



Alumna: Mara Guirado Guirao

Tutor: Marceliano Coquillat Mora

Máster en Prevención de Riesgos Laborales

Universidad Miguel Hernández, Elche

Septiembre 2016

## ÍNDICE

ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	4
ÍNDICE DE IMÁGENES.....	5
ÍNDICE DE TABLAS.....	5
1. RESUMEN.....	6
2. INTRODUCCIÓN .....	7
3. JUSTIFICACIÓN.....	8
4. OBJETIVOS.....	9
4.1. IDENTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA .....	9
4.2. Conceptual .....	10
4.3. Procedimental .....	10
4.4. Actitudinal .....	10
5. ANÁLISIS DE LA SINISTRALIDAD .....	11
5.1. ANTECEDENTES .....	11
6. ESTUDIO DEL NIVEL DE CONOCIMIENTOS DE PRL EN EL SECTOR .	14
6.1. RECOGIDA DE INFORMACIÓN .....	14
6.2. DEFINICIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LAS VARIABLES DE ANÁLISIS	14
6.3. DISCUSIÓN .....	16
6.4. CONCLUSIONES/IMPLICACIONES PREVENTIVAS .....	18
7. DESARROLLO DE LA INNOVACIÓN DIDÁCTICA. PREVEN: EL JUEGO DE LA PREVENCIÓN.....	19
7.1. PROCESO CREATIVO .....	19
7.2. PARTES QUE LO COMPONENTEN .....	24
7.3. EXPERIENCIA PRÁCTICA .....	26
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS DEL TRABAJO .....	28
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS DEL JUEGO .....	31

10. ANEXOS.....	32
ANEXO I: ENCUESTA GOOGLE DRIVE Y RESULTADOS .....	33
ANEXO II: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....	34
i. PREGUNTA 1.....	35
ii. PREGUNTA 2.....	35
iii. PREGUNTA 3.....	36
iv. PREGUNTA 4.....	37
v. PREGUNTA 5.....	37
vi. PREGUNTA 6.....	38
vii. PREGUNTA 7.....	39
viii. PREGUNTA 8.....	39
ix. PREGUNTA 9.....	40
x. PREGUNTA 10.....	41
xi. PREGUNTA 11.....	41
xii. PREGUNTA 12.....	42
xiii. PREGUNTA 13.....	43
xiv. PREGUNTA 14.....	43
xv. PREGUNTA 15.....	44
xvi. PREGUNTA 16.....	45
xvii. PREGUNTA 17.....	45
xviii. PREGUNTA 18.....	46
xix. PREGUNTA 19.....	47
xx. PREGUNTA 20.....	47
ANEXO III: INSTRUCCIONES DE JUEGO .....	49
ANEXO IV: SOLUCIONARIOS.....	50
ANEXO V: TARJETAS PRIMEROS AUXILIOS.....	51

ANEXO VI: TARJETAS PRL.....	52
-----------------------------	----

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1(izq): Porcentaje de accidentes en total en el periodo abril 2015 – marzo 2016. Fuente: [5] .....	12
Gráfico 2 (der): Porcentaje de accidentes mortales en el periodo abril 2015 – marzo 2016. Fuente: [5] .....	12
Gráfico 3: Variación de los índices de incidencia de los accidentes de trabajo 2003-2015. Fuente: [5] .....	12
Gráfico 4: Variación de los índices de incidencia de los accidentes mortales 2003-2015. Fuente: [5] .....	13
Gráfico 5: Respuestas correctas frente a incorrectas.....	16
Gráfico 6: Respuestas en función de la formación.....	17
Gráfico 7: Respuestas del nivel inicial vs nivel superior. ....	17
Gráfico 8: Respuestas a la Pregunta 1 en función del nivel de conocimiento.....	35
Gráfico 9: Respuestas a la Pregunta 2 en función del nivel de conocimiento.....	36
Gráfico 10: Respuestas a la Pregunta 3 en función del nivel de conocimiento.....	36
Gráfico 11: Respuestas a la Pregunta 4 en función del nivel de conocimiento.....	37
Gráfico 12: Respuestas a la Pregunta 5 en función del nivel de conocimiento.....	38
Gráfico 13: Respuestas a la Pregunta 6 en función del nivel de conocimiento.....	38
Gráfico 14: Respuestas a la Pregunta 7 en función del nivel de conocimiento.....	39
Gráfico 15: Respuestas a la Pregunta 8 en función del nivel de conocimiento.....	40
Gráfico 16: Respuestas a la Pregunta 9 en función del nivel de conocimiento.....	40
Gráfico 17: Respuestas a la Pregunta 10 en función del nivel de conocimiento.....	41
Gráfico 18: Respuestas a la Pregunta 11 en función del nivel de conocimiento.....	42
Gráfico 19: Respuestas a la Pregunta 12 en función del nivel de conocimiento.....	42
Gráfico 20: Respuestas a la Pregunta 13 en función del nivel de conocimiento.....	43
Gráfico 21: Respuestas a la Pregunta 14 en función del nivel de conocimiento.....	44
Gráfico 22: Respuestas a la Pregunta 15 en función del nivel de conocimiento.....	44
Gráfico 23: Respuestas a la Pregunta 16 en función del nivel de conocimiento.....	45

