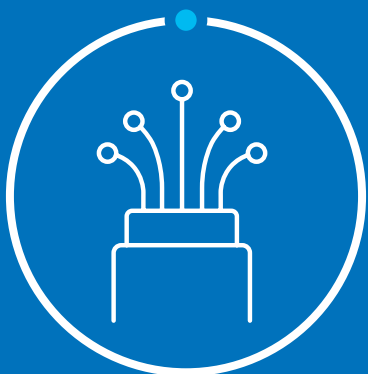


2026

Ficha Técnica



**INSTALACIÓN DE
FIBRA ÓPTICA
(FTTH: FIBRA AL
HOGAR)
TRABAJO EN POSTES
HASTA LÍNEA
MUNICIPAL**



FICHA TÉCNICA DE PREVENCIÓN SRT

Son **pautas o recomendaciones** a tener en cuenta durante la ejecución de las tareas y en los ambientes laborales, para que puedan ser utilizadas como medidas de prevención. El objetivo es **evitar o minimizar los riesgos derivados del trabajo**.

INSTALACIÓN DE FIBRA ÓPTICA (FTTH: FIBRA AL HOGAR) - TRABAJO EN POSTES HASTA LÍNEA MUNICIPAL

El presente documento fue elaborado por la Comisión de Trabajo del sector TELECOMUNICACIONES, en el marco del Programa Nacional de Prevención por Rama de Actividad (ProNaPre - Resolución SRT 770/13).

INTRODUCCIÓN

En esta ficha técnica se analizará la actividad del personal que realiza tareas de instalación de fibra óptica¹ en poste hasta línea municipal y está dirigido tanto a las empresas principales de la actividad como a las contratistas o tercerizadas que realizan las tareas que se describirán a continuación.

La ejecución de estas tareas tiene en común el riesgo de trabajo en altura y eléctrico; interviniendo además, factores psicosociales y ambientales, con los consecuentes peligros de accidentes laborales y enfermedades profesionales.

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

El/la instalador/a de fibra óptica es el/la responsable técnico/a de la operación en la instalación, mantenimiento y reparación de la conexión entre el cliente y la red de fibra óptica.

Entre las tareas asignadas se encuentran:

- Verificar las condiciones adecuadas del estado del plantel² donde se va a trabajar.
- Identificar una caja de distribución de fibra óptica en un poste o punto de acceso cercano y una caja secundaria desde donde se podrá derivar el cable hacia el punto de instalación.
- Confirmada la disponibilidad, debe tender el cable de fibra óptica desde la caja de distribución en poste hasta donde se instalará la red (por ejemplo, el domicilio del cliente).
- Tender el cable de fibra óptica desde la caja en el poste hasta el usuario (cliente o abonado).
- Armar los conectores terminales en el cable de fibra óptica.
- Configurar y/o instalar los terminales de comunicación, módems, amplificadores u otros.
- Testear las instalaciones y poner a punto los componentes o los equipos de comunicaciones.

¹ Las redes de fibra óptica permiten transmitir datos, voz e imágenes a gran velocidad usando la luz que viaja a través de fibras muy delgadas y transparentes, hechas de vidrio o plástico, reemplazando al cable de cobre.

² Estructura que sostiene y transporta cables (fibra óptica, cobre, coaxial y eléctrico).

BUENA PRÁCTICA GENERAL

Antes de comenzar las tareas, analizar el escenario de trabajo, en particular las condiciones climáticas, las herramientas, los Elementos de Protección Personal (EPP) y los colectivos (EPC) y sus posibles riesgos. Planificar la tarea a realizar, no apurarse y evitar distracciones.

TRABAJOS EN POSTES

Las tareas que se realizan en los postes utilizados para soportar las redes de telecomunicaciones implican trabajar en altura y en proximidad a otros servicios (como, por ejemplo, eléctricos), por lo que requieren procedimientos específicos de seguridad.

