



IRSST

Instituto Regional
de Seguridad y Salud
en el Trabajo

PREVENCIÓN DE RIESGOS
LABORALES EN JÓVENES
CURSO 2025/2026

ENCUENTROS INESPERADOS

BASADO EN
HECHOS REALES



Comunidad
de Madrid

CONSEJERÍA DE ECONOMÍA, HACIENDA Y EMPLEO

Consejera de Economía, Hacienda y Empleo:
Rocío Albert López-Ibor.

Directora general de Trabajo y gerente del Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo:
Silvia Marina Parra Rudilla.

Elaboración:

Dirección:

Silvia Marina Parra Rudilla, directora general de Trabajo y gerente del Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Autoría:

Unidad Técnica de Formación y Sensibilización - IRSST.

Teresa Moreno Carmona.

Pedro Valentín Quintana González.

Carmen Elosegui Usandizaga.

Edita:

Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid

Tel.: 900 713 123

irsst.publicaciones@madrid.org

www.comunidad.madrid

Soporte de maquetación en línea PDF:

© Comunidad de Madrid, 2025

1ª Edición: diciembre 2025

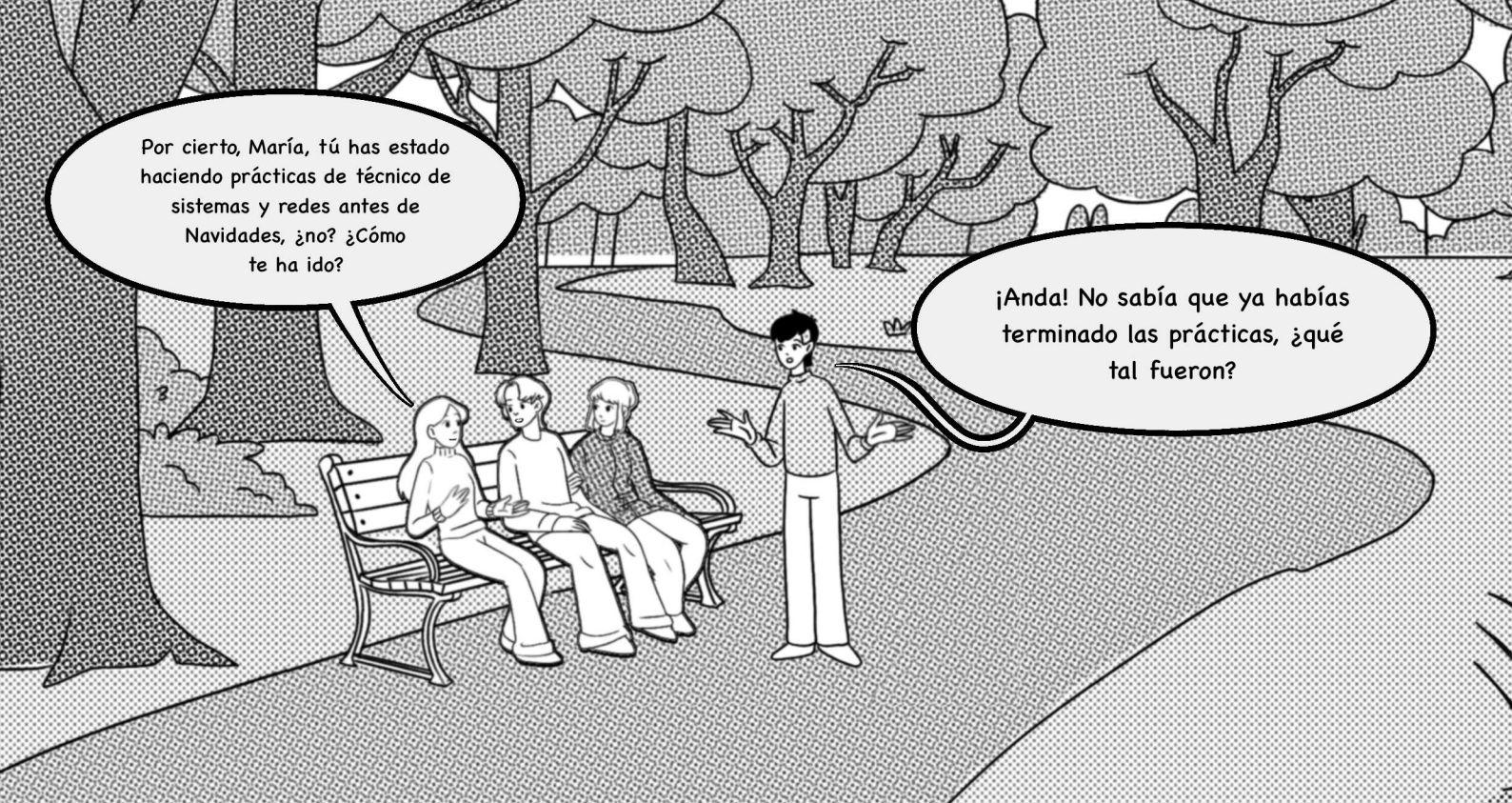
Publicación en línea en formato PDF



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la Comunidad de Madrid y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.