Gráfico 24: Respuestas a la Pregunta 17 en función del nivel de conocimiento.....	46
Gráfico 25: Respuestas a la Pregunta 18 en función del nivel de conocimiento.....	46
Gráfico 26: Respuestas a la Pregunta 19 en función del nivel de conocimiento.....	47
Gráfico 27: Respuestas a la Pregunta 20 en función del nivel de conocimiento.....	48

*Nota: los gráficos que no posean fuente son de la autora.*

## ÍNDICE DE IMÁGENES

Imagen 1: Tablero-Casco .....	20
Imagen 2: Tarjetas pregunta-respuesta por categorías .....	20
Imagen 3: Portadas de los solucionarios de las dos categorías .....	21
Imagen 4: Aspecto del solucionario .....	22
Imagen 5: Fichas-premio de las dos categorías .....	23
Imagen 6: Caja contenedor con portada y divisiones .....	24
Imagen 7: Vista general .....	25
Imagen 8: Partida de PREVEN .....	26

*Nota: las imágenes que no posean fuente son de la autora.*

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Accidentes en el sector de la construcción según su gravedad. Abril 2015 – marzo 2016. Fuente: [5] .....	11
Tabla 2: Accidentes de trabajo mortales en 2014, distribución porcentual. Fuente: [6] .....	11

## 1. RESUMEN

En el desarrollo de este TFM se propone la creación de un juego con los contenidos de la formación inicial en PRL que reciben los trabajadores de los sectores de la construcción y del metal a manera de innovación didáctica.

Si se analiza los datos de accidentalidad de los últimos años en términos absolutos, se puede comprobar que el sector de la construcción no es el que mayor número de accidentes ocasiona. No obstante, si el análisis tiene en cuenta a la población expuesta, se observa que se trata del sector con mayor Índice de Siniestralidad (6.574 en el año 2015), lo cual respresenta más del doble del total de los sectores (3190 en el año 2015). Por otro lado, otra característica de la siniestralidad de este sector está en la severidad del daño por accidente, de modo que también registra altos Índices de Siniestralidad en accidentes graves y mortales. Es por esto, que los profesionales de la construcción deben tener un especial énfasis en la PRL.

Los trabajadores de estos sectores suelen tener un bajo nivel de estudios y, por tanto, de formación en Prevención de Riesgos Laborales. Además, en la educación formal, la enseñanza en Primeros Auxilios suele dejarse de lado para centrarse en otros temarios. Todo ello lleva aparejado que el trabajador, en su primer contacto laboral en estos sectores se vea abocado a la realización de un curso de formación inicial al que no suele acudir con la motivación suficiente.

Al utilizar el juego durante el tiempo de formación, los trabajadores pueden aprender de una manera fácil y didáctica los conceptos que posteriormente se desarrollan con más profundidad en las aulas, siendo este juego una ayuda importante a la hora de fijar el conocimiento por ser una herramienta ágil y dinámica para su uso.

## 2. INTRODUCCIÓN

A lo largo de mi experiencia laboral en la construcción he podido observar que, generalmente, no se ha conseguido implantar una cultura preventiva que dé lugar a una actuación por parte de los trabajadores con un adecuado nivel de seguridad, mientras que por otro lado, sigue extendida la visión de la prevención como una obligación impuesta a los trabajadores. Tal vez esto sea fruto de la falta de educación preventiva del sistema educativo español. Si los trabajadores en su niñez hubieran estado formados en prevención de accidentes, en medidas de seguridad y primeros auxilios para la vida diaria, sería algo natural para ellos transportar estos conocimientos a su entorno laboral. De esta manera cuando reciben formación específica de PRL en puesto de trabajo, la interiorizarían y la integrarían en su entorno laboral como algo natural y necesario, no como unas normas que hay que cumplir por mandato de los superiores.

