

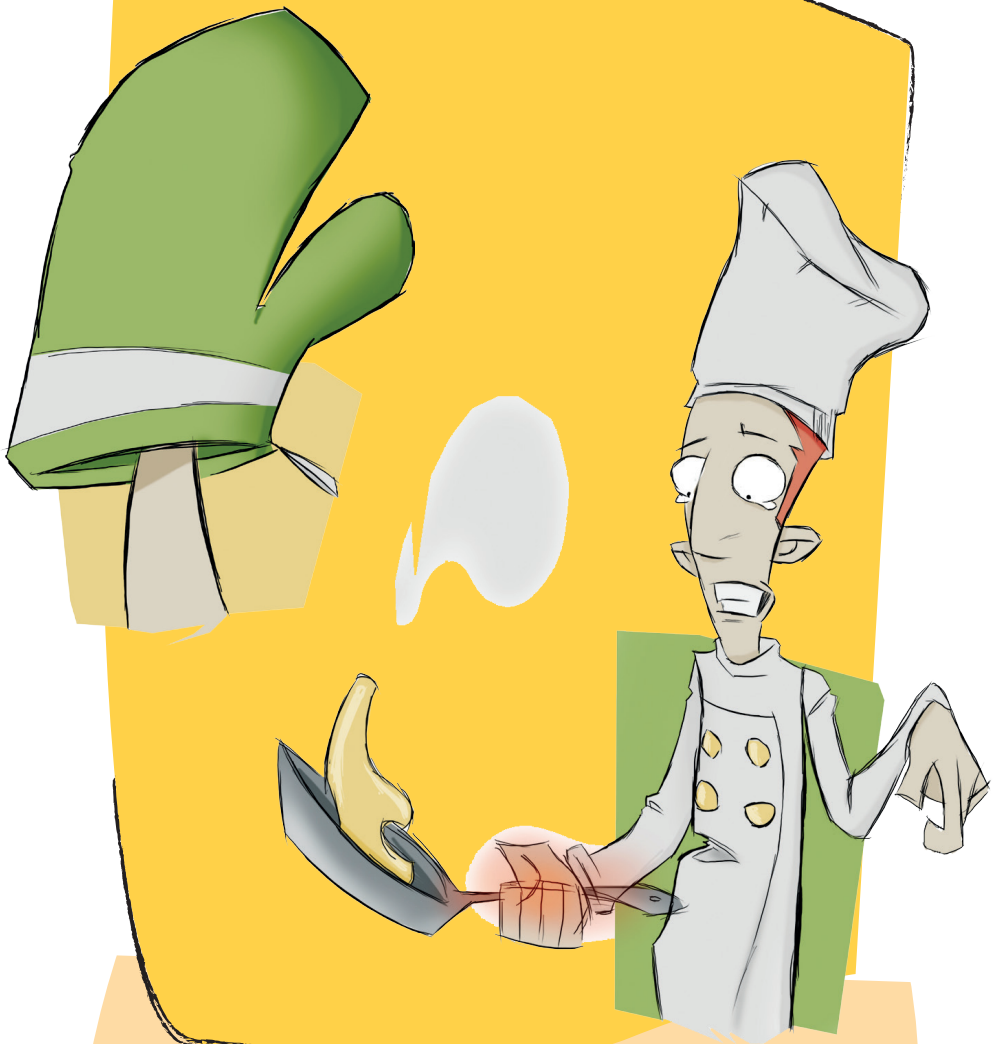


GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE LA SEGURIDAD SOCIAL

DIRECCIÓN GENERAL
DE ORDENACIÓN
DE LA SEGURIDAD SOCIAL



Manual bàsic de Prevenció de Riscos Laborals

HOTELERIA I TURISME



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

Hoteleria i turisme

L'hoteleria i el turisme és un dels sectors amb més nombre de treballadors. La majoria dels llocs de treball són ocupats en petites i mitjanes empreses. Els treballadors habitualment realitzen diferents tasques per la qual cosa estan exposats a un major nombre de riscos.

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


- Les activitats d'allotjament i hostatge.
- Els serveis de productes aptes per al consum.
- Les sales de ball, discoteques i cafès – teatre.
- El servei de menjars i/o begudes en bingos, billars i salons recreatius.

