

Formación y Orientación Laboral

Tema 8

Enunciado.

En esta unidad de trabajo hemos visto conceptos muy variados referidos a las medidas de prevención y protección existente, así como la importancia de la información y formación de los trabajadores y las trabajadoras para prevenir los riesgos laborales, para finalizar con el plan de actuación ante una emergencia...

Para aplicar lo aprendido, te proponemos las siguientes tareas:

Actividad 1

Describe seis factores de riesgo que pueden darse en una oficina, indica cuáles son sus consecuencias, cómo puede afectar a la salud del trabajador o de la trabajadora, qué técnica de prevención es la más adecuada y cuál es la medida preventiva que debe utilizarse.

Los datos puedes reflejarlos en una tabla como la siguiente:

| Factor de riesgo | Consecuencia | Daños a la salud | Técnica de prevención | Medidas preventivas |
|---|------------------------------------|---|-------------------------|--|
| Riesgo eléctrico | Electrocución, averías e incendios | Electrocución, quemaduras o incluso muerte. | Seguridad en el trabajo | Canalizar todas las conexiones eléctricas. No realizar conexiones eléctricas provisionales. Sujetar del enchufe y no del cable para conectar/desconectar los aparatos eléctricos |
| Fatiga por adoptar posturas y gestos inadecuados. | Dolor postural | Traumatismos en muñecas, espalda, cuello, etc | Ergonomía | Adoptar posturas correctas y realizar ejercicios de relajación muscular |
| Riesgo de caída por objetos apilados en el suelo | Tropezones, caídas y contusiones | Heridas, fracturas, etc | Seguridad en el trabajo | Suelo limpio y libre de obstáculos. Poner en carritos los materiales que se precisen sacar de los armarios hasta su posterior reubicación. |
| Tensiones en el trabajo | Nerviosismo e irritabilidad | Estrés | Psicología aplicada | Crear un grado de autonomía adecuado en el ritmo y organización básica del trabajo, hacer pausas para cambios posturales |
| Pinchazos y cortes con tijeras, abrecartas, chinchetas y demás pequeño material de oficina | Cortes y heridas | Cortes y heridas | Seguridad en el trabajo | Mesas y lugar de trabajo en perfecto orden, y el material que no se vaya a utilizar recogido y ordenado. |

| | | | | |
|----------------------|---------------------------------------|---|-------------------------|---|
| Fatiga visual | Pérdida de visión y dolores de cabeza | Pesadez en los párpados y ojos, picor ocular y lagrimeo | Seguridad en el trabajo | Mantener la pantalla, el teclado y los documentos a la misma distancia de los ojos. Realizar paradas visuales determinadas |
|----------------------|---------------------------------------|---|-------------------------|---|

Actividad 2

Indica qué medidas de prevención deben tener en cuenta los trabajadores de oficinas para evitar riesgos derivados del uso de Pantallas de Visualización de Datos, ya que por las características de su trabajo no necesitan llevar equipos de protección individual.

- ✓ El espacio destinado al puesto de trabajo deberá tener dimensiones adecuadas y facilitar la movilidad del usuario.
- ✓ El ambiente físico no debe ser suficientemente confortante
- ✓ Las sillas tendrán base estable y regulación en altura. El respaldo será ajustable en inclinación, y si la utilización de la pantalla es prolongada, también en altura.
- ✓ Se han de realizar paradas visuales determinadas
- ✓ Deberá permitirse un descanso si el tiempo de trabajo supera la mitad de la jornada completa determinada por ley.
- ✓ La pantalla, el teclado y los documentos escritos deberán encontrarse a una distancia similar de los ojos, entre 45 y 55 cm. para evitar la fatiga visual.
- ✓ La pantalla debe estar entre 10° y 60° por debajo de la horizontal de los ojos del operador.
- ✓ De utilizar portacopias, éstos no deben ocasionar posturas incorrectas. Su ubicación a la altura de la pantalla evita movimientos perjudiciales del cuello en sentido vertical.

Actividad 3

En una empresa informática se ha producido un incendio que ha afectado a una de las oficinas. Se ha activado el dispositivo contra incendios que hay instalado en el techo. El jefe de emergencias ha intentado apagarlo con el extintor, pero no lo ha conseguido, por lo que se ha decidido desalojar el edificio y llamar al servicio de bomberos de la localidad.

La evacuación se produce correctamente siguiendo el protocolo y la señalización dispuesta por toda la empresa a tal efecto.

Se pregunta:

1. ¿Ante qué tipo de emergencia nos encontramos?

Es una emergencia general, ya que “supera la capacidad de control de los medios humanos y materiales disponibles en la empresa y hay que solicitar ayuda del exterior y posible evacuación total”

2. ¿Qué funciones tiene asignadas el jefe de emergencias de la empresa en relación a las emergencias?

El jefe o director de Emergencias es la persona con autoridad y capacidad de gestión. Activa el plan de emergencias, dirige y coordina la actuación en la emergencia. De él depende el jefe de intervención, que es la persona que se encuentra en el lugar de la emergencia y dirige a los equipos de intervención.

3. Indica qué medida de protección colectiva aparece en el supuesto.

Como medida de “protección colectiva”, en el supuesto, aparecen los rociadores del techo.