

REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE

ELABORADO POR:	REVISADO POR:	APROBADO POR:
VICTOR ROJAS LUJÁN	MANUEL CORDOVA ROMERO	RICHARD TAPIA MARCA
RESPONSABLE DEL SIG	GERENTE DE PROYECTOS	GERENTE GENERAL
 C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. ING. VICTOR ROJAS LUJÁN JEFE DE SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE	 C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. MANUEL CORDOVA ROMERO GERENTE DE PROYECTOS	 C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. Ing. Richard Tapia Marca GERENTE GENERAL
Fecha de Elaboración 10.01.2022	Fecha de Revisión: 15.01.2022	Fecha de Aprobación: 15.01.2022

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	2 de 42

INDICE

INTRODUCCIÓN	4
CAPITULO I	5
RESUMEN EJECUTIVO	5
CAPITULO II	6
OBJETIVOS Y ALCANCE	6
A. Objetivos	6
B. Alcance.....	6
CAPITULO III	7
POLÍTICA DE SEGURIDAD Y SALUD, RESPONSABILIDAD, LIDERAZGO Y COMPROMISO.....	7
A. Política de Seguridad y Salud en el Trabajo	7
B. Responsabilidad.....	8
C. Liderazgo y Compromiso	8
CAPITULO IV	9
ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES	9
A. Funciones y responsabilidades	9
B. Organización Interna de Seguridad y Salud en el trabajo	11
C. Implementación de registros y documentación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	13
D. Funciones y Responsabilidades de las Empresas que brindan servicios	13
CAPITULO V.....	14
ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES O PROCESOS.....	14
CAPITULO VI	26
ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS	26
CAPITULO VII	29
ESTANDARES DE CONTROL DE PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS.....	29
CAPITULO VIII	30
ESTÁNDARES MEDIOAMBIENTALES	30
CAPITULO IX	34
PLANES DE CONTINGENCIA Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIA	34
A. Prevención y protección contra incendios	34
B. Almacenaje de sustancias inflamables	36
C. Eliminación de desperdicios	36
D. Señales de seguridad.....	37

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2020
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	3 de 42

E. Primeros Auxilios	38
CAPITULO X.....	41
ESTIMULOS, INFRACCIONES Y SANCIONES	41
A. Estímulos.....	41
B. Infracciones	41
C. Sanciones	42

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	4 de 42

INTRODUCCIÓN

C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C., ha elaborado el presente Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo como parte del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud Ocupacional que tiene implementado.

Las disposiciones contenidas en el presente Reglamento han sido preparadas con el objetivo de proporcionar al personal de La Empresa los elementos necesarios para evitar accidentes y enfermedades ocupacionales, haciendo el trabajo más seguro.

Todos los trabajadores de La Empresa deben comprometerse y dar cumplimiento de las disposiciones y reglas que contiene el presente reglamento y otros documentos relacionados con el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud Ocupacional.

La Empresa considera que si bien es imposible abarcar todas aquellas circunstancias del trabajo diario que puedan dar lugar a accidentes, este Reglamento considera todas las actividades de La Empresa que suponen algún riesgo, debiendo siempre de ser actualizado como parte del proceso de mejora continua de La Empresa.

Este Reglamento deberá ser difundido de forma física o digital, bajo cargo a todas las personas que laboran en nombre de C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. para ser utilizado como herramienta para la acción y fomentación de una cultura preventiva.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	5 de 42

CAPITULO I

RESUMEN EJECUTIVO

C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. en adelante “La Empresa” es una empresa privada dedicada a brindar Soluciones Integrales de Ingeniería en Telecomunicaciones, para Empresas del sector Público y Privado.

Los trabajos de la Empresa se desarrollan en horario diurno en su sede principal ubicada en Avenida Universitaria N° 797, Urbanización Pando, Distrito de San Miguel, provincia y departamento de Lima. Consta de 2 pisos y una azotea con un área de 217 m². Y también se desarrollan trabajos en las instalaciones de nuestros Clientes bajo regímenes específicos para cada uno.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	6 de 42

CAPITULO II

OBJETIVOS Y ALCANCE

A. Objetivos

Art. N° 00 1 Este reglamento tiene como objetivo:

- a) Garantizar las condiciones de seguridad y salvaguardar la vida, la integridad física y el bienestar de los trabajadores, mediante la prevención de los accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales.
- b) Promover una cultura de prevención de riesgos laborales en todos los trabajadores, incluyendo al personal sujeto a los regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales y los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones de la Empresa con el fin de garantizar las condiciones de seguridad y salud en el trabajo.
- c) Propiciar el mejoramiento continuo de las condiciones de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, a fin de evitar y prevenir daños a la salud, a las instalaciones o a los procesos en las diferentes actividades ejecutadas, facilitando la identificación de los riesgos existentes, su evaluación, control y corrección.
- d) Proteger las instalaciones y bienes de la Empresa, con el objetivo de garantizar la fuente de trabajo y mejorar la productividad.
- e) Estimular y fomentar un mayor desarrollo de la conciencia de prevención entre los trabajadores, incluyendo regímenes de intermediación y tercerización, modalidad formativa e incluso entre los que presten servicios de manera esporádica en las instalaciones del empleador, con el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

B. Alcance

Art. N° 002 Las disposiciones establecidas en el presente Reglamento aplican a todas las actividades, servicios y procesos que desarrolla La Empresa, en todas sus instalaciones a nivel nacional. El Reglamento establece las funciones y responsabilidades que, con relación a la Seguridad y Salud en el Trabajo, deben cumplir obligatoriamente todos los trabajadores, contratistas, proveedores, visitantes, y otros cuando se encuentren en nuestras instalaciones. Así mismo se concibe como un instrumento de información y formación sobre riesgos y medidas preventivas a aplicar durante la ejecución de los trabajos complementados con otros documentos informativos que nos proporcionen los clientes.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2020
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	7 de 42

CAPITULO III

POLÍTICA DE SEGURIDAD Y SALUD, RESPONSABILIDAD, LIDERAZGO Y COMPROMISO

A. Política de Seguridad y Salud en el Trabajo

Art. N° 003 Nuestra organización tiene como política:

	POLÍTICA INTEGRADA DE CALIDAD, SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-CAR-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	003
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	01 de 01

C&R INTEGRAL SERVICE S.A.C., somos una Empresa que se dedica a brindar Soluciones Integrales de Ingeniería en Telecomunicaciones, para Empresas del sector Público y Privado.

Nos encontramos muy comprometidos como equipo a superar las expectativas de nuestros clientes, por tal razón nos comprometemos a través de todos sus colaboradores a cumplir con la siguiente política:

- Desarrollar y controlar eficazmente, procesos y servicios que satisfagan las expectativas de nuestros clientes y otros grupos de interés.
- Promover y mantener buenos estándares de seguridad y salud en el trabajo, ambiental y de calidad, debido a que estos propósitos son importantes para la eficaz realización de nuestras operaciones.
- Proteger la seguridad y salud de todos los trabajadores, mediante la mejora continua del sistema, prevenir de manera prioritaria los accidentes de trabajo, las enfermedades ocupacionales, los daños a la propiedad, la contaminación ambiental y la afectación de la calidad del servicio en todas las actividades desarrolladas, es responsabilidad de todos los niveles de la organización.
- Cumplir con los requisitos legales, nacionales, locales y cualquier otro suscrito por la empresa, aplicables en materia de seguridad y salud del trabajo, gestión ambiental y calidad.
- Asignar los recursos necesarios que permitan la implementación de programas y acciones basadas en buenas prácticas empresariales, que contribuyan con el mejoramiento de la calidad de vida en el trabajo, control de los riesgos laborales, la prevención de la contaminación, calidad del servicio y satisfacción de las partes interesadas.
- Incentivar la participación y consulta de todos nuestros trabajadores en materia de seguridad y salud en el trabajo, ambiental y de calidad

El compromiso y participación de nuestro capital humano hace posible el cumplimiento de esta política.

Lima, 15 de enero del 2022

C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.

Ing. Richard Tapia Marco
 GERENTE GENERAL

GERENTE GENERAL

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	8 de 42

B. Responsabilidad

Art. N° 004 La prevención de riesgos y salud en el trabajo es responsabilidad de todos los trabajadores de C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C., siendo la Alta dirección quien asuma el liderazgo, para que apoye en las actividades propias de la seguridad y salud en el trabajo (SST), conforme a los criterios establecidos en la ley N° 29783 y su modificatoria la ley N° 30222 y su reglamento aprobado por el D.S. N° 005-2012- TR, sumodificatoria D.S. N° 006-2016-TR, así como normas afines o concordantes.

C. Liderazgo y Compromiso

Art. N° 005 La Alta dirección se encuentra comprometida en:

- Liderar y brindar los recursos para el desarrollo de todas las actividades en la organización y para la implementación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo a fin de lograr su éxito en la prevención de accidentes y enfermedades ocupacionales.
- Asumir la responsabilidad de la prevención de accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales, fomentando el compromiso de cada trabajador mediante el estricto cumplimiento de disposiciones que contiene el presente reglamento.
- Proveer los recursos necesarios para mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable.
- Establecer programas de seguridad y salud en el trabajo, definidos y medir el desempeño en la seguridad y salud llevando a cabo las mejoras que se justifiquen.
- Operar en concordancia con las prácticas aceptables de la Empresa, y con pleno cumplimiento de las leyes y reglamentos de seguridad y salud en el trabajo.
- Investigar las causas de accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales, incidentes peligrosos y otros incidentes; así como desarrollar acciones preventivas en forma efectiva.
- Fomentar una cultura de prevención de los riesgos laborales para lo cual se inducirá, entrenará, capacitará y formará a los trabajadores en el desempeño seguro y productivo de sus labores.
- Mantener un alto nivel de alistamiento para actuar en casos de emergencia, promoviendo su integración con el Sistema Nacional de Defensa Civil.
- Exigir que los proveedores y contratistas cumplan con todas las normas aplicables de seguridad y salud en el trabajo.
- Respetar y cumplir las normas vigentes sobre la materia.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	9 de 42

CAPITULO IV

ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES

A. Funciones y responsabilidades

a) Del Empleador

Art. N°006 El empleador asume su responsabilidad en la organización del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo; y, garantiza el cumplimiento de todas las obligaciones que sobre el particular establece la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su Reglamento, para lo cual:

- i. El empleador será responsable de la prevención y conservación del lugar de trabajo asegurando que esté construido, equipado y dirigido de manera que suministre una adecuada protección a los trabajadores, contra accidentes que afecten su vida, salud e integridad física.
- ii. El empleador instruirá a sus trabajadores, incluyendo al personal sujeto a los regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales y los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones de la empresa respecto a los riesgos a que se encuentren expuestos en las labores que realizan y particularmente aquellos relacionados con el puesto o función (a efectos de que el trabajador conozca de manera fehaciente los riesgos a los que está expuesto y las medidas de prevención y protección que debe adoptar o exigir al empleador), adoptando las medidas necesarias para evitar accidentes o enfermedades ocupacionales.
- iii. El empleador desarrollará acciones de sensibilización, capacitación y entrenamiento destinados a promover el cumplimiento por los trabajadores de las normas de seguridad y salud en el trabajo. Las capacitaciones se realizarán dentro de la jornada de trabajo, sin implicar costo alguno para el trabajador.
- iv. El empleador proporcionará a sus trabajadores los equipos de protección personal de acuerdo a la actividad que realicen y dotará a la maquinaria de resguardos y dispositivos de control necesarios para evitar accidentes.
- v. El empleador promoverá en todos los niveles una cultura de prevención de los riesgos en el trabajo.
- vi. El empleador establece las medidas y da instrucciones necesarias para que,

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	10 de 42

en caso de un peligro inminente que constituya un riesgo importante o intolerable para la seguridad y salud de los trabajadores, estos puedan interrumpir sus actividades, e incluso, si fuera necesario, abandonar de inmediato el domicilio o lugar físico donde se desarrollan las labores. No se pueden reanudar las labores mientras el riesgo no se haya reducido o controlado.

b) Del Trabajador

Art. N° 007 Todos los trabajadores de la Empresa, cualquiera sea su condición laboral, (de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales y los que prestan servicios de manera independiente incluyendo subcontratistas), están obligados a cumplir las disposiciones en este Reglamento y otras normas de los programas de seguridad y salud en el trabajo de la Empresa siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones de la empresa o en su representación en las instalaciones de sus Clientes. En ese sentido, los trabajadores:

- i. Harán uso adecuado de todos los resguardos, dispositivos de seguridad y demás medios suministrados de acuerdo con lo dispuesto en el presente Reglamento, para su protección o la de terceros. Asimismo, cumplirán todas las instrucciones de seguridad procedente o aprobada por la autoridad competente, relacionadas con el trabajo.
- ii. Deberán informar a su jefe inmediato, y estos a su vez a la Instancia Superior, de los accidentes e incidentes ocurridos por menores que estos sean.
- iii. Se abstendrán de intervenir, modificar, desplazar, dañar o destruir los dispositivos de seguridad o aparatos destinados para su protección y la de terceros; asimismo, no modificarán los métodos o procedimientos adoptados por la empresa.
- iv. Mantendrán condiciones de orden y limpieza en todos los lugares y actividades.
- v. Se someterán a los exámenes médicos a que estén obligados por norma expresa, siempre y cuando se garantice la confidencialidad del acto médico.
- vi. Estarán prohibidos de efectuar bromas que pongan en riesgo la integridad de otro trabajador y de terceros, los juegos bruscos y bajo ninguna circunstancia, trabajar bajo el efecto de alcohol o estupefacientes.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	11 de 42

- vii. Pueden ejercer su derecho a la Interrupción de actividades en caso inminente de peligro, según el Art. 63° de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- viii. Bajo ninguna circunstancia está permitido trabajar bajo el efecto del alcohol y/o estupefacientes o cualquier otra droga que pueda interferir en el buen funcionamiento de los trabajos

B. Organización Interna de Seguridad y Salud en el trabajo

a) **Funciones y Responsabilidad del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo Art. N° 008** El Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo tendrá las siguientes funciones:

- i. Conocer los documentos e informes relativos a las condiciones de trabajo que sean necesarios para el cumplimiento de sus funciones, así como los procedentes de la actividad del servicio de seguridad y salud en el trabajo.
- ii. Aprobar el Plan Anual de Capacitación de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.
- iii. Promover que todos los nuevos trabajadores reciban una adecuada formación, instrucción y orientación sobre prevención de riesgos.
- iv. Vigilar el cumplimiento de la legislación, las normas internas y las especificaciones técnicas del trabajo relacionadas con la seguridad y salud en el lugar de trabajo; así como, el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- v. Asegurar que los trabajadores conozcan los reglamentos, instrucciones, especificaciones técnicas de trabajo, avisos y demás materiales escritos o gráficos relativos a la prevención de los riesgos en el lugar de trabajo.
- vi. Promover el compromiso, la colaboración y la participación activa de todos los trabajadores en la prevención de los riesgos del trabajo, mediante la comunicación eficaz, la participación de los trabajadores en la solución de los problemas de seguridad, la inducción, la capacitación, el entrenamiento, concursos, simulacros, entre otros.
- vii. Realizar inspecciones periódicas en las áreas administrativas, áreas operativas, instalaciones, maquinaria y equipos, a fin de reforzar la gestión preventiva.
- viii. Considerar las circunstancias e investigar las causas de todos los incidentes, accidentes y de las enfermedades ocupacionales que ocurran en el lugar de trabajo, emitiendo las recomendaciones respectivas para evitar la repetición de éstos.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	12 de 42

- ix. Verificar el cumplimiento y eficacia de sus recomendaciones para evitar la repetición de los accidentes y la ocurrencia de enfermedades profesionales.
- x. Hacer recomendaciones apropiadas para el mejoramiento de las condiciones y el medio ambiente de trabajo, velar porque se lleven a cabo las medidas adoptadas y examinar su eficiencia
- xi. Analizar y emitir informes de las estadísticas de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales ocurridas en el lugar de trabajo, cuyo registro y evaluación deben ser constantemente actualizados por la unidad orgánica de seguridad y salud en el trabajodel empleador.
- xii. Colaborar con los servicios médicos y de primeros auxilios.
- xiii. Supervisar los servicios de seguridad y salud en el trabajo y la asistencia y asesoramiento al empleador y al trabajador.
- xiv. Reportar a la máxima autoridad del empleador la siguiente información:
 - Reporte de cada accidente mortal dentro de las 24 h de ocurrido.
 - La investigación de cada accidente mortal y medidas correctivas adoptadas dentro de los diez (10) días de ocurrido.
 - Las estadísticas trimestrales de accidentes, incidentes y enfermedades ocupacionales.

El Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo tendrá las siguientes responsabilidades:

- i. Debe desarrollar sus funciones con sujeción a lo señalado en la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su Reglamento, no estando facultado a realizar actividades con fines distintos a la prevención y protección de la seguridad y salud.
- ii. Anualmente redacta un informe resumen de las labores realizadas.

Mapa de riesgo

Art. N° 009 El Mapa de Riesgos es un plano de las condiciones de trabajo, que puede emplear diversas técnicas para identificar y localizar los problemas y las acciones de promoción y protección de la salud de los trabajadores en la organización del empleador y los servicios que presta.

Es una herramienta participativa y necesaria para llevar a cabo las

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	13 de 42

actividades de localizar, controlar, dar seguimiento y representar en forma gráfica, los agentes generadores de riesgos que ocasionan accidentes, incidentes peligrosos, otros incidentes y enfermedades ocupacionales en el trabajo.

C. Implementación de registros y documentación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo

Art. N° 010 Para la evaluación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, el empleador deberá tener los siguientes registros:

- Registro de accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales, incidentes peligrosos y otros incidentes, en el que deben constar la investigación y las medidas correctivas.
- Registro de exámenes médicos ocupacionales.
- Registro de inspecciones internas de seguridad y salud en el trabajo.
- Registro de estadísticas de seguridad y salud.
- Registro de equipos de seguridad o emergencia.
- Registro de inducción, capacitación, entrenamiento y simulacros de emergencia.
- Registro de auditorías.

D. Funciones y Responsabilidades de las Empresas que brindan servicios

Art. N° 011 Toda empresa que preste servicios a C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. deberá:

- Cumplir con los dispositivos Legales vigentes, así como con el presente Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Capacitar y entrenar a sus trabajadores en materia de seguridad y salud en el trabajo.
- Suministrar a sus trabajadores los equipos de protección personal adecuados a las labores que desempeñen.
- Asegurar a sus trabajadores mediante el Seguro Complementario de Trabajo de riesgo (SCTR) por la cobertura de accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.
- El cumplimiento de la normatividad en materia de seguridad y salud en el trabajo.

(Otras que se deriven de la obligación establecida por el empleador principal o usuario en materia de seguridad y salud en el trabajo de acuerdo a las normas vigentes).

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	14 de 42

CAPITULO V

ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES O PROCESOS

A. Trabajos en Altura

a) Condiciones de seguridad de los Equipos

Art. N° 012 El equipo de protección contra caídas de altura es un EPP Específico que debe llevar como mínimo una Declaración de Conformidad y un Folleto informativo, redactado en castellano, en donde se indiquen, entre otras, las condiciones de almacenamiento, uso, limpieza y mantenimiento del mismo.

Art. N° 013 Las cuerdas

Deben ser homologadas para trabajos verticales, debiendo cumplir con la norma UNE-EN-1891 y tener un coeficiente de seguridad de 10. El material normalmente utilizado es la fibra de nylon, del tipo poliamida.

A fin de asegurar mayor duración y resistencia de las cuerdas, se deberán tomar las siguientes medidas de prevención:

- i. Preservar del contacto con el agua pues reduce su resistencia hasta un 10 %.
- ii. Limitar la utilización de una cuerda a un tiempo determinado teniendo en cuenta que a partir de la fecha de fabricación la resistencia de las cuerdas disminuye progresivamente en función del uso que se le da. Todas las cuerdas deben llevar una ficha o folleto con sus características.
- iii. Evitar la exposición a los rayos solares.
- iv. Mantener limpias de barro, mortero, etc. En caso de tener que limpiarlas utilizar un detergente neutro.
- v. Preservar la cuerda de los efectos abrasivos derivados del roce con elementos que sobresalen respecto a la vertical de la línea de trabajo.
- vi. Utilizar cuerdas debidamente certificadas.
- vii. Utilizar cuerdas de 10 mm de diámetro como mínimo. Las cuerdas con menores diámetros deberán ser usadas solo para suspender herramientas o maquinaria, o para asegurar pequeños objetos.
- viii. Todas las cuerdas deben llevar, en uno de sus extremos, una etiqueta que indique la carga máxima, el tiempo de almacenamiento, las condiciones de uso, el tiempo de exposición a la intemperie, etc.

Art. N° 014 Los Conectores (Ganchos)

Deben estar libres de bordes afilados o rugosos que puedan cortar, desgastar por fricción o dañar de cualquier otra forma las cuerdas, o producir heridas al operario.