Els treballadors exposats són, entre altres:

- Cuiners i Auxiliars de cuina
- Cambrers de bars i restaurants
- Recepcionistes
- Grups d'hotel
- Mossos d'equipatge
- Personal de bugaderia
- Cambreres de pisos i personal de neteja en general

Els principals equips fets servirs amb riscos associats són els següents:

- Cafeteres
- Microones
- Talladores de carn freda
- Picadores
- Forns i fogons
- Fregidores
- Cambres frigorífiques i de congelació
- Planxes

- 
-
-
- Rentadores, assecadores i plegadores
 - Compresores de brossa
 - Carros de neteja
 - Carros de transport de roba bruta
 - Carros de transport de maletes
 - Muntacàrregues d'aliments

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 hoteleria i turisme

RISCOS DE SEGURETAT

- Riscos de caigudes 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
 - Caiguda d'objectes per caiguda
 - Caiguda d'objectes en manipulació
- Risc elèctric
- Risc d'incendi
- Risc d'explosió
- Risc per contacte
 - Contacte tèrmic (cremades)
 - Contacte substàncies químiques perilloses

RISCOS HIGIÈNICS

- Exposició a substàncies tòxiques o irritants
- Exposició a agents biològics
- Exposició al soroll
- Exposició a temperatures extremes
 - Altes temperatures
 - Baixes temperatures

RISCOS ERGONÒMICS

- Manipulació manual de càrregues
- Esforços i moviments repetitius
- Treball dempeus

RISCOS PSICOSOCIALS



**Riscos i
Mesures Preventives**

Riscos de seguretat

Les caigudes es poden produir al mateix o a diferent nivell. Tingues especial cura quan hi hagi vessaments o presència de líquids.

CAIGUDA AL MATEIX NIVELL

- Cal mantenir les zones de pas lliures d'objectes i perfectament il·luminades.
- Si hi ha objectes que no poden ser eliminats, senyalitza'ls.
- Per evitar ensopegades, elimina la brutícia, papers, pols, vessaments i residus de la zona de treball.
- Els objectes innecessaris, com envasos i eines que no s'estiguin fent servir, hauran de ser apartats.
- Tingues cura de no dificultar la visió al transportar càrregues.
- Fes servir calçat adient amb sola antilliscant. Recorda portar els cordons ben lligats.
- No corris, camina a poc a poc.

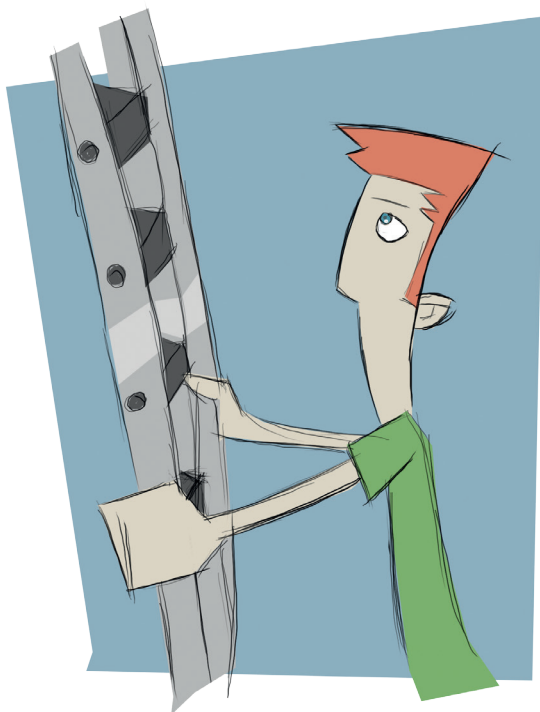
VESSAMENTS I O PRESÈNCIA DE LÍQUIDS

- Neteja immediatament els vessaments o degoteigs de líquids sobre tot en zones de pas.
- Per als vessaments d'olis i greixos, especialment els produïts per l'ús de fregidores, fes servir productes desgreixants.
- Al fregar el terra adverteix que està mullat col·locant el senyal indicador. Evita passar fins que no estigui eixut.

CAIGUDA A DIFERENT NIVELL

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

- A l'fes servirr escales de mà, assegura't que té suports antilliscants i estigues atent a l'angle de col·locació i a la forma d'fes servició.
- A les escales de mà cal pujar amb precaució, posant-s'hi de cara i agafant-te amb les dues mans.



