

Unidad de Trabajo 4.- Riesgos laborales y protección ambiental.

Solución TAREA MME04

Detalles de la tarea de esta unidad. Enunciado.

En esta tarea vas a plantearte los aspectos medioambientales y de salud laboral referentes a tu actividad laboral:

1.- Describe tu puesto de trabajo habitual. Evalúa qué aspectos ergonómicos son correctos o cuáles no de los siguientes (puedes añadir otros que puedas considerar importantes):

- Según tu altura, anchura y peso:
 - Habitación suficientemente alta.
 - Mobiliario con todos sus elementos al alcance de las manos (sin necesidad de recurrir a elementos auxiliares como escaleras).
 - Suficiente espacio en el habitáculo para desplazarse sin tropezar en él.
- Según el ambiente de trabajo:
 - Ventilación.
 - Ruido.
 - Temperatura.
 - Iluminación.
 - Tipo: Natural o artificial.
 - Orientación.
 - Uso de cortinas en el caso de exceso de luz natural.
- En el puesto de trabajo:
 - Posición del monitor: ¿Permite que mires al monitor de frente?
 - Posición del teclado y ratón.
 - Dimensiones del monitor.
 - Distancia de visualización del monitor.
 - Tamaño de la fuente.
 - Silla: ¿Permite que tengas una postura correcta?

El estudio donde tengo el ordenador es una habitación dedicada exclusivamente a ello. Cuenta con una mesa lo suficientemente amplia para tener el PC, su monitor y periféricos (teclado, ratón, impresora, y escáner).

La pantalla es de tipo TFT, situada a la altura de mis ojos, y teniendo el cuerpo colocado en línea con ella y con el teclado.

El asiento es de tipo sillón de oficina con ruedas, y siempre intento mantener una postura correcta: rodillas y brazos correctamente doblados.

Tengo iluminación natural (una ventana en mi lado izquierdo), y luz artificial para las noches situada en la parte superior izquierda.

Como principales fallos ergonómicos (que tengo que arreglar) tengo:

- La temperatura de la habitación suele ser baja, lo que me obliga a utilizar un radiador eléctrico que me reseca el ambiente cada vez que lo pongo.
- El equipo ya tiene 7 años, con lo cual, el ventilador del PC ya no es tan silencioso cómo solía ser

2.- Localiza 1 imagen de señal de seguridad de cada uno de los tipos que hemos visto en el apartado 2.5 (obligación, peligro, contra incendios, salvamento y advertencia). Por cada tipo muestra 1 señal (distinta de las mostradas en los contenidos) relacionada con el trabajo de un técnico de informática (distintas de las mostradas en los contenidos). Se valorará especialmente si la imagen procede de un sitio real, es decir, (realizadas por ti). En éste caso, indica el lugar de realización (centro de trabajo).

Obligación	https://www.herraiz.com/ficha/herraiz-maquinaria/epis-y-senalizacion/senalizacion/senales-fotoluminiscentes-y-de-seguridad/senales-de-obligacion/senal-obligacion-pvc-21x30cm-obligatorio-el-uso-de-mascarilla
Peligro	http://www.monografias.com/trabajos65/seguridad-medio-ambiente/seguridad-medio-ambiente_image010.gif
Contra incendios	http://www.gestion-calidad.com/graficos%20web/senal-incendios.gif
Salvamento	http://www.tecnorotul.com/index.php?codarticulo=1174
Advertencia	http://www.tecnorotul.com/index.php?codarticulo=1145

3.- Averigua cuál es el punto limpio más cercano a tu domicilio. Indica la distancia aproximada que hay desde el punto limpio hasta tu domicilio, el tipo y cantidad de sustancias que se pueden reciclar y los elementos informáticos y la cantidad de ellos que se pueden depositar.

Para averiguar cuál es el punto limpio más cercano, se puede recurrir a la web <https://www.ocu.org/consumo-familia/derechos-consumidor/calculadora/puntos-limpios> donde muestra todos los puntos limpios de España ordenados por provincias.