Como bien es sabido, en virtud de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales se establece que “cada trabajador reciba una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva” y que ésta “deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador, adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos” [\[1\]](#).

La responsabilidad de la formación en prevención recae sobre el empresario. No obstante, la Ley 32/2006 Reguladora de la subcontratación en el Sector de la Construcción establece que los convenios colectivos instituirán los “programas formativos y contenidos específicos de carácter sectorial y para los trabajos de cada especialidad” [\[2\]](#).

En nuestro caso, si nos centramos en el sector de la construcción y otros que le son afines como por ejemplo el de industria, servicios y tecnología del metal, y revisamos sus respectivos convenios colectivos generales podemos ver que la formación en Prevención se articula de la idéntica manera: en primer lugar con un primer ciclo de formación inicial y después un segundo ciclo orientado a los conocimientos y normas específicas en relación al puesto de trabajo u oficio que se vaya a desarrollar.

Es en el ámbito del primer ciclo de formación inicial en material preventiva en el que se quiere centrar el contenido de este Trabajo Final de Máster mediante la propuesta de una actividad formativa en forma de juego que abarque los contenidos del mismo.

### 3. JUSTIFICACIÓN

Para la elaboración de este TFM se toma como referencia por un lado el Convenio Colectivo de la Construcción, y por otro el Convenio Colectivo de Industria, Servicios y Tecnología del Metal, vigentes en la actualidad y que se considera que abarcan la mayoría de las actividades que se pueden realizar en la construcción.

En ambos convenios se establece que la formación que se imparte en el primer ciclo “contendrán los principios básicos y conceptos generales sobre la materia; igualmente, deberán conseguir una actitud de interés por la seguridad y salud que incentive al alumnado para iniciar los cursos de segundo ciclo” en el que ya se desarrolla los “conocimientos y normas específicas en relación con el puesto de trabajo o la familia profesional” [3] y [4].

Para poder desarrollar el contenido del juego, nos hemos de acoger a los contenidos del primer ciclo de formación en Prevención, que debe tener una duración de 8 horas. Aunque se debe tener en cuenta, que tras la publicación del Acta de 03/12/2012 (publicada en el BOE mediante la Resolución de 8 de junio de 2015: [www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2015-6815](http://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2015-6815)) sobre aclaración del artículo 138 b) del V Convenio. En ella, se indica la formación por puesto de trabajo u oficio de 20 horas incluye también la formación de Aula Permanente o de 8 horas. Si bien, como a continuación matiza "*no considera necesario que se deban reconfigurar los contenidos formativos sino tener presente –con los contenidos que ya refleja el V CGSC– que la formación de 8 horas está en la estructura ya determinada de las 20 horas*". Por tanto, este recurso didáctico está destinado a la formación inicial del primer ciclo en materia preventiva del Convenio, que como se ha indicado, está ya incluido en la formación por puesto u oficio.

Los convenios establecen que la formación debe estar homogeneizada y homologada por las Fundaciones que rigen los propios convenios:

- Fundación Laboral de la Construcción (FLC)
- Fundación del Metal para la Formación, la Cualificación y el Empleo (FMF)

De esta manera, para poder incluir el juego que se propone en el desarrollo de las actividades formativas sería necesario que el mismo fuese homologado por las fundaciones comentadas.

## 4. OBJETIVOS

La utilización del juego que se desarrolla en este TFM se propone en la primera hora de la actividad formativa con el objetivo de incentivar a los trabajadores para que conozcan aquellas áreas de la prevención en las que tienen carencias de una manera divertida y novedosa.

La idea que se busca desarrollar en este TFM es la de despertar esa actitud de interés hacia la materia así como de incentivar al alumnado a saber más. Así, se intenta que el docente tenga a su disposición una herramienta amena y divertida con la que los trabajadores puedan despertar su interés. Por último, se trata que los alumnos recuerden de manera eficiente aquello que hayan aprendido durante la realización de la actividad que se propone.

### 4.1. IDENTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

En este TFM se propone la creación de un material didáctico en forma de juego de mesa con el que se puede reforzar el conocimiento que tienen los trabajadores en Prevención de Riesgos Laborales como motivación para encarar el curso de nivel inicial de la formación de los trabajadores de los sectores del Metal y de la Construcción.

