

Actividad 1:

- **Tres riesgos derivados de las condiciones de seguridad.**

- 1.- Riesgo por el estado de las instalaciones, los escalones en mal estado aumentan el riesgo de caídas.
- 2.- Riesgo de caídas de objetos gracias al mal almacenamiento del material informático como las cajas de placas base.
- 3.- Riesgo de enfermedades debido a la constante exposición al ruido que emite la maquina de lavado de vehículos que hay al lado e la empresa, esto puede causar daños auditivos como lo evidencia Juan con el zumbido en los oídos y daños vocales debido al tono de voz que tienen que usar para comunicarse.

- **Tres riesgos derivados de las condiciones ambientales.**

- 1.- Riesgo de estrés y presión laboral debido al nivel de acoso disfrazado de supervisión que sufren los empleados por parte de los técnicos superiores.
- 2.- Riesgo de epidemia por la falta de prevención cuando se evidencio la existencia de una enfermedad infecciosa en el area de trabajo.
- 3.- Riesgo de salud por la mala ventilación y el ruido, el sofoque que sufren los trabajadores aunado a el desgaste vocal que tienen por el ruido de las maquinarias de la empresa vecina.

- **Tres riesgos derivados de las condiciones ergonómicas**

- 1.- Riesgo de estrés laboral, el nivel de exigencia que sufren los trabajadores por parte de los supervisores los puede llevar a un brote de estrés.
- 2.- Riesgo de lesiones en el cuello y espalda debido al tiempo que pasan sentados e inclinados en malas posiciones
- 3.- Riesgo de depresión gracias a las malas condiciones de trabajo en general los empleados han comenzado a sufrir lo que parece el principio de un cuadro de depresión, falta de energía, tristeza y baja autoestima.

Actividad 2:

Realiza una **evaluación** de esos riesgos en función de la severidad de los daños que pueden producir en la salud del trabajador y la probabilidad de que ocurran así como una **valoración** de los mismos.

Riesgo	Severidad	Probabilidad	Gravedad	Causa del riesgo
Caídas	Medio (Lesiones leves y graves).	Alta.	Moderada.	Escalones dañados y baldosas sueltas, posible esguince o fractura
Caída de objetos	Medio (Lesiones leves y graves).	Alta.	Moderada.	Mal almacenamiento del equipo.

Riesgo	Severidad	Probabilidad	Gravedad	Causa del riesgo
Daños auditivos	Grave (daños auditivos a largo plazo).	Media.	Alta.	Ruido que emiten las maquinas de empresas vecinas
Estrés	Media (Salud mental).	Alta.	Alta.	Presión constante por parte de los supervisores.
Epidemia	Media (Enfermedades infecciosas)	Media.	Moderada.	Enfermedades infecciosas en el area de trabajo.
Lesiones cuello y espalda	Media (Dolores de espalda y cuello).	Media.	Moderada.	Falta de areas de trabajo adecuadas para el personal.
Depresión	Alta (Salud mental).	Alta.	Alta.	Presión y malas condiciones de trabajo en general.

Actividad 3:

Indica los daños a la salud que pueden provocar cada uno de esos.

- Accidentes por el mal estado de las instalaciones como caídas que pueden derivar en contusiones, esguinces, fracturas, entres otras.
- Caída de objetos desde estanterías muy altas puede ocasionar fracturas y lesiones en el cuerpo.
- Exposición constante a ruidos puede causar problemas que van desde dolores de cabeza y fatiga hasta daños auditivos a largo plazo ademas de problemas en la garganta como lo es la laringitis.
- El estrés laboral crónico tiene un impacto negativo en la salud física y mental del trabajador, trayendo como consecuencia enfermedades como la ansiedad, la depresión, trastornos del sueño, entres otros.
- La exposición a enfermedades virales como la gripe trae consigo síntomas como la fiebre, el malestar general y en algunos casos riesgo de complicaciones.
- La falta de areas de trabajo ergonómicas causan dolores de cabeza, cuello, brazos y hombros en los empleados.

Actividad 4:

Indica qué técnica de prevención y/o protección es más adecuada para prevenirlos.

- Mantenimiento y reparación de las instalaciones de trabajo, los escalones rotos y las baldosas sueltas disminuirán notablemente los riesgos de caídas y lesiones físicas.
- Habilitar un area de almacenamiento seguro con puertas para evitar cualquier posible caída de los materiales.
- Desarrollar un plan con espuma acústica para aislar las paredes y ventanas de las oficinas de trabajo y poder reducir en ruido tomando en cuenta una ventilación adecuada.
- Promover un ambiente de trabajo mas amigable y supervisores mejores capacitados para evitar la presión excesiva y así lograr un balance entre la vida laboral y personal.
- Implementar medidas de higiene como el uso de desinfectantes, mascarillas (en el caso de ser necesario) y desinfección de las areas de trabajo.
- Cambiar el mobiliario de trabajo por uno ergonómico, mesas, sillas, entre otros.
- Promover la importancia de la salud mental.