Se debe evitar que los conectores soporten cargas sobre el brazo de cierre de forma permanente.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	15 de 42

Art. N° 015 Los arneses

Deben cumplir con las normas **UNE-EN 361:2002 y UNE-EN-358:1999** y estar diseñados de forma que no presionen al usuario limitando la circulación sanguínea, sujeten la región lumbar y no ejerzan fuertes presiones sobre el hueso ilíaco.

Art. N° 016 Los Cinturón porta herramientas

Son utilizados para llevar las herramientas y materiales necesarios para realizar los trabajos y deben estar provistos de un asa, dos correas y un punto de enganche, que sirve para ser izado.

b) Preservación y Mantenimiento

Art. N° 017 No exponer innecesariamente los elementos que componen el equipo a los rayos solares u otros agentes nocivos, debiendo prestar especial atención en trabajos de soldadura que conlleven la utilización de estos equipos de protección. Después de su utilización, estos equipos deben secarse en su caso, guardarlo en un lugar preservando su forma abierta y protegido, al abrigo de las inclemencias atmosféricas, luz u otros posibles agentes agresivos.

Art. N° 018 Todos los elementos que componen el equipo de protección anti caídas deberán comprobarse y verificarse diariamente por cada operario antes de iniciar los trabajos, debiendo desecharse cualquier equipo o elemento del mismo que presente algún tipo de daño o haya soportado una caída.

c) Formación

Art. N° 019 Solo las personas preparadas, formadas específicamente y autorizadas deben efectuar trabajos verticales. Deberán tener los siguientes conocimientos específicos:

- i. Técnicas de uso del equipo de acceso para que éste sea seguro, con dos cuerdas una de suspensión y otra de seguridad para cada operario.
- ii. Técnicas de instalación que incluyen los elementos de fijación, naturales o instalados.
- iii. Técnicas de progresión una vez instalado el equipo.

d) Medidas Preventivas

Art. N° 020 Todos los operarios deberán ser mayores de edad y haber pasado un examen médico que descarte problemas de tipo físico o psicológico.

Los trabajos en altura no serán realizados por aquellas personas cuya condición física les cause vértigo o altere su sistema nervioso, padezcan ataques de epilepsia o sean susceptibles, por cualquier motivo, de desvanecimientos o alteraciones peligrosas.

Art. N° 021 Los trabajos en altura sólo podrán efectuarse con los equipos de protección individual concebidos para tal fin. En función de las características del trabajo, se deberá disponer de equipos de protección colectiva, tales como barandillas, plataformas o redes de seguridad.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	16 de 42

Art. N° 022 El equipo de protección individual se debe usar permanentemente durante todo el tiempo que dure el trabajo a realizar. No se deben usar estos equipos de forma colectiva.

Art. N° 023 Se han de evitar desgastes en el equipo, en particular por contactos y frotamientos con aristas o superficies rugosas, superficies calientes, corrosivas o susceptibles de engrasar los mecanismos.

Art. N° 024 Al trabajar en lugares elevados no se arrojarán herramientas ni materiales. Se pasarán de mano en mano o se utilizará una cuerda o capazo para estos fines.

Art. N° 025 La zona perimetral de la vertical de donde se vayan a realizar los trabajos debe delimitarse y señalizarse indicando la prohibición de acceso al personal. Ha de habilitarse un paso seguro para peatones, si se invaden zonas de tránsito público.

Art. N° 026 Las herramientas u otros elementos de trabajo se deben llevar en cinturones portaherramientas y adecuados al tipo de herramientas a utilizar. En caso de no poder llevarlas sujetas al cuerpo se deben sujetar a otra línea independiente de las cuerdas de sujeción o seguridad.

Art. N° 027 Se debe regular los descansos periódicos y las condiciones ergonómicas del trabajo (cada 2 h). La exposición solar continuada es un factor de riesgo a controlar y, en cualquier caso, se debe evitar realizar los trabajos en condiciones climáticas extremas.

Art. N° 028 Sistema de Posicionamiento

Siempre que sea necesario mantener las manos libres para la ejecución del trabajo, se emplea la banda regulable de sujeción conectada a las anillas de posicionamiento del arnés anti-caídas con cinturón de sujeción.

Para ello, una vez situados en el punto de trabajo, la banda regulable se coloca rodeando la propia estructura del apoyo, ajustando la cuerda en longitud.

Art. N° 029 Escalamiento a Torres

El procedimiento consiste en los siguientes pasos:

Antes del ascenso, es necesario comprobar su solidez, se deberá observar los puntos de anclaje y el grado de oxidación de la estructura.

El escalamiento a las torres realizan por el lado de la cara de la línea que se encuentra fuera de servicio, para el escalamiento se hará uso de la eslinga con absorbedor de energía con gancho tipo Y, el trabajador se posiciona sobre los de la torre, lo dos ganchos, se enganchan sobre el nivel del cuerpo del trabajador, sobre los pasos de la estructura de la torre de tal manera, que se va escalando tipo vertical, ayudados por las manos que sirven de apoyo y la eslinga como instrumento de sujeción hacia la estructura de la torre.

Según se va ascendiendo a la torre vamos sacando un gancho de la eslinga y lo ubicamos más arriba alternadamente uno del otro escalando apoyados siempre en 4 puntos los dos brazos y los dos pies, asimismo sujetos permanentemente de uno de los ganchos de la eslinga hasta llegar a la parte superior de la torre o lugar de trabajo.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	17 de 42

Finalizado los trabajos programados, para realizar el descenso de la estructura este se realizará de manera inversa de manera pausada.

B. Excavaciones

Art. N° 030 Toda excavación será planificada y realizada teniendo en cuenta las estructuras existentes o en preparación, adyacentes a la zona de trabajo, los cuales deberán estar convenientemente señalizadas. Se debe efectuar un sondeo previo en el terreno para verificar la existencia de elementos no indicados en el proyecto (cables subterráneos, tuberías, instalaciones sanitarias, eléctricas, etc.).

La actividad de excavación se realiza con dos personas como mínimo (una de ellas en la superficie).

Antes de iniciar las excavaciones se eliminarán todos los objetos que puedan desplomarse y que constituyen peligro para los trabajadores, tales como; árboles, rocas, rellenos, etcétera.

Toda excavación será aislada y protegida mediante cercamientos con barandas u otros sistemas adecuados, ubicados a una distancia del borde de acuerdo a la profundidad de la excavación, y en ningún caso a menos de 1 m.

Los taludes de la excavación se protegerán con apuntalamientos apropiados o recurriendo a otros medios que eviten el riesgo de desmoronamiento por pérdida de cohesión o acción de presiones originadas por colinas o edificios colindantes a los bordes o a otras causas tales como la circulación de vehículos o la acción de equipo pesado, que generen incremento de presiones y vibraciones. Para profundidades mayores a $h=1.50$ metros, la excavación se debe entibar. Las tablas que conforman el entibado deben sobresalir por lo menos 0.30m del borde de la excavación.

Si la profundidad de las excavaciones va a ser mayor de 2 m., se requiere contar con el estudio de mecánica de suelos que contenga las recomendaciones del proceso constructivo y que estén refrendadas por un ingeniero civil colegiado.

El material extraído en las operaciones de excavación, se depositará a por lo menos 60 cm al borde de la misma.

El acceso a las zanjas se hará siempre con el uso de escaleras portátiles las cuales se deben de disponer cada cierto trecho.

Cuando las zanjas se ejecuten paralelas a vías de circulación, éstas serán debidamente señalizadas de modo que se evite el pase de vehículos que ocasionen derrumbes en las zanjas.

El perímetro de la excavación será protegido por un cerco ubicado a una distancia equivalente a $2/5$ de la profundidad de la excavación y nunca menor de 2 m, medidos a partir del borde de la excavación.

C. Manipulación de Cargas

Art. N° 031 Cuando sea necesario levantar, transportar y mantener una carga manualmente, se han de tener en cuenta las siguientes reglas:

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	18 de 42

- Siempre que sea posible, la manipulación de cargas se efectuará mediante equipos mecánicos ó carretillas.
- No realizar esfuerzos excesivos. Pedir ayuda si la carga es demasiado pesada o voluminosa. También se puede buscar la forma de dividirla.
- El peso máximo a cargar en condiciones ideales de manipulación es 25 Kg, y si trata de mujeres, o trabajadores mayores, no se deben manejar cargas superiores a 15 kg.
- En circunstancias especiales, trabajadores sanos y entrenados físicamente podrían manipular cargas de hasta 40 kg., siempre que la tarea se realice de forma esporádica y en condiciones seguras.
- No llevar una carga demasiado grande que no permita ver sobre ésta o hacia los costados. El caminar a ciegas es peligroso.
- Examinar la carga para asegurarse de que no tiene bordes cortantes, clavos salientes o puntos de atrapamiento.
- Examinar los recipientes para asegurarse que no carecen de fondo o que éste no se encuentra debilitado.
- Asegurarse de que la carga está equilibrada. Recordar que los materiales sueltos pueden desplazarse.
- Antes de empezar a caminar, asegurarse hacia dónde va a dirigirse. Planear una ruta directa y libre de obstáculos.

Art. N° 032 Una vez que se haya decidido levantar algo, recordar esta regla: “levantar con las piernas, no con la espalda”. Emplear el siguiente método:



- Apartar las piernas colocando un pie delante del otro.
- Acucillarse al lado de la carga, con la espalda recta y la barbilla metida.
- Agarrar firmemente la carga con toda la mano y no solamente con los dedos.
- Levantar el peso gradualmente y sin sacudidas. Hacer que las piernas, juntamente con el cuerpo, soporten la carga.
- Para tener más fuerza, mantener los codos cerca del cuerpo.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	19 de 42

- f) No girar el tronco mientras se está levantando la carga (es preferible pivotar sobre los pies).
- g) Si el transporte se realiza con un solo brazo, se deberán evitar inclinaciones laterales de la columna.
- h) Siempre que se manipulen cargas deberá usarse guantes de seguridad y calzado de protección, ambos con certificado y marcado CE.

D. Condiciones Meteorológicas

Art. N° 033 Los trabajos en Torres de Comunicación deberán efectuarse en horas de luz natural y con las condiciones meteorológicas y climáticas más convenientes. Se suspenderá los trabajos en caso que las condiciones ambientales tengan alguna de las siguientes características:

- a) Velocidad de viento superior a los 25 km/h.
- b) Lluvias torrenciales, granizadas y nevadas.
- c) Tormentas eléctricas, rayos y truenos.
- d) Otros fenómenos anormales que afecten la seguridad

E. Escaleras de Mano

Art. N° 034 Se utilizarán según las instrucciones establecidas por el fabricante. Tendrán la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para que su uso, en las condiciones requeridas, no suponga un riesgo de caída por rotura o desplazamiento de las mismas.

