

FCT- FFE SEGURA 2025 - 2026

1. SEGUROS

- ALUMNADO DADO DE ALTA EN SS POR LA ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA:
 - **Mutua de la Administración: FREMAP**
- ALUMNADO DADO DE ALTA EN SS POR LA EMPRESA EN LA QUE REALIZAN LAS PRÁCTICAS:
 - **Mutua contratada por la empresa**
- ALUMNADO QUE ANTES DE EMPEZAR LAS PRÁCTICAS YA ESTÁ DADO DE ALTA EN LA SEGURIDAD SOCIAL EN CUALQUIERA DE LOS REGÍMENES:

(En este caso no pueden volver a ser dados de alta ni por la Administración educativa ni por ninguna empresa).

**Asistencia por
Seguridad Social**

- Por el desempeño de otra actividad (ya está trabajando)
- En situación asimilada al alta
- Condición de pensionistas de jubilación
- Incapacidad permanente de la SS
- Que percibe prestación contributiva

El alumnado puede conocer quién le da de alta en la Seguridad Social consultando su vida laboral.

2. QUÉ HACER EN CASO DE ACCIDENTE EN LAS FCT-FFE

- **Si el accidente NO es grave**, el alumno/a informa tanto a la empresa como al CIFP Simón de Colonia, (llamando al 947 245 305).

Después el alumno/a debe ir a:

- FREMAP (si está dado de alta en SS por la Administración educativa) en su consulta de Avenida de la Paz número 35, entre 8:00 y 20:00 h de lunes a jueves y entre 8:00 y 15:00 h los viernes. Si es fuera de ese horario, el alumno/a deberá ir al Centro Médico Recoletas.
- MUTUA de la empresa: si está dado de alta en SS por la empresa en la que realiza las prácticas.
- SEGURIDAD SOCIAL: si está dado de alta en SS por una de las circunstancias contempladas en el punto tercero del apartado 1.

- **Si el accidente es grave**, (se llama al 112, si es necesario pedir ambulancia) y el alumno/a va a urgencias del UBU. Se informa al CIFP Simón de Colonia, (llamando al 947 245 305), que enviará a FREMAP el “Volante”.

Para todo el alumnado:

- **En caso de accidente no laboral o enfermedad común**, los alumnos os acudirán a la Seguridad Social.

5. CONSEJOS PARA QUE EL ALUMNADO TENGA UNA F.C.T. SEGURA:

Es muy posible que vayas a la empresa con ilusión y ganas de "caer bien", para ver si encuentras tu primer empleo: por ello debes cuidar que los nervios o actuaciones irreflexivas no te jueguen una mala pasada.

Por el contrario, una buena forma de "caer bien" será, sin duda, demostrar **prudencia, precaución y sentido común**, tratando de actuar siempre con **actitud reflexiva**, esto es, pensando siempre antes lo que vamos a hacer y como lo vamos a hacer.

La **actitud reflexiva**, aplicada a la seguridad, significa **observar con atención** nuestro entorno, tratando de **identificar posibles peligros** (esto es, riesgos), lo que nos permitirá evitar percances y accidentes a nosotros mismos y a otras personas.

Para ayudarte en este propósito pueden serte útiles las siguientes indicaciones básicas:

... al llegar a la empresa:

1.	Recoge las normas básicas de seguridad que normalmente te facilitarán. Si no es así, solicítalas tú, por tu seguridad. Los Equipos de Protección Individual son personales. En algunas empresas dedican unas horas de formación en prevención de riesgos laborales, una especie de cursillo intensivo.
----	--

... durante tu estancia en la empresa:

2.	Respetas siempre las normas de la empresa, así como otras que conozcas.
3.	Utilizas siempre los medios de seguridad que estén a tu disposición: casco, cinturón de seguridad, gafas, guantes, calzado de seguridad, orejeras,...
4.	Solicitas los medios de seguridad que creas necesarios.
5.	Preguntas cómo hay que hacer las cosas: estás en la empresa como alumno/a y, por tanto, aprendiendo.
6.	Observas cómo actúan las personas de la empresa que creas más precavidas.
7.	Sugieres medidas, normas, medios de seguridad que tu creas importantes o de interés.
8.	Rechazas realizar operaciones que tú pienses sinceramente que entrañan un riesgo para ti o para otras personas: en caso de conflicto por este motivo comunícaselo a tu profesor tutor/a.

