

## Módulo Profesional 11: Formación y orientación laboral

# Actividad UF2

CICLO FORMATIVO DE GRADO SUPERIOR EN

## DESARROLLO DE APLICACIONES MULTIPLATAFORMA

MODALIDAD ONLINE

Enrique Verea



## Actividad UF2 FOL – La prevención de riesgos laborales en la empresa.

Una vez estudiados los temas indicados en esta unidad formativa, estas preparado/a para poder contestar estas actividades.

### Objetivos de la actividad

Aplicar a tu futuro laboral las competencias asociadas a la Unidad Formativa 2:

- Identificar las normas de calidad y seguridad y de prevención de riesgos laborales y ambientales, reconociendo los factores de riesgo y parámetros de calidad para aplicar los protocolos correspondientes en el desarrollo del trabajo.
- Reconocer los propios derechos y deberes como agente activo en la sociedad, analizando el marco legal que regula las condiciones sociales y laborales para participar como ciudadano democrático.

### Competencias asociadas:

- Aplicar los protocolos de seguridad laboral y ambiental, de higiene y de calidad durante todo el proceso productivo, para evitar daños en las personas y el medio ambiente.
- Ejercer sus derechos y cumplir con las obligaciones derivadas de las relaciones laborales, de acuerdo con lo establecido en la legislación vigente.

### Metodología

Trabajo individual. Debes:

- Leer de los capítulos de la UF2 (7, 8 y 9)
- Aportar y revisar el Foro Colaborativo de la UF2.

Se valorará:

- *Grado de corrección de las respuestas*
- *Referenciar las respuestas a los contenidos (evidenciar la lectura y comprensión de los capítulos)*
- *Ortografía y gramática correcta.*
- *Buena presentación: orden, claridad y formato adecuados.*

### Entrega

27/04/2023

**Extensión mínima-máxima: 4 - 8 páginas**

**Entrega la actividad en este mismo documento guardándolo en pdf.**

**NO BORRES las preguntas**

### Dedicación estimada

180-240 minutos

### Documentos de referencia

Libro de la unidad formativa 2

### Resultados de Aprendizaje

- Evalúa los riesgos derivados de la actividad profesional, analizando las condiciones de trabajo y los factores de riesgo presentes en el entorno laboral.
- Participa en la elaboración de un plan de prevención de riesgos en una pequeña empresa, identificando las responsabilidades de todos los agentes implicados.
- Aplicar medidas de prevención y protección individual y colectiva, analizando las situaciones de riesgo en el entorno laboral del técnico superior en su especialidad profesional.

## Criterios de Evaluación

Valora la importancia de la cultura preventiva.

Relaciona las condiciones laborales con la salud del trabajador, clasifica los factores de riesgo en la actividad y los daños que pueden derivarse.

Identifica las situaciones de riesgo más habituales en los entornos de trabajo del técnico superior de su especialidad.

Determina la evaluación de riesgos en la empresa y las condiciones de trabajo con significación para la prevención en los entornos de trabajo relacionados con el perfil profesional.

Clasifica y describe los tipos de daños profesionales, con especial referencia a accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, relacionados con el perfil profesional del técnico superior en administración y finanzas.

Determina los principales derechos y deberes en materia de prevención de riesgos laborales, formas de representación en materia de prevención y los organismos más importantes.

Clasifica las diferentes formas de gestión de la prevención en la empresa, en función de los distintos criterios establecidos en la normativa sobre prevención de riesgos laborales.

Valora la importancia de la existencia de un plan preventivo en la empresa, que incluya la secuenciación de actuaciones a realizar en caso de emergencia.

Define el contenido del plan de prevención en un centro de trabajo relacionado con el sector profesional del técnico superior en administración y finanzas. Propone mejoras en el plan de emergencia y evacuación de la empresa.

Determina las técnicas de prevención y de protección individual y colectiva que deben aplicarse para evitar los daños en su origen y minimizar sus consecuencias en caso de que sean inevitables.