Art. N° 035 Antes de su uso se revisará el estado de los peldaños, largueros, zapatas de sustentación, abrazaderas o dispositivos de fijación y, en las extensibles, el estado de cuerdas, cables, poleas y topes de retención.

Art. N° 036 Para asegurar la estabilidad de la escalera a usar:

- a) La base de la escalera será antideslizante o dispondrá de zapatas antideslizantes.
- b) Cuando el apoyo no sea estable, la parte superior se sujetará mediante abrazaderas u otros dispositivos de anclaje.
- c) No se apoyarán sobre zonas frágiles o débiles y estarán alejadas de objetos que se puedan mover y las golpeen.
- d) Si se utilizan en las proximidades de una puerta, se dejará abierta para que sea visible la escalera.
- e) La posición más estable se consigue cuando la base de la escalera se separa de la pared aproximadamente una cuarta parte de su longitud, formando un ángulo de unos 75° y con los largueros prolongados al menos 1 m por encima del punto al que se accede.
- f) Antes del ascenso comprobar que las suelas del calzado no tienen barro, grasa, ni cualquier otra sustancia que pueda producir resbalones.

Art. N° 037 El ascenso y descenso se hará con las manos libres, agarrándose a los peldaños y de frente a la escalera.

Art. N° 038 Se trabajará de frente a la escalera, sin tratar de alcanzar puntos alejados que obliguen a estirarse.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	20 de 42

Art. N° 039 En el descenso, antes de poner pie a tierra, se mirará si existe algún obstáculo u objeto en el suelo y nunca se saltará, aunque queden pocos escalones por descender.

Art. N° 040 Cuando se realicen trabajos en altura (mayor a 1,8 m) se utilizará arnés de seguridad y línea de vida.

Art. N° 041 Se almacenarán correctamente, nunca sobre el suelo sino colgadas y apoyadas sobre los largueros y fuera del alcance de condiciones climatológicas adversas, revisándose periódicamente.

Art. N° 042 Las escaleras de madera han de estar barnizadas de forma transparente para facilitar la detección de defectos.

Art. N° 043 Queda prohibido el uso de escaleras de mano de construcción improvisada.

Art. N° 044 No se utilizarán para el transporte de materiales ni como puentes, pasarelas o plataformas.

Al transportar las escaleras manualmente la parte delantera estará inclinada hacia abajo. No deberán transportarse horizontalmente. En subestaciones llevarla entre dos personas en horizontal.

Art. N° 045 Las escaleras de tijera deben transportarse plegadas. Las escaleras extensibles se transportarán bloqueando su movilidad con el freno paracaídas y atando las cuerdas a dos peldaños, sin que arrastren por el suelo.

Art. N° 046 Se prohíbe la manipulación insegura por una sola persona, a mano o a hombro, de escaleras grandes o pesadas (más de 25 Kg).

Art. N° 047 Para el transporte con vehículos de escaleras:

- a) Las escaleras deben reposar sobre apoyos de goma.
- b) Deberán fijarse sólidamente sobre el porta-objetos del vehículo evitando que cuelguen o sobresalgan lateralmente.
- c) La escalera de mano no deberá sobrepasar el vehículo:
 - I. En más de 2 m por la parte anterior en automóviles.
 - II. En vehículos de longitud superior a 5 m podrán sobresalir por la parte posterior hasta 3 m.
 - III. En vehículos de longitud inferior, la carga no deberá sobresalir ni por la parte anterior ni posterior más de 1/3 de su longitud total.
- d) Las escaleras que sobresalgan por la parte posterior del vehículo, irán cubiertas durante el día con un trozo de tela de color rojo y durante la noche llevarán una luz roja o dispositivo reflectante.

Art. N° 048 Escaleras de Tijera

- a) Dispondrán de topes u otros elementos de seguridad que impidan su apertura al ser utilizadas.
- b) En una escalera de tijera el ángulo óptimo de abertura para el trabajo debe ser de 30° como máximo.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	21 de 42

- c) Durante la utilización el tensor de las escaleras de tijera siempre ha de estar completamente extendido.
- d) No se pasará de un lado a otro por la parte superior, ni tampoco se trabajará a "caballo".
- e) Se impedirá el paso de personas por debajo de la escalera.

F. Andamios

Art. N° 049 Los andamios, sea cual fuere su tipo corresponderán al diseño de un profesional responsable, para garantizar la capacidad de carga, estabilidad y un coeficiente de seguridad no menor de 2.

Art. N° 050 Los andamios que se apoyen en el terreno deberán tener un elemento de repartición de carga.

Art. N° 051 Los andamios se fijarán a la edificación de modo de tal que se garantice la verticalidad y se eviten los movimientos de oscilación.

Art. N° 052 La plataforma de circulación y de trabajo en los andamios será de madera de un grosor no menor de 5 cm (2") y un ancho mínimo de 25cm (10"). El ancho mínimo de la plataforma será de 50 cm.

Art. N° 053 Las plataformas de trabajo deberán tener una baranda (de protección hacia el lado exterior del andamio. Asimismo, los empalmes de los tablones se harán en el apoyo del andamio y con un traslape no menor que 30 cm.

Art. N° 054 Los tablones que conforman la plataforma de trabajo no deberán exceder más de 30 cm del apoyo del andamio.

Art. N° 055 En andamios móviles se deberá contar con estabilizadores que eviten su movimiento.

Art. N° 056 No se moverá un andamio móvil con personal o materiales sobre él.

Art. N° 057 Para evitar la caída de herramientas o materiales se colocarán en ambos bordes longitudinales un tablón que hará de roda pío o zócalo, de no menos de 10 cm (4") de alto.

- a) Tanto el equipo como los operarios se deben distribuir de la mejor manera posible a lo largo de la plataforma. Evitar la acumulación de carga en puntos concretos.
- b) Evitar que los equipos situados sobre la plataforma puedan sobresalir lateralmente.
- c) Asegurar los equipos cargados en la plataforma cuando éstos se puedan desplazar o superen la altura de la barandilla. No dejarlos apoyados sobre la barandilla.

G. Esmerilado, corte y pulido

Se deberán de cumplir las siguientes disposiciones:

- a) No está permitido el uso de discos de esmeril para corte cuando se realizan operaciones de desbastado o viceversa.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	22 de 42

- b) La reposición de discos y escobillas deberá realizarse cuando el desgaste alcance niveles que generen operación insegura por vibración excesiva o “zapateo” del equipo, o cuando se presenten rajaduras y/o roturas.
- c) Los esmeriladores deben ubicarse en zonas donde: No generen riesgo para otros trabajadores, no exista riesgo de caída de objetos sobre el esmerilador, no exista concentraciones peligrosas de vapores o gases combustibles, la proyección de chispas no impacte sobre personas, cables, extensiones, material combustible, mangueras de oxicorte y cilindros de gases comprimidos de ser posible se deberá usar pantallas o biombos protectores.
- d) Todo esmeril de banco, además de la guarda de seguridad del disco, deberá tener protección en la faja de transmisión y poseer conexión a tierra.

H. Herramientas eléctricas portátiles

Art. N° 058 Consideraciones Generales

- a) Antes de utilizar herramientas eléctricas portátiles, se debe comprobar el estado general de la herramienta, en especial, verificar el estado de enchufes, cables, prolongadores e interruptores.
- b) Se deben efectuar las conexiones siempre a cuadros de protección diferencial. No conectar los equipos directamente con los hilos conductores.
- c) No usar herramientas eléctricas con pies mojados y sin aislar a tierra.
- d) Efectuar revisiones periódicas de la máquina.
- e) Comprobar la adecuada colocación de los accesorios, sobre todos los de protección y/o seguridad.
- f) Transportar la máquina desconectada hasta el lugar de trabajo.
- g) No situar las manos cerca de piezas giratorias, sobre todo si son de corte, ni utilizar ropas sueltas para evitar el atrapamiento.
- h) Prevenir el riesgo de proyecciones y desprendimientos.
- i) Realizar la limpieza y pequeñas reparaciones siempre con la máquina parada y desconectada de la red.
- j) Desconectar las herramientas en paradas momentáneas o por fin de actividad.
- k) En altura, utilizar siempre sistemas de fijación de las herramientas para evitar su caída y avisar al personal a nivel de suelo de su utilización.
- l) Cuando las herramientas deban emplearse en locales muy conductores no se utilizarán tensiones superiores a 24 voltios.

Art. N° 059 Taladro Portátil

- a) Antes de su puesta en marcha, el operador comprobará el buen estado de las conexiones eléctricas y la eficacia del doble aislamiento de la carcasa y del disyuntor diferencial para evitar riesgos de electrocución.
- b) En el caso de trabajos pequeños que puedan efectuarse convenientemente en bancos, el equipo eléctrico portátil para taladrar deberá sujetarse en soportes de banco.
- c) El taladro de mano exige el máximo cuidado en cuanto a la selección de las brocas que han de usarse, ya que, si la broca es excesivamente débil, puede partirse antes de comenzar el trabajo que se pretende realizar, si el operario comprime excesivamente o si lo hace sin haberla preparado. Es preciso el emboquillado previo en el punto donde se ha de taladrar.
- d) La posición del taladro con respecto a la superficie donde se ha de taladrar es fundamental, teniendo en cuenta que la broca es sumamente frágil y cualquier desviación de su eje con respecto al taladro produce rotura.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	23 de 42

- e) No poner en marcha el taladro sin comprobar previamente el adecuado y equilibrado apriete de la broca y de que la máquina dispone del asidero lateral o mango de sujeción.
- f) La pieza a taladrar debe estar adecuadamente apoyada y sujeta. La presión del taladro sobre la pieza a perforar será uniforme, pero sin excesos, para evitar que se trabe la broca y produzca un giro brusco de conjunto de la máquina-herramienta.
- g) Durante la realización de los trabajos se procurará que el cable eléctrico esté alejado de los elementos estructurales metálicos y fuera de las zonas de paso del personal.
- h) Es preceptivo el empleo de gafas panorámicas ajustadas con cinta elástica o pantalla facial transparente en previsión de molestias en los ojos motivadas por el material desprendido a baja velocidad, y guantes de trabajo.
- i) Cuando se termine de ejecutar un trabajo con un taladro de mano, cuídese de retirar la broca y colocarla en la caja correspondiente, guardando además la herramienta.