Para realizar las tareas de instalación, reparación y mantenimiento, el técnico debe ascender a postes/columnas a más de 2 metros de altura y con exposición a contactos eléctricos (directos e indirectos) siendo estos uno de los factores causales de los accidentes de trabajo (AT) de mayor gravedad. Debido a lo citado, se deberá previamente:

- Realizar una autoevaluación del lugar, a fin de identificar los peligros y riesgos existentes en el espacio de trabajo, para tomar las medidas de control necesarias.
- En los casos que lo amerite, se deberá informar al supervisor o al responsable para adecuar el medioambiente laboral a las condiciones óptimas, a efectos de prevenir accidentes laborales

IMPORTANTE

Utilizar los EPP como así también los dispositivos, herramientas y materiales dieléctricos adecuados para la tarea (por ejemplo, fibra óptica sin tensores metálicos, acometidas, cajas, etc.) proporcionados por el empleador de acuerdo a los seleccionados por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, con la participación del servicio de medicina del trabajo.

De acuerdo con los peligros identificados y la evaluación de riesgos, el/la técnico/a podrá diferenciar la siguiente tipificación de postes donde el material de estos puede ser madera, PFRV3, metálico u hormigón:

1. Poste estribado y sin interferencia estructuralmente confiable; se asciende por trepada.
2. Poste a medio estribar estructuralmente confiable; se asciende por escalera y se continúa por trepada.
3. Poste estructuralmente confiable con estribos e interferencias o sin estribos; se asciende con hidroelevador.
4. Poste que no sea estructuralmente confiable; no corresponde el ascenso por ningún método.

Buenas Prácticas

- Cuando en una instalación de FTTH o durante el cambio del cable por reparación o mantenimiento se deba trabajar a más de 2 metros de altura respecto del plano horizontal inferior más próximo, la tarea debe realizarse por dos personas como mínimo.
- Previo al ascenso al poste, constatar el estado de éste desde el nivel del suelo en toda su extensión.
- Verificar el buen estado de las herramientas, del arnés de seguridad y demás elementos de protección personal, como así también de la escalera a utilizar.
- Delimitar y/o señalar el área de trabajo utilizando vallas, conos y cintas demarcatorias.
- En los postes de madera hincar con un objeto punzante alrededor de la base del poste, a fin de observar que no penetre el objeto.
- Golpear los postes de madera con un objeto contundente (martillo o similar), a los efectos de escuchar el sonido de éste. Si el sonido es seco, el poste está bien; en caso de ser un sonido sordo o hueco, debemos interpretar que podría estar deteriorado en su interior (podrido).
- Mover enérgicamente el poste en forma perpendicular a la red y observar la resistencia de éste al movimiento. En caso de escuchar un característico crujido proveniente de la base, no ascender.
- En el caso de las columnas de hierro, verificar el estado de la base, donde el mismo tiene contacto con la tierra o cemento, en búsqueda de signos de corrosión e incluso faltantes.

SI EL POSTE ESTÁ EN MAL ESTADO, NO SUBA Y AVISE DE LA SITUACIÓN AL SUPERVISOR

Para evitar que otras personas accedan, utilizar cinta demarcatoria o implementar otra estrategia para que quede inutilizado.

- Verificar las interferencias que pudieran entorpecer el ascenso al poste (red eléctrica, árboles y/o ramas, marquesinas, entre otras). De acuerdo con esto, seleccionar el método de ascenso apropiado, según las tipologías de ascensos mencionadas anteriormente.

- Verificar la ausencia de tensión UTILIZANDO EL DETECTOR DE TENSIÓN en postes de madera y columnas de hierro, siempre usando los guantes dieléctricos, en todo punto que pueda ser conductivo
- En caso de verificar la presencia de cables de telecomunicaciones o acometidas con tensión que impliquen riesgos para propios y/o terceros, se evaluará la posibilidad del retiro de estos con los elementos homologados entregados por la empresa como, por ejemplo, una pértiga dieléctrica.