Analiza el significado y alcance de los diferentes tipos de señalización de seguridad y aplica los protocolos de actuación en caso de emergencia.

Identifica los procedimientos de atención sanitaria inmediata y la composición y el uso del botiquín de la empresa.

## Caso práctico 1:

**Puntuación 2,5 sobre 10**

Os ponemos de ejemplo una pequeña empresa familiar, de limpieza en empresas y pequeños negocios, en las que asume la actividad el propio empresario, excepto en el control de la salud que queda concertado con una entidad sanitaria acreditada, según establece la normativa aplicable. Su información más importante es la siguiente:

- Actividad: Servicios de Limpieza.
- Ubicación: C/ Estrella 22. Barbate (Cádiz).
- Régimen asociativo: Sociedad Limitada.
- Características específicas: servicio integral de limpieza de centros de trabajo, empresas e industrias.
- Plantilla: 1 jefe/dueño, 1 administrativo, 1 comercial, 6 empleadas.

Resuelve los siguientes puntos:

1. Identifica los posibles daños para la seguridad y la salud en el ámbito laboral y del entorno.
2. Establece las relaciones entre las condiciones de trabajo deficientes y los posibles daños derivados de las mismas.
3. Identifica los factores de riesgo, generales y específicos, derivados de las condiciones de trabajo.
4. ¿Qué medidas de seguridad crees que deberán aplicarse en este caso concreto?

## Caso práctico 2:

**Puntuación 2 sobre 10**

Visiona el siguiente video y contesta los siguientes puntos:

<https://www.youtube.com/watch?v=YLLK6YEOrWA>

- Destaca los 3 aspectos más importantes del video. Justifica tu respuesta.
- Si fuera el encargado de RRHH de un edificio de oficinas, además de lo expuesto en el video, ¿qué otra norma, consejo o conducta incluirías en el video que no esté? ¿Hay algo que para ti sea fundamental que el video no dice?
- Que consideras más importante en el momento de implantar un plan de emergencia en una empresa. Razona tu respuesta

## Caso práctico 3:

**Puntuación 1,5 sobre 10**

Ve el siguiente video.

<https://www.youtube.com/watch?v=5smNlpo9a5E>

Enumera las tipologías de factores de riesgo psicosociales existentes en la salud laboral, y los factores de riesgo de cada tipología, por ejemplo, en el minuto 1:10 empieza a nombrar la primera tipología de factores de riesgo psicosociales: los relativos al entorno, y pone un ejemplo de dos factores de riesgo: las condiciones ambientales y el diseño del puesto de trabajo.