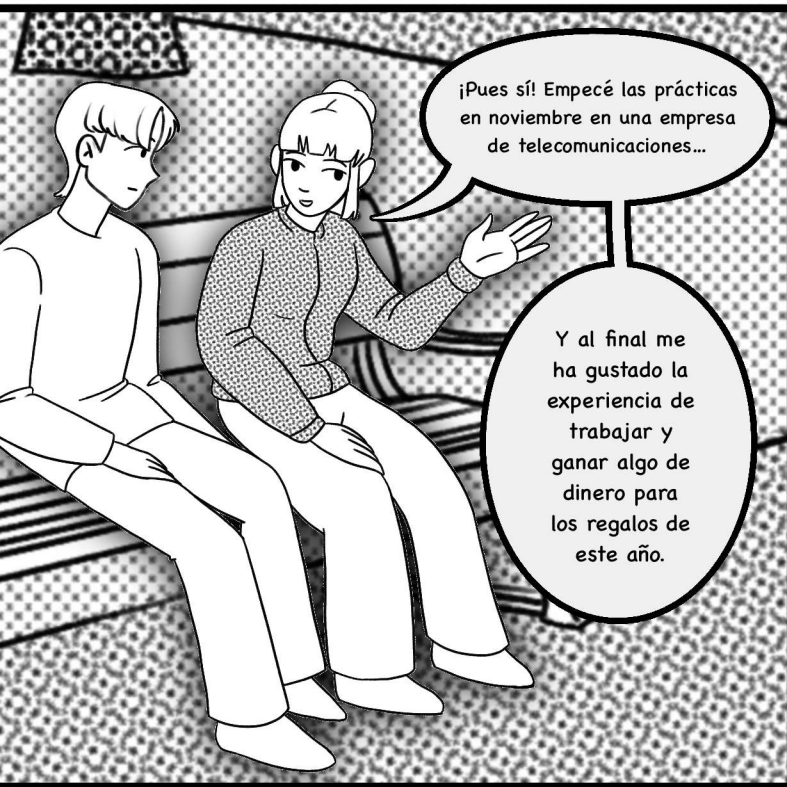


comunidad.madrid/publicamadrid




Por cierto, María, tú has estado haciendo prácticas de técnico de sistemas y redes antes de Navidades, ¿no? ¿Cómo te ha ido?

¡Anda! No sabía que ya habías terminado las prácticas, ¿qué tal fueron?

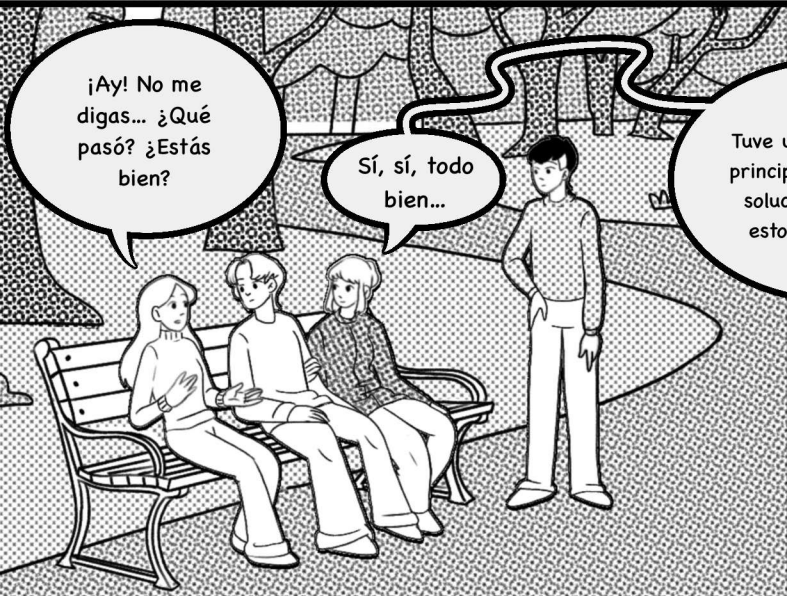


¡Pues sí! Empecé las prácticas en noviembre en una empresa de telecomunicaciones...

Y al final me ha gustado la experiencia de trabajar y ganar algo de dinero para los regalos de este año.




Aunque... lo cierto es que tuve un comienzo algo accidentado...



¡Ay! No me digas... ¿Qué pasó? ¿Estás bien?

Sí, sí, todo bien...

