

Prevención de Riesgos Laborales en Instalaciones de Megafonía y sonorización:

Cuestiones a considerar.



Conceptos:

- **Riesgo laboral** es cualquier aspecto del trabajo que realizan los operarios y que tiene potencialidad por si mismo de causar un daño.
- **Prevención de riesgos laborales** es la disciplina que tiene como fin el promover la seguridad y salud de los trabajadores mediante la identificación, evaluación y control de los peligros y riesgos asociados a un proceso productivo, además de fomentar el desarrollo de actividades y medidas necesarias para prevenir los riesgos derivados del trabajo.



Decálogo de Prevención:

- 1) **Actuar de forma segura en todas las actividades debe constituirse en hábito para el trabajador.**
- 2) **No hay que arriesgarse. Debemos evitar riesgos o reducirlos al mínimo.**
- 3) **Hay que prestar atención al trabajo que realizamos. La prisa es sinónimo de accidente.**
- 4) **Debemos seguir las instrucciones y cumplir con la normativa. Nunca se debe improvisar.**
- 5) **Tenemos que informarnos y formarnos en materia de Prevención de Riesgos Laborales.**
- 6) **Ante cualquier anomalía que detectemos, debemos avisar a los superiores y compañeros de trabajo.**
- 7) **Todo accidente puede evitarse, ninguno ocurre causalmente.**
- 8) **La seguridad y la salud debemos considerarla tarea de todos, por lo tanto es imprescindible la participación.**
- 9) **Debemos considerar que nuestro trabajo es una tarea importante y sentirnos orgullosos cuando está bien hecho.**
- 10) **Atendiendo a la prevención de riesgos laborales, el que gana es el trabajador.**



Decálogo de orden y limpieza:

1. Mantener las zonas de paso y salidas libres de obstáculos.
2. Recoger los derrames accidentales inmediatamente para evitar que otra persona pueda sufrir un accidente.
3. Mantener limpio y ordenado el lugar de trabajo.
4. Realizar un mantenimiento correcto de las máquinas y herramientas.
5. Utilizar recipientes adecuados para los desechos y vaciarlos con la frecuencia necesaria.
6. Organizar bien todos los elementos de trabajo acostumbrándose a que cada cosa tiene que tener su sitio.
7. No tirar nada en cualquier lugar del centro de trabajo.
8. Mantener una higiene personal adecuada.
9. Cuidar los aseos.
10. Coordinar bien las acciones ya que una sola persona imprudente puede hacer inseguro todo el centro de trabajo.



Decálogo sobre riesgo eléctrico:

1. No usar nunca cables pelados, deteriorados o sin enchufe.
2. No desconectar nunca tirando del cable.
3. No conectar varios aparatos en el mismo enchufe.
4. No tocar nunca aparatos eléctricos con las manos mojadas o con los pies en contacto con agua.
5. No manipular los cuadros eléctricos si no tienes conocimiento.
6. No retirar jamás por tu cuenta las protecciones eléctricas ni suprimir las tomas de tierra.
7. Comunicar al servicio de mantenimiento cualquier anomalía eléctrica que se observe.
8. Si se nota cosquilleo al utilizar un aparato eléctrico, dejar de usarlo y notificarlo.
9. En caso de observar calentamiento o chispazos en motores, cables, etc., hay que notificarlo.
10. En caso de contacto eléctrico no tocar al accidentado sin desconectar la corriente.



Decálogo sobre el manejo seguro de herramientas:

1. No usar nunca una herramienta para algo diferente para lo que ha sido diseñada.
2. Cuidar de las herramientas, limpiándolas, manteniéndolas y con los mangos en condiciones.
3. Debe colocarse cada herramienta en el sitio que se ha destinado.
4. Cuando un compañero necesita una herramienta, no lanzarla, entregarla en mano.
5. No deben llevarse herramientas en los bolsillos.
6. Comprobar que las herramientas eléctricas llevan este símbolo de doble aislamiento.
7. Las herramientas eléctricas no deben abrirse, ya que perderán su protección.
8. Utilizar las protecciones adecuadas a la herramienta que se usa (guantes, calzado, gafas, etc.).
9. Utilizar una caja adecuada o un cinturón portaherramientas para el traslado de las mismas.
10. Si se realiza un trabajo que supone un riesgo para los demás, no debe dejarse que se acerquen.



Decálogo del uso de los EPIs:

1. Utilizar los equipos de protección individual (EPIs) si no se han podido evitar o reducir los riesgos por otros medios.
2. En tu centro de trabajo se deben poner a disposición los EPIs adecuados al trabajo que se realiza.
3. Antes de usar un equipo de protección individual, leer las instrucciones de manejo.
4. Cuidar correctamente y guardar los equipos de protección.
5. Deben existir EPIs que se ajustan a las necesidades y medidas del usuario.
6. Informar de los defectos y anomalías o daños que se detecten en el equipo.
7. El no usar los EPIs correctamente, puede suponer un riesgo añadido.
8. Los equipos de protección individual son de uso personal.
9. Comprobar que disponen de marcado << CE >>.
10. El uso de algo tan simple como un guante, puede evitarte un accidente.



Decálogo anti-estrés:

1. La participación en el trabajo es importante, no se debe trabajar de forma insolidaria o independiente, ofrece tu ayuda y pídela cuando necesites la de los demás.
2. Es importante trabajar en equipo, integrarse en el grupo, reconocer el valor humano de los compañeros y aprender a comunicarte sin agresividad, o timidez.
3. Debemos Valorar positivamente el trabajo que se realiza, sin caer en rutina, evitando el aburrimiento y disfrutando de la tarea bien hecha.
4. Hay que anticiparse los momentos de mayor trabajo, realizando una planificación adecuada y realista.
5. Disfrutar del tiempo de ocio y cuidar la salud, es fundamental.
6. También es importante fomentar las relaciones con tu familia, amigos y compañeros.
7. Con un sentimiento de felicidad y satisfacción en el trabajo y en la vida, se sufre menos estrés.
8. Disfrutar de lo que se haga en cada momento, buscando satisfacciones en las pequeñas cosas.
9. Descansar suficientemente antes de acudir al trabajo, no abusar de sustancias excitantes.
10. Aprender a relajarse, siendo flexible y creativo.