## Caso práctico 4:

**Puntuación 1,5 sobre 10**

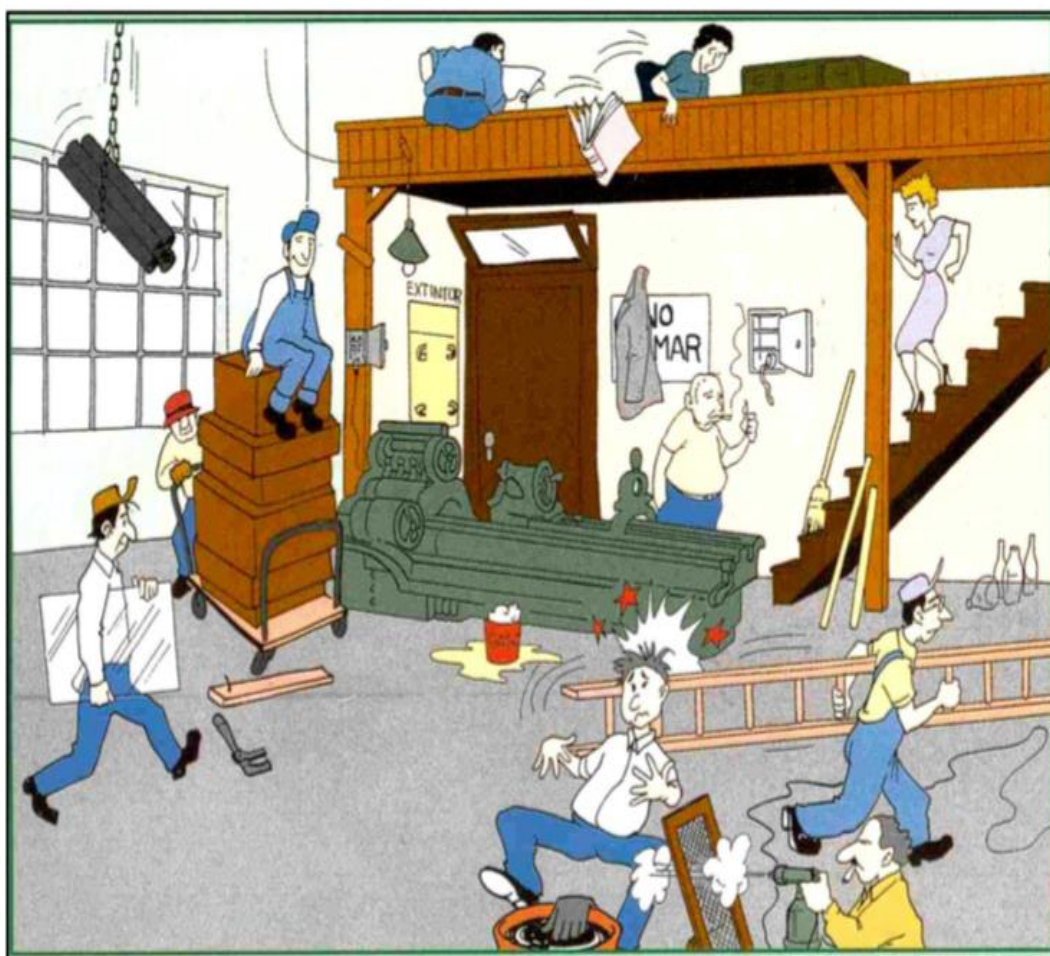
Imagina que un trabajador de tu empresa sufre un desmayo y pierde el conocimiento.

- ¿Dónde le tomarías el pulso?
- ¿Qué método emplearías en el caso de que no tuviera pulso? Explica paso a paso el procedimiento que llevarías a cabo en esta situación de emergencia.

## Caso práctico 5:

**Puntuación 2,5 sobre 10**

A partir de la siguiente imagen rellena la tabla que aparece a continuación con la evaluación general de riesgos y la lista de peligros. La primera fila de la tabla está completada a modo de ejemplo.



Situación	Evaluación general de riesgos	Tipo de peligro	Medida Correctora
El primer obrero de la izquierda puede tropezarse con la herramienta que hay en el suelo	Caída al mismo nivel	Desorden y falta de limpieza	Establecer un plan de orden y limpieza Disponer de un espacio donde dejar las herramientas organizadas

## Caso Práctico 1

### Empleados de limpieza

#### Factores de riesgo derivados de las condiciones de seguridad

##### Estructurales

Al desempeñar su trabajo en centros de trabajo ajenos a la empresa de limpieza es el empresario titular de cada centro de trabajo quien deberá adoptar las medidas necesarias para garantizar la seguridad del mismo, incluyendo garantizar que la empresa de limpieza reciba la información e instrucciones adecuadas en relación con los riesgos existentes en el centro de trabajo. También deberá vigilar que los empleados cumplan con estas medidas, incluyendo los empleados de limpieza, aunque sean de una empresa ajena. La empresa de limpieza deberá cooperar en lo posible para la aplicación de estas medidas, por ejemplo, informar a cada empleado propio de las distintas medidas de seguridad que pueda haber en cada empresa.

Los empleados de limpieza requieren desplazarse por las superficies de tránsito de las empresas que limpian y escaleras, donde las haya. También existe la posibilidad de que tengan que utilizar las instalaciones eléctricas del local si tuvieran que utilizar herramientas como, por ejemplo, aspiradoras.