Riscos de seguretat

RISCOS DE COPS I XOCS

És necessari prestar especial atenció a portes, forns i similars.

- Cal mantenir les zones de pas lliures d'objectes i perfectament il·luminades.
- Estigues atent quan caminis dins de la barra o en zones amb poc espai.
- No portis càrregues pesades a les mans que t'impedeixin moure't amb agilitat.

PORTES

- No obris ni tanquis de forma brusca les portes.
- Fes servir les portes de vaivé d'accés a cuines amb especial precaució. Respecta sempre la direcció correcta d'entrada i sortida.
- No deixis els armaris o calaixos mig oberts.



FORNS, RENTAPLATS, CARROS DE NETEJA O SIMILAR

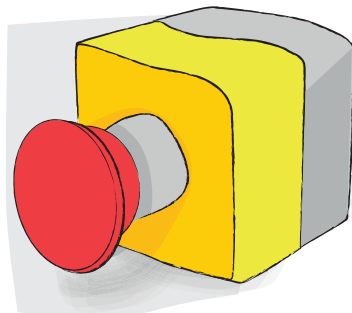
- Tanca les portes del forn, rentaplats o altres equips semblants.
- Evita col·locar els carros de neteja en llocs amb poc espai de pas. Procura fer-ho al costat de parets o columnes allunyades de les zones de pas.



RISCOS D'ATRAPAMENT

Fes servir amb precaució les talladores, picadores i compressors de brossa ja que els teus dits es poden veure atrapats amb alguns dels elements mòbils.

- Usa la maquinària un cop hagis rebut informació sobre els seus perills, maneig i neteja.
- Segueix les normes de seguretat indicades pel fabricant.
- No retiris els resguards o sistemes de seguretat de les màquines.
- Fes servir els equips de protecció individual (EPI), amb marcatge CE, que siguin necessaris a cada operació, i conserva'ls 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 que utilitzis.
- 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.



TALLADORES DE CARN FREDA, PICADORES I COMPRESSORS DE BROSSA

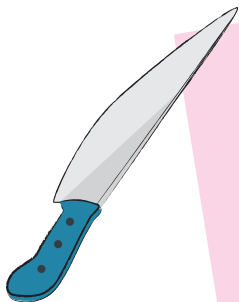
- Fes servir guants ajustats i mai de malla o antitall.
- Abans de començar a tallar, picar o empènyer, comprova, **amb l'equip apagat**, que no hi ha ossos, xapes metàl·liques o similar en l'aliment.
- Fes servir el braç aprofitador per assegurar la peça a tallar.
- Tingues precaució de no introduir els dits en la fulla de la talladora de carn freda, la boca de la picadora o la boca del compressor de brossa.

Riscos de seguretat

RISC DE TALL I AMPUTACIÓ

Els ganivets, vidres o altres elements que tallin així com la maquinària específica han de ser fets servirs amb la major precaució i sempre amb els equips de protecció adients.

- 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 els equips de protecció individual (EPI), amb marcatge CE, que siguin necessaris per a cada operació, i conserva'ls en condicions adequades d'ús.
- Les eines tallants s'han de guardar en fundes i/o suports adequats.



GANIVETS

- Fes servir ganivets amb mànec antilliscant i protegeix-te amb guants de malla o antitall.
- Talla sobre les superfícies adients.
- Realitza el recorregut de tall cap a fora del cos.
- Guarda els ganivets enfundats i ordenats després d'fes servir-los.

VIDRES O ALTRES ELEMENTS TALLANTS

- Fes servir els estris adequats per a la recollida de vidres trencats o altres elements tallants.
- Retira recipients trencats per evitar la seva manipulació.
- Revisa que no hi hagi elements tallants o punxants en la neteja dels espais.

Tingues especial cura amb els objectes que manipulis, com safates, ampolles i gots i, quan no els utilitzis, col·loca'ls en els llocs adequats.

CAIGUDA D'OBJECTES PER CAIGUDA

- No superis la capacitat de càrrega de les prestatgeries.
- Les càrregues més pesants s'han de col·locar als prestatges més baixos.

CAIGUDA D'OBJECTES PER MANIPULACIÓ

- No manipulis massa objectes al mateix temps.