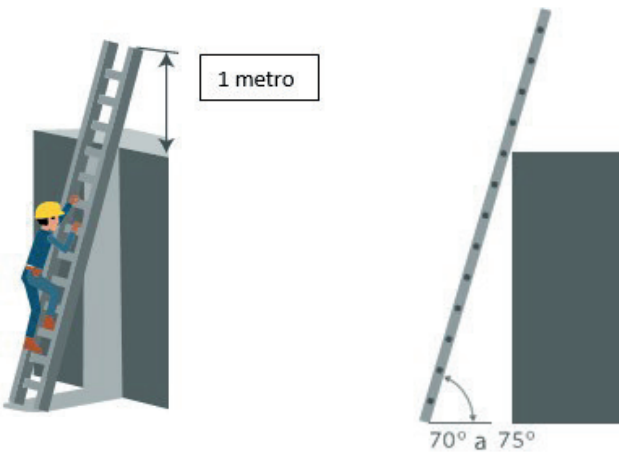


- Identificar la ubicación de las líneas de tensión. Verificar la distancia de seguridad (según lo indicado en el Decreto 351/79 - Anexo VI - Instalaciones Eléctricas, Capítulo 14 -1.1.5. Distancias de seguridad) entre el poste y líneas aéreas de baja y media tensión
- El ascenso o descenso de un poste debe efectuarse obligatoriamente con las manos libres.
- En caso de ser un poste denominado "de apoyo", realizar los chequeos precedentemente enunciados, extremando las medidas de seguridad. No se podrá efectuar el ascenso por trepada ni escalera, se deberá utilizar el hidroelevador y/u otro método de ascenso seguro.
- Antes de elegir una escalera portátil, considere elegir otras opciones que pueden ser más seguras, tales como hidroelevadores.

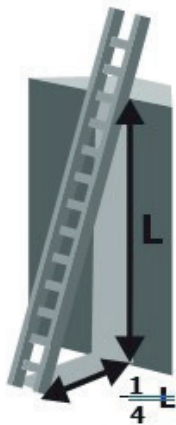
En el caso de utilizar escaleras portátiles, las **medidas preventivas** son las siguientes:

- Recuerde que la escalera es la herramienta para llegar a la zona de trabajo.
- Cuando coloque la escalera, verifique la existencia de cambios de elevación en la superficie, superficies blandas y otras condiciones que pueden perjudicar la estabilidad de la escalera.
- Las escaleras deben ser utilizadas solamente para el propósito para el que fueron diseñadas.
- Realice una inspección visual de la escalera antes de utilizarla, haciendo hincapié en que no haya piezas faltantes, dañadas o flojas.
- La inspección periódica de la escalera es fundamental y necesaria para garantizar la seguridad en el uso y una vida útil acorde al material, así como también para implementar el mantenimiento predictivo y correctivo cuando, por los efectos del mal uso o desgaste natural, requieren su revisión o mantenimiento.
- Las escaleras sin soporte propio deben tener un ángulo

de 75 grados entre la base de la escalera y la pared u otro apoyo. A menos que el fabricante lo indique de otra manera, párese a la base de la escalera con los dedos de sus pies tocando los largueros de la escalera.



Extienda sus brazos hacia el frente. Si las puntas de los dedos de sus manos apenas tocan el peldaño más cercano al nivel de sus hombros, el ángulo de su escalera tiene un radio de 4-a-1.



- Asegúrese de que las escaleras utilizadas para llegar a superficies superiores tengan largueros laterales que sobrepasen la superficie de apoyo superior, por lo menos un metro.
- En escaleras extensibles, verificar que los seguros de los peldaños y la cuerda de extensión funcionen correctamente.
- No sobre extender el tramo móvil de una escalera extensible, buscando mayor longitud.
- Al sujetar la escalera, mantener los tres puntos de apoyo y de sostén permanente: El escalador se coloca de cara al centro de la escalera y mantiene dos manos y un pie, o una mano y dos pies, sobre la escalera en todo momento. Esto proporciona una postura segura en caso de que una extremidad pierda el contacto con la escalera.
- Para subir o bajar la escalera, se recomienda seguir la técnica de los tres puntos.
- Suba y baje la escalera de frente.

