



Trabajo en Oficinas

Aunque a simple vista no parezca que en una oficina se puedan correr grandes riesgos, no es menos verdad que el trabajador debe poner todo de su parte para que éstos se reduzcan a ser posible a cero.

RIESGOS:

- Golpes o cortes por objetos
- Golpes contra objetos inmóviles
- Sobreesfuerzos
- Caídas de objetos desprendidos
- Caídas a distinto y en el mismo nivel
- Contactos eléctricos

MEDIDAS PREVENIVAS

- Mantener aquellos objetos cortantes o punzantes (por ejemplo, tijeras, grapadoras, abrecartas, etc), dentro de sus fundas o protegidos para evitar cortes.
- Ubicar el mobiliario de manera que quede espacio suficiente por las zonas de paso, así evitaremos golpes con las aristas de las mesas por ejemplo.
- Mantener el cableado de los ordenadores y otros aparatos eléctricos fuera de las zonas de paso o protegerlos mediante una canaleta, de manera que no se pueda tropezar con ellos.
- En el caso de que se tengan plantas evitar situarlas junto a los enchufes.
- No apile material de manera inestable, la carga de las estanterías no deberá sobresalir de las mismas, utilice las estanterías y coloque las cosas de manera ordenada, evitará disgustos innecesarios.
- No sobrecargar las baldas de las estanterías.
- Para colocar o coger cosas de las partes más altas de las estanterías debe subirse a una banqueta o escalera, nunca utilice la silla con ruedas ni la papelería para subirse.
- Procure no levantar pesos por encima de los hombros, si tiene que manipular alguno hágase ayudar por algún compañero.
- Cuando abra un cajón de un archivador, asegúrese que el resto de cajones esté cerrado ya que de lo contrario podría volcarse por sobrepeso.
- Lleve un orden en el almacenamiento de cosas, nunca las deje por el medio y mucho menos bloqueando las vías y salidas, especialmente cuando éstas sean de evacuación.

**OFICINA DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES**

- Nunca desconecte un aparato eléctrico tirando directamente del cable, deberá hacerse tirando del enchufe.
- No utilizar prolongadores en mal estado; no deben usarse con empalmes deficientes especialmente por el suelo o zonas húmedas.
- No sobrecargar los enchufes.
- En caso de duda o avería, avisar al personal adecuado.