Según Torres [\[9\]](#) el juego facilita el aprendizaje, fomenta el compañerismo e introduce una serie de valores (respeto, tolerancia, solidaridad, etc.) que facilitan la internalización del conocimiento de manera significativa. “El juego como estrategia de aprendizaje ayuda al estudiante a resolver sus conflictos internos y a enfrentar las situaciones posteriores con decisión y sabiduría”.

Está comprobado que el alumno, ante una clase magistral, pierde la concentración a los 15 ó 20 minutos [\[10\]](#) y que “la monotonía lleva indefectiblemente al aburrimiento, y éste a la distracción y la disrupción” [\[11\]](#). Vaello, además, propone, para no caer en estas situaciones, variar las actividades con propuestas como:

- Proponer actividades que hagan que el alumno permanezca atento y activo.
- Limitar el tiempo de explicación a menos de 20 minutos (a no ser que se intercalen preguntas que vuelvan a captar su atención)
- Combinar diferentes modalidades de trabajo.
- Enseñar procedimientos instrumentales y practicarlos repetidamente
- Diseñar una distribución de tiempo ágil.

- Conceder al alumnado unos minutos de relajación.

El juego puede ser una manera de aunar varias de estas propuestas, pues es una actividad diferente que llama la atención del alumno, si el material es adecuado y de calidad puede tener varias maneras de juego y sirve como refuerzo de los conceptos impartidos a la vez que distracción y ocio para el alumno. No hay que olvidar que, en palabras de Torres,

El juego es una combinación entre aprendizaje serio y diversión. No hay acontecimientos de más valor que descubrir que el juego puede ser creativo y el aprendizaje divertido. Si las actividades del aula se planifican conscientemente, el docente aprende y se divierte a la par que cumple con su trabajo [\[9\]](#).

## 4.2. Conceptual

Se trata que los alumnos asimilen los conceptos que se van a tratar en las siguientes horas de formación, de una manera intuitiva, ágil, atractiva y divertida.

## 4.3. Procedimental

Además de conocer los conceptos, deberán aprender en qué casos deben aplicar los conocimientos adquiridos: como es el caso de colocar señalización, uso adecuado de los EPI...

Respecto a conocimientos más teóricos, al realizarse preguntas concretas, el alumno debe saber interpretar los conocimientos aprendidos en la Ley y ponerlos en práctica a situaciones reales. De esta manera el aprendizaje no se será simplemente memorístico sino que deberán valorar las situaciones y emplear sus conocimientos.

## 4.4. Actitudinal

Con este juego y describiendo muchas y diferentes situaciones en las que cualquiera puede encontrarse, se pretende que el trabajador tenga conciencia de la importancia de la prevención en todos los ámbitos de su vida laboral.

Además se trata de un juego que se realiza en grupo, con lo que también fomenta el trabajo cooperativo, si se realizan grupos o equipos de varios componentes. Por otro lado es interesante la metodología del juego, pues los alumnos aprenden de los fallos y aciertos de sus compañeros, respetándolos y valorando sus conocimientos.

## 5. ANÁLISIS DE LA SINISTRALIDAD

### 5.1. ANTECEDENTES

Los accidentes de trabajo ocurridos en el periodo abril 2015 – marzo 2016 y relacionados con la Construcción tienen una incidencia de 6.564 por cada 100.000 trabajadores y produciéndose en este periodo un total de 47.450 accidentes de trabajo [5]. Dichos accidentes se pueden clasificar en leves, graves y mortales mostrándose su distribución en la Tabla 1.

Leves	Graves	Mortales	TOTAL
46.827	554	69	47.450

Tabla 1: Accidentes en el sector de la construcción según su gravedad. Abril 2015 – marzo 2016. Fuente: [5]

En el caso de los accidentes de trabajo mortales en Construcción en 2014, según el INSHT [6], se distribuyeron de la siguiente manera como puede verse en la tabla 2.

Forma de accidente	Distribución (%)
Choque o golpe contra un objeto inmóvil	27.4
Infartos, derrames cerebrales, PNT	23.3
Quedar atrapado, ser aplastado, sufrir una amputación	16.4
Accidente de tráfico	11.0
Contacto con corriente eléctrica, fuego	9.6
Ahogamiento, quedar sepultado, quedar envuelto	6.8
Choque o golpe contra un objeto en movimiento, colisión	5.5
TOTAL	100

Tabla 2: Accidentes de trabajo mortales en 2014, distribución porcentual. Fuente: [6]

Como se ha comentado con anterioridad, existen diversos estudios sobre la accidentalidad en el trabajo, y tal como indica el INSHT [5], los accidentes en jornada de trabajo aumentaron en el periodo 2015-2016 un 6,8% respecto a los producidos en 2014-2015. Los accidentes "graves", aumentaron en un 5,8%, mientras que los "mortales", aumentaron el 1,7 por ciento. En este aumento tiene una gran influencia la mejora de la actividad económica que, a su vez se traduce en un aumento de trabajadores activos.