- Nunca se salte ningún peldaño cuando suba o baje una escalera.
- Suba y baje despacio y concéntrese en pisar cada peldaño.
- Termine de bajar la escalera completamente, no salte de ella.
- Nunca trate de extender o acortar una escalera mientras se encuentra en ésta.
- Centre su cuerpo entre los largueros y mantenga su cadera recta en relación con los peldaños.
- Nunca se sobre extienda.
- Verificar que los peldaños de escaleras tengan material antideslizante.
- No sobrepasar la capacidad de carga de la escalera, indicada por el fabricante.
- Arristrar³ la escalera con una soga y/o cinto resistente antes de subir al poste o columna. Allí, donde se dificulte arristrar, evaluar la colocación de sogas mediante un "trenzado", no excluyendo la adopción de otras opciones.
- En caso de trenzado, la escalera ya se encontrará atada. Asimismo, en el sentido de la línea, otorga mayor seguridad.
- Subir a la escalera sólo cuando esté abierta, ya que de lo contrario podría deslizarse.
- Para trabajos en postes o superficies irregulares, es necesario utilizar las escaleras con apoyo de seguridad. El anclaje de la parte superior en un punto fijo debe realizarse entre dos personas. Una persona ascenderá y efectuará el trabajo de fijación sobre la escalera y otra permanecerá a nivel del suelo sujetando la escalera con ambas manos, trabando con un pie en la base de ésta para evitar su desplazamiento.
- Nunca se pare más arriba del peldaño o nivel establecido por el fabricante. Generalmente esto significa que los tres últimos peldaños están fuera de límites.
- Cuando las escaleras se apoyen en postes se emplearán abrazaderas de sujeción.
- Las escaleras para realizar trabajos con riesgo eléctrico deben ser de material no conductor. Por ejemplo, de PRFV (Plástico Reforzado de Fibra de Vidrio).
- Antes de usar una escalera de extensión, verifique que ambas cerraduras de seguridad usadas para armar la escalera estén completamente enganchadas con el peldaño.



³ Técnica para reforzar y estabilizar la estructura para un ascenso y descenso seguro del trabajador.

HIDROELEVADOR

El hidroelevador es un equipo hidráulico diseñado para elevar personas y herramientas a diferentes alturas mediante un sistema de brazo articulado o telescópico, que termina en una barquilla (también llamada cesta o plataforma). La barquilla es el compartimiento donde se ubica la persona trabajadora para realizar trabajos en altura, como mantenimiento, instalación o reparación. Las tareas que se realicen con hidroelevador deberán realizarse en cuadrilla⁴.

Buenas Prácticas

- Realizar una lista de chequeo de mantenimiento preventivo y correctivo del camión hidroelevador, especialmente en el aspecto hidráulico.
- Realizar un chequeo ocular previo a utilizar el hidroelevador.
- Verificar el buen funcionamiento de los comandos del hidroelevador.
- Señalizar y delimitar las zonas de trabajo.
- Desplegar los estabilizadores en superficies acordes y que brinden estabilidad al equipo.
- Verificar que no exista escapes de fluido hidráulico.
- Antes de comenzar con el izaje del brazo del hidroelevador, anclar el mismo correctamente equilibrado al suelo.
- Tanto la persona que opera en la barquilla del hidroelevador como quien se encuentra en cota cero deben de utilizar los EPP.
- El colaborador que opere en la barquilla, además de utilizar los EPP habituales, deberá utilizar el arnés y estar correctamente anclado desde la anilla dorsal al punto fijo del hidroelevador.
- El personal de apoyo deberá permanecer alejado de la zona de trabajo, previendo una eventual caída de objetos.
- El material y las herramientas no deben lanzarse nunca, deben colocarse en bolsas porta herramientas e izarse o bajarse por medio de una soga auxiliar a la cual se atan cuidadosamente.
- Si las características del suelo lo requieren, se deberán utilizar planchetas para ampliar la zona de apoyo.



⁴ Cuadrilla: Siempre dos personas, de mínima: operador habilitado por el empleador y el técnico que realiza la operación

- Se deberá certificar la aptitud del buen estado del equipo a través de profesionales con incumbencia en el tema.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Verificar el buen estado de conservación de las herramientas y de los EPP antes de comenzar la jornada.
- De ser necesario, solicitar su reemplazo.
- Verificar el buen estado de los EPP y EPC. En caso de observar la falta de estos o alguna deficiencia en ellos, solicitar al supervisor/a su provisión o reemplazo.
- Planificar el trabajo diario y organizarse en forma tal que permita emprender la vuelta con luz de día.
- Ante la presencia de malestar y/o cansancio, dar aviso al supervisor/a.
- No automedicarse. Ante cualquier prescripción médica, informar al profesional médico su actividad laboral, dado que hay medicamentos que pueden alterar las funciones básicas para el trabajo.
- Evitar distracciones que puedan generarse al momento de realizar la tarea.

