, etc.) que pueda afectar a tu rendimiento en el trabajo.



# 01

## APTO PARA TRABAJAR





# 02

## MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS

**Considera detenidamente y prevé el proceso de manipulación manual de cargas.**

**Utiliza siempre que sea posible ayudas mecánicas para manipular objetos, pero si tienes que manipular manualmente cargas, procede solo si:**

- Has evaluado las opciones para eliminar la necesidad de manipular manualmente la carga.
- El personal está debidamente formado y conoce las técnicas de manipulación manual de cargas.
- Se ha realizado una evaluación de riesgos relativa a la tarea y se han aplicado medidas de control eficaces para eliminar o reducir los riesgos.

→ Se dispone, si es necesario, de los equipos de protección individual adecuados para la tarea y se utilizan.

→ Existe espacio suficiente alrededor del objeto para poder maniobrar con facilidad y el camino está despejado. Mira por donde vas a pasar cuando transportes una carga.

→ Está seguro de que tiene la carga bien sujeta y de que esta no caerá y no presenta bordes afilados.

# 02 MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS





# 03

## CONDUCCIÓN SEGURA

**Puedes conducir (salvo en ensayos de conducción o conducción en pistas de pruebas) solo si:**

- Puedes comprobar que el vehículo ha sido inspeccionado con regularidad y las tareas de mantenimiento realizadas por personal competente.
- El vehículo es adecuado para la tarea y las condiciones de conducción locales.
- Evalúas la idoneidad y seguridad del vehículo antes de iniciar cualquier viaje.
- Cuentas con los permisos pertinentes, estás debidamente formado y eres médicamente apto para conducir el tipo de vehículo utilizado para las condiciones de conducción locales.

- No estás bajo los efectos del alcohol o drogas, te encuentras en condiciones de salud para conducir, conoces y respetas las normas locales de circulación y los límites de velocidad.
- El número de pasajeros no excede las especificaciones del vehículo y el vehículo está equipado con cinturones de seguridad de 3 puntos de anclaje utilizados por todos los ocupantes. Se deberían evitar los cinturones de seguridad de 2 puntos, todavía existentes.
- Las cargas están aseguradas y no exceden las especificaciones del vehículo. Los pasajeros y los equipos no se transportan en el mismo compartimento.
- Existe un plan de viaje o se ha planificado la ruta cuando se viaja en áreas designadas.
- Mientras conduces no deberías realizar actividades que puedan distraerte y limiten tu capacidad para controlar el vehículo. Deberías sujetar el volante con las dos manos en todo momento. Recuerda que en algunos países o áreas de negocio, puede estar prohibido el uso de teléfonos con manos libres. Debes estar seguro que conoces las reglas y que las cumples.



# 04

## VIAJAR SEGURO



**Los riesgos y peligros en los viajes normalmente dependen del destino, del nivel de información, de la preparación antes de la salida, tu estado de salud y el nivel de importancia que otorgues a quienes podrían desear causar daño. Por consiguiente, para viajar con seguridad se debe proceder solo si:**

**Has evaluado las opciones para evitar la necesidad de viajar.**

- Has realizado una evaluación de riesgos en relación a los posibles riesgos médicos y en materia de seguridad del lugar de destino.
- Has realizado la formación on line cuando el riesgo del país sea alto o extremo (según índices ISOS).

→ Te has asegurado de que tu documentación (pasaporte, DNI, etc.) es válida y tienes actualizado el calendario de vacunación.

→ Has adquirido y comprobado las informaciones actualizadas relativas a cuestiones de seguridad y salud en el destino.

→ Cuando viajes a países de riesgo alto o extremo, tienes un plan de seguridad para el viaje que contenga información detallada y clara sobre el destino y que incluya un plan de respuesta para emergencias.

→ Debes conocer este plan de seguridad (cuando sea requerido) y saber cómo obtener ayuda.





# 05

## COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES

**Asegúrate de cooperar y coordinar actividades con empleados, contratistas, subcontratistas, clientes y otras personas que participen en el mismo trabajo al mismo tiempo en un lugar de trabajo.**

**Por consiguiente, para lograrlo:**

- Comparte la información necesaria a efectos de seguridad y salud (p. ej., riesgos asociados a su actividad). No dificultes las comunicaciones y responde a peticiones razonables de otros responsables para ayudarles a cumplir con sus obligaciones.
- Identifica quién tiene el control o influencia sobre aspectos del trabajo o del entorno en el que se lleva a cabo el trabajo.

→ Asegúrate de que no haya actividades incompatibles que coincidan y determina si las actividades de otras personas pueden introducir o acrecentar los riesgos y, en caso afirmativo, implementa los controles necesarios.

