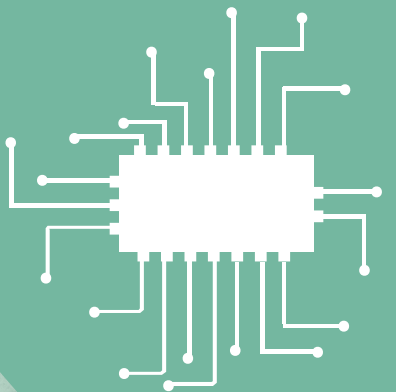


PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

1 CAÍDAS AL MISMO NIVEL

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Los suelos de los locales de trabajo deben ser fijos, estables y no resbaladizos,
- Se debe canalizar todo el cableado de ordenadores y demás instalaciones.
- Mantener las zonas de paso despejadas.



2 GOLPES CONTRA OBJETOS

Para prevenir este riesgo deberemos de mantener nuestro espacio de trabajo limpio y ordenado y comprar equipos seguros con certificado CE.

3 TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS

Las medidas preventivas para este riesgo serán:

- La mesa de trabajo debe ser lo suficientemente amplia y espaciosa
- El espacio libre para las extremidades debe ser de 60 cm.
- Tener una silla ajustable para la inclinación y la altura.
- Tener un reposapiés adecuado.



4 MANEJO MANUAL DE CARGAS

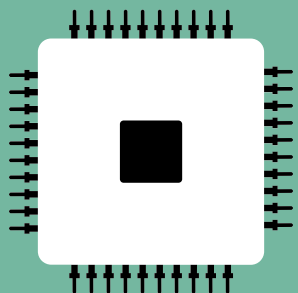
Fases para levantar una carga adecuadamente:

- 1: Apoyar los pies firmemente.
- 2: Separar los pies ligeramente.
- 3: Doblar la cadera y las rodillas para coger la carga.
- 4: Levantar la carga con la espalda recta.
- 5: Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible.

5 APLASTAMIENTO POR MERCANCIA

Las medidas preventivas que adoptaremos serán:

- Se anclarán a la pared archivadores y estanterías.
- Los archivadores deberán llevar un sistema que trabase los cajones de tal manera, que sólo sea posible tener uno abierto.

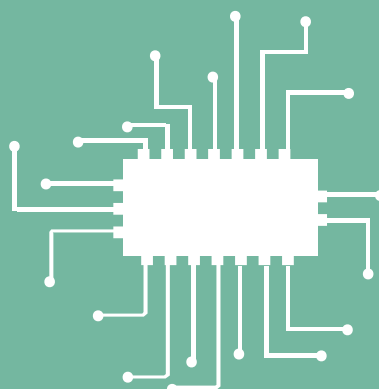


PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

6

GOLPES O CORTES

- Tener herramientas seguras con marcado CE.
- Cumplir las normas de seguridad.
- Guardar herramientas cortantes en fundas.
- Mantener las herraminetas en buen estado.



7

CONTACTO ELECTRICO

- Tener las instalaciones eléctricas controladas y marcadas como peligrosas.
- Evitar sobrecargar enchufes con ladrones.
- No utilizar aparatos eléctricos con las manos húmedas.
- No manipular equipos electricos sin desconectarlos de la luz

8

INCENDIOS

- Tener extintores de incendios adecuados a la clase de fuego.
- Instalar sistemas de detección y alarma.
- Señalizar las zonas de riesgo de incendio.
- Mantenimiento periódico de extintores y demás equipos contra incendios.



9

FATIGA VISUAL

- Se graduará el brillo y el contraste mediante los mandos de la pantalla.
- Se colocará la pantalla de tal manera que están situadas paralelamente a ella las fuentes de iluminación.



10

CONFORT ACÚSTICO

- Se regularán los timbres de los teléfonos.
- El ruido ambiental no debe superar los 50 db (A).