CAPACITACIÓN

- Capacitar al instalador/a de FTTH en materia de higiene y seguridad, en prevención de enfermedades profesionales y de accidentes de trabajo, de acuerdo con las características y riesgos propios, generales y específicos de las tareas que desarrolla, como en trabajos en vía pública y domicilios, trabajos en altura, actuación en la emergencia y riesgo eléctrico (entre otros).
- El empleador debe capacitar a las personas trabajadoras en el correcto uso y conservación de los EPP. En caso de rotura o desperfecto, se deberá informar al supervisor para su reposición.
- Capacitar por medio de cursos -presenciales, virtuales o e-learning (sincrónico o asincrónico)-, seminarios, clases, charlas informativas, incluyendo material gráfico, audiovisual y carteles indicadores acerca de la prevención y las medidas de seguridad.
- Capacitar a los distintos niveles -superior, intermedio y operativo- en materia de higiene y seguridad y medicina del trabajo.
- Planificar en forma anual programas de capacitación. Estos programas deberán desarrollarse juntamente con los Servicios de Medicina, Higiene y Seguridad en el Trabajo. Es una buena práctica que los temas de estos programas se desarrollen juntamente con los representantes de los trabajadores. En caso de que exista un Comité Mixto, incluir este tema.
- Entregar por escrito o de forma virtual al personal las medidas preventivas en virtud de evitar enfermedades profesionales y accidentes de trabajo.
- Cómo mínimo capacitar a las personas trabajadoras en trabajos en altura, uso de escaleras, riesgo eléctrico y cursos complementarios respecto de primeros auxilios, RCP, protección frente a peligros de exposición al sol,

detección temprana de síntomas, consecuencias, medidas preventivas y protección frente a los trabajos que se realizan a la intemperie, entre otros.

- Brindar capacitación sobre reconocimiento de ofidios, arácnidos y otras alimañas que puedan afectar la salud de las personas.
- Capacitar en la detección temprana de los peligros de exposición al sol.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP) Y ROPA DE TRABAJO

Recuerde que los EPP son la última barrera de protección. Los EPP deben ser provistos por el empleador y entregados de conformidad a la Resolución SRT 299/11.

Utilizar los EPP adecuados a cada tarea, según determinación del Servicio de Higiene y Seguridad, con la participación del Servicio de Medicina del Trabajo en lo que se refiere al área de su competencia.

Todos los EPP deben estar certificados por los organismos competentes.

Los EPP deberán ser proporcionados a los trabajadores y utilizados por éstos, mientras se agotan todas las instancias científicas y técnicas tendientes a la aislación o eliminación de los riesgos.

Como mínimo la persona trabajadora deberá contar con los siguientes EPP:

- **Calzado de seguridad** con las siguientes características: con puntera, rigidez dieléctrica de la planta exterior, resistencia al deslizamiento, aislamiento al calor o al frío del piso.
- **Casco:** tipo 1 clase B con mentonera.
- **Protección ocular:** lentes de seguridad con protección ultravioleta (UVA-UVB), en lo posible envolventes o con protección lateral.
- **Gautes:** dieléctricos y aquellos tejidos con baño de nitrilo.
- Conjunto de **arnés de seguridad** (lazo de ascenso con amortiguador, dispositivo antitrauma, cabo de vida con amortiguador y correa de posicionamiento) o bien línea de vida vertical enganchada a la escalera con el salvacaídas -T4 inercial-.
- **Ropa de trabajo** con tiras reflectantes o chalecos reflectivos específicos para la tarea.

RIESGOS GENERALES A TODO EL PROCESO DE TRABAJO

RIESGOS FÍSICOS DEL AMBIENTE DE TRABAJO: temperatura, radiación ultravioleta (UVA-UVB) y factores climáticos.

De acuerdo con las diferencias de temperatura a la que se encuentran expuestas las personas trabajadoras, dependiendo las zonas del país donde realizan las tareas de instalación de FTTH, fueron consideradas las siguientes recomendaciones.

Temperatura

Es uno de los riesgos ambientales, que a lo largo de todo el año se debe tratar debido a la gran amplitud térmica y climática que representa nuestro territorio nacional, según la región geográfica donde se encuentren desarrollando sus tareas. Recordemos que la mayoría del tiempo las personas trabajadoras están a la intemperie, debiendo adoptar medidas para garantizar un ambiente laboral saludable.

