

DOCUMENTACIÓN DISPONIBLE EN EL ISPLN

LIBROS (de consulta en Biblioteca del ISPLN)

AG 1-17 – Clasificación internacional de deficiencias, discapacidades y minusvalías. Manual de clasificación de las consecuencias de la enfermedad. Instituto Nacional de Servicios Sociales. 1983

EF 1-17 – Libro blanco I+D+I al servicio de las personas con discapacidad y las personas mayores. 2003

EF 1.1-0 3 – Ergonomía y discapacidad. IBV. 1999

EF 1.1-0 3 – ErgoDis/IBV Método de adaptación ergonómica de puestos de trabajo para personas con discapacidad. IBV. 1999

EF 1.1-5 3 - Mujer y discapacidad, una guía para la calidad de vida. ASIMA. 2007

EF 4-05 – Cómo evaluar puestos de trabajo ocupados por personas discapacitadas físicamente. Una aproximación metodológica para evaluar riesgos laborales. Fundación Prevent.

VIDEOS, DVD's

AI 3 – Evaluación del puesto de oficina. IBV

AI 111- Adaptofi. Proyecto

V 279 – Una herramienta más para la seguridad laboral. Proyecto ADALID

CARTELES



Señales que debes tener en cuenta

Real Decreto 485/1997 de 14 de abril (BOE 23 de abril de 1997)

PELIGRO



Está PROHIBIDO



Es OBLIGATORIO usar



PELIGRO PERMANENTE



Señales de equipos de LUCHA CONTRA INCENDIOS



Señales de SOCORRO



 www.insl.navarra.es

Utiliza



Guantes
Para no cortarte o quemarte.
Si tocas productos químicos.



Botas
Para proteger tus pies de golpes o pinchazos.



Cascos o tapones
Si hay mucho ruido



Gafas o pantallas
Para que no entren objetos en tus ojos



Mascarillas
Cuando uses productos químicos.
Si hay mucho polvo.



Casco
Para proteger tu cabeza.

 www.insl.navarra.es

¿Cómo tengo que coger pesos?

Para coger un peso

Pies separados



Rodillas dobladas



Espalda recta



Entre dos si es muy pesado



Para llevar un peso

Cerca del cuerpo



NO por encima de la cintura



NO gires el cuerpo



NO cargues con mucho peso



Si pesa mucho entre dos



Para empujar y/o arrastrar

Empuja con los dos brazos



Mira hacia adelante



NO cargues demasiado



 www.insl.navarra.es

Lee siempre las etiquetas

Si no entiendes algo, pregunta a tu responsable

Guía para la gestión de residuos

¿Puedo deshacerme de los residuos sin problemas?



PERÓXIDO DE DIBENZOILO
Nº CEE 617-008-00-0

ALTO RIESGO DE EXPLOSIÓN POR CHOQUE, FRICIÓN, FUEGO U OTRAS FUENTES DE IGNICIÓN IRRITA LOS OJOS, LA PIEL Y LAS VÍAS RESPIRATORIAS

→ Consérvese el recipiente en lugar fresco, bien ventilado y manténgase bien cerrado
→ Consérvese lejos de... (materiales incompatibles a especificar por el fabricante)
→ Quitese inmediatamente la ropa manchada o salpicada
→ Evítense golpes y rozamientos
→ Úsenese guantes adecuados y protección para los ojos/la cara
Etiqueta CEE

Guía valor en caso de accidente

En caso de accidente, ¿qué debo hacer?
¿Por qué es peligroso?
¿Qué es?
¿Quién puede darme más datos sobre el producto?

Guía para el almacenaje de los productos

¿Dónde debo guardarlo?
¿Debo guardarlo en algún lugar especial?

Ayuda a organizar la prevención

¿Cómo debo protegerme?
¿Qué precauciones debo tomar?



www.inspl.navarra.es

Materiales para promover de manera interna en las empresas y centros especiales de empleo la colaboración y la participación de los trabajadores discapacitados en la identificación de riesgos en sus puestos de trabajo e instalaciones y en la comunicación de los mismos a los responsables de prevención:



Ficha para la identificación y comunicación de riesgos

 Instituto Navarro de Salud Laboral <http://www.insl.navarra.es>

Ficha de comunicación de riesgos

1. ¿Te puedes cortar o golpear con herramientas, cuchillos, destornilladores...?
2. ¿Te puede golpear la carretilla, transpaleta...?
3. ¿Te puedes golpear o chocar contra algo?
4. ¿Hay en el suelo cosas que cortan, pinchan o pueden hacerte caer?
5. ¿Se te pueden caer cosas encima?
6. ¿Se pueden caer los objetos que transportamos a mano o con transpaleta?
7. ¿Te puedes caer desde una altura en escaleras, etc?
8. ¿Te pueden saltar cosas a los ojos?
9. ¿Te puedes quemar?
10. ¿Puede haber un incendio?
11. ¿Te molesta el ruido?
12. ¿Tus manos o tu cuerpo tiemblan o vibran por herramientas o vehículos?
13. ¿Hay poca luz?, ¿te deslumbra?
14. ¿Pasas mucho frío o calor? ¿Te puedes mojar?
15. ¿Hay productos que por tocarlos, respirarlos o tomarlos, pueden hacerte daño?
16. ¿Estás en la misma postura mucho tiempo?
17. ¿Las posturas que adoptas son complicadas o difíciles?
18. ¿Llevas muchos pesos? ¿Haces grandes esfuerzos?
19. ¿Tienes que realizar movimientos repetitivos?
20. ¿Pasas más de 4 horas al día ante la pantalla del ordenador?
21. ¿Estás descontento con los compañeros o mandos?
22. ¿Estás descontento con tu tarea (es muy aburrida, complicada...)?
23. ¿Estás descontento por algo de tu trabajo: el ritmo es muy rápido, no puedes hacer pausas, no te gusta el horario o tienes algún problema con algún compañero o monitor?
24. ¿Estás agobiado, estresado, nervioso en el trabajo?






Anverso

 Instituto Navarro de Salud Laboral <http://www.insl.navarra.es>

Fecha: _____

Tu nombre y apellidos: _____

¿Dónde has detectado un riesgo?

¿Qué riesgo es?

¿Qué me puede pasar?

¿Qué puedo hacer para evitarlo?

Firma: _____

Reverso