A continuación se muestran los gráficos 1 a 4, dónde se analizan los accidentes por sectores y su variación a lo largo de los años:

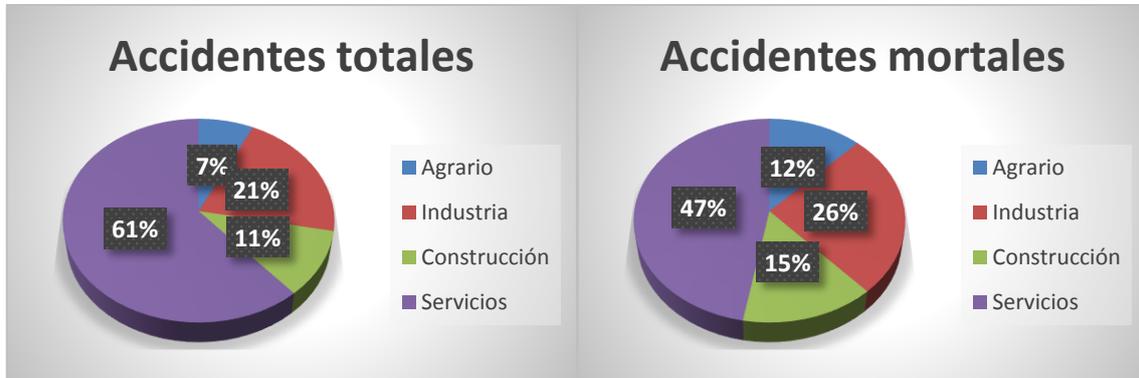


Gráfico 1(izq): Porcentaje de accidentes en total en el periodo abril 2015 – marzo 2016. Fuente: [5]

Gráfico 2 (der): Porcentaje de accidentes mortales en el periodo abril 2015 – marzo 2016. Fuente: [5]

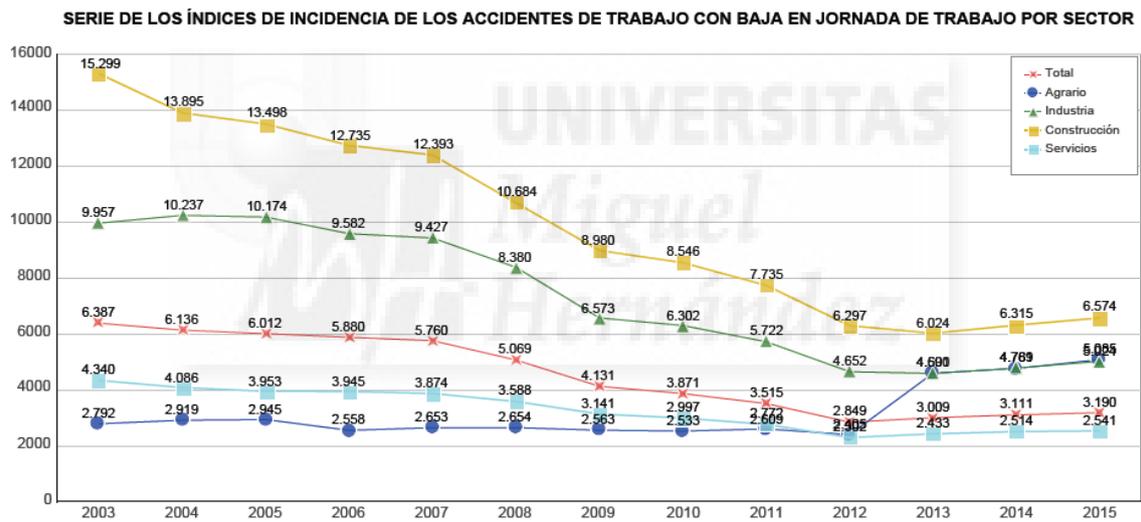


Gráfico 3: Variación de los índices de incidencia de los accidentes de trabajo 2003-2015. Fuente: [5]

