

# **CIFP César Manrique.**

Desarrollo de aplicaciones web.

2º semipresencial.

Profesora: María Soledad González Gómez

Formación y Orientación Laboral.

## **Medidas de prevención y protección.**

Juan Carlos Francisco Mesa



Esta obra está licenciada bajo la Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visite <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> o envíe una carta a Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

# Índice

<b>Describe cinco factores de riesgo que pueden darse en empresa de tu sector. Indica cuáles son sus consecuencias, cómo puede afectar a la salud del trabajador o trabajadora, qué técnica de prevención es la más adecuada y cual es la medida preventiva que debe utilizarse.....</b>	<b>1</b>
<b>En una empresa informática que tiene un centro de trabajo situado en un parque científico-tecnológico donde se desarrollan actividades relacionadas con la informática se ha producido un incendio que ha afectado a todo el centro de trabajo. 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.....</b>	<b>2</b>
1. ¿Ante qué tipo de emergencia nos encontramos, según la normativa? Justifica la respuesta.....	2
2. ¿Cómo sería el protocolo de actuación ante esta emergencia? Justifica la respuesta.....	2
El protocolo de actuación ante un incendio generalmente incluye las siguientes acciones:.....	2
3. ¿Cómo deben ser las señales de salvamento y de localización de equipos de extinción de incendios? Descríbelas.....	3
4. Indica qué medida de protección colectiva aparece en el supuesto, señala por qué lo es.....	3
<b>Indica cinco medidas de protección individual o EPIs que puede utilizar el trabajador de tu sector en el desarrollo de su actividad profesional.....</b>	<b>4</b>
<b>Busca en Internet cómo se puede controlar un pequeño fuego, de origen eléctrico, en una empresa manejando correctamente el extintor e indica los pasos a seguir. Señala los tipos de extintores que existen en función del combustible origen del fuego.....</b>	<b>5</b>
Control de un pequeño fuego de origen eléctrico con un extintor:.....	5
Tipos de extintores según el combustible:.....	6

1. Clase A: Materiales sólidos combustibles.....	6
2. Clase B: Líquidos inflamables y gases.....	6
3. Clase C: Equipos eléctricos.....	6
4. Clase D: Metales combustibles.....	6
5. Clase K: Aceites y grasas de cocina.....	6

**Describe cinco factores de riesgo que pueden darse en empresa de tu sector. Indica cuáles son sus consecuencias, cómo puede afectar a la salud del trabajador o trabajadora, qué técnica de prevención es la más adecuada y cual es la medida preventiva que debe utilizarse.**

En mi caso trabajo como desarrollador web en una empresa y cinco factores que podrían darse son:

Factor de Riesgo	Consecuencia	Daños para la Salud	Técnica de Prevención	Medida Preventiva
Exposición prolongada a Pantallas	Fatiga visual, problemas de visión	Fatiga ocular, vista borrosa	Pausas regulares, ajuste de iluminación	Implementar la regla 20-20-20: cada 20 minutos, mirar a 20 pies de distancia durante 20 segundos
Postura Inadecuada	Dolor de espalda, lesiones musculares	Lesiones musculares, problemas de columna	Diseño ergonómico de estaciones de trabajo	Ajustar altura de sillas y mesas, promover posturas saludables
Estrés Mental	Problemas de salud mental	Ansiedad, depresión, agotamiento	Gestión de proyectos, apoyo emocional	Establecer límites de trabajo, proporcionar recursos y apoyo emocional
Monotonía y Sedentarismo	Problemas circulatorios, obesidad	Dolor muscular, aumento de peso	Introducir pausas activas, fomentar actividad física	Programas de bienestar que incluyan actividad física y pausas activas
Ergonomía en el Uso de Dispositivos	Lesiones por esfuerzo repetitivo	Tendinitis, lesiones en muñecas y manos	Diseño de estaciones de trabajo, teclados y ratones ergonómicos	Capacitación sobre ergonomía, proporcionar equipos ergonómicos

[Volver al índice](#)

**En una empresa informática que tiene un centro de trabajo situado en un parque científico-tecnológico donde se desarrollan actividades relacionadas con la informática se ha producido un incendio que ha afectado a todo el centro de trabajo. 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.**

**1. ¿Ante qué tipo de emergencia nos encontramos, según la normativa? Justifica la respuesta**

Nos encontramos ante una emergencia de tipo incendio. La presencia de fuego que afecta al centro de trabajo y la activación del dispositivo contra incendios (extintor) son indicadores claros de un incendio.

**2. ¿Cómo sería el protocolo de actuación ante esta emergencia? Justifica la respuesta.**

El protocolo de actuación ante un incendio generalmente incluye las siguientes acciones:

- 2.1. Activar la alarma de incendios.
- 2.2. Intentar controlar el fuego utilizando extintores, si es seguro hacerlo.
- 2.3. Evacuar el área siguiendo las rutas de evacuación señalizadas.
- 2.4. Llamar a los servicios de emergencia, en este caso, los bomberos.
- 2.5. Reunirse en el punto de encuentro designado.
- 2.6. No utilizar ascensores durante la evacuación.
- 2.7. No regresar al edificio hasta que las autoridades lo indiquen.

La evacuación y la llamada a los bomberos en el escenario descrito reflejan la aplicación del protocolo de manera adecuada.

