



saludlaboral@ugteuskadi.org

www.ugteuskadi.org

RUIDO

Ruido es un sonido molesto y no deseado que puede causar alteraciones físicas y/o psíquicas, y perturbar una actividad en el ámbito laboral.

La exposición al ruido debe eliminarse en su origen o reducirse al nivel más bajo posible, teniendo en cuenta los avances técnicos y la disponibilidad de medidas de control del riesgo.

Existen valores límite de exposición que no pueden excederse:

- Valores límite de exposición: 87(db) y 140(db) como valor pico.
- Valores superiores de exposición que dan lugar a una acción: 85(db) y 137(db) como valor pico.
- Valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción: 80(db) y 135(db) como valor pico.

VIBRACIONES

Se produce la exposición a vibraciones cuando el movimiento oscilatorio o vibratorio de alguna estructura o equipo de trabajo es transmitido al cuerpo humano.

Las vibraciones pueden ser de dos tipos: transmitida al sistema mano-brazo o al cuerpo entero.

Existen valores límite y deben tenerse en cuenta los avances técnicos y la disponibilidad de medidas de control del riesgo.

RADIACIONES

La radiación es la emisión, propagación y transferencia de energía en cualquier medio en forma de ondas electromagnéticas o partículas. Pueden ser no ionizantes (infrarroja, microondas, luz solar, etc.) e ionizantes (rayos X, nuclear).

Las principales medidas preventiva son: debe limitarse el tiempo de exposición, existir una distancia de seguridad y usar EPIS (por ejemplo gafas).

Contacta con la Oficina Técnica



LUCHAMOS por lo TUYO

TELÉFONOS DE CONTACTO

Tel. 94 425 76 65

Tel. 94 425 76 83

Tel. 945 150 028

SECRETARÍA DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE DE UGT-EUSKADI

– Atención Personalizada.

– Oficina Técnica con visitas a las empresas para asesorarte e informarte de los posibles riesgos.

– Toda la Información en seguridad y salud laboral.

– Asesoramiento técnico y legal en materia Preventiva.

UGT-EUSKADIKO LAN-OSASUN ETA INGURUMEN IDAZKARIA

– Aholkularitza.

– Enpresak bisitatu: Bertan izan litezkeen arriskuei buruz aholkatzeko eta berri emateko.

– Lan segurtasun eta osasunari buruzko informazio guztia.

– Prebentziozko gaietan aholkularitza teknikoa eta legala.

EXPOSICIÓN A AGENTES FÍSICOS EN EL TRABAJO

CLASES Y MEDIDAS PREVENTIVAS



D.L.: BI-585-2019



EXPOSICIÓN A AGENTES FÍSICOS EN EL TRABAJO

CLASES Y MEDIDAS PREVENTIVAS

¿QUÉ SON LOS RIESGOS FÍSICOS?

Son manifestaciones de la energía que pueden causar daños a las personas trabajadoras como son la energía mecánica, (ruido y vibraciones) la energía calorífica (calor o frío), energía electromagnética y radiaciones (ionizante y no ionizante).

¿DÓNDE SE REGULAN?

Principalmente, en el R.Decreto 486/1997 sobre lugares de trabajo, R.Decreto 286/2006 sobre Ruido y R.Decreto 1311/2005, de 4 de noviembre, sobre la protección de la salud y la seguridad de trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la exposición a vibraciones mecánicas.

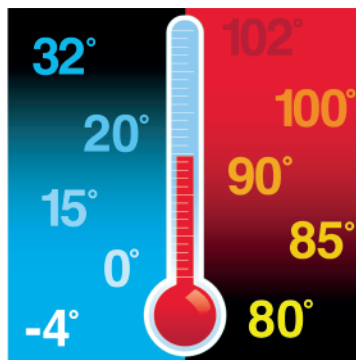
PRINCIPALES RIESGOS FÍSICOS

- Temperatura (calor y frío)
- Humedad
- Corrientes de Aire
- Iluminación
- Ruido
- Vibraciones
- Radiaciones (ionizantes y no ionizantes)

TEMPERATURA

El ambiente térmico influye directamente sobre el organismo, pues éste reacciona para mantener una temperatura interna constante de unos 37° C. Las condiciones ambientales pueden producir riesgos para la salud tanto por frío como por calor.

En los locales de trabajo cerrados la temperatura de los locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares estará comprendida entre 17 y 27 °C y donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25 °C.



¿Y LA TEMPERATURA DEL AIRE?

El R.D. 1826/2009, por el que se modifica el Reglamento de Instalaciones Térmicas en Edificios, recoge las siguientes limitaciones en la temperatura del aire: la temperatura del aire en los recintos calefactados no será superior a 21 °C y la del aire en los recintos refrigerados no será inferior a 26 °C.

HUMEDAD

La humedad relativa estará comprendida entre el 30% y el 70%, excepto en los locales donde existan riesgos por electricidad estática en los que el límite inferior será el 50%.

Una humedad relativa inferior al 30% puede provocar sequedad de las mucosas y de la piel y cuando se sobrepasa un 70% de humedad relativa pueden producirse condensaciones, proliferando agentes biológicos (hongos), favorecer la presencia de ciertas sustancias químicas en el aire y favorecer la corrosión de los materiales del edificio.

CORRIENTES DE AIRE

Los trabajadores/as no deben estar expuestos de forma frecuente o continuada a corrientes de aire cuya velocidad exceda los siguientes límites:

- 1.º Trabajos en ambientes no calurosos: 0,25 m/s.
- 2.º Trabajos sedentarios en ambientes calurosos: 0,5 m/s.
- 3.º Trabajos no sedentarios en ambientes calurosos: 0,75 m/s.

Estos límites no se aplicarán a las corrientes de aire expresamente utilizadas para evitar el estrés en exposiciones intensas al calor, ni a las corrientes de aire acondicionado, para las que el límite será de 0,25 m/s en el caso de trabajos sedentarios y 0,35 m/s en los demás casos.

RENOVACIÓN DEL AIRE

El sistema de ventilación y la distribución de las entradas de aire limpio y salidas de aire viciado, deberán asegurar una efectiva renovación del aire del local de trabajo

¿Y EN LOS TRABAJOS A LA INTEMPERIE?

En los lugares de trabajo al aire libre y en los locales de trabajo que, por la actividad desarrollada, no puedan quedar cerrados, deberán tomarse medidas para que los trabajadores/as puedan protegerse, en la medida de lo posible, de las inclemencias del tiempo.

Deben incluir, además de las destinadas a hacer frente al frío o al calor, las dirigidas a proteger a los trabajadores/as de la radiación solar directa. (Biseras, gafas, crema...).

ILUMINACIÓN



La iluminación de cada zona de los lugares de trabajo deberá adaptarse a las características de la actividad que se realice en ella, teniendo en cuenta:

- a) Los riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores/as dependientes de las condiciones de visibilidad.
- b) Las exigencias visuales de las tareas desarrolladas.

Siempre que sea posible, los lugares de trabajo tendrán una iluminación natural, que deberá complementarse con una iluminación artificial cuando la primera, por sí sola, no garantice las condiciones de visibilidad adecuadas.

Niveles mínimos de iluminación en zonas donde se ejecuten tareas con:

- Bajas exigencias visuales: 100 lux
- Exigencias visuales moderadas: 200 luxes
- Exigencias visuales altas: 500 lux
- Exigencias visuales muy altas: 1 000 luxes