

R
I
E
S
G
O
S

L
A
B
O
R
A
L
E
S

Físicos

Un riesgo físico es un agente factor o circunstancia que puede causar daño con o sin contacto.

Uno de los primeros riesgos físicos que encontramos es el ruido. Cuando el ruido es muy fuerte se activan las células del organismo y hay riesgo de perder la capacidad auditiva. Otro riesgo físico posible es el provocado por las vibraciones por todo tipo de maquinaria. Ya que pueden afectar a la columna vertebral, dolores abdominales y digestivos, dolores de cabeza

Químicos

Son los producidos por procesos químicos y por el medio ambiente. Las enfermedades como las alergias, la asfixia o algún virus son producidas por la inhalación, absorción, o ingestión.

Entre algunas actividades en las que pueden presentar riesgos químicos tenemos:
Labores de limpieza con productos químicos, tratamientos de jardines, trabajos de soldaduras, trabajos u operaciones de fundición, trabajos de docencia e investigación en laboratorios.

Biológicos

Pueden ser riesgos biológicos, los seres vivos de origen animal o vegetal y todas las sustancias derivadas de los mismos, presentes en los ambientes de trabajo y que son susceptibles de provocar efectos negativos sobre la salud de los trabajadores en forma de procesos infecciosos, tóxicos y/o alérgicos.

Desde los virus, las bacterias, los parásitos, hongos... y que puedan dar lugar a diferentes enfermedades. Un ejemplo pueden ser los trabajos en minas, zanjas, alcantarillas con riesgo de contraer anquilostomiasis, leptospirosis y tétanos.

Psicosociales

Existen muchos tipos de riesgos de esta naturaleza, que pueden afectar en algún momento de la vida laboral. Pero entre ellos podemos destacar el estrés, derivado de un ritmo de trabajo elevado, la fatiga laboral, la monotonía.

Para su prevención, se recomienda, si no fuera posible cambiar de tarea o de horario de trabajo. Unos ejercicios que consisten en la realización de ligeros movimientos para relajar la musculatura del cuello, espalda y brazos.

Ergonómicos

La ergonomía es la ciencia que busca adaptarse de manera integral en el lugar de trabajo y al hombre. Los principales factores de riesgo ergonómicos son: las posturas inadecuadas, el levantamiento de peso, movimiento repetitivo. Puede causar daños físicos y molestos.

Cuando levantamos peso la espalda tiene que estar completamente recta y las rodillas flexionadas. Si son trabajos físicos, antes de empezar debemos estirar los músculos y las articulaciones para evitar futuras lesiones.

REFERENCIAS

<https://factorial.mx/blog/riesgos-laborales-empresa/>

<https://istas.net/salud-laboral/peligros-y-riesgos-laborales/riesgo-biologico>

<https://www.saludcastillayleon.es/es/saludjoven/salud-laboral/1-riesgos-puedo-encontrar-trabajo/1-4-riesgos-biologicos#:~:text=Pueden%20ser%20riesgos%20biol%C3%B3gicos%2C%20los,%2C%20t%C3%B3xicos%20y%20fo%20al%C3%A9rgicos.>