Tuve un buen susto al principio, pero todo se solucionó bien y ya estoy como nueva.



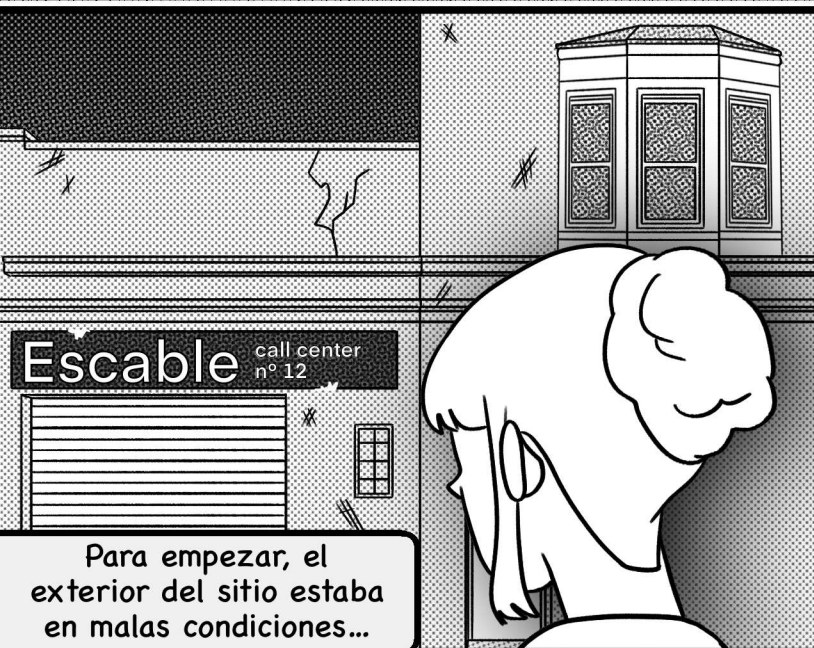
¡Vaya suerte! Cuéntanos, María, ¿cómo fue todo?

Pues veréis...



Bueno, pues aquí estamos.

Todo empezó cuando llegué mi primer día. La empresa estaba saturada con incidencias y preparándose para la campaña de Navidad, así que me enviaron directamente con un compañero a reparar la fibra óptica de uno de los centros de atención al cliente sin darme ninguna formación.

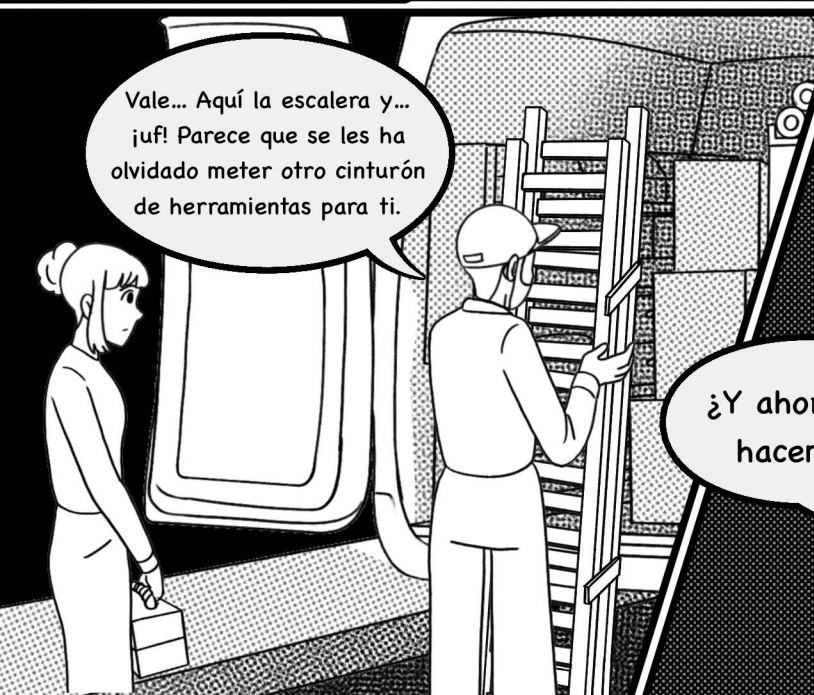


Para empezar, el exterior del sitio estaba en malas condiciones...



Pues venga, a trabajar. Ayúdame a sacar las cosas de la furgó.

Me han dicho que dentro está todo lo que necesitamos.