Calor

- Algunos síntomas de trastornos relacionados con el calor son fatiga, náuseas, vértigo y mareos, y siempre que aparezcan se deberá reconsiderar un nuevo análisis y medidas preventivas por los servicios de Higiene y Seguridad, y Medicina del Trabajo.
- Organizar las tareas de tal manera de minimizar la exposición a umbrales de altas temperaturas.
- Fomentar beber pequeños volúmenes (aproximadamente un vaso) de agua fresca, cada 20 minutos.
- Permitir la autolimitación de las exposiciones y fomentar la observación, con la participación de las personas trabajadoras, de la detección de los signos y síntomas de la tensión térmica en los demás.
- Aconsejar y controlar en el cuidado de su salud a aquellas personas trabajadoras expuestas al calor que estén bajo medicación que pueda afectar a la normalidad cardiovascular, a la tensión sanguínea, a la regulación de la temperatura corporal, a las funciones renal o de las glándulas sudoríparas, y a aquellos individuos que abusen o estén recuperándose del abuso del alcohol o de otras intoxicaciones.
- Fomentar estilos de vida sana, peso corporal ideal y el equilibrio de los electrolitos.
- Considerar los controles administrativos que den tiempos de exposición aceptables, permitir la recuperación suficiente y limitar la tensión fisiológica.
- No desatender NUNCA los signos o síntomas de las alteraciones relacionadas con el calor y el frío.

Radiación natural ultravioleta (UVA-UVB)

- Organizar las tareas de tal manera de minimizar la exposición, según la zona geográfica (sobre todo en primavera y verano).
- Minimizar el tiempo de exposición directa a rayos solares. En caso de no ser posible, sombrear la zona de trabajo.
- Utilizar protector solar con filtro UV de nivel de protección alto, FPS 15 o mayor, según el tipo y la carga de trabajo. Deben ser fáciles de aplicar y resistentes al sudor, y no deben irritar los ojos y la piel.
- Utilizar lentes de seguridad con protección ultravioleta (UVA-UBA) en lo posible, envolventes o con protección lateral.
- Se recomienda que los trabajadores que realicen sus tareas al aire libre protejan sus cabezas, cuellos y cara, utilizando la ropa de trabajo adecuada.

- En el caso de exposición a este agente de riesgo, incluir en la Nómina de Trabajadores Expuestos (NTE) el Código ESOP 90004 a fin de informar a la ART aquellas personas trabajadoras expuestas a RUV para la realización de los exámenes médicos periódicos, según Resolución SRT 37/10.
- Cumplir con el Sistema de Vigilancia y Control de Sustancias y agentes Cancerígenos (SVCC) para aquellos procesos de trabajo donde se genere la exposición ultravioleta.

Factores climáticos

En días de lluvia o con tormenta eléctrica, no se permitirá realizar las tareas asignadas a la intemperie. En caso de que comience a llover durante la realización de las mismas, suspender la tarea y dar aviso al supervisor. Para reanudar las tareas, evaluar exhaustivamente las nuevas condiciones de seguridad para continuar con las tareas pendientes. NO REINICIAR LAS TAREAS SOBRE SUPERFICIES MOJADAS.

RIESGOS DE ACCIDENTES

Caídas a nivel, torceduras, picaduras/mordeduras, golpes, atropellamiento, agresiones de terceros, electricidad

Buenas Prácticas

Caídas a nivel y torceduras

- Verificar la trayectoria al circular por terreno desconocido y despasejo, previo a iniciar la tarea.
- Evitar transportar cargas que obstaculicen el campo visual.
- No correr, ni apresurarse.
- Prestar atención y observar cuidadosamente las condiciones de seguridad de la superficie de apoyo.
- Mantener la zona de trabajo ordenada, limpia, sin obstáculos y correctamente señalizada. Evitar colocar materiales u otros elementos en la zona de circulación.

Picaduras/mordeduras

- Evitar el contacto con animales.
- Evitar correr ante la presencia de perros.
- Evitar transitar por zona de pastizales.
- Utilizar repelente para insectos.
- Se recomienda tener a mano la información de Centros de Emergencia cercanos a la zona de trabajo, a fin de acudir en caso de picaduras o mordeduras.
- En zonas de riesgo contar con un plan de emergencia, botiquín de primeros auxilios y personal entrenado para asistir al trabajador, hasta que pueda ser llevado a un centro médico especializado.
- Realizar campañas de promoción de salud, como, por ejemplo, el de vacunas según calendario oficial, entre otros.

