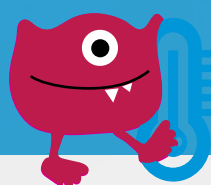


# RISKIES



*HIGIENICUM RISKIES*  
RIESGOS HIGIÉNICOS



# HIGIENICUM RISKIES / RIESGOS HIGIÉNICOS

## Exposición al ruido

Podemos definir el ruido como un sonido molesto.

**La exposición continuada a niveles de ruido superiores a 80 dB** sin la adecuada protección auditiva, tiene una relación directa con la pérdida de la capacidad de audición.

Hay que destacar que **la pérdida de audición provocada por el ruido es irreversible**, ya que se debe a una lesión del nervio auditivo. Pero se debe distinguir entre una breve exposición a un ruido excesivo que provoca una pérdida temporal de la audición, de una exposición prolongada que puede provocar una pérdida permanente de audición.

La OMS indica que más de **43.000 millones de personas de entre 12 y 35 años padecen pérdida irreversible de audición** debido a diferentes causas, una de ellas es el uso habitual de auriculares. Las personas que realizan un uso continuado de los auriculares pueden experimentar un adelanto de 20 años en problemas auditivos que van apareciendo con la edad, es decir, una persona de 45 años puede tener una pérdida de facultades auditivas normal en una persona 65 años.

Si trabajas con auriculares, úsalos con un volumen por debajo de la mitad de su capacidad y realiza descansos. **La OMS recomienda no usar auriculares más de una hora diaria.**

## Condiciones ambientales

Las condiciones climáticas del lugar del trabajo **influyen en el bienestar y en la ejecución del trabajo.**

Se recomienda que la temperatura en verano esté entre 23° y 26°C, mientras en invierno debe oscilar entre 20° y 24°C. La humedad relativa debe estar entre el 45% y el 65%.

## Iluminación

En función del trabajo que se realice, de mayor o menor exigencia visual, será necesario disponer de más o menos iluminación. En nuestro caso, al tratarse de trabajos que requieren una exigencia visual alta, es necesario un nivel mínimo de iluminación de 500 lux.

Una inadecuada iluminación en el trabajo puede derivar en problemas de salud como **lesiones oculares y dolores de cabeza.**

## HIGIENICUM RISKIES / RIESGOS HIGIÉNICOS

### Contacto con sustancias químicas

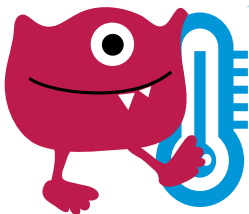
Existe la posibilidad de sufrir daños por la inhalación, **ingestión o contacto accidental** con productos nocivos para la salud.

Debe prestarse especial atención, en nuestro caso, con los tóner, los detergentes y el polvo que se genera por la falta de limpieza.

### Contacto con sustancias biológicas

Existe la posibilidad de sufrir **enfermedades al entrar en contacto con seres vivos**, procedentes del agua o de sistema de ventilación siempre que no se realice el adecuado mantenimiento de estos aparatos, verificando el cambio de filtro cuando sea necesario.

¿Sabes qué es la Lipoatrofia?



La Lipoatrofia Semicircular es una enfermedad reversible que afecta al tejido graso, produciendo pérdida de la grasa subcutánea.

Visualmente se observa **el hundimiento de una parte del cuerpo, como un pequeño surco en la piel de forma semicircular.**

Es una enfermedad que afecta en mayor medida a las mujeres y suele localizarse en los muslos. Las personas afectadas, presentan pesadez y fatiga de las extremidades inferiores.

La Lipoatrofia está **relacionada con los trabajos de oficina**, en edificios de ahorro energético, herméticos, con recirculación del aire y baja humedad relativa, que disponen de un gran número de equipos eléctricos, mobiliario con partes metálicas y con material textil, que aumentan la aparición de campos electromagnéticos y las descargas electroestáticas.

Se recomienda no usar en exceso suelas de goma y ropa sintética ya que aumentan las cargas electroestáticas.

Actualmente no está contemplado como enfermedad laboral, por lo que se considera accidente laboral.