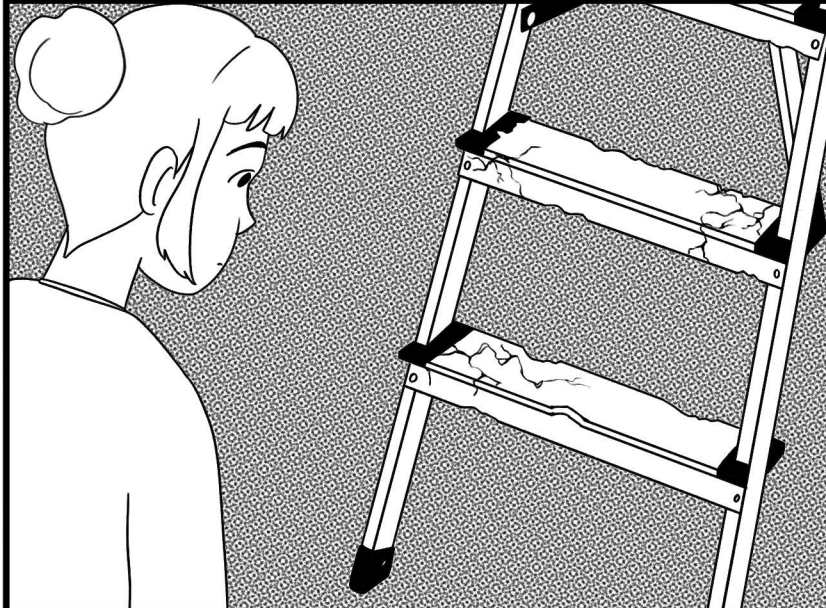
Vale... Aquí la escalera y... ¡uf! Parece que se les ha olvidado meter otro cinturón de herramientas para ti.

¿Y ahora qué hacemos?



Pues ni idea, no me han explicado qué problema tienen aquí, ahora veremos qué encontramos.

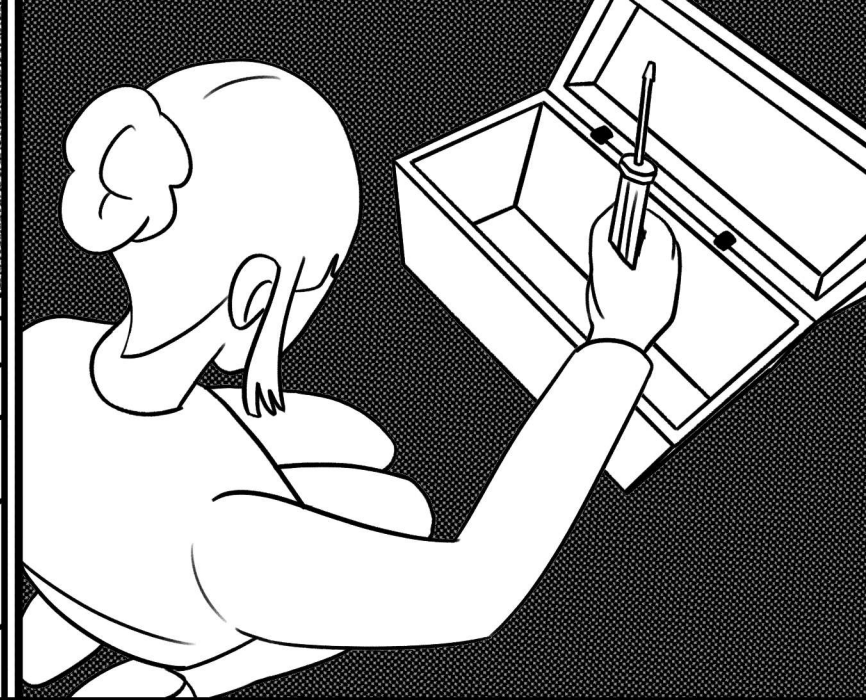
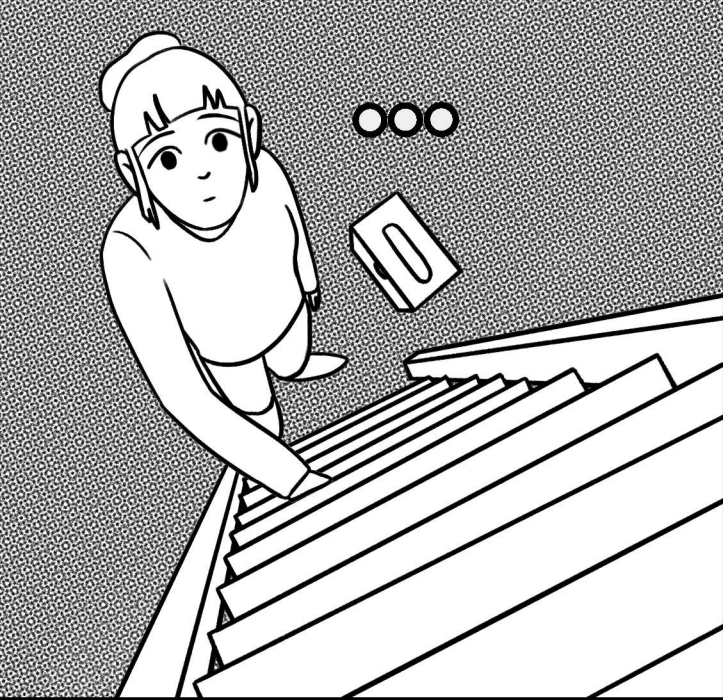
Así que nos preparamos y llevamos la escalera junto a la fachada y los cuadros de luz. Sin embargo, el terreno estaba inclinado y fue difícil colocar la escalera de manera estable...