### **3. ¿Cómo deben ser las señales de salvamento y de localización de equipos de extinción de incendios? Descríbelas.**

Las señales de salvamento deben ser claramente visibles y comprensibles, indicando las rutas de evacuación y las salidas de emergencia. Estas señales suelen ser de color verde con símbolos y flechas que señalan la dirección a seguir. Las señales de localización de equipos de extinción de incendios, como los extintores, deben ser rojas y tener un símbolo fácilmente reconocible. Estas señales suelen incluir la palabra "EXTINTOR" y una flecha que indica la ubicación del equipo.

### **4. Indica qué medida de protección colectiva aparece en el supuesto, señala por qué lo es.**

La medida de protección colectiva que aparece en el supuesto es la evacuación del ala afectada según el protocolo establecido. La evacuación es una acción que protege a un grupo de personas de manera colectiva al alejarlas del peligro potencial. Al seguir el protocolo de evacuación, se busca resguardar la seguridad de todos los ocupantes del edificio ante el riesgo de un incendio, lo que la convierte en una medida de protección colectiva.

[Volver al índice](#)

## Indica cinco medidas de protección individual o EPIs que puede utilizar el trabajador de tu sector en el desarrollo de su actividad profesional.

En el sector de desarrollo web, el trabajador puede utilizar varios Equipos de Protección Individual (EPIs) para garantizar su seguridad y bienestar durante la actividad profesional. Aquí hay cinco medidas de protección individual que pueden ser relevantes:

Número	Medida de Protección Individual (EPI)	Descripción	Uso
1	Gafas de Protección para Pantalla	Gafas diseñadas para reducir la fatiga visual y proteger los ojos de la radiación de las pantallas de computadora.	Para reducir la exposición a la luz azul y minimizar la fatiga ocular durante largas horas de trabajo frente al monitor.
2	Ergonomía en Silla y Mesa	Silla ergonómica y mesa ajustable.	Mantener una postura saludable y prevenir lesiones musculares y de espalda durante las largas sesiones de trabajo.
3	Teclado y Ratón Ergonómicos	Dispositivos diseñados para reducir el riesgo de lesiones por esfuerzo repetitivo (LER) en las manos y muñecas.	Minimizar la tensión y prevenir lesiones en las extremidades superiores debido a la actividad constante en el teclado y el ratón.
4	Protectores Auditivos o Auriculares con Cancelación de Ruido	Auriculares diseñados para reducir el ruido ambiental.	Proteger contra el ruido no deseado y crear un entorno más tranquilo para la concentración en el desarrollo de software.
5	Mascarilla Antipolvo	Mascarilla que filtra partículas y polvo del aire.	En entornos donde se realizan tareas que generan polvo o partículas, como la manipulación de equipos informáticos o la instalación de hardware.

[Volver al índice](#)



**Busca en Internet cómo se puede controlar un pequeño fuego, de origen eléctrico, en una empresa manejando correctamente el extintor e indica los pasos a seguir. Señala los tipos de extintores que existen en función del combustible origen del fuego.**

### **Control de un pequeño fuego de origen eléctrico con un extintor:**

1. Evaluar la seguridad:
  - Asegurarse de que es seguro intentar apagar el fuego.
  - Si el fuego es grande o hay riesgo de propagación rápida, evacuar y llamar a los servicios de emergencia.
2. Seleccionar el extintor adecuado:
  - Utilizar un extintor Clase C diseñado específicamente para incendios eléctricos.
3. Activar el extintor:
  - Tomar el extintor y retirar el pasador de seguridad.
4. Apuntar al fuego:
  - Dirigir la boquilla o manguera del extintor hacia la base del fuego.
5. Presionar la palanca:
  - Presionar la palanca del extintor para liberar el agente extintor.
6. Realizar movimientos en forma de barrido:
  - Mover la boquilla o manguera de lado a lado mientras se rocía para cubrir eficazmente el área del fuego.
7. Monitorear y evaluar:
  - Permanecer alerta y continuar utilizando el extintor hasta que el fuego esté completamente apagado.
  - Mantenerse a una distancia segura y observar para asegurarse de que el fuego no se reavive.

## **Tipos de extintores según el combustible:**

### **1. Clase A: Materiales sólidos combustibles**

Ejemplos: Madera, papel, tela.

Agente extintor común: Agua.

### **2. Clase B: Líquidos inflamables y gases**

Ejemplos: Gasolina, aceite, pinturas.

Agente extintor común: Espuma, polvo químico.

### **3. Clase C: Equipos eléctricos**

Ejemplos: Equipos eléctricos, cables.

Agente extintor común: Polvo químico seco, dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>).

### **4. Clase D: Metales combustibles**

Ejemplos: Magnesio, titanio.

Agente extintor común: Polvo especial para metales combustibles.

### **5. Clase K: Aceites y grasas de cocina**

Ejemplos: Aceites de cocina, grasas animales.

Agente extintor común: Agente líquido especial para fuegos de cocina.

Es fundamental capacitar al personal en el uso adecuado de extintores y en la identificación de los tipos de fuego para garantizar una respuesta efectiva en situaciones de emergencia. Además, seguir siempre las normativas y protocolos de seguridad de la empresa.

[Volver al índice](#)