**Actividades complementarias**

**Tiempo estimado de ejecución**

60 minutos.

**Objetivo de la actividad**

* Repasar los conceptos básicos abordados en la unidad.
* Analizar e interpretar los contenidos trabajados.
* Fijar la atención del alumno en los aspectos más relevantes de la unidad.

**Criterios de evaluación**

* Selecciona la información relevante abordada en la unidad 35%
* Expresa por escritos las ideas claves de manera clara y coherente 35%
* Argumenta y razona sus opiniones 30%

**Actividades de reflexión**

**Pregunta 1**

Identifica los diferentes riesgos que puedes encontrar según el lugar de trabajo.

* Caídas al mismo nivel.
* Caídas a distinto nivel.
* Pisadas sobre objetos.
* Choques contra objetos inmóviles.
* Choques contra objetos móviles.
* Atropellos con vehículos.
* Caídas con objetos por desplome o derrumbamiento.

**Pregunta 2**

Cita los principales riesgos que están asociados al uso de máquinas clasificándolos según su origen.

* **Mecánico**: aplastamientos, cortes, atrapamientos, impactos, abrasiones, proyección de materiales, partículas y fluidos, etc.
* **Eléctrico**: choque eléctrico o quemadura.
* **Térmico**: quemaduras.
* **Ruido**: sordera, fatiga.
* **Vibraciones**: trastornos musculares.
* **Proyección de partículas**: cortes, perforaciones o proyección de sólidos o fluidos.

**Pregunta 3**

Describe los efectos que pueden producirse durante un contacto eléctrico directo y que pueden causar la muerte de una persona trabajadora.

* **Parada cardíaca**: La corriente produce una pérdida brusca del pulso y la muerte súbita.
* **Fibrilación ventricular**: La corriente atraviesa el corazón y puede provocar una parada cardíaca.
* **Parada respiratoria y asfixia**: La corriente atraviesa los centros nerviosos respiratorios o el tórax.
* **Tetanización muscular**: La corriente anula la capacidad de control muscular e impide moverse a la persona.
* **Cosquilleo y movimientos reflejos**.

**Pregunta 4**

Indica cuáles son los principales productos de la combustión y sus efectos sobre las personas.

* **Gases tóxicos**, que constituyen la principal causa de muerte en los incendios.
* **Humos y gases calientes**, que pueden producir quemaduras externas o internas por inhalación, además de dificultar la visión y la evacuación de las personas.
* **Calor** producido por las llamas, que puede originar deshidratación y bloqueo respiratorio.

**Pregunta 5**

Indica cuáles son los síntomas y efectos de un trabajador que sufre el síndrome de *burnout.*

Agotamiento emocional, cansancio físico y psicológico, actitud fría y despersonalizada con los demás, falta de compromiso con el trabajo y sentimiento de incompetencia o ineficacia debido a la convicción de no poder atender debidamente las tareas.

**Actividades tipo test**

**1. El mantenimiento de la maquinaria:**

a) Es una medida de prevención integrada en la maquinaria.

b) No es una medida de protección.

c) Es una medida de prevención no integrada en la maquinaria.

**2. La tetanización:**

a) Produce movimientos reflejos.

b) Produce contracciones musculares y agotamiento.

c) Produce asfixia.

**3. La puesta a tierra y puesta a neutro es una medida para evitar…**

a) La electrocución por contacto indirecto.

b) La electrocución por contacto directo.

c) Las quemaduras por contacto eléctrico.

**4. La carga mental se origina debido a:**

a) La monotonía del trabajo.

b) El esfuerzo intelectual que realiza el trabajador.

c) Las exigencias del trabajo y las características del individuo que la realiza.

**5. El acoso laboral de un superior a un subordinado se llama:**

a) *Bossing.*

b) Acoso laboral ascendente.

c) *Bullying*.

**Actividades de casos prácticos**

**Pregunta 1**

Esteban es un encargado de almacén que se encarga de preparar los pedidos que solicitan los clientes y depositarlos en el vehículo de transporte que realiza la entrega al cliente posteriormente. Identifica algunos de los riesgos más probables que puede sufrir como consecuencia de su trabajo y clasifícalos según su origen.

* Riesgos mecánicos, como atrapamientos y cortes.
* Riesgos de caídas, al moverse por el almacén.
* Riesgos de manipulación de cargas, al levantar objetos pesados.
* Riesgos ergonómicos, por posturas incorrectas.
* Riesgos de accidentes de tráfico, al cargar o descargar vehículos.

**Pregunta 2**

Como responsable en prevención de riegos de una empresa de servicios logísticos te encargan que realices una sesión para formar a los trabajadores que se pasan la mayor parte del tiempo delante del ordenador en la oficina. ¿Qué recomendaciones harías?

Recomendaría tomar descansos breves, mantener una postura ergonómica, regular la configuración del monitor y realizar ejercicios de estiramiento.

**Pregunta 3**

Marta quiere abrir una lavandería en el centro de la ciudad, pero desconoce las medidas y reformas que debe llevar a cabo en la instalación eléctrica del local para que ésta cumpla con la normativa de prevención y de seguridad. ¿Puedes ayudarla?

Marta debe contratar a un electricista para inspeccionar la instalación eléctrica del local y realizar las medidas y reformas necesarias para cumplir con la normativa de prevención y seguridad.

**Pregunta 4**

Indica qué tipo de riesgo psicosocial sufren los trabajadores en las siguientes situaciones:

1. Un empleado comercial lleva varios años trabajando para una empresa del sector de la alimentación. En los tres últimos años han despedido a varios trabajadores y ha tenido que asumir parte de su trabajo. Ha pasado varios meses bajo mucha presión y estrés, pero de repente su actitud ha cambiado, se siente poco motivado y manifiesta una actitud fría y poco agradable con los clientes. Ha recibido varias advertencias de sus supervisores, pero permanece indiferente. Estrés laboral y sobrecarga de trabajo.
2. Una doctora especializada en traumatología tiene un calendario muy ajustado para realizar operaciones quirúrgicas y participa en numerosas conferencias sobre su especialidad, además de hacerse cargo de su vida familiar. Algunas veces reconoce que le falta un poco de tiempo libre para descansar y en algunas ocasiones tiene que lidiar con situaciones tensas y nerviosismo por la presión del trabajo y sus responsabilidades. Exceso de carga de trabajo y falta de tiempo para descansar.
3. Una trabajadora recibe constantemente bromas y mofas de sus compañeros de trabajo por su aspecto físico. Acoso laboral.

**Pregunta 5**

Trabajas en una empresa que se dedica a la entrega y envíos de paquetería urgente, y con el tiempo te das cuenta de que se producen muchas lesiones porque los trabajadores no manipulan correctamente las cargas. ¿Puedes explicarles cómo deben recoger correctamente un paquete?

Los trabajadores deben agacharse correctamente, levantar el paquete con las piernas, mantenerlo cerca del cuerpo y evitar giros bruscos al transportarlo.

**Formato e instrucciones de entrega**

Subir las respuestas en formato de texto al aula virtual en el espacio tareas.