Art. N° 060 Sierra Radial (amoladora)

- a) Antes de su puesta en marcha, el operador comprobará el buen estado de las conexiones eléctricas, la eficacia del doble aislamiento de la carcasa y el disyuntor diferencial para evitar riesgos de electrocución.
- b) Se revisará el estado de desgaste del disco y su idoneidad para el material al que se ha de aplicar.
- c) Comprobar la velocidad máxima de utilización.
- d) Cerciorarse de que el disco gira en el sentido correcto y con la carcasa de protección sobre el disco firmemente sujeta.
- e) El operador se colocará gafas panorámicas ajustadas o pantalla facial transparente, guantes de trabajo, calzado de seguridad y protectores auditivos.
- f) Durante la realización de los trabajos se procurará que el cable eléctrico descansa alejado de elementos estructurales metálicos y fuera de las zonas de paso del personal.
- g) Si durante la operación existe el riesgo de proyección de partículas a terrenos o lugares con riesgo razonable de provocar un incendio, se apantallará con una lona ignífuga la trayectoria seguida por los materiales desprendidos.

I. Herramientas manuales

Art. N° 061 Elegir la herramienta adecuada al trabajo y verificar su buen estado, entre otros, el estado de los mangos y la ausencia de rebabas).

Art. N° 062 Utilizar la herramienta de forma segura, no exponiendo las manos, no lanzarla, etc. En el caso de uso de llaves fijas o de boca variable, no se utilizarán prolongadores que aumenten su brazo de palanca, y se elegirán las adecuadas para el trabajo a desarrollar.

Art. N° 063 Mantener las herramientas adecuadamente y sustituirla en caso de deterioro o a la vista de su posible rotura.

Art. N° 064 Utilizar las herramientas aisladas para los casos en los que sea preceptivo su uso, comprobando que el aislamiento está correcto y normalizado.

Art. N° 065 Si se utilizan en altura, usar bolsa portaherramientas y cuerda de servicio, o bien atarlas a la muñeca. Nunca apoyarla sobre superficies en las que se esté trabajando por su posible caída accidental.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	24 de 42

J. Pintado

Art. N° 066 En la limpieza y preparación de superficie de forma manual, antes de iniciar el trabajo se aislará la zona donde se realice y el operario y ayudantes que lo realicen se protegerá con una máscara que le cubra la cara y le proporcione aire limpio continuamente (partículas, polvos, neblinas y vapores orgánicos).

Art. N° 067 Se evitará también con esto, que las partículas se dispersen por los pasillos y zonas adyacentes al lugar donde se esté realizando el proceso, convirtiendo dichas zonas en lugares peligrosos con riesgo de caídas al mismo nivel.

Art. N° 068 Cuando se pinte a pistola o spray se usarán gafas panorámicas estancas y antiempañantes y respiradores con filtro para gases orgánicos y pre-filtro mecánico. De realizarse en espacios cerrados, deberá usarse equipos que proporcionen aire limpio continuamente.

Art. N° 069 Se prohíbe pintar y pulverizar en sitios donde pueden aparecer llamas, chispas o zonas muy calientes. Cuando se realice pintado sobre estructuras de celdas 220 kV, 60 kV o 10 kV que se encuentran ubicadas adyacentes a instalaciones en servicio, el pintado se realizará manualmente (con brocha). Considerar las distancias indicadas en el CNE.

Art. N° 070 De realizarse la aplicación de pintura sobre estructuras en servicio, se debe de solicitar el corte de energía en el circuito de la zona a pintar.

Art. N° 071 Los operarios dedicados a pintar y, tendrán sumo cuidado con su aseo personal, siendo obligatorio lavarse bien con abundante agua y jabón antes de comer.

Art. N° 072 Para la preparación de las superficies a pintar (lijado) es obligatorio el uso de respirador con filtro para polvo.

Art. N° 073 La pintura, solventes, etc., se almacenarán en lugares apropiados y sólo se mantendrá en el lugar de trabajo los materiales necesarios en cantidades suficientes para un día de trabajo y no se permitirá en estos lugares el almacenamiento de recipientes que contengan residuos de pintura, solventes, etc.

Antes del uso de cada sustancia química se deberá revisar la Hoja de Seguridad del producto (Hoja MSDS) en su totalidad. Asegurando de esta forma “qué hacer” en casos de emergencias.

K. Uso de Vehículos

Art. N° 074 Se Contarán con autorización interna para el Vehículo de Transporte de Personal (VTP) correspondiente.

Art. N° 075 Solo transportarán personal identificado con su fotocheck.

Art. N° 076 Realizar una inspección pre uso del VTP al inicio de la labor.

Art. N° 077 En los vehículos se ocupará un asiento por pasajero y usará el cinturón de seguridad.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	25 de 42

Art. N° 078 El pasadizo no debe tener instalados asientos replegables.

Art. N° 079 Los asientos deberán estar fijados a la estructura del vehículo, con un ancho mínimo de 45 cm. Por pasajero y una distancia útil mínima entre asientos de 65 cm y con respaldos confortables.

Art. N° 080 No se permitirá otra persona dentro de la cabina del conductor.

Art. N° 081 No se transportará personal simultáneamente con materiales, herramientas, equipos o carga.

Art. N° 082 Los conductores de vehículos deberán tener por lo menos 9 horas consecutivas de descanso en un periodo de 24 horas y adicionalmente un descanso de 10 min cada 2 horas consecutivas de conducción debido a pausas activas (estiramiento).

Art. N° 083 Todo vehículo que realice viaje fuera de la propiedad contará al menos con el equipo indicado en el Reglamento Nacional de Tránsito.

Art. N° 084 Nunca abandone el vehículo con el motor encendido.

Art. N° 085 Velocidades máximas fuera de la Unidad:

- a) En carretera afirmada 60 km/h
- b) Vía asfaltada 100 km/h (día) o 90 km/h (noche)
- c) La indicada por la señalización de la autoridad

Art. N° 086 Todo vehículo de Transporte de personal contará con:

- a) Salidas de emergencia convenientemente identificadas.
- b) Vidrios de seguridad no astillables (laminado y templado), con sello que indique el tipo de vidrio.
- c) Alarma de retroceso audible como mínimo a
- d) 20 m contra la dirección del viento, una bocina como mínimo.
- e) Circulina estroboscópica de color azul y cintas de alta reflectividad como mínimo en la parte delantera y posterior del vehículo.
- f) Un sistema GPS.

Art. N° 087 Todo vehículo de transporte de personal debe cumplir con su programa de mantenimiento preventivo en sus Talleres autorizados.

Art. N° 088 Ningún pasajero bajará o subirá a un VTP en movimiento.

Art. N° 089 Los vehículos ingresarán al área de operación con la circulina y las luces prendidas.

Art. N° 090 El transporte de personal se permitirá en vehículos diseñados y de uso exclusivo para este objeto, con: asientos cómodos, cinturones de seguridad y su capacidad máxima de pasajeros deberá ser respetada. No habrá transporte de personal y/o personas junto con carga (transporte mixto).

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	26 de 42

CAPITULO VI

ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS

A. Trabajos Administrativos y de Oficina

Art. N° 091 Consideraciones Generales:

- a) Organizar las superficies de trabajo (escritorios, mesas, módulos de cómputo) para que pueda disponer de una manera cómoda y segura su equipo y otros elementos de trabajo.
- b) Con relación a los útiles, equipos de trabajo y materiales en general se debe tener en consideración lo siguiente:
 - i. Colocar los implementos de trabajo que utiliza con mayor frecuencia, al fácil alcance de las manos.
 - ii. No colocar materiales u objetos en la parte superior de armarios, archivadores o muebles, donde sea difícil alcanzarlos.
 - iii. No ubicar cajas, papelería u otro tipo de elementos debajo de escritorios, o mesa de trabajo, puesto que esta situación limita el acercamiento al plano de trabajo e incrementa la fatiga.
 - iv. Mantener en el escritorio o puesto de trabajo sólo lo indispensable para realizar las actividades.
 - v. Realizar diariamente en el puesto de trabajo orden y limpieza.
- c) Mantener las zonas de tránsito (pasillos dentro de oficinas, corredores, áreas comunes, vías de evacuación) libres de obstáculos (cajas, papeles, cables sueltos, etc.).
- d) Mantener los cajones de escritorios, archivadores, armarios, etc. siempre cerrados a fin de evitar golpes o caídas del personal.
- e) Evitar ingerir alimentos cerca de los equipos electrónicos.
- f) Los ventiladores que sean utilizados en las áreas de trabajo y que se encuentren al alcance de la mano deberán poseer protectores, y al término de la jornada apagarlo.
- g) No adoptar posturas incorrectas como: sentarse sobre una pierna o sentarse con las piernas cruzadas ni sujetar el auricular del teléfono con el hombro.
- h) Deberá mantenerse las áreas de trabajo limpias y ordenadas. La basura y los desperdicios deberán ser colocados en los recipientes correspondientes.
- i) No sobrecargar los tomacorrientes utilizando enchufes múltiples u otros dispositivos eléctricos.
- j) Al terminar la tarea diaria, dejar apagadas y desconectadas las computadoras, ventiladores, radios y todo aquello que funcione con energía eléctrica y se

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	27 de 42

guardarán o depositarán los documentos en los gabinetes, archivadores y armarios o lugares adecuados para tal fin, los cuales se mantendrán siempre cerrados.

- k) Utilizar los pasamanos cada vez que se transite por una escalera. No correr en las escaleras.
- l) Todo el personal debe conocer las zonas de seguridad, puntos de reunión o concentración, las escaleras y las rutas de escape.
- m) Evitar el exceso de documentos innecesarios en las oficinas.
- n) Siempre que se derrame un líquido en el piso hay que limpiarlo inmediatamente, así podemos evitar que alguien se resbale y se accidente.
- o) Todo trabajador que labora frente a un computador, debe tener una pausa activa de 5 min (estiramiento) cada 2 horas de trabajo continuo.
- p) Los muebles y enseres estarán distribuidos de modo tal que permitan el libre acceso hacia las salidas y vías de evacuación.
- q) Reportar las averías de los servicios higiénicos, tomacorrientes en mal estado y/o alumbrado, a las áreas responsables o a su jefatura.
- r) Está prohibido arrojar basura al suelo. Los residuos y basuras son dispuestos en recipientes que cumplen con las normas de disposición y clasificación de residuos.

Está prohibido:

- a) Fumar o prender fuego dentro de las oficinas y/o instalaciones de la Empresa. Ley N° 25357.
- b) La reparación de máquinas o artefactos de uso administrativo deteriorados, por personal no idóneo.
- c) Ingresar a las zonas operativas sin contar con los respectivos equipos de protección y previa coordinación con el responsable del área.