Cortes y golpes

- Prestar especial atención en la utilización de elementos cortopunzantes.
- Verificar el estado de conservación de las herramientas. De ser necesario, solicitar su reemplazo.
- Utilizar guantes y casco específicos para la tarea (ver apartado de EPP).
- Se recomienda el uso de cascos dieléctricos, ya que previene contactos involuntarios con las líneas que pueden llegar a estar energizadas.
- Utilizar siempre el casco, ya que el mismo previene lesiones por caídas de objetos, golpes contra objetos y por objetos.
- El casco debe utilizarse bien ajustado y/o con mentonera para el trabajo en altura para evitar la caída del EPP.

Atropellamiento

- Señalizar la detención del vehículo en la vía pública con balizas dobles o conos viales para tránsito. En la legislación vigente se indica que "en zonas urbanas, se instalarán a una distancia máxima uno de otro de 3,00 metros, mientras que en zonas rurales no podrá exceder la distancia de 5,00 metros."
- Los conos tendrán las medidas mínimas siguientes: para lugares con velocidades de circulación de hasta 60 Km/h: 0,50 m de alto / para lugares con velocidades de circulación mayores que 60 Km/h: 0,90 m de alto.
- Según la zona geográfica donde desempeñen sus tareas, será la distancia para instalar la señalización transitoria para que los demás conductores adviertan la misma.
- Descender las herramientas de trabajo, siempre del lado de la vereda.
- Usar ropa de trabajo con tiras reflectantes, seleccionadas por el responsable del Servicio de Higiene y Seguridad.
- Antes de bajar del vehículo siempre mirar para ambos lados.

Agresiones de terceros

- En zonas consideradas peligrosas solicitar asistencia de personal de seguridad.
- Dar aviso en forma inmediata a los servicios de seguridad de la zona e informar al supervisor de la situación.
- Evitar enfrentamientos. Ante cualquier presunción de peligro, evitar el conflicto y retirarse del lugar.
- En caso de robo, se sugiere conservar la calma y no oponer resistencia.
- Evitar contacto con toda persona ajena a la empresa.
- Evitar confrontar con agresores manteniendo la calma en todo momento.

Electricidad

- Utilizar todos los elementos de protección que requiere

la tarea (herramientas con aislación eléctrica, calzado de seguridad dieléctrico, escaleras dieléctricas, guantes y casco dieléctrico).

- Verificar el estado de las aislaciones de mangos de pinzas, alicates, destornilladores, entre otros. Las partes faltantes o defectuosas no deben cubrirse con cinta. En caso de partes defectuosas, solicitar el reemplazo de la herramienta.
- Las herramientas con aislación que se utilizarán deben estar certificadas y homologadas para los niveles de tensión con los que se trabaje.
- Verificar dónde están las líneas o acometidas domiciliarias con energía eléctrica, cuando se trabaje en escalera, poste o en la barquilla de un hidroelevador, con características dieléctricas.
- Cuando trabaje cerca de líneas de media tensión o líneas eléctricas de baja tensión de tipo convencional, utilice todos los EPP requeridos a tal efecto y fundamentalmente respete la distancia mínima de seguridad de 0,80 metros (según Decreto 351/1979 Anexo VI, Capítulo 14, Punto 1.1.5 "Distancias de Seguridad"). La distancia mínima de seguridad es el espacio libre existente entre cualquier punto con tensión y la parte más próxima al cuerpo del operador o de herramientas no aisladas.
- El técnico deberá evaluar los tendidos eléctricos y sus posibles contactos o cercanías al plantel telefónico, respetando la distancia mínima de seguridad para prevenir descargas disruptivas.
- Para prevenir descargas disruptivas en trabajos efectuados en la proximidad de partes no aisladas de instalaciones eléctricas en servicio, las separaciones mínimas, medidas entre cualquier punto de tensión y la parte más próxima del cuerpo del operario o de las herramientas no aisladas por él utilizadas en la situación más desfavorable que pudiera producirse, serán las siguientes:

Nivel de tensión	Distancia mínima
0 a 50 V	ninguna
más de 50 V hasta 1 kV	0,80 m (1)
más de 1 kV hasta 33 kV	0,80 m (1)
más de 33 kV hasta 66 kV	0,90 m (2)
más de 66 kV hasta 132 kV	1,50 m (2)
más de 132 kV hasta 150 kV	1,65 m (2)
más de 150 kV hasta 220 kV	2,10 m (2)
más de 220 kV hasta 330 kV	2,90 m (2)
más de 330 kV hasta 500 kV	3,60 m (2)

(1) Estas distancias pueden reducirse a 0,60 m por colocación sobre los objetos con tensión de pantallas aislantes de adecuado nivel de aislación y cuando no existan rejillas metálicas conectadas a tierra que se interpongan entre el elemento con tensión y los operarios.