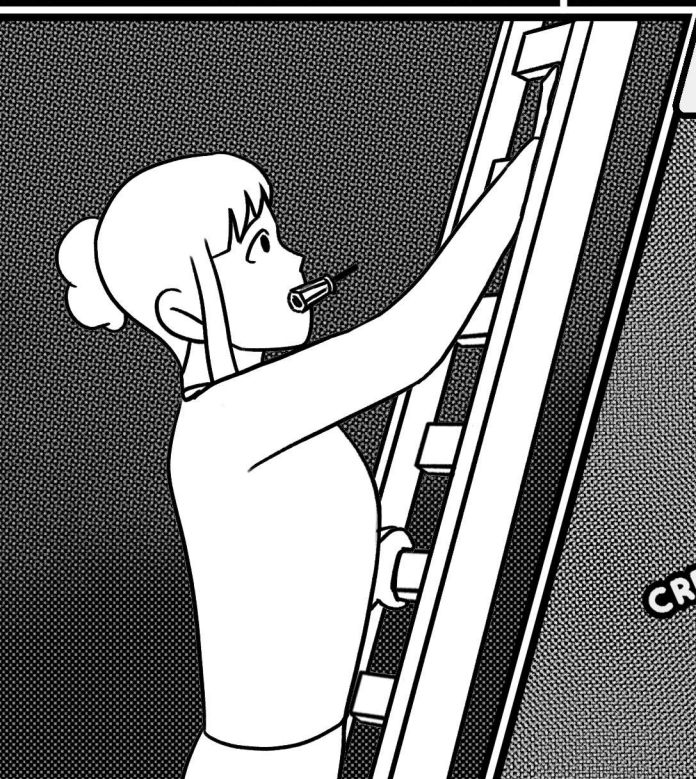
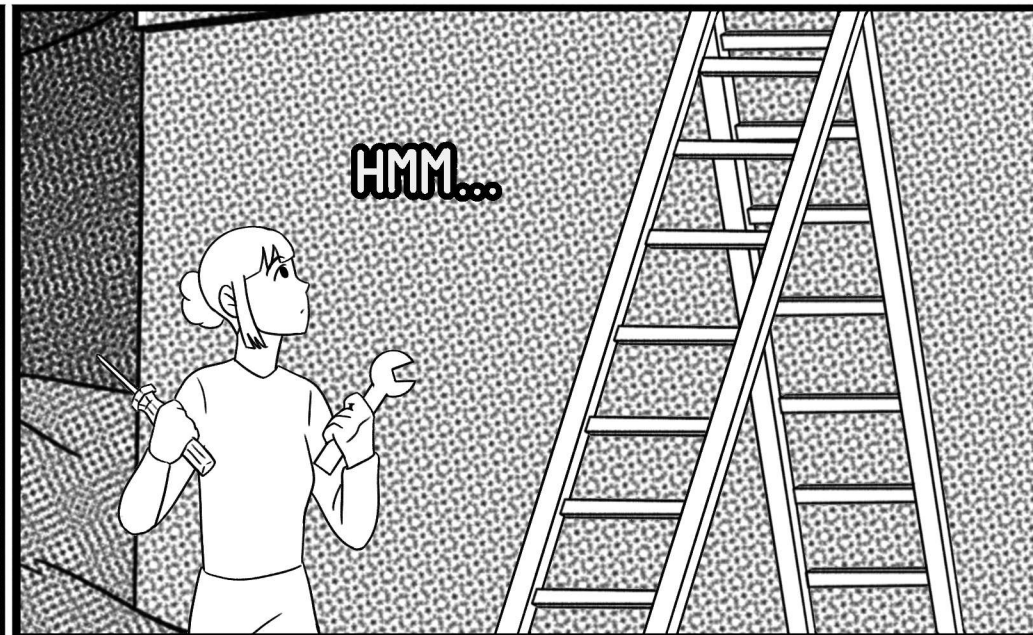
Por si fuera poco, la escalera no llegaba a los cuadros y estaba en muy malas condiciones, pero como no teníamos otra cosa, nos tuvimos que apañar y mientras yo terminaba de preparar las cosas mi compañero fue a hablar con los responsables del sitio para saber qué problemas teníamos que solucionar.