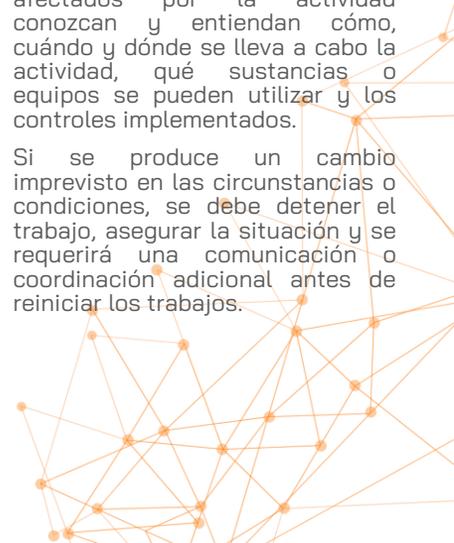
→ Identifica cuándo y cómo se debe implementar cada medida de control, comprueba que las medidas de control se complementen entre sí y verifica que sean eficaces.

→ Asegúrate de que todos los participantes en la actividad y aquellos que puedan verse afectados por la actividad conozcan y entiendan cómo, cuándo y dónde se lleva a cabo la actividad, qué sustancias o equipos se pueden utilizar y los controles implementados.

→ Si se produce un cambio imprevisto en las circunstancias o condiciones, se debe detener el trabajo, asegurar la situación y se requerirá una comunicación o coordinación adicional antes de reiniciar los trabajos.



# 05 COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES

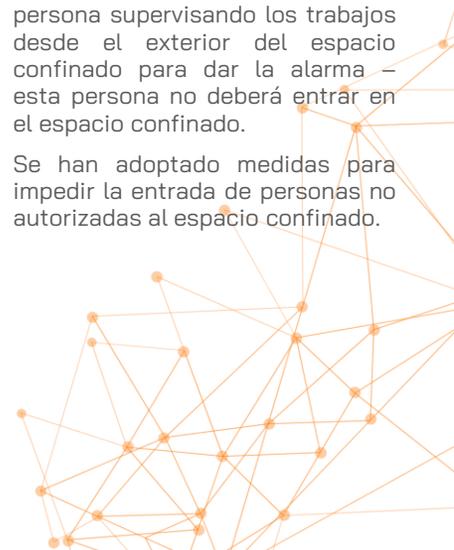


# 06

## ESPACIOS CONFINADOS

**Solo se podrá entrar en espacios confinados si:**

- Se han evaluado las opciones para eliminar la necesidad de entrar en un espacio confinado.
- Se ha realizado la evaluación de riesgos del espacio confinado, existe un plan de respuesta para emergencias, y se dispone de los permisos necesarios para entrar.
- Las personas implicadas han sido formadas y son aptas para realizar el trabajo en el espacio confinado.
- Las condiciones del permiso de acceso se han comunicado a todas las personas implicadas o afectadas por la actividad, y han sido comprendidas.
- Todas las fuentes de energía y fluidos que afectan al espacio confinado están aislados y cerrados.
- Se han autorizado los equipos trabajo para su uso en el espacio confinado.
- Se ha comprobado y verificado la atmósfera y las pruebas se han repetido con la frecuencia especificada en el permiso.
- Existe en todo momento una persona supervisando los trabajos desde el exterior del espacio confinado para dar la alarma – esta persona no deberá entrar en el espacio confinado.
- Se han adoptado medidas para impedir la entrada de personas no autorizadas al espacio confinado.



# 06 ESPACIOS CONFINADOS



# 07

## SUSTANCIAS PELIGROSAS

**Solo se trabajará con sustancias peligrosas sí:**

- No ha sido posible eliminar su uso y no existe una alternativa más segura.
- Siempre ten a mano, lee, comprende y sigue las instrucciones que encontrarás en la ficha de datos de seguridad relativas a la sustancia peligrosa que debes manipular.
- Se ha realizado la evaluación de riesgos y se han implementado controles eficaces para garantizar la seguridad y salud de todos los posibles implicados.
- Los equipos de protección individual son los adecuados para la tarea, están en buen estado y se utilizan correctamente.

- Sigue el procedimiento autorizado para la manipulación o eliminación de productos químicos o sustancias peligrosas. Lávate las manos tras utilizar o manipular una sustancia peligrosa y antes de comer.
- Se ha implementado un plan de respuesta para emergencias (recoger derrames) y se dispone de los equipos y servicios de primeros auxilios adecuados en el lugar de trabajo.
- Existe un procedimiento implantado y se dispone de los medios para la correcta gestión de residuos.