Si las superficies de tránsito y escaleras no estuvieran en buenas condiciones podrían provocar caídas y lesiones al personal y si las instalaciones eléctricas no lo estuvieran, podrían provocar descargas eléctricas.

**Posible daño:** Accidente Laboral

**Medidas de seguridad:** mantener en óptimas condiciones todas las estructuras e instalaciones de los centros de trabajo, superficies de tránsito, pasillos, escaleras, tomas de corriente, etc. Asegurar la presencia de superficies con adherencia adecuada donde sea necesario. Informar a los empleados del uso correcto de instalaciones eléctricas. Debe cumplirse la normativa referida a evacuación y protección contra incendios.

#### Factores de riesgo derivados de las condiciones ambientales

##### Agentes Químicos<sup>1</sup>

Durante la utilización de productos de limpieza los trabajadores pueden estar expuestos a los agentes químicos nocivos para la salud presentes en su composición, por tres distintas vías:

---

<sup>1</sup> <https://www.insst.es/stp/basequim/022-limpieza-de-edificios-y-locales-exposicion-a-los-agentes-quimicos-utilizados-2016>



- **Inhalatoria**: cuando hay presencia de vapores o aerosoles líquidos.  
**Puede ocasionar** inflamación de las partes del aparato respiratorio que entren en contacto con el químico y asma, o en exposiciones más prolongadas o en concentraciones altas, bronquitis y edema pulmonar.
- **Dérmica**: debido al contacto directo con el producto, con superficies contaminadas o como consecuencia de salpicaduras. En algunos casos puede ser importante la absorción a través de las membranas mucosas de los ojos.  
**Puede ocasionar** irritaciones, dermatitis irritativas o alérgicas, quemaduras graves y ulceraciones en el caso de la piel, o irritaciones, lesiones oculares graves e incluso ceguera temporal en el caso de los ojos.
- **Digestiva**: debido a una ingesta accidental.  
**Puede ocasionar** irritación, quemaduras y ulceraciones gastrointestinales.

Además, la exposición a algunos agentes químicos puede producir efectos sobre órganos lejanos a la vía de entrada del agente químico, como efectos sobre la reproducción y el feto, alteración endocrina y efectos cancerígenos

**Posible daño:** Enfermedad Laboral

**Medidas de seguridad:**

- **Eliminación o reducción del riesgo**: intentar evitar en la medida de lo posible la utilización de productos de limpieza compuestos por químicos peligrosos, o si no fuera posible, cambiarlos por productos de menos peligrosidad.
- **Medidas sobre el centro de trabajo**: garantizar la correcta ventilación, especialmente si se utilizan productos volátiles.
- **Medidas sobre el trabajo**: formar a los empleados sobre la correcta utilización de los productos de limpieza, por ejemplo, no mezclar productos de limpieza, seguir las indicaciones del fabricante del producto en todo momento, almacenar los productos de manera correcta (ventilados, lejos del calor...), etc. Facilitar equipos de protección individual a los trabajadores y fomentar su uso.
- **Medidas de higiene personal**: no comer ni beber en la zona de trabajo, facilitar equipos de protección individual a los trabajadores y fomentar su uso, una correcta limpieza y sustitución de la ropa de trabajo, etc.

### Agentes Biológicos

Los empleados de limpieza pueden entrar en contacto con agentes biológicos (virus, bacterias, hongos, etc), aun cuando no desempeñen su actividad laboral en centros de riesgos como centros sanitarios. Por ejemplo, en la limpieza de baños.

**Posible daño:** Enfermedad Laboral

**Medidas de seguridad:** facilitar barreras protectoras y equipos de protección individual a los empleados y fomentar su uso. Formar a los empleados sobre buenas

prácticas de higiene personal. Llevar a cabo una correcta limpieza y sustitución de la ropa de trabajo.

### Factores de riesgo derivados de la carga y organización del trabajo

#### Carga de trabajo

**Fatiga física:** estar de pie mucho tiempo y malas posturas pueden llevar al empleado a desarrollar fatiga física.

**Medidas de seguridad:** formar al empleado sobre posturas correctas en su labor de limpieza. Proporcionar o fomentar calzado adecuado para el tipo de trabajo.

