

## 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:

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

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

- Empresario.** Planificar la prevención, informar y formar a los trabajadores, actuar en caso de necesidad y suministrar los EPIS a los trabajadores.
- 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.
- Casco: 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.