En mi caso, el más cercano es el localizado en Torrelavega, a unos 4Km de mi domicilio. En él, se pueden reciclar los siguientes artículos (según información de la propia web):

- Resto electrodomésticos (lavadoras, aspiradoras,...). Máximo 2 unidades por persona
- Aparatos electrónicos de consumo (cámaras fotos, lectores DVD, juguetes...).
- Máximo 2 unidades por persona
- Teléfonos móviles. Máximo 4 unidades por persona
- Pilas. Máximo 5 kilos por persona
- Tóner y cartuchos de tinta de impresoras. Máximo 4 unidades por persona
- Baterías de coche. Máximo 2 unidades por persona
- Neumáticos. Máximo 5 unidades por persona
- Aceite de motor. Máximo 10 litros por persona
- Radiografías. Máximo 4 unidades por persona
- Ropa y calzado usado.
- Tubos fluorescentes, lámparas especiales (ahorradoras, descarga). Máximo 4

- unidades por persona
- Aceite vegetal. Máximo 10 litros por persona
- Aerosoles y esprays. Máximo 4 unidades por persona
- Plaguicidas. Máximo 5 kilos por persona
- Jardinería o restos de poda. Máximo 2m 3 por persona
- Pinturas, barnices, colas y disolventes. Máximo 5 kilos por persona
- Voluminosos: puertas, colchones, muebles y enseres. Máximo 2m 3 por persona
- Escombros. Máximo 2m 3 por persona
- Chatarras metálicas (fontanería,etc). Máximo 2m 3 por persona
- Vidrio.
- Papel y cartón.
- Envases.

4.- En el trabajo que estés actualmente (tú, algún miembro de tu familia o un amigo), averigua y resume las medidas medioambientales más importantes que están teniendo en cuenta: forma de ahorrar energía, formas de reciclar residuos... Propón alguna medida más que pudieran realizar.

Por resultar más interesante, comentaré el estado de la oficina de mi mujer. Trabaja en Apia XXI (<http://www.apiaxxi.es/>). Se trata de un consulting de ingeniería con unos 500 empleados repartidos en distintas sedes en España, Europa del Este, y América. Desde el año 2004 cuentan con la certificación ISO14001, relativa a métodos de trabajo sostenibles medioambientalmente.

Debido a ésta certificación, llevan un control riguroso de todos sus residuos, contando con una empresa externa para el reciclado de sus principales desechos: papel, y consumibles de impresión (tóner).

Para reducir al máximo el consumo energético, en su nueva sede de Santander (Parque Tecnológico), han creado un edificio inteligente con un control exhaustivo de la climatización del edificio. Como ejemplo: el control de persianas está sincronizado con el movimiento del sol para aprovechar al máximo la luz que entra en el edificio, cuentan con paneles solares en el tejado para consumo propio, todas sus impresoras cuentan con impresión a doble, y dentro de sus comunicaciones internas intentan utilizar al máximo el formato digital (para disminuir el consumo de papel).

Como medida complementaria, sería bueno que optimizaran los flujos de llegada/salida de empleados. La mayor parte de ellos acuden en su propio coche al trabajo, y sólo una persona por cada coche. Una política que fomente la agrupación de empleados para su transporte ahorraría una enorme cantidad de consumo de gasolina, especialmente si se hiciera coordinadamente con el resto de empresas del parque tecnológico.

Indicaciones de entrega.

Una vez realizada la tarea elaborarás un único documento dónde figuren las respuestas correspondientes. El envío se realizará a través de la plataforma de la forma establecida para ello, y el archivo se nombrará siguiendo las siguientes pautas:

apellido1_apellido2_nombre_MME04_Tarea

Asegúrate que el nombre no contenga la letra ñ, tildes ni caracteres especiales extraños. Así por ejemplo la alumna Begoña Sánchez Mañas para la cuarta unidad del MP de MME, debería nombrar esta tarea como...

sanchez_manas_begona_MME04_Tarea