AMPOLLES I GOTS

- Evita sobrecarregar les safates.
- Assegura't abans d'obrir les ampolles o manipular els gots que no estiguin mullats.

SAFATES DE FORNS

- La manipulació de safates de forn s'ha de fer fent servir les dues mans.

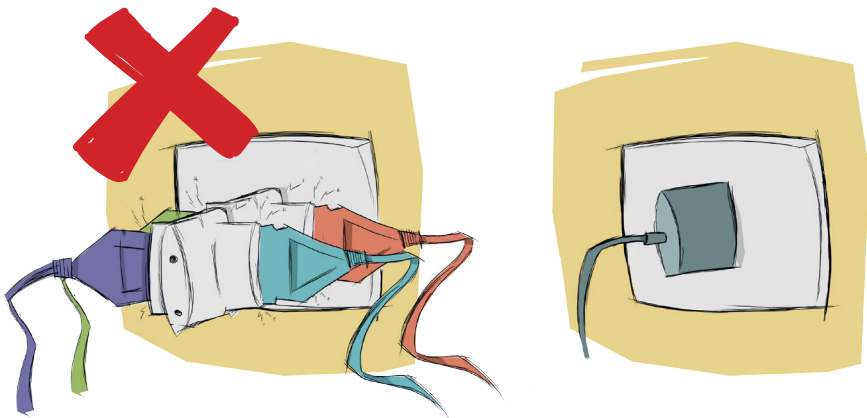


Riscos de seguretat

RISC ELÈCTRIC

No oblidis fer un ús adequat d'endolls i màquines elèctriques. Recorda que un ús inadequat o una reparació provisional augmenta el risc per contacte elèctric.

- Comprova diàriament l'estat de cables, endolls i aparells elèctrics.
- Evita l'ús de lladres en endolls de corrent.
- En cas d'avaría, desconnecta la tensió, extreu l'endoll i comunica els danys per a la seva reparació.
- No utilitzis aparells elèctrics amb les mans humides i desconnecta els equips abans de netejar-los o de canviar els filtres i les fulles.
- No vessis líquids a prop de preses de corrent, aparells o quadres elèctrics.
- Vigila que els equips elèctrics portàtils disposin de doble aïllament.





RISC D'INCENDI

És important que coneguis les mesures preventives per saber com actuar en cas d'incendi, com fes servir els extintors i conèixer els procediments d'evacuació.

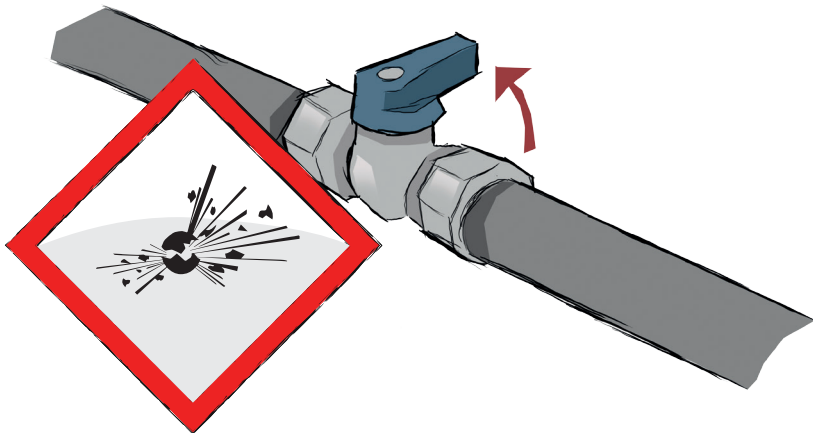
- Coneix la fes servició dels extintors d'incendi adequats al tipus de foc.
- Coneix els cartells exposats amb plànol de localització i el procediment d'evacuació.
- Deixa lliures les sortides d'emergència.
- Disposa només de la quantitat necessària de materials inflamables i combustibles per al treball del dia, guarda la resta al magatzem o en locals independents aïllats i ventilats.
- Retira les caixes, envasos o papers, que no siguin necessaris.
- Està prohibit fumar dins del recinte de treball.

Riscos de seguretat

RISC D'EXPLOSIÓ

Has de tenir especial cura amb els elements que puguin suposar un risc d'explosió, com conductes de gasos, bombones, fogons...