## Administrativo y comercial

### Factores de riesgo derivados de las condiciones de seguridad

#### Estructurales

En este caso, sí es el dueño de la empresa el que deberá asegurarse de las condiciones óptimas de las instalaciones, ya que el administrativo y el comercial sí trabajan en el centro propio de la empresa. Se prevén los mismos riesgos y medidas de seguridad estructurales que los empleados de limpieza que desempeñan sus funciones en otros centros. Atención especial a las instalaciones eléctricas, ya que se espera que ambos hagan uso frecuente de ordenadores, fotocopiadoras, impresoras, entre otras herramientas tecnológicas.

## Todos los empleados

### Factores de riesgo derivados de la carga y organización del trabajo

#### Carga de trabajo

**Fatiga física:** estar mucho tiempo de pie (empleados de limpieza) o sentado (comercial y administrativo) y con malas posturas pueden llevar a los empleados a desarrollar fatiga física.

**Medidas de seguridad:** formar a los empleados de limpieza sobre posturas correctas en su labor de limpiar y proporcionar o fomentar calzado adecuado para estar largos periodos de pie. Formar a los empleados de oficina (administrativo y comercial) sobre las posturas correctas al estar sentados frente a un ordenador y las pausas que se deben tomar periódicamente para cambiar la posición de sentado por caminar o estar de pie. Proporcionar puestos de trabajo (sillas, escritorios...) que faciliten la ergonomía. Evitar el sobretrabajo.

**Fatiga mental:** exigencias, objetivos, control, y cantidad de información excesiva a un empleado aumentan el riesgo de una fatiga mental.

**Medidas de seguridad:** evitar la microgestión de los empleados. Que los objetivos de productividad sean realistas y no para sobre presionar al empleado. Exigir a cada empleado según su formación y capacidades. Evitar el sobretrabajo.

## Factores de riesgo derivados de las condiciones ambientales

### Agentes Físicos

**Iluminación y temperatura:** las condiciones ambientales deben ser las adecuadas para no poner en riesgo la salud de las personas que convivan en el espacio, especialmente las condiciones termohigrométricas (temperatura y humedad). Malas condiciones de iluminación pueden provocar fatiga ocular, patologías oculares, errores y accidentes. Temperaturas muy altas pueden provocar malestar, poca eficacia en el trabajo, colapso cardíaco y golpe de calor (e incluso la muerte). Por otro lado, temperaturas muy bajas pueden provocar malestar y poca eficacia en el trabajo. Existen condiciones mas graves asociadas con bajas temperaturas extremas, pero que no supondrían un riesgo debido a la ubicación de la empresa (Cádiz).

**Posible daño:** Enfermedad Laboral, Accidente Laboral

### Medidas de seguridad:

**Iluminación:** la luz debe ser natural siempre que sea posible y deberá ser complementada con luz artificial cuando no sea suficiente. Se debe aplicar el mínimo de iluminación necesaria para realizar los trabajos. En aquellos lugares donde un fallo en la iluminación implique un riesgo para la seguridad de los trabajadores se deberá disponer de iluminación de emergencia.

**Temperatura:** se debe garantizar la temperatura, humedad y ventilación adecuadas, si es necesario mediante equipos de climatización.

## Caso práctico 2

### 3 aspectos más importantes del video

- Nunca hay que volver atrás (ni demorar una evacuación) para recoger objetos personales. Es un comportamiento más común de lo que se cree durante una evacuación. Pone en riesgo la vida de la persona y entorpece la evacuación, posiblemente llegando a poner la vida de otras personas en riesgo.
- Qué hacer en caso de un incendio real. Muy importante saber pautas para aumentar las probabilidades de sobrevivir un incendio y qué hacer si nos vemos aislados sin opciones de evacuación.
- Debemos realizar un simulacro de evacuación como mínimo una vez al año. Practicar el plan de evacuación repetidamente aumenta la probabilidad de reaccionar de la manera adecuada en el caso de una emergencia real, donde hay

factores externos desorientadores como el calor, la oscuridad (incendios) y el pánico. Los simulacros también son la única manera de encontrar fallos en el plan de evacuación que pudieron haberse pasado por alto en el momento de diseñarlo.