B. Ingreso a las Instalaciones

Medidas de seguridad para el ingreso a las instalaciones de la Empresa:

- a) Estará supeditado a las reglamentaciones internas vigentes.
- b) El ingreso a las instalaciones o áreas reservadas o que impliquen riesgo, está restringido a las personas ajenas a la actividad, y solo previa autorización de las jefaturas respectivas.

C. Mantenimiento

La limpieza de los lugares de trabajo se hace como sigue:

- a) Los accesos y ambientes de la empresa deben mantenerse limpios; sin desperdicios.
- b) La empresa realizará inspecciones periódicas para verificar el orden, limpieza, y cumplimiento de las disposiciones internas sobre procedimientos específicos establecidos de las diversas operaciones que se realicen en sus instalaciones.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	28 de 42

- c) Limpieza de mantenimiento de paredes, techos, pisos, lunas de ventanas, etc., se efectuará periódicamente.
- d) Está prohibido arrojar basura al suelo.
- e) Los residuos y basuras son dispuestos en recipientes que cumplen con las normas de disposición y clasificación de residuos.
- f) El personal de limpieza realizará su labor utilizando los equipos de protección personal correspondiente como: guantes, calzado antideslizante, ropa de trabajo, máscara que serán proporcionados por la Empresa.

D. Iluminación: natural y artificial

Medidas de seguridad en la iluminación artificial o natural:

- a) Los niveles de iluminación o visibilidad deben de estar de acuerdo a los dispositivos legales vigentes, disponibles y mantenidos en operación en todo ambiente de trabajo.
- b) Se dispondrá de iluminación de emergencia en las oficinas, cuartos de control, talleres, y almacenes.
- c) En las áreas donde se realicen labores de mantenimiento o reparación se dispondrán de una iluminación adecuada, que no originen riesgos adicionales a los existentes.
- d) Todos los accesorios, interruptores y luminarias deben estar en buenas condiciones de funcionamiento. Cualquier defecto debe ser reportado para su debida corrección.

E. Servicios Higiénicos

La empresa dotará de servicios higiénicos adecuados de acuerdo al número de personas, los sanitarios serán de loza o material similar. Los servicios higiénicos se mantendrán permanentemente limpios y desinfectados.

F. Comedores

La empresa dotará de:

Un ambiente adecuado, ventilado e iluminado, previsto de mobiliarios, para ser usados como comedor de trabajadores.

El comedor se instalará debidamente distanciado de las áreas operativas e insalubres.

G. Limpieza Individual

Cada trabajador es responsable de su pulcritud, vestimenta, y del orden en su área de trabajo.

El personal debe procurar mantener su ropa de trabajo y la de uso personal en perfectas condiciones de higiene.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	29 de 42

CAPITULO VII

ESTANDARES DE CONTROL DE PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS

A. Inspección para verificar estándares de seguridad

Las inspecciones de Seguridad y salud en el trabajo deberán de seguir el lineamiento establecido según el procedimiento de gestión de C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.

B. Riesgos evaluados

La identificación de peligros, evaluación de riesgos y sus medidas de control de SST se desarrollarán en base a los lineamientos establecidos por C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.

C. Accidentes de trabajo

Todo incidente o accidente que ocurra dentro de C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. deberá de seguir el procedimiento para la investigación de accidentes e incidentes de trabajo.

D. Enfermedades profesionales

Para la evaluación y calificación de una enfermedad ocupacional se tomará en cuenta a la norma técnica de salud N° 068-MINSA/DSGP, aprobada por la resolución ministerial N° 480 – 2008 /MINSA

E. Labores de mujeres gestantes o periodo de lactancia

C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. deberá cumplir con lo previsto en la Ley N° 28048, Ley de protección a favor de la mujer gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y/o Feto y su Reglamento aprobado por el Decreto Supremo N° 009-2004-TR, cuando una trabajadora se encuentre en periodo de gestación.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	30 de 42

CAPITULO VIII

ESTÁNDARES MEDIOAMBIENTALES

A. Gestión De Residuos

a) Definiciones

Art. N° 092 Se establecen las siguientes definiciones:

- i. Almacenamiento Primario: Actividad durante la cual los residuos son dispuestos por el generador en contenedores diferenciados que se ubican al interior de sus instalaciones de trabajo.
- ii. Almacenamiento temporal: Actividad en la cual los residuos provenientes del Almacenamiento Primario son almacenados por un período corto de tiempo, antes de que la EPS-RS los transporte hacia el relleno sanitario.
- iii. EPS-RS: Empresa Prestadora de Servicio de Residuos Sólidos, contratada por la Empresa para el manejo integral de los residuos en sus locales y lugares de trabajo.
- iv. Generador: Cualquier persona cuya actividad cause la transformación de un material en residuo o luego de realizar algún proceso se genere un material no utilizable.
- v. Recolección: Actividad realizada por la EPS-RS en las instalaciones y lugares de trabajo de la Empresa hasta el relleno sanitario.
- vi. Contenedor: Recipiente destinado para el almacenamiento primario de los residuos.

b) Gestión de Residuos Sólidos

Art. N° 093 Al disponer los residuos, hacerlo en contenedores diferenciados de acuerdo al código de colores indicado en la siguiente tabla, con el fin de evitar la mezcla entre ellos o la contaminación del suelo.

Clasificación de Residuos - Código de colores

COLOR	TIPO	EJEMPLOS
Blanco	Pástico	Envases de yogurt, leche, alimentos. etc. Vasos, platos y cubiertos descartables. Botellas de bebidas gaseosas, aceite comestibles, detergente, champú. Empaques o bolsas de fruta, verdura y huevos, etc.
Amarillo	Metal	Latas de conservas, café, leche, gaseosa, cerveza. Tapas de metal, envases de alimentos y bebidas, etc.
Verde	Vidrio	Botellas de bebidas, gaseosas, licor, cerveza, vasos, envases de alimentos, perfumes, etc.
Azul	Papel y Cartón	Periódicos, revistas, folletos, catálogos, impresiones, fotocopias, papel, sobres, cajas de cartón, guías telefónicas, etc.
Marrón	Orgánico	Restos de la preparación de alimentos, de comida, de jardinería o similares (madera, ramas, hierba, etc.).

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	31 de 42

Rojo	Peligroso	Baterías de autos, pilas, cartuchos de tinta, botellas de reactivos químicos, entre otros. Envases de aceites y lubricantes, filtros de gasolina, aceite y petróleo, trapos, waypes, cartones, paños impregnados con combustible, lubricantes derivados de hidrocarburos. Residuos de soldadura, residuos de pinturas y solventes, Productos químicos de limpieza. Cartuchos de tinta y tóner, fluorescentes. Medicinas vencidas, jeringas desechables, entre otros.
Negro	Peligroso	Todo lo que no se puede reciclar y no sea catalogado como residuo peligroso: restos de la limpieza de la casa y del aseo personal, toallas higiénicas, pañales desechables, papel sanitario, colillas de cigarrillos, trapos de limpieza, cuero, zapatos, entre otros.

Art. N° 094 En las áreas donde no exista personal de limpieza, el generador es responsable, de coordinar la entrega de los residuos segregados, al personal de la EPS-RS según horarios y frecuencias de recolección.

Art. N° 095 Cuando se usen bolsas de plástico (polipropileno o polietileno), podrán ser llenadas hasta el 80% de su capacidad, de tal forma que exista espacio suficiente para sellar la bolsa (amarrarla) y evitar exposiciones.

Art. N° 096 Para el almacenamiento de residuos peligrosos se deben utilizar receptáculos o recipientes rígidos como fibra de vidrio, metal, acero, polietileno de alta densidad u otros materiales rígidos que eviten el peligro de exposición de dichos residuos.

Art. N° 097 Cuando no se cuente con un lugar de almacenamiento temporal de residuos, se coordinará con el área de Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente para solucionar cualquier contingencia y evitar la contaminación ambiental por dichos residuos.

Art. N° 098 Cada generador es responsable de los residuos generados por él, debiendo disponerlos en los contenedores respectivos sin perturbar los alrededores o propiciar contaminación al aire o suelo.

Art. N° 099 Todo residuo peligroso debe generar un documento o manifiesto de seguimiento para asegurar su adecuada disposición final, este documento es elaborado por la EPS-RS y firmado por el generador que entrega estos residuos y el personal de la EPS-RS que los transporta al relleno sanitario o de seguridad.

Art. N° 100 Todo desmonte generado, debe ser dispuesto ambientalmente saludable, evitando la contaminación del agua, aire, o suelo.

c) Residuos Líquidos

Art. N° 101 Aceites, grasas, lubricantes, combustibles refrigerantes y similares usados

- i. Todo generador de aceites usados, grasas y/o combustible contaminado debe evitar derrames al suelo, arrojo al alcantarillado, venta clandestina u otro manejo que genere contaminación o incumplimiento legal.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	32 de 42

- ii. Todo generador de aceites usados, grasas y/o combustible contaminado debe almacenar dichos residuos en recipientes separados y debidamente rotulados.
- iii. Todo generador de aceites usados, grasas y/o combustible contaminado debe asegurarse que dichos residuos sean eliminados una vez que el recipiente este lleno.
- iv. Cualquier imprevisto respecto a la generación, almacenamiento, transporte o disposición de este tipo de residuos deben ser coordinados con el área de Prevención de Riesgos Laborales y Medio Ambiente.

Art. N° 102 Residuos líquidos de los servicios higiénicos portátiles

Residuos líquidos de los servicios higiénicos portátiles

Todo residuo líquido generado de los servicios higiénicos portátiles debe ser evacuado sin generar derrames al suelo o aguas superficiales.

Las disposiciones de los residuos líquidos generados de los servicios higiénicos portátiles deben ser evacuados por la misma empresa que brinda el servicio de implementación de servicios higiénicos portátiles, generando el respectivo manifiesto.

B. Control de emisiones al aire

Art. N° 103 En el caso que se presenten trabajos que desprendan polvo, olores u otras partículas, hacerlo y utilizando el EPP apropiado y tratando de reducir la dispersión al ambiente de lo que se desprenda, aplicar métodos de atenuación como regar con cisterna de agua, cercar el área donde se va a trabajar, cerrar cuidadosamente el producto o material que emite olores desagradables y afecta a los alrededores.

Art. N° 104 No debe permitirse, en las instalaciones y lugares de trabajo de la Empresa, la presencia de vehículos con evidentes signos de emisión de gases contaminantes.

Artículo 280.- Se deben apagar los motores vehiculares cuando no están siendo usados para evitar la combustión innecesaria, sobre todo si el vehículo está detenido en un área de poca ventilación o cerca de oficinas.