- Ubica les bombones en locals independents a l'exterior, ben ventilats i senyalitzats.
- Neteja amb freqüència els equips i els conductes d'extracció per evitar que s'hi dipositi greix.
- No reutilitzis l'oli més de tres vegades, ja que adquireix propietats inflamables.



Pot existir risc de contacte tèrmic (produït per equips com cafeteres, forns...) o riscos per contacte amb substàncies químiques perilloses.

CONTACTE TÈRMIC (CREMADES)

- Fes servir la roba de treball adequada, és a dir: calçat amb soles antilliscants, davantals, casquets, màniga llarga...
- Fes servir equips de protecció individual (EPI) i conserva'ls en condicions adequades d'ús.

FREGIDORES

- Comprova el termòstat de la fregidora i evita el desbordament d'oli comprovant nivells, abans d'introduir els aliments.
- Els canvis d'oli s'han de fer en fred.

FOGONS

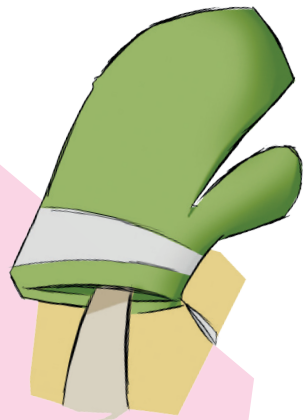
- Orienta els mànecs dels recipients cap a l'interior.
- Fes servir els estris adequats per al transport d'objectes calents.

FORNS

- Neteja els forns, en especial les juntes de tancament, segons les instruccions de manteniment.
- Apaga el forn davant qualsevol absència i deixa les safates fora en el lloc assignat.

CAFETERES

- Manipula els comandaments de la cafetera amb prudència.



Riscos de seguretat

Les tasques de neteja i desinfecció són una part molt important d'aquest sector. Estigues atent a les mesures indicades en els productes que manipulis (salfumant, amoníac i lleixiu, o productes que els continguin).

CONTACTE AMB SUBSTÀNCIES QUÍMIQUES PERILLOSES

- **No utilitzis substàncies químiques perilloses si no has rebut la informació i/o formació necessària per fer-ho.**
- Assegura't de què tots els productes estiguin etiquetats amb la informació bàsica, i a més llegeix i respecta les precaucions de l'etiqueta.
- Fes servir 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 de què està ben tancat i no goteja quan acabis d'usarlo.
- Renta't les mans després de manipular substàncies químiques perilloses, encara que hagis usat guants.
- Recorda que disposes de les fitxes de dades de seguretat amb la informació complementària sobre el producte per a qualsevol dubte que tinguis.



PRODUCTES DE NETEJA

- No barrejis els productes de neteja.
- Fes les principals operacions de neteja un cop acabat el treball.
- Col·loca de forma correcta els productes en els carros de neteja.

Riscos higiènic

L'acumulació de brutícia en llocs de manipulació de menjar, l'ús de menjar en mal estat o les tasques de neteja en general són diferents exemples d'entorns en què pots estar exposat a aquests riscos.

EXPOSICIÓ A SUBSTÀNCIES TÒXIQUES O IRRITANTS

- Has de mantenir una ventilació adequada del lloc de treball, natural o forçada.
- Realitza les tasques de neteja en locals ben ventilats.
- No barrejis, durant la neteja, productes que puguin provocar gasos nocius.
- En cas d'aparició de vapors orgànics nocius despresos en el treball, evita la seva inhalació.

EXPOSICIÓ A AGENTS BIOLÒGICS

- Has de mantenir una ventilació adequada del lloc de treball, natural o forçada.
- Segueix el programa establert de neteja i desinfecció.
- En cas de talls i ferides, cobreix amb embenats impermeables.

FONGS I INSECTES

- Realitza inspeccions periòdiques per detectar el desenvolupament de fongs.
- Instal·la mosquiteres i paranys per a insectes.

MANCA D'HIGIENE

- Has de mantenir el lloc de treball net i ordenat.
- Assegura't de què el menjar a fes servir està en perfectes condicions (data de caducitat o presència de floridura).

Riscos higiènic



L'exposició continuada al soroll pot provocar trastorns que són evitables, com poden ser: pertorbació de l'atenció, cansament i irritabilitat. Informa't prèviament sobre el risc que pot suposar i adopta mesures preventives.