# 08

## RADIACIONES IONIZANTES

**Se realizarán trabajos que conlleven el uso de radiaciones ionizantes solo si:**

- Se ha realizado la evaluación de riesgos de la tarea y se han implementado controles eficaces para garantizar la seguridad del trabajo en el que las dosis se mantienen en el nivel más bajo posible.
- El personal tiene una licencia vigente y/o la formación para operar de acuerdo con la jurisdicción correspondiente.
- El equipo está registrado para utilizarse en la jurisdicción en la que se está utilizando.
- Todo el equipo ha sido revisado y considerado en buen estado antes de su utilización y, cuando

corresponda, las calibraciones del equipo son válidas.

- Cualquier equipo dañado o averiado es retirado del servicio y se comunica esta situación a la empresa.
- Todo el equipo de seguridad (medidores de radiación, barreras, señalización, etc.) está disponible y en buen estado.
- El personal trabaja de acuerdo con los requisitos de la legislación local, las normas y procedimientos de la empresa, y requisitos locales específicos.
- El personal notificará de inmediato cualquier pérdida de control o incidente en el que personas han estado o se sospecha que han estado expuestas a radiaciones ionizantes.
- Se ha implementado un plan de emergencia y se dispone de los equipos de respuesta adecuados. El personal conoce las funciones y los datos de contacto del personal de emergencias.
- Se garantiza razonablemente y en todo momento la seguridad de las fuentes radioactivas.





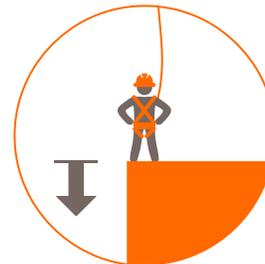
# 09

## TRABAJOS EN ALTURA

**Se realizarán trabajos en altura solo si:**

- Se han evaluado las opciones para eliminar la necesidad de trabajar en altura.
- El personal está debidamente formado y es apto para realizar la actividad, incluido el uso de los equipos de protección individual y sistemas anticaída.
- Plataformas, andamiajes y otras estructuras temporales han sido construidas y verificadas solo por personal competente y autorizado.
- Las plataformas elevadoras móviles de personas (elevadores de tijera, plataformas articuladas o telescópicas, etc.) se han inspeccionado antes de ser utilizadas y son operadas por personal debidamente autorizado y competente.

- Todo el equipo que se utilizará está en buen estado para el fin previsto y se retira cualquier equipo dañado o defectuoso.
- Todos las herramientas y equipos utilizados estarán asegurados para evitar la caída de objetos que puedan causar lesiones a otras personas que se encuentren debajo de la zona de trabajo.
- En caso de riesgo de caída a distinto nivel, se implementarán medidas de protección anticaída u otras medidas de protección de acuerdo con las conclusiones de la evaluación de riesgos.
- Existe un plan de emergencias (incluyendo el rescate en altura) que se puede activar si es necesario.



# 09 TRABAJOS EN ALTURA





# 10

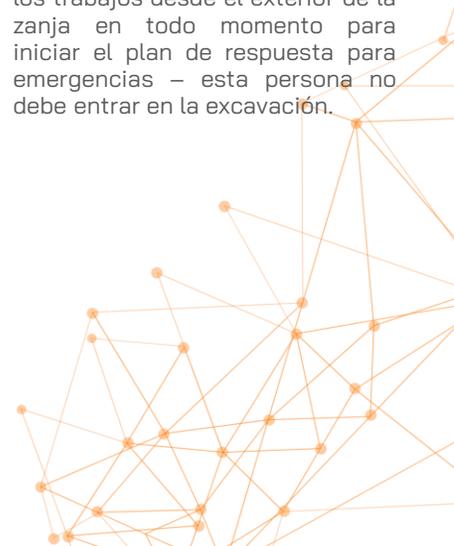
## TRABAJOS EN EXCAVACIONES Y ZANJAS

**Se realizarán trabajos en excavaciones y zanjás solo si:**

- Se ha autorizado el acceso a la excavación o zanja antes del inicio de los trabajos.
- Las zanjás contarán con sistemas de protección adecuados, incluidos los sistemas de apuntalamiento, pendiente o escalonado, para proteger a los empleados contra derrumbes.
- La excavación o zanja haya sido inspeccionada por una 'persona competente' utilizando métodos de inspección y comprobación aceptados.
- Existe un plan de emergencia y se ha realizado la evaluación de riesgos.

- Hay entradas y salidas seguras y sin obstáculos desde cualquier posición de la excavación o zanja.
- Debería haber al menos dos puntos de acceso y salida.
- Las escaleras se deberían poder extender lo suficiente (al menos 3 metros) por encima de la parte superior de la excavación.
- Los equipos pesados se deberían colocar a una distancia de seguridad respecto al borde de la excavación.
- Existe una persona que supervise los trabajos desde el exterior de la zanja en todo momento para iniciar el plan de respuesta para emergencias – esta persona no debe entrar en la excavación.