### ¿Qué otra norma o consejo incluirías en el video que no esté?

Evitar hacer de héroe. Seguir el plan de emergencia y dejar que los equipos de emergencia y cuerpos competentes cumplan sus funciones. Salirse del plan, aunque sea con buenas intenciones, puede entorpecer las funciones de otros y poner en serio riesgo la vida propia y, por consecuencia, la vida de otras personas, por ejemplo, los miembros de los cuerpos de rescate.

### ¿Qué consideras más importante en el momento de implantar un plan de emergencias en una empresa?

Asegurarse que las personas designadas en cada equipo de emergencia están capacitadas y formadas para llevar a cabo sus funciones en caso de una emergencia y que están dispuestas y se sienten capaces de realizarlas. Al fin y al cabo, son las personas que pondrán en práctica el plan de emergencia, y si no cumplen sus funciones correctamente no será posible que el plan sea ejecutado según lo previsto y su eficacia disminuirá seriamente.

## Caso práctico 3

### Factores de riesgo psicosociales

- Relativos al entorno de trabajo: condiciones ambientales y diseño del puesto de trabajo
- Relativos a la organización de tareas y funciones: ritmo de trabajo, monotonía, carga de trabajo, nivel de responsabilidad.
- Relativos a factores de organización del tiempo: pausas y duración de la jornada, flexibilidad de horarios y trabajos a turnos.
- Relativos a la estructura de organización del trabajo: participación y decisiones del trabajador, estilo de mando, la comunicación en la empresa, las relaciones personales y el apoyo social.
- Relativos a los factores personales del trabajador

## Caso práctico 4

No le tomaría el pulso directamente, sino que emplearía la técnica PAS (Proteger, Avisar, Socorrer)

- Proteger: me aseguraría de que no existe ningún riesgo en acercarme a la víctima, ni ningún riesgo que pueda empeorar su situación.

- Avisar: luego, avisaría (o pediría a otra persona que lo hiciera) la situación a los servicios médicos o servicios de emergencia.
- Socorrer: por último, haría una evaluación rápida del estado de conciencia de la víctima con la escala AVPN A (alerta), V (respuesta a estímulos verbales), D (respuesta a estímulos dolorosos) y N (no hay respuesta). Si no hubiera respuesta (inconsciente) por parte de la víctima, actuaría para preservar su integridad y prevenir que su estado empeore, empleando la regla ABC (airway, breathing, circulation):
  - Airway (vía respiratoria): al estar inconsciente existe el peligro de bloqueo de la faringe por lo que mantendría la vía respiratoria abierta y desbloqueada con la maniobra frente-mentón.
  - Breathing (respiración): seguidamente, evaluaría la respiración de la víctima durante 10 segundos, utilizando la regla: ver (el movimiento torácico), oír (la respiración), sentir (el aliento). Si la respiración fuera normal (entre 10-20 rpm, regular y profunda), pondría a la víctima en posición de recuperación, comenzaría a monitorear su circulación y comprobaría periódicamente que sigue respirando. Si la respiración no fuera normal comenzaría maniobras de RCP inmediatamente<sup>2</sup>.
  - Circulation (circulación): en este momento sí que tomaría el pulso a la víctima. Lo haría apretando su muñeca, justo debajo del pulgar, con mis dedos medio e índice, para controlar la frecuencia cardíaca (60-120 latidos por minuto), el ritmo y la fuerza del pulso. También controlaría la temperatura y el color de la piel y buscar signos de hemorragias. Pasaría toda la información recogida a los agentes sanitarios en el momento en que lleguen a tomar control. Si el pulso desapareciera comenzaría maniobras de RCP inmediatamente.