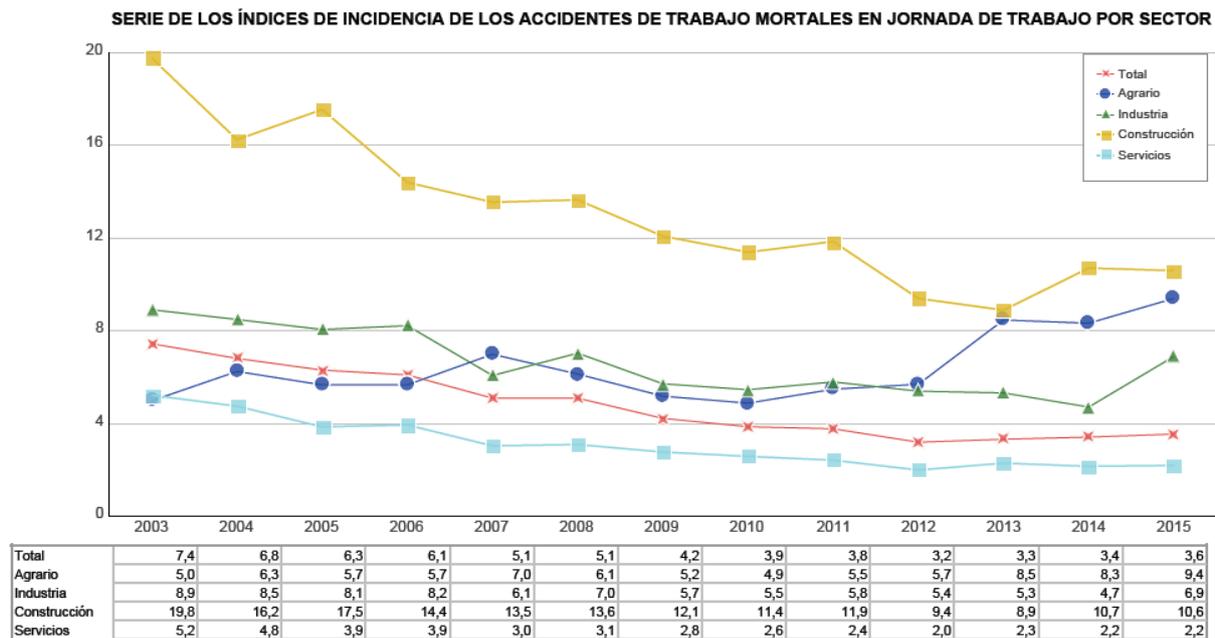


Gráfico 4: Variación de los índices de incidencia de los accidentes mortales 2003-2015. Fuente: [5]

Si analizamos los datos, se puede comprobar que el sector de la construcción no es el que mayor accidentalidad ocasiona, (en términos absolutos, ya que el Índice de incidencia se mide sobre toda la población de los diferentes sectores), pero es significativo tanto el índice de gravedad como las bajas que ocasiona. Es decir, puede que no sean los trabajadores que más se accidentan, pero cuando sufren un percance suele ser grave y acarrea grandes bajas e incluso son accidentes mortales. Es por esto, que los profesionales de la construcción deben tener un especial énfasis en la PRL. No se culturiza en prevención en un breve curso impartido por las empresas, sino que es un proceso largo y que debería empezar con edades muy tempranas, en las aulas y empezando por los primeros auxilios.

Respecto a la accidentalidad en el trabajo, diversos organismos se encargan de realizar análisis y estadísticas, como los de la Fundación Laboral de la Construcción [8] o las del Instituto Nacional de la Seguridad e Higiene en el Trabajo [5] y [6]. De éstos se pueden extraer varias conclusiones que se recogen en publicaciones y se trasladan a las empresas.

## 6. ESTUDIO DEL NIVEL DE CONOCIMIENTOS DE PRL EN EL SECTOR

### 6.1. RECOGIDA DE INFORMACIÓN

Como se comentado en los apartados anteriores, en el sistema Educativo Español no se aborda en ninguna asignatura de Primaria o Bachillerato la formación en primeros auxilios y prevención de riesgos, mientras que en Secundaria, (aunque se contempla, no se suele impartir). No es de extrañar que, cuando los jóvenes que encontremos en las aulas de formación, el día que lleguen a una empresa constructora, no posean ninguna conciencia ni formación en prevención. En las empresas constructoras, los empleados se ven obligados a usar los sistemas de protección individual EPI'S por sus superiores, pues no existe en ellos una cultura preventiva, puesto que no se les ha formado desde la escuela.