Eres mayor de edad, ¿cierto? A ver si puedes ir abriendo el cuadro desde la escalera mientras voy dentro a preguntar.

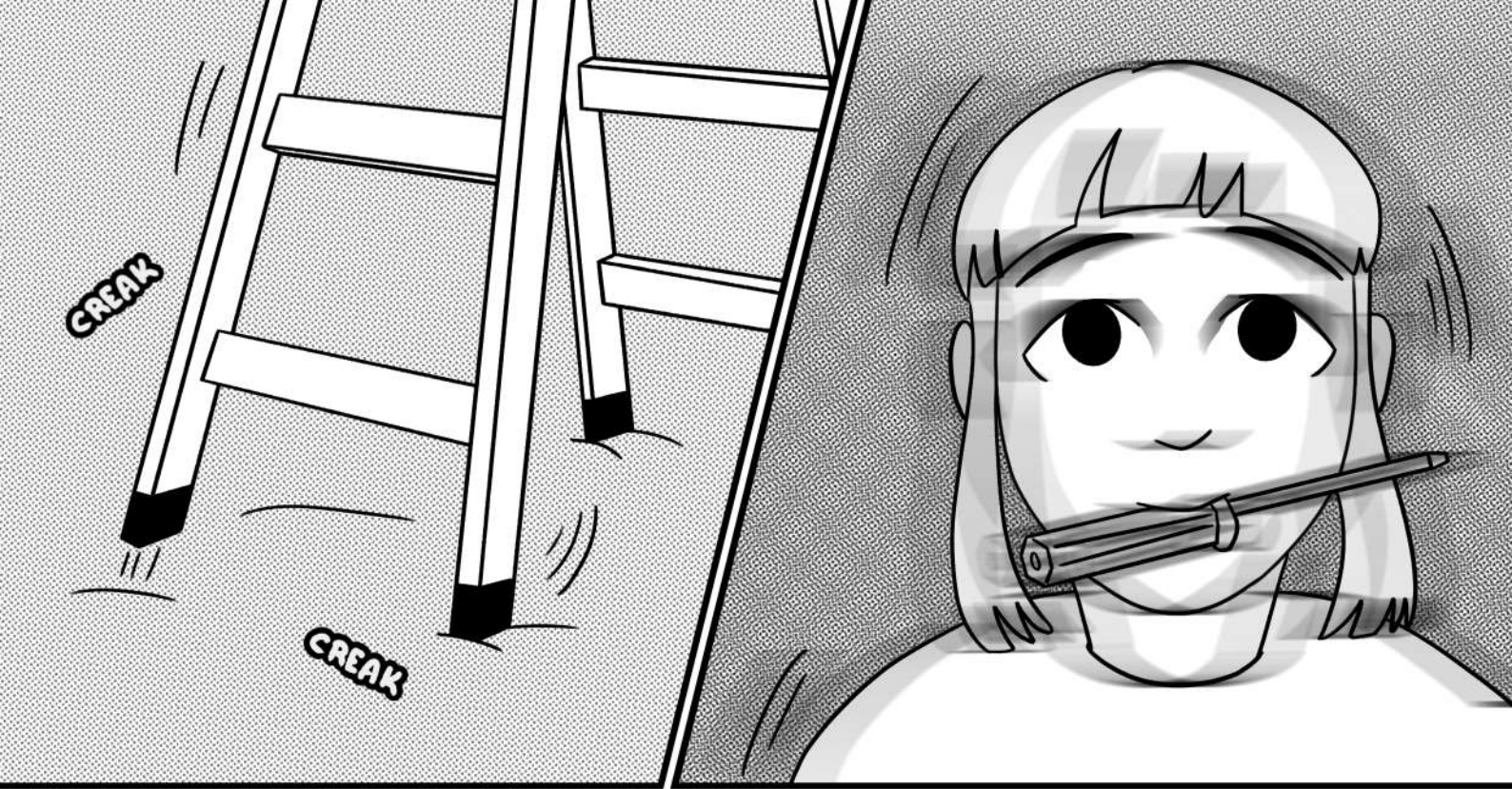


Y así, me preparé para ir abriendo el cuadro de cableado con las herramientas pero sin cinturón ni lugar donde guardarlas mientras subía...



Acabé teniendo que llevarlas en la boca...





Al subirme, la escalera no paraba de tambalearse y al final...





Tras el golpe, mi compañero me llevó enseguida al hospital y la mutua de la empresa me dio la baja.



Cuando fui a llevar la ficha de baja a la empresa, nuestro jefe habló conmigo para disculparse por la falta de control y desearme una pronta recuperación. Me aseguró que se encargaría de mejorar la organización de la empresa y tomarían medidas.

Estuve un par de semanas de baja y, al volver...