(2) Para trabajos a distancia, no se tendrá en cuenta para trabajos a potencial.

NO SOBREPASAR NINGÚN TIPO DE HERRAMIENTA O ELEMENTO METÁLICO SIN AISLACIÓN POR ENCIMA DE SU CABEZA.



RIESGO DE EXIGENCIA BIOMECÁNICA Buenas Prácticas

- Implementar un Programa Integral de Ergonomía.
- El Servicio de Medicina del Trabajo de la empresa debe vigilar y evaluar los datos médicos y de salud, provenientes de los estudios que él mismo determine y aquellos que se deriven de los exámenes periódicos anuales (al personal expuesto), realizados por las aseguradoras de riesgos del trabajo (ART). En los casos que corresponda, declarar exposición a agentes de riesgo.
- Realizar las medidas de control adecuadas y adaptar el puesto de trabajo a la persona trabajadora, evitando así el desarrollo de enfermedades laborales.
- Incluir en la nómina de trabajadores expuestos (NTE) el código ESOP (*) correspondiente (Resolución SRT 81/19 - Anexo III), para que a los trabajadores expuestos a riesgos ergonómicos se les realicen los exámenes médicos periódicos, según resolución SRT 37/10.

(*) Códigos ESOP

ESOP	AGENTE DE RIESGO
80004	posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo I (extremidad superior)
80005	posiciones forzadas y gestos repetitivos en el trabajo II (extremidad inferior)
80011	carga, posiciones forzadas y gestos repetitivos de la columna vertebral lumbosacra

BUENA PRÁCTICA GENERAL

Ante cualquier situación de riesgo que exceda la capacidad de análisis del instalador/a ejecutante, suspender la tarea, informar y consensuar las acciones a realizar con el supervisor/a o responsable.

NORMATIVA DE APLICACIÓN y MATERIAL DE INTERÉS (vigente a la fecha de publicación)

- **Ley 19.587** - Higiene y Seguridad en el Trabajo.
- **Decreto 351/79** - Reglamentación Ley 19.587.
- **Decreto 1.338/96** - Servicios de Medicina y de Higiene y Seguridad en el Trabajo.
- **Resolución MTEySS 295/03** - Especificaciones técnicas sobre ergonomía y levantamiento manual de cargas y sobre radiaciones. Modificación del Decreto 351/79.
- **Resolución SRT 37/10** - Exámenes médicos en salud del sistema de riesgos del trabajo.
- **Resolución SRT 299/11** - Adóptense las reglamentaciones que procuren la provisión de elementos de protección personal confiables a los trabajadores.

- **Resolución SRT 886/15** - Protocolo de Ergonomía.
- **Resolución SRT 3.345/15** - Ergonomía, límite para traslado, empuje y tracción de objetos.
- **Resolución SRT 81/19** - Sistema de Vigilancia y Control de Sustancias y Agentes Cancerígenos.
- **Resolución SRT 61/23** - Medidas de Seguridad en Altura.
- **Documento "Escaleras portátiles: Como usarlas sin caer"**, una publicación producida por la sección de Normas y Recursos Técnicos de Oregon OSHA. <https://osha.oregon.gov/OSHAPubs/3083s.pdf>

IMPORTANTE

La ficha técnica de prevención SRT es de tipo orientativo y de carácter no obligatorio. Para mayor información, consultar normativas y documentación oficial de organismos nacionales e internacionales.



Superintendencia de Riesgos del Trabajo



personal

FOETRA
sindicatodelastelecomunicaciones



UART
Unión de Aseguradoras
de Riesgos del Trabajo

Ficha Técnica

INSTALACIÓN DE FIBRA ÓPTICA (FTTH: FIBRA AL HOGAR) TRABAJO EN POSTES HASTA LÍNEA MUNICIPAL

www.argentina.gob.ar/srt

Redes Sociales: SRTArgentina

Sarmiento 1962 | Ciudad Autónoma de Buenos Aires