

## FOL. Tarea 8. Medidas de prevención y protección.

1. Describe seis factores de riesgo que pueden darse en una empresa de informática, e indica la medida de prevención más adecuada, así como la técnica preventiva dónde se encuadra.

<b>Factor de riesgo</b>	<b>Medida preventiva</b>	<b>Técnica preventiva</b>
<i>Losetas sueltas</i>	<i>Adecuación de un suelo regular</i>	<i>Seguridad en el trabajo</i>
Utilización de pantalla para la visualización de datos	Orientación de la pantalla de forma perpendicular a la fuente de luz diurna para evitar la reflexión en la pantalla o deslumbramiento	Higiene industrial
Mala postura en el puesto de trabajo	Mobiliario regulable que permita ajustar a las necesidades del trabajador	Ergonomía
Obstáculos en las zonas de paso del trabajo	Correcta ordenación y limpieza del espacio de trabajo.	Seguridad en el trabajo
Lesiones con material de oficina	Tener cuidado para evitar golpear con los equipos o prestar atención si se está transportando algún equipo informático	Seguridad en el trabajo
Insatisfacción laboral	Servicio de psicología, incentivos por la consecución de objetivos.	Psicología aplicada
Temperatura demasiado alta o baja	Mejora de la climatización de la zona de trabajo	Higiene industrial

2. En un centro de trabajo donde se desarrollan actividades relacionadas con la informática se ha producido un incendio que ha afectado a una de las dependencias. Se ha activado el dispositivo contra incendios que hay instalado en el techo. El encargado de mantenimiento ha intentado apagarlo con el extintor, pero no lo ha conseguido, por lo que se ha decidido desalojar todo el ala y llamar al servicio de bomberos de la localidad.

La evacuación se produce correctamente siguiendo el protocolo y la señalización dispuesta

por toda la dirección a tal efecto. Se pregunta:

1

- **¿Ante qué tipo de emergencia nos encontramos?**

Se trata de una emergencia general porque supera la capacidad de control de los medios humanos y materiales que hay disponibles en la empresa. Por ese motivo se precisa de ayuda externa y una evacuación

- **¿Cómo sería el protocolo de actuación ante esta emergencia?**

1. La persona que descubra el incendio debe mantener la calma y dar inmediatamente la alarma
2. Si no hay nadie más salir del lugar que se está incendiando y cerrar la puerta sin llave
3. Comunicar el fuego al servicio de emergencias
4. Si es pequeño el fuego intentar sofocarlo si se tienen extintores y la capacitación que se requiere para ello.
5. Si el pomo de la puerta está caliente no abrir la puerta porque indica que el fuego está próximo, si es imprescindible hacerlo de forma lenta
6. Si se incendia la ropa, echar a rodar al suelo
7. En caso de tener que cruzar una zona con mucho humo ir al ras del suelo. Siempre que sea posible ponerse un pañuelo húmedo cubriendo la nariz y boca.
8. En caso de que no se pueda abandonar el recinto incendiado, cerrar todas las puertas y tapar con trapos si a ser posible, húmedos todas las rendijas donde pueda penetrar el humo. Informar de tu presencia allí. Si hubiera ventanas, dejar un objeto llamativo para hacer saber de tu presencia.

- **¿Cómo deben ser las señales de salvamento y las de localización de equipos de extinción de incendios?**

Deben estar correctamente señalizadas, colocadas en zonas fácilmente localizables y llamativas. - **Indica qué medida de protección colectiva aparece en el supuesto.**

En este supuesto aparecen dos medidas de protección que son:

- Extintores contra incendios.
- Dispositivo contra incendios instalado en el techo

**3. Imagina que tu empresa establece que, debido a una circunstancia de fuerza mayor, deberás desarrollar el trabajo desde casa, haciendo uso de la medida del teletrabajo. Indica cuáles serán los aspectos a tener en cuenta en tu nuevo lugar de trabajo en materia de prevención de riesgos.**

El lugar de trabajo deberá tener unas características para evitar que la salud se vea perjudicada por diversos factores como es la iluminación deficiente o riesgos derivados de una mala postura. Algunas de las medidas que se pueden adoptar son:

2

- Buscar una zona con luz natural y situar la mesa de trabajo de forma que la luz entre en el lado izquierdo si se es diestro o derecha si es zurdo. Evitando situarla de frente o de espaldas para evitar que el reflejo de en la pantalla del ordenador y pueda dañar nuestra vista
- La mesa, silla y pantalla deben tener la altura adecuada para evitar malas posturas



Fuente: Freemap. Guía para el trabajo a distancia<sup>1</sup>.

- Evitar estar demasiado cerca de la pantalla. Distancia mínima de 10 cm
- Mantenerse hidratado y realizar pequeñas pausas para descansar la vista

#### **4. Indica algunas medidas de protección individual o EPIS que puede utilizar el trabajador informático**

El trabajador informático al no tener que realizar un trabajo físico las EPIS que se le recomiendan tienen relación con los peligros que conlleva el estar sentado durante toda la jornada laboral, por lo que un EPI para un programador podría ser por ejemplo una alfombrilla antifatiga o un cojín que le ayude a evitar dolores de espalda. El uso de alfombrillas para ratón con almohadilla de gel para descansar la muñeca sobre ella

#### **5. Busca en Internet cómo se puede controlar un pequeño fuego en una empresa manejando correctamente el extintor e indica los pasos a seguir.**

1. Quitar el pasador de seguridad
2. Coger la boquilla del extintor y dirigirlo a la base de la llama
3. Apretar la mangueta de forma intermitente dirigiendo la boquilla en forma de zig zag

<sup>1</sup><https://prevencion.fremap.es/Buenas%20prcticas/MAN.075%20%20Gu%C3%ADa%20para%20el%20trabajo%20a%20distancia.pdf>