Por este motivo, y al disponer de más información sobre accidentalidad en el trabajo y sobre prevención de riesgos laborales en los diferentes ámbitos territoriales e incluso según actividades laborales, se ha creído conveniente plantear el estudio de este TFM en el primer escalón de la etapa formativa pues este es lugar donde se empiezan a impartir los primeros conceptos de prevención.

Por ello se elaboró la encuesta que se puede ver en el Anexo I que versa sobre conocimientos básicos sobre seguridad y salud. De esta manera se podía establecer una primera valoración de los conocimientos que en temas de Prevención podía tener el personal que accede a estos cursos.

Cabe destacar, que la encuesta realizada es una acción que no tiene unas pretensiones más allá de las de una toma del pulso inicial, ya que no ha seguido un proceso científico riguroso, en cuanto a la selección de las preguntas, el muestreo de la población, la inferencia estadística, etc.

### 6.2. DEFINICIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LAS VARIABLES DE ANÁLISIS

Cuando se produce un accidente, es imprescindible conocer cómo actuar. Los primeros auxilios son “todas aquellas medidas o actuaciones que realiza el auxiliador en el mismo lugar donde ha ocurrido el accidente y con material prácticamente improvisado, hasta la llegada de personal especializado” [7]. Son una tarea básica cuyo conocimiento se antoja imprescindible para todas las personas, pero cuyo conocimiento es muy limitado o incluso nulo. En la

Educación Secundaria Obligatoria forman parte del temario de la asignatura de Educación Física pero, tanto por la experiencia personal que viví en mi época de estudiante como por lo que he podido observar durante mis experiencia laboral, los primeros auxilios son una materia cuya enseñanza se deja de lado y no se llega a impartir, normalmente por falta de tiempo en el desarrollo del temario o bien porque el docente encargado considera que hay temario más importante.

También he podido observar que la prevención más que un conocimiento imprescindible, sigue extendida la visión de la prevención como una obligación impuesta a los trabajadores. Creo que esto es fruto de la falta de educación preventiva del sistema educativo español. Si los trabajadores en su niñez hubieran estado formados en prevención de accidentes, en medidas de seguridad y primeros auxilios para la vida diaria, sería algo natural para ellos poner en práctica estos conocimientos a su entorno laboral. De esta manera cuando recibieran formación específica de PRL en puesto de trabajo, la interiorizarían y la integrarían en su entorno laboral como algo natural y necesario, no como unas normas que hay que cumplir por mandato de los superiores.

Es por los motivos enunciados anteriormente que se ha decidido estudiar los conocimientos sobre PRL, del personal que trabaja en el sector de la construcción a todos los niveles. Para ello se elaboró una encuesta que se puede consultar en el Anexo I, de forma que se pudiera contestar a pie de obra.

Se plantearon 20 preguntas con varias opciones, de las cuales sólo una era correcta. Se abarcaron temas diversos y cotidianos para evaluar el conocimiento de PRL según edades y formación.

Mediante esta actividad, se pretendía demostrar algo que se intuía desde el principio del planteamiento de éste TFM, que la formación preventiva sólo corre a cargo de las empresas, y está orientada al sector de trabajo que se ejerce, pero que ante situaciones comunes la población en general no conoce los procedimientos a seguir e incluso pueden llegar a agravar la situación por el desconocimiento de estos protocolos básicos.

### 6.3. DISCUSIÓN

En primer lugar vamos a hablar del total de respuestas. Como se puede apreciar en el Gráfico 5, del global de respuestas en torno al 68% han sido correctas mientras que el 32% han sido contestaciones incorrectas. Esto, en principio, demostraría que todos los encuestados poseen un mínimo conocimiento de PRL, por lo que los cursos de formación tienen un efecto positivo en los trabajadores.

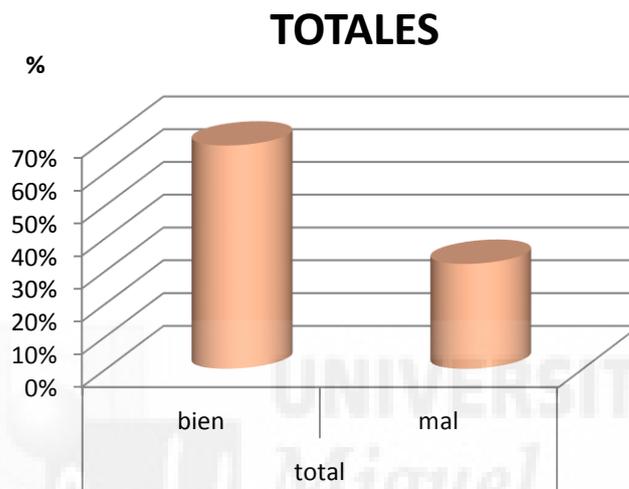


Gráfico 5: Respuestas correctas frente a incorrectas.