Art. N° 105 El tráfico de los vehículos debe ser fluido a fin de evitar congestionamientos y concentraciones de emisiones tóxicas.

Art. N° 106 Todos los vehículos que operan para la Empresa, deben cumplir con una revisión técnica anual que incluya la medición de emisiones gaseosas y entregar los certificados de dichas revisiones al área de Prevención de Riesgos Laborales y Medio Ambiente. Se exigirá que todo vehículo que opera en la Empresa cuente con certificado vigente de revisión técnica y análisis de gases. Cumplir con lo establecido en (D.S. N° 047-2001-MTC, D.S. 034-2001-MTC).

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	33 de 42

C. Control de consumo de recursos

Art. N° 107 Consumo de combustible

- Cuando sea posible, los vehículos se conducirán aplicando técnicas de conducción eficiente, con el fin de reducir consumos, emisiones y ruidos, y retrasar el desgaste de los vehículos. Se tomarán como referencia instrucciones y recomendaciones de Entidades de reconocido prestigio.
- Los vehículos se someterán a mantenimiento preventivo y correctivo, para asegurar su correcto funcionamiento y el control de los aspectos ambientales asociados.
- Los vehículos se someterán a las Inspecciones Técnicas Vehiculares (ITV) exigidas por la normativa aplicable.
- Se llevará un control mensual de los consumos de combustible, mediante la revisión de las facturas y registro de los datos de consumo.

Art. N° 108 Consumo de agua

- El personal que realice cualquier actividad en el que utilice agua, debe tener en cuenta que cada vez que deje de utilizar la fuente de abastecimiento se asegure de cerrarlo para evitar consumo innecesario.
- Es recomendable la realización de una inspección periódica de la red de agua de las instalaciones de la Empresa para detectar cualquier fuga y proceder a repararla.

Art. N° 109 Consumo de electricidad

- Se procurará aprovechar al máximo la luz natural, evitando en lo posible la utilización del alumbrado eléctrico.
- Se utilizarán preferentemente lámparas de bajo consumo para la iluminación de las instalaciones.
- Se evitará en lo posible la utilización de los equipos e instalaciones de climatización (radiadores, aire acondicionado), manteniendo una temperatura de confort ($\pm 20^{\circ}\text{C}$ en invierno, $\pm 25^{\circ}\text{C}$ en verano). Se adoptarán las medidas necesarias para asegurar el correcto funcionamiento de los equipos e instalaciones de climatización.
- Se llevará un control mensual de los consumos de energía eléctrica, mediante la revisión de las facturas y registros de los datos de consumo.

Art. N° 110 Consumo de papel

- La gestión documental se hará preferentemente utilizando los soportes informáticos, imprimiendo únicamente los documentos que sean imprescindibles (importantes).
- Se procurará aprovechar al máximo el papel utilizado, cuando sea posible: imprimir por las dos caras o varias páginas por hoja, aprovechar el papel usado para borradores o toma de notas, etc.
- Preferir el uso de papel para copias con indicación de uso de bosques reforestados en la etiqueta.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	34 de 42

CAPITULO IX

PLANES DE CONTINGENCIA Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIA

A. Prevención y protección contra incendios

a) Prevención:

Art. N° 111 Las áreas de trabajo deben estar provistas de suficientes equipos para la extinción de incendios que se adapten a los riesgos particulares que estos presentan. Las personas entrenadas en el uso correcto de estos equipos se harán presentes durante todos los periodos normales de trabajo.

Art. N° 112 Los equipos y las instalaciones que presenten grandes riesgos de incendios deben ser construidos e instalados, siempre que sea factible, de manera que sea fácil aislarlos en caso de incendio.

i. Pasillos y pasadizos

Art. N° 113 En los lugares de trabajo, el ancho del pasillo no debe ser menor de 60 cm.

Art. N° 114 Donde no se disponga de acceso inmediato a las salidas se debe disponer, en todo momento, de pasajes o corredores continuos y seguros, que tengan un ancho libre no menor de 1.12 m. y que conduzcan directamente a la salida (Ref.: Art. 121 del D.S. N° 42-F)

ii. Puertas y salidas

Art. N° 115 Las puertas de salida se colocan de tal manera que sean fácilmente visibles y no se deben permitir obstrucciones que interfieran el acceso o la visibilidad de las mismas.

Art. N° 116 Las salidas deben estar instaladas en número suficiente y dispuestas de tal manera que las personas ocupadas en los lugares de trabajo puedan abandonarlas inmediatamente, con toda seguridad, en caso de emergencia. El ancho mínimo de las salidas será de 1.12 m.

Art. N° 117 Las puertas y pasadizo de salida, deben ser claramente marcados con señales que indiquen la vía de salida y deben estar dispuestas de tal manera que sean fácilmente ubicables.

b) Protección:

Art. N° 118 El fuego es una oxidación rápida de un material combustible, que produce desprendimiento de luz y calor, pudiendo iniciarse por la interacción de 3 elementos: oxígeno, combustible y calor. La ausencia de uno de los elementos mencionados evitará que se inicie el fuego. Los incendios se clasifican, de acuerdo con el tipo de material combustible que arde, en:

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	35 de 42

i. INCENDIO CLASE A:

Son fuegos que se producen en materiales combustibles sólidos, tales como: madera, papel, cartón, tela, etc.

ii. INCENDIO CLASE B:

Son fuegos producidos por líquidos inflamables tales como: gasolina, aceite, pintura, solvente, etc.

iii. INCENDIO CLASE C:

Son fuegos producidos en equipos eléctricos como: motores, interruptores, reóstatos, etc.

Art. N° 119 Cualquier trabajador que detecte un incendio debe proceder de la forma siguiente:

- Dar la alarma interna y externa.
- Comunicar a los integrantes de la brigada contra incendios.
- Seguir las indicaciones de la brigada correspondiente.
- Evacuar el área de manera ordenada con dirección a la puerta desalida más cercana.

Art. N° 120 Consideraciones generales importantes:

- La mejor forma de combatir incendios es evitando que estos se produzcan.
- Mantengan su área de trabajo limpio, ordenado y en lo posible libre de materiales combustibles y líquidos inflamables.
- No obstruya las puertas, vías de acceso o pasadizos, con materiales que puedan dificultar la libre circulación de las personas.
- Informe a su Supervisor sobre cualquier equipo eléctrico defectuoso. Familiarícese con la ubicación y forma de uso de los extintores.
- En caso de incendio de equipos eléctricos, desconecte el fluido eléctrico. No use agua ni extintores que la contengan si no se ha cortado la energía eléctrica.
- La operación de emplear un extintor dura muy poco tiempo. Por consiguiente, utilícelo bien, acérquese lo más que pueda, dirija el chorro a la base de las llamas, no desperdicie su contenido.
- Obedezca los avisos de seguridad y familiarícese con los principios fundamentales de primeros auxilios.

EXTINTORES PORTÁTILES

Art. N° 121 El empleador debe dotar de extintores de incendios adecuados al tipo de incendio que pueda ocurrir, considerando la naturaleza de los procesos y operaciones.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	36 de 42

Art. N° 122 Los aparatos portátiles contra incendios, deben ser inspeccionados por lo menos una vez por mes y ser recargados cuando se venza su tiempo de vigencia o se utilicen, se gaste o no toda la carga.

Art. N° 123 Cuando ocurran incendios en lugares con presencia de equipos eléctricos, los extintores para combatirlos son de polvo químico seco; en caso de que el incendio sea en el centro de cómputo, laboratorios o se trate de equipos sofisticados, se deben utilizar los extintores de gas carbónico (CO₂) para su extinción.

c) Simulacros de incendios

Art. N° 124 El empleador debe realizar ejercicios de modo que se simulen las condiciones de un incendio, además se debe adiestrar a las brigadas en el empleo de los extintores portátiles, evacuación y primeros auxilios e inundación. El Programa Anual de SST, que incluye las instrucciones y ejercicios respectivos, se debe iniciar desde el mes de enero de cada año.

Art. N° 125 En caso de evacuación, el personal debe seguir la señalización indicada como SALIDA.

Art. N° 126 Para combatir los incendios que puedan ocurrir, el empleador debe formar la brigada contra incendios.

B. Almacenaje de sustancias inflamables

Art. N° 127 Se deben tomar las medidas para evitar el escape de líquidos inflamables hacia desagües y detener cualquier pérdida de líquido dentro de la zona de seguridad.

Art. N° 128 Queda terminantemente prohibido el empleo de líquidos inflamables para fines de limpieza en general, excepto para aquellos casos en que las condiciones técnicas del trabajo, así lo exijan, en cuyo caso estos trabajos se deben efectuar en locales adecuados, libres de otras materias combustibles, dotados de los sistemas preventivos contra incendios.

Art. N° 129 En los locales donde se use, manipule, almacene, transporte, etc., materiales o líquidos combustibles o inflamables, está terminantemente prohibido fumar o usar llamas descubiertas o luces que no sean a prueba de fuego o explosión.

C. Eliminación de desperdicios

Art. N° 130 No se debe permitir que se acumulen en el piso desperdicios de material inflamable, los cuales deben ser destruidos o acumulados separadamente de otros desperdicios.

Art. N° 131 Se debe disponer de recipientes para recoger inmediatamente los trapos saturados de aceite, pintura u otros materiales combustibles, sujeto a combustión espontánea en los lugares de trabajo donde estos se produzcan.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	37 de 42

Art. N° 132 Diariamente el encargado de limpieza debe recolectar los recipientes de basura de cada ambiente, colocándolos en un lugar determinado para ser erradicados de la empresa o lugar de trabajo (Obra).

D. Señales de seguridad

Art. N° 133 El objeto de las señales de seguridad es el hacer conocer con la mayor rapidez posible, la posibilidad de accidente y el tipo de accidente y la existencia de circunstancias particulares.

DIMENSIONES DE LAS SEÑALES DE SEGURIDAD

Art. N° 134 Las señales de seguridad serán tan grandes como sea posible y su tamaño será congruente con el lugar en que se colocan o el tamaño de los objetos, dispositivos o materiales a los cuales se fijan. En todos los casos el símbolo de seguridad, debe ser identificado desde una distancia segura.

Art. N° 135 Las dimensiones de las señales de seguridad son las siguientes:

Círculo	:	20 cm. de diámetro
Cuadrado	:	20 cm. de lado
Rectángulo	:	20 cm. de altura y 30 cm. de base
Triángulo equilátero	:	20 cm. de lado

Estas dimensiones pueden multiplicarse por las series siguientes:
1.25, 1.75, 2, 2.25, 2.5, y 3.5, según sea necesario ampliar el tamaño.

