

PREGUNTAS DE EXAMEN

1. ¿Dónde está la normativa básica sobre la seguridad en el trabajo?

En tres documentos:

- La Constitución Española.
- El Estatuto de los trabajadores.
- La Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

2. Entender diversos conceptos básicos sobre seguridad:

- a. **Prevención.** Medidas adoptadas para evitar o disminuir riesgos.
- b. **Peligro.** Situación que puede dar lugar a que un trabajador sufra daño.
- c. **Riesgo.** Posibilidad de sufrir un daño.
- d. **Accidente de trabajo.**
- e. **Enfermedad profesional.**
- f. **Protección (colectiva, individual).** Actuación para evitar las consecuencias perjudiciales de un peligro.
- g. **Ergonomía.** Estudio de las posiciones del cuerpo humano.

3. ¿Qué obligaciones tiene el empresario y los trabajadores en materia de seguridad?

- a. **Empresario.** Planificar la prevención, informar y formar a los trabajadores, actuar en caso de necesidad y suministrar los EPIS a los trabajadores.
- b. **Trabajadores.** Usar adecuadamente los EPIS, informar de posibles riesgos, usar adecuadamente los dispositivos de seguridad y colaborar con el empresario.

4. Los lugares de trabajo deben cumplir las condiciones necesarias para el desarrollo de la actividad.

a. ¿Cómo deben ser los suelos?

Los suelos deberán ser lo bastante resistentes para soportar cargas dinámicas (vehículos, carretillas elevadoras...) y estáticas (estanterías, apilados...). Si hay peligro de derramar sustancias, deberán ser resistentes a dichas sustancias. Deberán de ser de fácil limpieza y se procurará que sean lo menos deslizantes posibles.

b. ¿Y cómo deben usarse las vías de circulación?

Deben poder utilizarse conforme a su uso previsto, de forma fácil y con total seguridad para los peatones o vehículos que circulen por ellas y para el personal que trabaje en sus proximidades.

5. ¿Cuáles son las condiciones ambientales a tener en cuenta en los lugares de trabajo?

Las condiciones ambientales no deben suponer una molestia para el trabajador en el desarrollo de su actividad.

- Temperatura.

- Humedad.
- Ventilación.

6. ¿Qué es lo más importante relacionado con la iluminación (ver lo subrayado)?

Deberá adaptarse a las características de la actividad. La iluminación debe ser además:

- Homogénea.
 - Uniforme.
 - No deben producirse deslumbramientos.
- También debe disponer de un alumbrado de emergencia.

7. ¿Qué esquemas seguimos a la hora de trabajar para prevenir los accidentes?

Eliminación del peligro→Aislamiento del riesgo→Medidas protección colectivas→Medidas de protección individuales.

8. ¿Cuáles son los colores de seguridad en las señales tipo panel y qué significan?

Rojo: Prohibición, peligro. **Forma:** Circular (Prohibición).

Amarillo: Advertencia. **Forma:** Triangular (Advertencia, peligro).

Azul: Obligación. **Forma:** Circular (Obligación).

Verde: Salvamento, auxilio. **Forma:** Rectangular o cuadrada (Salvamento y primeros auxilios).

9. ¿Qué tipos de señales de seguridad existen?

- Señales acústicas.
- Señales luminosas.
- Comunicación verbal.
- Señales gestuales.
- Señales complementarias.

10. ¿Qué es la manipulación manual de carga?

Cualquier operación de transporte o sujeción de una carga por parte de uno o varios trabajadores, como el levantamiento, la colocación, el empuje, la tracción o el desplazamiento, que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.

11. ¿Qué tipos de EPIS hay y qué parte del cuerpo protegen?

-Calzado (de seguridad, de protección o de trabajo, según el nivel de protección): protección de los pies.

-Ropa de protección (sustituye o cubre la ropa personal y proporciona protección dependiendo de su uso: protección térmica, mecánica, contra la intemperie, contra productos químicos y ropa reflectante de alta visibilidad): protección del tronco. No confundir con uniformes. Fajas: no está comprobada su eficacia.

- Guantes (3 categorías según su grado de protección: de jardinería, de protección frente a riesgos mecánicos y guantes de protección térmica o química): protección de las manos.
- Cascos: protección de la cabeza.
- Tapones y orejeras: protección de los oídos (CUANDO EL RUIDO AMBIENTAL SUPERE LOS 80 dB). Se usarán solo durante la exposición al ruido.
- Caretas y gafas: protección visual.

12. ¿Qué posición debemos tener a la hora de levantar objetos pesados?

