**Ejercicio 1**

Imagen A

* Factores Ambientales
  + Ergonómicos: posición forzada, mala postura.
  + Físicos: trabajo en altura, temperatura extrema.
* Condiciones inseguras: falta de equipos de protección, falta de lugar de descanso.
* Actos inseguros: comer en un lugar inapropiado, no utilizar equipos de protección (No puede).
* AT o EP: accidentes de trabajo.
* Medidas preventivas: proporcionar descanso y un lugar adecuado para ello, utilizar el equipo de protección, capacitación.

Imagen B

* Factores Ambientales
  + Químicos: pintura (líquido/gas inflamable y tóxico).
  + Físicos: falta de orden y limpieza, ventilación, trabajo en altura.
  + Ergonómicos: movimiento repetitivo, mala postura, posición forzada.
* Condiciones inseguras: no posee las herramientas adecuadas para realizar el trabajo (escalera).
* Actos inseguros: pararse sobre latas de pintura inestables.
* AT o EP: AT (caídas), EP (inhalación de pintura, movimiento repetitivo).
* Medidas preventivas: solicitar el equipo de trabajo adecuado, capacitación, máscara con filtro.

Imagen C

* Factores Ambientales
  + Físicos: Falta de orden y limpieza.
* Condiciones inseguras: cesto en medio de la habitación.
* Actos inseguros: distracción al caminar, dejar el cesto en un lugar inadecuado.
* AT o EP: AT (caída).
* Medidas preventivas: ubicación correcta de los objetos (mantener orden y limpieza).

Imagen D

* Factores Ambientales
  + Biológico: plaga/insectos que pueden provocar enfermedades.
  + Químicos: líquido/gas tóxico.
  + Físico: radiación solar.
* Condiciones inseguras: falta de protección adecuada (máscara de filtro, mameluco, borcegos/botas).
* Actos inseguros: no utilizar los elementos de protección.
* AT o EP: enfermedad profesional debida a la toxicidad de los químicos. AT en caso de picaduras/mordeduras. Accidentes relacionados a caídas, elementos cortantes, picaduras.
* Medidas preventivas: proporcionar las herramientas y el equipo adecuado.

Imagen E

* Factores Ambientales
  + Ergonómicos: mala postura.
  + Psicosociales: falta de descanso/tiempo para comer.
* Condiciones inseguras: -.
* Actos inseguros: comer en el lugar de trabajo, realizar múltiples tareas simultáneamente.
* AT o EP: AT (quemaduras, cortocircuitos). EP (afecta su psicología).
* Medidas preventivas: proporcionar espacio y tiempo para comer y descansar. Organizar mejor las tareas.

Imagen F

* Factores Ambientales
  + Ergonómicos: movimiento repetitivo, sobreesfuerzo.
* Actos inseguros: movimiento incorrecto.
* AT o EP: AT y EP.
* Medidas preventivas: rotación, descanso, zapatos con punta de acero.

Imagen G

* Factores Ambientales
  + Ergonómico: posición forzada.
  + Físico: electricidad.
* Condiciones inseguras: falta de equipo adecuado.
* Actos inseguros: intentar corregir la falta de equipo adecuado.
* AT o EP: AT.
* Medidas preventivas: capacitación, entregar equipo adecuado.

Imagen H

* Factores Ambientales
  + Físico: exceso de luz.
* Condiciones inseguras: -.
* Actos inseguros: -.
* AT o EP: EP.
* Medidas preventivas: cortinas.

Imagen I

* Factores Ambientales
  + Ergonómico: posición forzada.
  + Físico: trabajo en altura, electricidad.
* Condiciones inseguras: falta de equipo adecuado.
* Actos inseguros: trabajar sin el equipo adecuado.
* AT o EP: AT (caída, enfermedad por mala postura, descargas eléctricas).
* Medidas preventivas: capacitación, equipo adecuado, trabajo en equipo.

Imagen J

* Factores Ambientales
  + Físico: falta de luz.
  + Psicosocial: estrés.
  + Ergonómicas: mala postura.
* Condiciones inseguras: -.
* Actos inseguros: -.
* AT o EP: EP.
* Medidas preventivas: capacitación, pausas activas.

**Ejercicio 2**

Recomendaciones:

1. Siempre cerrar un cajón luego de haber obtenido el elemento que estaba alojado en su interior.
2. Cambiar la postura con cierta frecuencia (una vez por hora, unos minutos).
3. Apoyar los pies en el suelo o en una apoya pies (si la persona es muy alta).
4. Cuando se requiera copiar texto, se deben elevar las hojas para evitar dolores de espalda o malas posturas.
5. Efectuar pausas periódicamente (una vez por hora) para descansar la vista, cerrando los ojos por breves instantes.
6. Mantener una distancia con la pantalla de 55 cm.
7. Colocar persianas o cortinas en las ventanas de modo tal que éstas no generen reflejos en las pantallas.
8. Disponer de materiales absorbentes para reducir el nivel de ruido ambiental para cada trabajador.
9. Mantener el orden y la limpieza de todos los elementos y del ambiente de trabajo en general.
10. No dejar cables eléctricos o telefónicos atravesando pasillos o lugares de tránsito.

**Ejercicio 3**

Obligaciones

* Denunciar ante su empleador o ART, los accidentes de trabajo o enfermedades profesionales.
* Cumplir con las normas de seguridad e higiene.
* Comunicar a su empleador, ART o a la Superintendencia de Riesgos de Trabajo (SRT) cualquier situación peligrosa para usted o para el resto del personal relacionada con el puesto de trabajo o establecimiento en general.
* Participar de actividades de capacitación sobre salud y seguridad en el trabajo.
* Utilizar correctamente los elementos de protección personal provistos por el empleador.
* Cumplir con la realización de los exámenes médicos periódicos.

Derechos

* Trabajar en un ambiente sano y seguro.
* Conocer los riesgos que puede tener su trabajo.
* Recibir información y capacitación sobre cómo prevenir accidentes o enfermedades profesionales.
* Recibir los elementos de protección personal según su trabajo.
* Estar cubierto por una ART a través de la afiliación de su empleador.
* Conocer cuál es su ART.
* Si su empleador no tiene ART o no lo ha declarado como empleado ante la misma, tiene derecho a denunciarlo ante la SRT para intimarlo a que se afilie o lo declare.

Nicolás Pellegrinet

* ART: Prevención.
* Sitio en Internet: <http://www.prevencionart.com.ar>
* Qué hacer en caso de un accidente de trabajo o enfermedad profesional
  + En caso de estar en presencia de un accidente laboral, debe realizar al instante el informe a PREVENCION A.R.T.; esto le permitirá dejar en manos de los que más saben la tarea de asistir al trabajador accidentado.
  + Pasos:
    - Dé aviso de inmediato a su empleador.
    - Diríjase a un Centro Médico que pertenezca al listado de prestadores de Prevención A.R.T.
    - Si necesita orientación o traslado en ambulancia comuníquese con la línea SIN CARGO al: 0-800-4444-ART (278) – Atención las 24 hs. – y personal especializado coordinará la asistencia.
  + Por su parte, el empleador deberá:
    - Confeccionar el *formulario de denuncia de accidentes.* Este formulario es de alta implicancia legal para las partes intervinientes, por lo que se recomienda la cumplimentación de la totalidad de los datos.
    - Dentro de las 24 hs. el empleador deberá enviar el formulario de servicio por alguna de estas vías: Líneas de Fax Gratuito (0-800-888-3297) / www.prevencionart.com.ar