Con más detalle es importante que leas y reflexiones sobre lo siguiente:

Accidentes: elementos, instalaciones y situaciones que pueden causarlos:

Vehículos	- Durante el periodo de FCT no deberás conducir vehículos de la empresa. - Cuando vayas de pasajero utilizarás siempre el cinturón de seguridad. - Presta atención al desplazamiento de vehículos y carretillas en obras y naves industriales, para evitar ser atropellado.
Cadenas automáticas de producción Máquinas automáticas. Robots.	- Estos elementos pueden tener, en forma más o menos accesible, engranajes, cadenas y correas de transmisión, émbolos de empuje, cintas transportadoras, prensas, punzonadoras, brazos móviles, etc.: debes estar muy atento a guardar las distancias debidas, respetando señales, marcas en el suelo, etc. Atuendo: tu indumentaria de trabajo no debe tener cinturones, mangas anchas sin puños, solapas, botones, y en general cualquier cosa que pueda engancharse: por este motivo debes, además, desprenderte de pulseras, relojes, anillos, cadenas en el cuello, etc. Atascos: en estas instalaciones puede ser probable que se produzcan atascos: nunca deberás tratar de solucionar un atasco. Pula (si existen) los dispositivos de parada de emergencia o avisa a las personas responsables para que desconecten el sistema. NUNCA intervengas en la solución de atascos sin las indicaciones de las personas responsables y en todo caso siempre con la precaución de que una máquina siempre puede ponerse en marcha de forma imprevista. Dispositivos de seguridad: las máquinas disponen a menudo de dispositivos de seguridad. Aunque se instalan para evitar accidentes, no debemos confiar absolutamente en ellos, pues también pueden fallar: para manipular en el interior de una máquina hay que desconectar siempre su alimentación principal. Resguardos: las máquinas disponen de resguardos, portezuelas etc., que ocultan piezas en movimiento: no se deben retirar o abrir con la máquina en marcha.
Herramientas manuales y eléctricas portátiles	- Utiliza siempre la herramienta adecuada. - Debes sujetarlas fuertemente y utilizar la protección adecuada, como gafas o guantes. - Nunca elimines o anules los resguardos y/o protecciones. - Algunas máquinas pueden desprender chispas: cuida que no haya sustancias inflamables.
Cuadros eléctricos de distribución e instalaciones de Baja Tensión	- Respetar la señalización de "no tocar" o "no abrir" colocada en los armarios eléctricos. - Ten precaución si estas manipulando barras o elementos metálicos en la proximidad de instalaciones eléctricas. - Si eres alumno/as de ciclos eléctricos ya conoces las cuatro reglas de baja tensión.
Instalaciones interiores de Alta Tensión	- Identifica las instalaciones de alta tensión y diferéncialas de las de baja tensión. Respetar la señalización de "peligro" y no te acerques. En alta tensión la corriente puede saltar en forma de arco a través del aire hasta nuestro cuerpo si la distancia es corta: la distancia mínima recomendada es de 3m. - No manipules con barras o elementos metálicos en la proximidad de instalaciones eléctricas de alta tensión. - Si eres alumno/a de ciclos eléctricos ya conoces las cinco reglas de alta tensión.
Trabajos junto a, o bajo, líneas de Alta Tensión	En los polígonos industriales es muy frecuente la existencia de líneas aéreas desnudas de alta tensión. También es muy frecuente en los trabajos el uso de grúas y andamios: no deben acercarse estos elementos a menos de 5m.
Escaleras portátiles	- Verifica que el apoyo en el suelo sea horizontal y seguro. - Las de una hoja deben apoyarse con una inclinación de unos 20° con la vertical: una escalera demasiado vertical, te permitirá subir, pero al bajar se separará de la pared haciéndote caer; si está demasiado inclinada puede resbalar su apoyo en el suelo. - En las de doble hoja comprueba su estabilidad, su articulación superior y el seguro de apertura máxima. - En todo caso pon cuidado: la escalera nos proporciona altura y normalmente no podemos utilizar cinturón anticaídas.
Trabajos en altura	- Utiliza siempre el cinturón o arnés de seguridad anticaídas: solicítalo si fuera necesario. - Rehúsa realizar un trabajo en altura que consideres con un riesgo que no debes asumir. - Si sufres de vértigo, comunícalo al responsable de la empresa.
Desniveles	- Ten cuidado con los desniveles existentes en muelles de carga, edificios en construcción, apertura de zanjas, etc. - Rehúsa realizar un trabajo en altura que consideres con un riesgo que no debes asumir. - Si sufres de vértigo, comunícalo al responsable de la empresa.
Trabajos en obra y edificios en construcción	- Utiliza siempre casco y calzado de seguridad: son muy frecuentes las puntas hacia arriba en tablas de encofrado. - Por el mismo motivo no te arrodilles sin mirar antes el suelo.

