

## Introducción

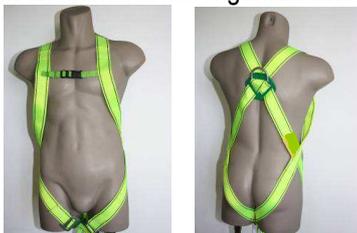
El arnés anticaídas es un equipo de protección individual frente al riesgo de caída de altura. Es un componente del sistema anticaídas constituido por un dispositivo de prensión del cuerpo destinado a detener las caídas y formado por bandas, hebillas, ajustadores y otros elementos dispuestos de forma que sostiene al trabajador durante la caída y tras producirse ésta.

El sistema anticaídas detiene la caída del trabajador y limita las fuerzas de impacto en la caída. **El arnés anticaídas es el único dispositivo de prensión del cuerpo que puede utilizarse en un sistema anticaídas**, no siendo posible la utilización de un cinturón de sujeción o retención ni un arnés de asiento.

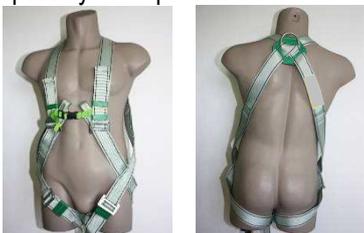
## Tipos de arneses

Sin hacer una clasificación exhaustiva, se distinguen:

- Arnés básico: con un elemento de enganche en la espalda.



- Arnés de dos enganches: con dos elementos de enganche situados en la espalda y en el pecho.



- Arnés anticaídas polivalente. Además de enganches en la espalda y en el pecho, dispone de enganches adicionales para ser utilizados como dispositivos de prensión del cuerpo en otros sistemas de protección frente a caída de altura (sistemas de retención, sujeción o posicionamiento mediante cuerdas)



- Arnés con prenda de vestir incorporada. Por ejemplo, un chaleco reflectante:



- Con cinta extensora en el enganche de la espalda. recomendable llevarla colocada en posición vertical hacia arriba de forma que no aumente la distancia de caída.



- Arnés con banda subglútea.



- Con cinta de reposo: para apoyar las piernas tras la caída y así prevenir el riesgo de trauma de suspensión.



- Arnés para mujeres. Diseñado teniendo en cuenta las características ergonómicas de las mujeres
- Arnés para trabajos especiales (riesgos eléctricos, atmósferas explosivas, ambientes calurosos y llamas, ...)

## Marcado del arnés

Marcado CE:

CE + XXXX

XXXX: número correspondiente al organismo notificado de la Unión Europea que participa en el procedimiento de calidad de la producción

- Nombre del fabricante, suministrador o marca comercial
- Modelo y tipo / identificación
- Número de serie o lote de producción
- Año de fabricación
- Número y año del documento de conformidad
- Pictograma de la necesidad de leer las instrucciones:
- El significado del marcado del arnés
- El número de la norma europea EN 361.



## Marcado de los enganches anticaídas del arnés

En cada elemento de enganche anticaídas del arnés debe marcarse la letra "A" mayúscula:



En el caso de que el enganche lo formen dos elementos que deban ser unidos por medio de un conector, los dos elementos deben estar marcados con la mitad de una A. Ejemplos:



## Instrucciones de uso que debe proporcionar el fabricante

- Texto en castellano.
- La forma correcta de colocarse el arnés. El arnés debe quedar bien ajustado al cuerpo y no debe quedar holgado.
- Condiciones en las que puede ser utilizado y limitaciones.
- Requisitos para un punto de anclaje fiable.
- Forma de conectar el arnés anticaídas a un punto de anclaje fiable, a un subsistema de conexión (p.e. un absorbedor de energía, un elemento de amarre y un conector) y a otros componentes de un sistema anticaídas
- Si es aplicable, qué elementos de enganche del arnés deben emplearse como parte del sistema anticaídas o sistema de sujeción.
- Compatibilidad con otros elementos.
- Referencia a otras normas europeas.
- Atención al espacio libre mínimo necesario para evitar choques contra la estructura o el suelo, así como a las especificaciones del subsistema de conexión, absorbedor de energía o el dispositivo anticaídas
- Materiales de fabricación.
- Limitaciones de los materiales y los riesgos que puedan afectar a sus prestaciones.
- Debe existir un plan de rescate in situ.
- Debe usarse sólo por personas formadas y competentes.
- Como limpiar y desinfectar el arnés sin efectos adversos.
- Duración prevista del equipo (caducidad) o la manera en que pueda determinarse.
- Como proteger el equipo durante su transporte.
- Identificación del arnés.
- El número de la norma europea EN 361.

## Instrucciones de mantenimiento y vida útil

- Realizar el mantenimiento establecido por el fabricante.
- Diariamente, antes de ponérselo, el trabajador debe realizar una inspección visual al arnés para comprobar que se encuentra en buen estado. Revisar bandas, costuras, hebillas, enganches, etc.
- Una vez al año, como mínimo se realizará una revisión por una persona competente, fabricante o autorizado por él.
- Deberá desecharse el arnés que haya sufrido una caída o presente daños, corrosiones y marcas importantes de desgaste
- Cuando no se esté utilizando, se debe conservar en su embalaje original, protegido de la luz solar y de ambientes agresivos.
- Cada fabricante debe especificar en su manual de instrucciones cual es la vida útil del arnés. Hay fabricantes que establecen una vida útil de hasta 10 años, aunque lo normal suele ser 5 años. En función de las condiciones uso que se realice del mismo, la vida del arnés se puede reducir a menos de 1 año.
- Con el fin de llevar un control de los equipos de protección individual, se debe utilizar una ficha por cada arnés en la que se registren los siguientes datos: identificación del producto, fecha de fabricación, fecha de compra, fecha de puesta en servicio, nombre del usuario, frecuencia de utilización, fecha de caducidad, revisiones y reparaciones realizadas, fechas, responsable, etc.

***“Es obligatorio que el fabricante suministre un folleto informativo con el arnés”***

## Formación e información de P.R.L.

- El empresario debe informar a los trabajadores cuando deben utilizar el arnés y dar instrucciones sobre su correcta utilización y mantenimiento.
- Se debe poner a disposición de los trabajadores el manual de instrucciones y mantenimiento del arnés anticaídas, además del resto de componentes que forman el sistema de protección individual.
- Se debe formar y entrenar al trabajador en la utilización de los EPI frente al riesgo de caídas de altura.

## Normativa aplicable

- Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto 1407/1992, de 20 de noviembre, por el que se regulan las condiciones para la comercialización y libre circulación intracomunitaria de los equipos de protección individual.
- UNE-EN 361:2002. Equipos de protección individual contra caídas de altura. Arnese anticaídas.
- UNE-EN 363:2009. Equipos de protección individual contra caídas. Sistemas de protección individual contra caídas.