Para realizar la maniobra de RCP me aseguraría que la víctima está en un plano rígido y me arrodillaría a un lado, a nivel del tórax. Luego comenzaría a realizar compresiones en la unión entre las costillas y el esternón (en el centro del pecho, entre los pezones) con el talón de una de mis manos y los dedos de ambas entrelazados, con los brazos totalmente rectos y perpendiculares a mis hombros y empujando hacia abajo mi peso corporal, a razón de 100 compresiones por minuto e intercalando 2 ventilaciones efectivas cada 30 compresiones. Si hubiera más personas alrededor, pediría que localizaran un AED, si lo hubiera, y si alguien estuviera dispuesto, pediría ayuda con las respiraciones. Seguiría la maniobra hasta que llegara personal sanitario a tomar control o la víctima se recuperara, procediendo en este último caso a colocarla en posición de recuperación.

---

<sup>2</sup> [https://www.cruzroja.es/prevencion/hogar\\_09.html](https://www.cruzroja.es/prevencion/hogar_09.html) (aquí hay una discrepancia con respecto al texto en el libro)

## Caso Práctico 5

Situación	Evaluación general de riesgos	Tipo de peligro	Medida Correctora
El primer obrero de la izquierda puede tropezarse con la herramienta que hay en el suelo	Caída al mismo nivel	Desorden y falta de limpieza	Plan de orden y limpieza Disponer de un espacio donde dejar las herramientas organizadas
Hay una tabla con un clavo en el suelo	Lesión	Falta de limpieza	Plan de orden y limpieza
Hay un bote con gasolina en el suelo	Incendio	Almacenamiento incorrecto de materiales peligrosos	Política de seguridad Formar a los empleados sobre el uso y almacenamiento de materiales peligrosos Política de prevención de incendios
Una chaqueta no permite ver la señal de NO FUMAR	Incendio	Desorden	Plan de orden y limpieza Política de prevención de incendios
No hay extintor de incendios	Incendio	Falta de material necesario para garantizar la seguridad	Revisión periódica de inventario de materiales necesarios para la seguridad Política de prevención de incendios
La escalera no tiene barandilla	Caída al mismo o distinto nivel	Estructural	Cumplimiento de la normativa de condiciones mínimas de seguridad en el lugar de trabajo
El botiquín de primeros auxilios está vacío	Agravar lesión Incapacidad de administrar primeros auxilios	Falta de material necesario para garantizar la seguridad	Revisión periódica de inventario de materiales necesarios para la seguridad
El suelo por dónde camina el obrero con la escalera está mojado	Caída al mismo nivel	Falta de limpieza	Plan de orden y limpieza

El empleado sentado en la torre de cajas, el que está sentado en la barandilla de la segunda planta y el que tira el libro tienen conductas inapropiadas para el lugar del trabajo	Lesión propia y a terceros	Falta de liderazgo y normas de comportamiento	Código de conducta de la empresa
Hay un empleado fumando	Incendio Malestar en compañeros	Falta de liderazgo y normas de comportamiento	Código de conducta de la empresa Política de prevención de incendios
La instalación eléctrica de la máquina al lado de la escalera no tiene medidas de protección, como cuadros aislados	Riesgo eléctrico Lesiones graves	Estructural	Cumplimiento de la normativa de condiciones mínimas de seguridad en el lugar de trabajo
Hay un conjunto de tuberías en suspensión sin supervisión	Lesiones graves	Falta de liderazgo y cultura de prevención	Política de seguridad Formar a los empleados en el uso correcto de manejo de equipos
El obrero abajo a la derecha utiliza una herramienta sin equipo de protección personal y rocía a un compañero por accidente	Enfermedad Laboral Lesiones	Falta de liderazgo y cultura de prevención Espacios de trabajo no definidas	Formar a los empleados en el uso correcto de manejo de equipos Proveer a los empleados con equipos de protección personal Definir estaciones de trabajo con el espacio necesario y distancia correcta entre ellas