- Nos posicionamos frente a la carga con los pies separados para mantener el equilibrio. Podemos hacer una prueba para tener claro que vamos a levantar y si podemos hacerlo evitando así sobre esfuerzos. En caso que no podamos levantarla pediremos ayuda o buscaremos un medio mecánico para el transporte.
- Mantener la espalda recta. Si hay que levantar cargas situadas en el suelo o posiciones bajas, flexionaremos las rodillas y haremos fuerza con las piernas. Haremos el levantamiento poco a poco evitando sobre esfuerzos con los codos y pegados al cuerpo.
- A la hora de transportar cargas, mantendremos la espalda recta, con los brazos extendidos para que soporten la fuerza, manteniendo la carga lo más pegada al cuerpo posible.
- Procuraremos no girar el tronco con carga. Para girar daremos un paso en la dirección del giro.
- Al desplazarnos con esta, nos aseguraremos de poder ver por encima de ella.
- Se evitará subir a mano cargas por escaleras portátiles o similares

13. ¿Qué medidas de seguridad se usan en los muelles de carga?

Los muelles de carga deberán estar señalizados para evitar riesgos de caídas al encontrarse elevados para facilitar el descargado de camiones. A ser posible dispondrán de una valla de protección para evitar caídas.

14. ¿Cuáles son los tres puntos básicos para mantener el orden y limpieza en el almacén?

- Las vías de paso, salidas y en especial las de emergencia deben permanecer libres de objetos.
- Los lugares de trabajo, incluidos los equipos se limpiarán periódicamente y siempre que sea necesario.
- Las operaciones de limpieza no deben entrañar riesgo para los trabajadores que las realizan ni para el resto de los trabajadores, por lo que se harán en el momento adecuado y con los medios apropiados.

15. ¿Qué hábitos son adecuados a la hora de trabajar?

- Puntualidad en el puesto de trabajo.
- Al empezar la jornada, ponerse la ropa de trabajo o EPI.
- Intentar planificar la jornada de trabajo.

- Tener en cuenta las medidas de prevención de riesgos y actuar conforme a las normas de seguridad. Si se produce alguna anomalía que supone un peligro elevado, parar la actividad.
- En el momento que se ensucie, limpiar lo ensuciado.
- Mantener el puesto de trabajo ordenado. Los útiles y herramientas de trabajo se volverán a colocar en su sitio una vez utilizadas.
- No abarcar más carga de trabajo que la que se pueda realizar.
- No realizar trabajos que no nos correspondan, aunque sí ayudar si es necesario.
- Si debemos desplazarnos de nuestro trabajo, debemos comunicarlo.

16. ¿Qué tres componentes son necesarios para que se produzca un incendio? Pon un ejemplo o explica cada uno de ellos.

- Comburente:** Es el oxígeno que ayuda a la combustión.
- Combustible:** Es una sustancia que se oxida en presencia de un comburente y desprende calor. Los elementos líquidos y sólidos no arden directamente, el fuego se produce por la combustión de los gases que desprenden.
- Energía de activación:** Es la cantidad de energía (calor) necesaria para que se produzca el fuego. Puede proceder de una llama, chispa, superficie caliente, o calor producido por cualquier otro medio.

17. Menciona las pautas a seguir en caso de incendio.

- Llamar con la mayor rapidez a los equipos de emergencia (Bomberos). Teléfono de emergencias: 112.
- Conservar la calma y actuar con rapidez.
- Iniciar la evacuación siguiendo el plan de evacuación. Si no puede seguirlo, piense en las posibles vías de salida y valore los obstáculos.
- No utilizar el ascensor como vía de escape, utilice la escalera, hágalo de forma pausada, ya que puede faltar oxígeno, y pegado a la pared.
- Antes de abrir una puerta palparla con la mano para ver si está caliente. Si tuviese que abrir la puerta hacerlo lentamente y pegado con la pared del lado del pilar, nunca de frente.
- En caso de encontrar humo, tapan la nariz y boca con un pañuelo.
- En la evacuación cerrar las puertas y ventanas para dificultar la propagación del fuego.

18. ¿Cuál es el procedimiento a seguir para la extinción del fuego?

- Corte cuanto antes el suministro eléctrico. **NO SE PUEDE USAR AGUA EN INCENDIOS DE TIPO ELÉCTRICO.**
- No apagar con agua incendios de tipo: gasolinas, aceites, etc.
- El fuego se atacará por la base.
- Colocarse entre la puerta y el fuego.
- Si el incendio se produce en espacios abiertos, hay que acercarse siguiendo la misma dirección del viento para evitar la inhalación de humos tóxicos o el riesgo de quemaduras.
- No arriesgarse innecesariamente.
- Si no se apaga el fuego, salir del lugar del incendio y seguir el plan de evacuación.