# 10 TRABAJOS EN EXCAVACIONES Y ZANJAS





# 11

## CONSIGNACIÓN, AISLAMIENTO DE EQUIPOS E INSTALACIONES

**Sigue siempre el procedimiento de consignación y aislamiento del centro. Solo se realizarán trabajos en los que la consignación y el aislamiento de plantas y equipos sea un requisito si:**

- Se han identificado claramente todos los puntos de aislamiento y se han probado, etiquetado y/o bloqueado y controlado para evitar movimientos o activaciones involuntarios, y se ha señalado y delimitado el área de trabajo.
- Se ha probado el aislamiento antes de iniciar el trabajo y se ha considerado que es eficaz.
- Están presentes al menos dos personas cuando se trabaja cerca de conductores expuestos y estas personas cumplen con los requisitos específicos del país/centro en materia de formación y/u otras cualificaciones.
- Asegúrate de que en caso de cambio inesperado de circunstancias o condiciones, se revalida la totalidad del aislamiento/desaislamiento.
- Se han identificado todas las fuentes de energía, incluidas las fuentes eléctricas, mecánicas, potenciales (p. ej. gravedad), cinéticas, etc.
- Se han previsto pasos de aislamiento y desaislamiento, y se ha evaluado el riesgo del método de eliminación/restablecimiento de energía almacenada y/o materiales peligrosos, y ha sido autorizado por una persona competente.
- Una persona competente y autorizada ha completado todos los pasos de aislamiento / desaislamiento.



# 11

## CONSIGNACIÓN, AISLAMIENTO DE EQUIPOS E INSTALACIONES





# 12

## RIESGO ELÉCTRICO

**El trabajo con exposición a riesgo eléctrico sólo deberá llevarse a cabo si:**

- Se han evaluado los riesgos, identificado posibles peligros eléctricos, implementado medidas de control para mitigar los riesgos y definido procedimientos de emergencia y evacuación.
- Los trabajos se llevan a cabo siguiendo prácticas y procedimientos seguros para trabajar con electricidad y se cumplen todas las regulaciones y normas de seguridad eléctrica locales y globales.
- Se cuenta con los permisos y las autorizaciones necesarios antes de comenzar el trabajo en sistemas eléctricos.
- Se cuenta con supervisión competente y se asegura la comunicación clara entre los miembros del equipo y con el resto de trabajadores presentes en la zona.
- No se realizará ningún trabajo fuera del alcance de las tareas propias del

puesto de trabajo y que no esté incluida en una orden de trabajo.

- El personal está capacitado y cualificado, familiarizado con los sistemas eléctricos, equipos y procedimientos de seguridad, y sabe cómo responder a emergencias eléctricas como descargas o incendios.
- Se evita trabajar en sistemas eléctricos en tensión, siempre que sea posible.
- El equipo se ha desenergizado antes de realizar el trabajo de acuerdo a procedimientos de bloqueo/etiquetado, y se ha verificado efectivamente la ausencia de tensión antes de iniciar el trabajo.
- Cuando deba trabajarse en tensión, se cuenta con procedimientos específicos de trabajo seguro y nunca se realiza el trabajo en situación de aislamiento. En lugares de difícil acceso (por ejemplo, espacios confinados) o sin comunicación, deberá desarrollarse estando presentes, al menos, dos trabajadores.
- El equipo y las herramientas son apropiados para la tarea, se inspeccionan regularmente para asegurarse de que estén en buenas condiciones y se reemplazan o reparan ante cualquier daño.
- El personal utiliza los equipos de protección individual adecuados, como guantes aislantes, gafas de seguridad, ropa ignífuga y otros equipos específicos para trabajos eléctricos cuando es necesario.



# 12 RIESGO ELÉCTRICO

# Reglas

---

01



APTO PARA TRABAJAR

---

02



MANIPULACIÓN  
MANUAL DE CARGAS

---

07



SUSTANCIAS  
PELIGROSAS

---

08



RADIACIONES  
IONIZANTES

---

03



CONDUCCIÓN  
SEGURA

---

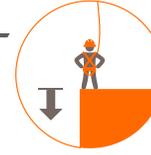
04



VIAJAR SEGURO

---

09



TRABAJOS EN ALTURA

---

10



TRABAJOS EN  
EXCAVACIONES Y ZANJAS

---

05



COORDINACIÓN DE  
ACTIVIDADES

---

06



ESPACIOS  
CONFINADOS

---

11



CONSIGNACIÓN Y AISLAMIENTO  
DE EQUIPOS E INSTALACIONES

---

12



RIESGO ELÉCTRICO

---