EXPOSICIÓ AL SOROLL

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

Tant les altes com les baixes temperatures suposen riscos. Tingues especial cura quan treballis en cambres frigorífiques.

EXPOSICIÓ A TEMPERATURES EXTREMES

ALTES TEMPERATURES

- Has de mantenir una ventilació adequada del lloc de treball, natural o forçada.
- Beu aigua sovint per reposar les pèrdues provocades per la suor.
- Usa roba de treball còmoda.



BAIXES TEMPERATURES

CAMBRES FRIGORÍFIQUES

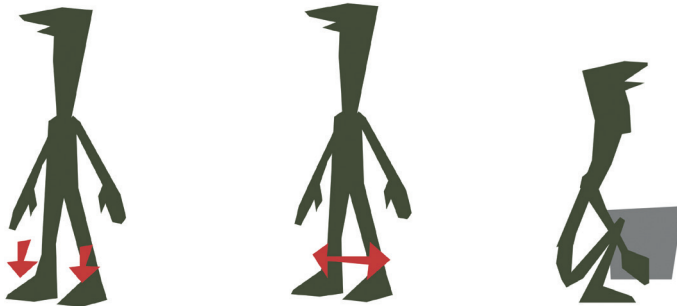
- Regula els temps de permanència en cambres frigorífiques procurant no treballar sol en el seu interior.
- Revisa els elements de seguretat de la cambra frigorífica: el sistema de tancament de les portes que permet que aquestes puguin ser obertes des de l'interior, el senyal lluminós exterior que adverteix de la presència de persones i el sistema de detecció que avisa de fugites dels gasos fets servirs per produir el fred.

Riscos ergonòmics

Els riscos derivats de la càrrega física estan associats amb les postures i moviments que es realitzen. Has de tenir en compte com s'han d'aixecar les càrregues pesades i quines mesures cal aplicar per 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 manipules càrregues.
- Situa els objectes a manipular a l'altura compresa entre els genolls i les espatlles.
- En realitzar la manipulació de càrregues manualment has de tenir en compte els següents passos:



PASSOS A SEGUIR

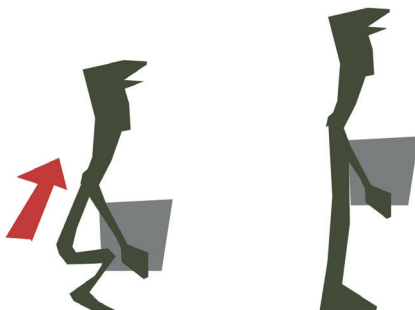
1r Recolza els peus fermament.

2n Separa els peus lleugerament.

3r Flexiona el maluc i els genolls per agafar la càrrega.

4t Aixeua la càrrega amb l'esquena recta.

5è Mantingues la càrrega tan a prop del cos com sigui possible.



ESFORÇOS I MOVIMENTS REPETITIUS

- Fes servir els estris de treball amb disseny adequat per evitar postures forçades i sobreesforços (mànecs, allargadors, seients regulables en altura).
- Realitza canvis de postura i descansos durant el treball, canviant de tasca si és possible.
- Col·loca les eines i els mitjans per realitzar el treball a l'abast de la mà.

TREBALLS DEMPEUS

- Mantingues el cos dret i evita els girs i inclinacions importants del tronc cap endavant o cap als costats.
- Quan facis tasques que requereixin certa precisió, col·loca el plànol de treball a l'alçada dels colzes. Quan facis tasques de força (manteniment de la infraestructura), situa el plànol de treball per sota dels colzes.
- Per reduir la tensió muscular, fes servir seients dempeus / assegut (semiseient). Si no és possible, camina o seu de tant en tant.
- No romanguis 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, l'estrès generat per una reunió o una visita important o la pressió a la que pots estar sotmès per complir 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 recolza't en ells parlant sobre qualsevol tema que et preocupi i et causi una situació d'estrès 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

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 fes serviríoc 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 fes servició pels treballadors dels **equips de treball**. BOE núm. 188 de 07/08/1997.
- Reial Decret 1627/1997, de 24 d'octubre, pel qual s'estableixen disposicions mínimes de seguretat i salut en les **obres de construcció**. BOE núm. 256 de 25/10/1997.
- 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 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 **camp 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**