¡Hola, María! ¿Cómo va ese brazo? ¿Estás mejor?

¡Hola! Sí, ya estoy bien.

¡Me alegro! Ven, el jefe quiere verte.

¡María! Me alegra verte bien. Ven, te cuento cambios que hemos implementado y comenzamos con tu formación.

El jefe me llamó a su despacho y me explicó las medidas que habían tomado para garantizar la seguridad de los trabajadores, empezando por la formación inicial.

Hemos tenido problemas para gestionar tu formación con el caos de las primeras heladas y lluvias, pero ahora ya está todo organizado y te quería comentar los cambios que llevaremos a cabo...

Para empezar, hemos añadido y cambiado algunos materiales por seguridad...

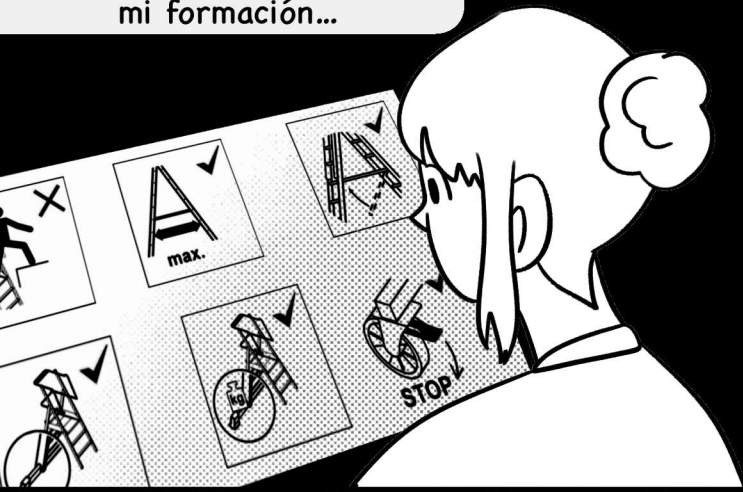
Por ejemplo, hemos cambiado las escaleras viejas por unas nuevas que cumplen con la normativa UNE-EN131...

También nos hemos asegurado de meter cinturones de herramientas y equipo extra para todos los trabajadores...

Y además, ofreceremos formación de seguridad a todos los empleados.

Me explicó todo muy detalladamente y me dio folletos con imágenes con todas las recomendaciones de seguridad...

Y una vez terminé
mi formación...



Bueno María,
¿preparada para
volver al trabajo?



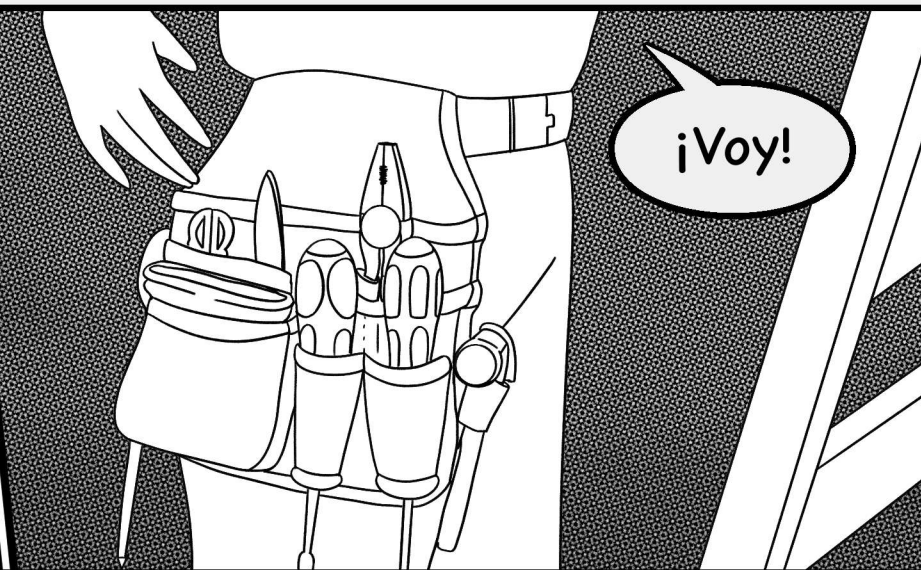
¡Sí!

Volvimos a trabajar sin problema justo para solucionar las incidencias
antes de Navidad y pasar las fiestas en casa.

Pásame el
destornillador.



¡Voy!



Todo fue bien desde entonces. Terminé las prácticas y la empresa prometió seguir en
contacto para contratarme cuando terminara mi formación profesional.

Y eso fue todo, al final
quedó en un susto y me ha
gustado trabajar allí.



¡Vaya! Menos
mal que no fue
una mala caída.
Dentro de lo
malo, tuviste
suerte.



Así es. Por fortuna no me hice más daño...