Art. N° 136 Las señales de prohibición tienen como color de fondo blanco, la corona circular y la barra transversal son rojos, el símbolo de seguridad negro y se ubica al centro y no se superpone a la barra transversal, el color rojo cubre como mínimo el 35% del área de la señal.

Art. N° 137 Las señales de advertencia tienen como color de fondo el amarillo, la banda triangular negra, el símbolo de seguridad negro y ubicado en el centro, el color amarillo debe cubrir como mínimo el 50% de área de la señal.

Art. N° 138 Las señales de obligatoriedad tendrán un color de fondo azul, la banda circular es blanca, el símbolo de seguridad es blanco y debe estar ubicado en el centro, el color azul cubre como mínimo el 50% del área de la señal.

Art. N° 139 Las señales informativas se deben ubicar en equipos de seguridad en general, rutas de escape, etc. Las formas de las señales informativas deben ser cuadradas o rectangulares, según convengan a la ubicación del símbolo de seguridad o el texto. El símbolo de seguridad es blanco, el color de fondo es verde y debe cubrir como mínimo el 50% del área de la señal.

APLICACIÓN DE LOS COLORES Y SÍMBOLOS EN LAS SEÑALES DE SEGURIDAD

FORMA GEOMÉTRICA	SIGNIFICADO	SOLOR DE SEGURIDAD	COLOR DE CONTRASTE	COLRO DEL PICTOGRAMA	EJEMPLO
 CÍRCULO CON DIAGONAL	PROHIBICIÓN	ROJO	BLANCO*	NEGRO	Prohibido fumar. Prohibido hacer fuego. Prohibido el paso de peatones.
 CÍRCULO	OBLIGACIÓN	AZUL	BLANCO*	BLANCO	Use protección ocular Use traje de seguridad. Use mascarilla.
 TRIÁNGULO EQUILÁTERO	ADVERTENCIA	AMARILLO	NEGRO	NEGRO	Riesgo eléctrico. Peligro de muerte. Peligro ácido corrosivo
 CUADRADO  RECTÁNGULO	CONDICIÓN DE SEGURIDAD RUTAS DE ESCAPE EQUIPOS DE SEGURIDAD	VERDE	BLANCO*	BLANCO	Dirección que debe seguirse. Punto de reunión. Teléfono de emergencia.
 CUADRADO  RECTÁNGULO	CONDICIÓN DE SEGURIDAD RUTAS DE ESCAPE EQUIPOS DE SEGURIDAD	VERDE	BLANCO*	BLANCO	Dirección que debe seguirse. Punto de reunión. Teléfono de emergencia.
 CUADRADO  RECTÁNGULO	CONDICIÓN DE SEGURIDAD RUTAS DE ESCAPE EQUIPOS DE SEGURIDAD	VERDE	BLANCO*	BLANCO	Dirección que debe seguirse. Punto de reunión. Teléfono de emergencia.
*EL COLOR BLANCO DE CONTRASTE INCLUYE EL COLOR DE CONTRASTE PARA MATERIALES FOS FORESCENTES BAJO LA LUZ DE DÍA CON PROPIEDADES DEFINIDAS					

E. Primeros Auxilios

Art. N° 140 El principal objetivo de los primeros auxilios es evitar por todos los medios posibles la muerte o la invalidez de la persona accidentada. Otros de los objetivos principales es brindar un auxilio a la persona accidentada, mientras se espera la llegada del médico o se le traslada a un hospital.

Art. N° 141 Cuando se presente la necesidad de un tratamiento de emergencia, siga estas reglas básicas:

- Evite el nerviosismo y el pánico.
- Si se requiere acción inmediata para salvar una vida (respiración artificial, control de hemorragias, etc.) haga el tratamiento adecuado sin demora.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	39 de 42

- Haga un examen cuidadoso de la víctima.
- Nunca mueva a la persona lesionada, a menos que sea absolutamente necesario para retirarla del peligro.
- Avise al médico inmediatamente.

a) TRATAMIENTOS

SHOCK:

Art. N° 142 Cuando ocurra un “shock” siga estas reglas básicas:

- i. Acostar al paciente con la cabeza hacia abajo, esto se puede conseguir levantando los pies de la camilla o banca, donde esté acostado el paciente, 6 pulgadas más alto que la cabeza.
- ii. Constatar que la boca del paciente esté libre de cuerpos extraños y que la lengua esté hacia adelante.
- iii. Suministrar al paciente abundante cantidad de aire fresco u oxígeno si existe disponible.
- iv. Evitar el enfriamiento, por lo que se debe abrigar al paciente con una frazada y llevarlo al médico.

HERIDAS CON HEMORRAGIAS

Art. N° 143 Seguir el siguiente tratamiento:

- i. Se puede parar o retardar la hemorragia colocando una venda o pañuelo limpio sobre la herida y presionando moderadamente.
- ii. Si la hemorragia persiste, aplique un torniquete (cinturón, pañuelo, etc.), en la zona inmediatamente superior a la herida y ajuste fuertemente.
- iii. Acueste al paciente y trate de mantenerlo abrigado.
- iv. Conduzca al herido al hospital.
- v. Si el viaje es largo, suelte el torniquete cada 15 minutos para que circule la sangre.

FRACTURAS

Art. N° 144 Siga el siguiente tratamiento:

- i. No doble, ni tuerza, ni jale el miembro fracturado.
- ii. Mantenga al paciente descansando y abrigado.
- iii. Por fracturas de espalda, cuello, brazo o de la pierna, no mueva al paciente y llame al médico.
- iv. Por fracturas de cualquier otra parte del cuerpo, lleve al accidentado al médico.
- v. Si hay duda acerca de si un hueso está o no fracturado, trátase como fractura.

QUEMADURA

Art. N° 145 Son lesiones que se producen a causa del calor seco o del calor húmedo y se clasifican de acuerdo al grado de lesión que causa en los tejidos del cuerpo en 1er, 2do y 3er grado.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	40 de 42

Para quemaduras leves o de primer grado se puede aplicar ungüento y puede ser cubierta por una gasa esterilizada.

Para quemaduras de segundo y tercer grado quite la ropa suelta y aplique una gasa esterilizada, lo suficientemente grande para cubrir la quemadura y la zona circundante para evitar el contacto del aire con la quemadura.

BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

Art. N° 146 La empresa, abastecerá de manera que haya siempre un stock permanente de los medicamentos y materiales en el Botiquín según norma G-50, a su vez cada vehículo tendrá el botiquín de adecuado según norma del Ministerio de Transporte.

REFERENCIAS PARA CASOS DE EMERGENCIA

Art. N° 147 En caso de emergencia llamar a los siguientes números telefónicos de acuerdo a la ocurrencia.

RELACIÓN DE TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Bomberos	116
-Central Lima	222-0222
Policía Nacional	105
SAMU Central de emergencias	106
Defensa Civil	115
ESSalud en línea	411-8000
Alerta médica	416- 6777
UDEX (Desactivación de Explosivos)	481-2901/ 481-5118
Comisaria de Mujeres de Lima	427-9006/ 428-2700
Cruz Roja	266-0481
Serenazgo de San Miguel	715-9700
Hospital Nacional Casimiro Ulloa	204-0900
Centro antirrábico	425-6313
Comisaría San Miguel	566-5701

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	41 de 42

CAPITULO X

ESTIMULOS, INFRACCIONES Y SANCIONES

A. Estímulos

Art. N° 148 Los trabajadores de C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. que hayan contribuido en la mejora de la gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo recibirán estímulos, considerando los siguientes factores:

- a) Cumplimiento de los Estándares de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b) Número de Condiciones de riesgo e incidentes identificados y comunicados.
- c) Identificación de las causas que originaron los incidentes.
- d) Mayor número de alternativas de solución presentadas.

Las empresas contratistas de C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C. recibirán estímulos a través de reconocimientos en cuanto al aporte en la gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

B. Infracciones

Art. N° 149 Son infracciones al Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo los incumplimientos de las normas, dispositivos o estándares definidos en el presente reglamento.

Todas las infracciones son objeto de sanción y se clasifican de acuerdo al tipo de incumplimiento y cantidad de trabajadores afectados, en leves, graves y muy graves.

Se considera como **Infracción Leve** lo siguiente:

- a) La falta de orden y limpieza del ambiente de trabajo de la que no se derive riesgo para la integridad física o salud de los trabajadores.
- b) No reportar oportunamente los incidentes.
- c) No asistir a la capacitación programada en SST.
- d) No asistir a los exámenes médicos programados de carácter obligatorio en SST.
- e) No adoptar las disposiciones, recomendaciones o medidas en SST.

Se considera como **Infracciones Graves** las siguientes:

- a) Obstaculizar o impedir el desarrollo y aplicación del Programa de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b) No informar a los trabajadores de los riesgos a que están expuestos durante la ejecución de su labor.
- c) No entregar a los trabajadores los Equipos de Protección Personal (EPP).
- d) Asignar trabajos a personal que no posea la calificación adecuada.
- e) No supervisar o no disponer la supervisión de los trabajos asignados.

Se considera como **Infracción Muy Grave** lo siguiente:

- a) Cualquier acto de imprudencia o negligencia que cause la muerte o lesión muy grave a un trabajador.
- b) Proporcionar información inexacta de forma deliberada durante el proceso de análisis e investigación del accidente.

	REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD, SALUD OCUPACIONAL Y MEDIO AMBIENTE	Código:	SIG-SIG-REG-001
		Fecha:	15/01/2022
		Versión:	001
	C & R INTEGRAL SERVICE S.A.C.	Página:	42 de 42

- c) No paralizar ni suspender de forma inmediata los trabajos con riesgo inminente o reanudarlos sin haber subsanado previamente las causas quemotivaron dicha paralización.
- d) No utilizar los EPP, o hacerlo en forma inadecuada.

C. Sanciones

Art. N° 150

- a) Los infractores del presente Reglamento serán sancionados por la empresa de acuerdo a la gravedad de la falta, previa evaluación de la Gerencia
Las sanciones al personal de la empresa serán las siguientes:
 - i. Recomendación.
 - ii. Amonestación.
 - iii. Severa Amonestación.
 - iv. Suspensión.
 - v. Despido
- b) Las sanciones al personal de empresas contratistas, usuarios y visitantes serán impuestas por la Empresa, previa recomendación del Jefe de SSOMA, siendo estas las siguientes:
 - i. Recomendación.
 - ii. Amonestación.
 - iii. Prohibición de ingreso a las instalaciones de la empresa.