Soldadura	• Si sueldas observa que alrededor no hay elementos capaces de inflamarse. • Utiliza careta, gafas, guantes, ropa adecuada y toda la herramienta necesaria para tú seguridad. • Cuando finalices el trabajo asegúrate que todo está apagado y no hay riesgo de incendio.
Fuego	• Ten sumo cuidado con los elementos que puedan producir fuego: en la industria hay infinidad de materiales, tanto sólidos y líquidos como a veces gases que no vemos, que puedes inflamarse. • Si eres fumador solo podrás hacerlo en los lugares permitidos. No está permitido en ningún trabajo.
Gas refrigerantes	• Manipular siempre con guantes los equipos de refrigeración. Especialmente en carga y descarga de refrigerantes

Orden y limpieza:

El orden y la limpieza son dos cuestiones muy importantes y muy valoradas en la empresa. Además constituyen un medio muy importante de prevención de accidentes: si no hay orden y limpieza podemos perder tiempo en encontrar las cosas, tropezar, resbalar, trabajar en un ambiente desagradable, etc., etc.

...antes de empezar a trabajar:

- Recuerda las normas de orden y limpieza establecidas.
- En ausencia de normas observa donde se pone habitualmente cada cosa.

...durante el trabajo:

- Vigila donde pones los cables de las herramientas eléctricas, materiales, etc. de modo que ni tú, ni otras personas, se enreden o tropiecen.
- Se ordenado y no desparrames y dejes tirados materiales y herramientas.
- Organiza tus pequeñas herramientas manuales utilizando accesorios como cinturón, bolsa o caja. Si en el lugar de trabajo existe un panel de herramientas, colócalas de inmediato después de su uso, aunque creas que vas a volver a necesitarlas después de un rato: ganarás tiempo en encontrarlas si olvidas donde la has dejado.

...al acabar el trabajo:

- Recoge y ordena herramientas y materiales.
- Limpia la zona de trabajo depositando los residuos en su lugar establecido.

Higiene:

Personal	• Una correcta higiene personal es imprescindible para que la relación con las personas con las que tenemos que trabajar sea satisfactoria. • La forma de vestir es importante para causar buena impresión, evita vestir con chandal • La higiene deficiente puede ser además causa de accidentes, por ejemplo, en caso de tener que realizar trabajos en espacios reducidos o que requieran el esfuerzo simultáneo de varias personas. • Recógete el pelo para trabajar evitarás enganchones, especialmente si trabajas con máquinas giratorias. • No trabajes nunca con pulseras, anillos, pendientes o cualquier otro objeto que se pueda enganchar al realizar un trabajo.
Medio ambiente	• No tires al suelo o abandones en cualquier parte, ni residuos personales (comida, envases, papeles, etc.), ni residuos del trabajo. Si es preciso, recoge los residuos en una bolsa hasta depositarlos en el lugar adecuado. Busca el punto limpio más cercano.
Hábitos	• Fumar: además de que como sabemos produce cáncer, infartos y enfermedades pulmonares, puede ser causa de accidentes propios y ajenos y de incendios. Además hay que recordar que está prohibido fumar en el trabajo según la <i>Ley 42/2010, de 30 de diciembre, por la que se modifica la Ley 28/2005, de 26 de diciembre, de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco.</i> • Escupir: este acto además de antihigiénico es de un efecto deplorable y prohibido por la normativa municipal.

Por último recuerda que es importante "saber estar":

- En principio deberemos tratar de "Usted" a todas las personas o al menos a aquellas que el sentido común así nos lo indique.
- La empresa es jerárquica y valora mucho la educación: es importante cuidar detalles como por ejemplo en las reuniones o entrevistas tomar asiento cuando las personas de superior rango nos inviten a ello y en todo caso después de ellas.
- Es importante demostrar disciplina (en el cumplimiento del horario, normas, etc.) así como cuidar la expresión oral.