Además, la empresa se puso las pilas enseguida para que no vuelva a pasar.




Pues sí, menuda suerte...

Me alegro de que todo se solucionara con tanta rapidez...

Y espero que todo vaya bien y te contraten, te lo mereces por tu esfuerzo.




Gracias, Raul... ¡Eso espero!



Esó sí, espero que cuando vuelvas a trabajar tengas cuidado, ¡Que te queremos de una pieza!

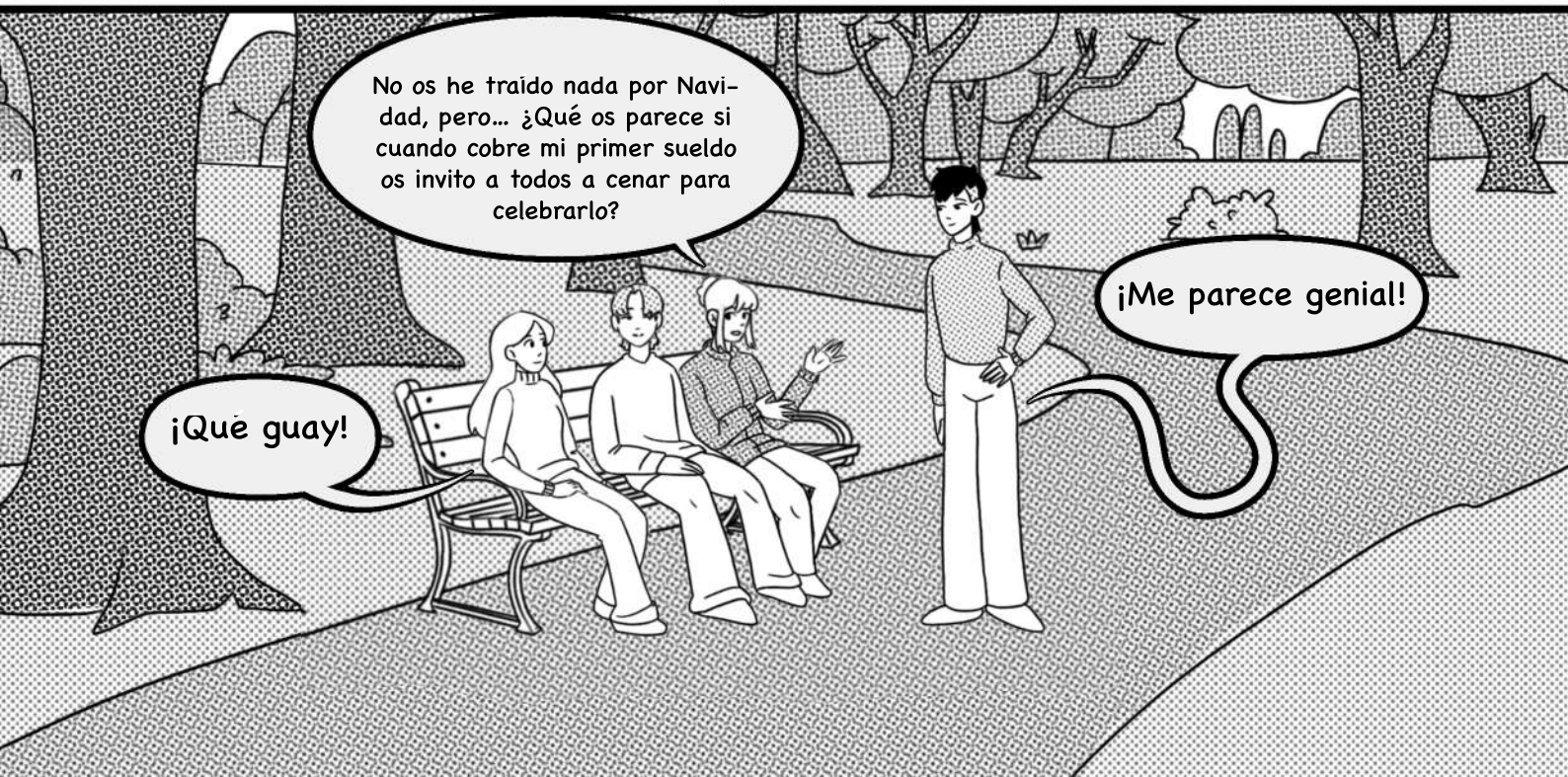
¡Eso, eso! ¡Mucho cuidado con las caídas! Las escaleras tienen un peligro...



Sí, sí, tranquilos. Prometo tener cuidado.



Ademas...



No os he traído nada por Navidad, pero... ¿Qué os parece si cuando cobre mi primer sueldo os invito a todos a cenar para celebrarlo?

¡Qué guay!

¡Me parece genial!