En el Gráfico 6, cuando comparamos el nivel de respuestas correctas e incorrectas respecto a la formación del encuestado se puede ver una clara tendencia al alza en respuestas correctas a mayor nivel de formación. Este hecho demostraría que, a mayor nivel de formación, mayor conocimiento se tiene de la materia. También es cierto que, incluso en el mayor nivel de formación sigue habiendo un 20% de error, por lo que sería recomendable que se hicieran cursos de refuerzo o reciclaje.

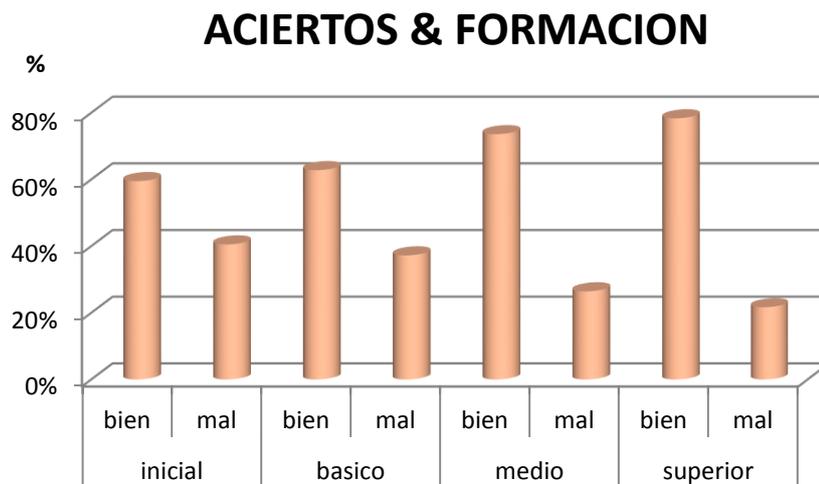


Gráfico 6: Respuestas en función de la formación.

Por último, en el Gráfico 7, vemos la diferencia que hay de respuestas correctas entre el nivel inicial y el nivel superior respecto a las respuestas correctas e incorrectas, ahondando en el hecho que se comentaba en las últimas líneas sobre la correspondencia entre formación y conocimiento de la materia. Estos hechos pueden observarse en las preguntas 7, 13 y 16, en las que se preguntaba sobre temas muy específicos como las acciones en un incendio, normativa... que una persona con una formación inicial no tiene por qué conocer. Sin embargo en temáticas más habituales como EPI's, primeros auxilios, etc. las respuestas correctas mantienen los mismos porcentajes, ya que esta formación se imparte desde el nivel inicial, teniendo un efecto positivo en los trabajadores.

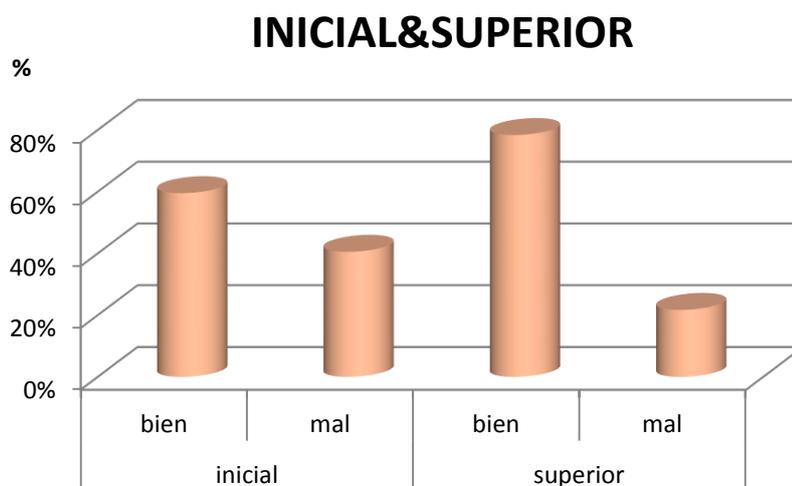


Gráfico 7: Respuestas del nivel inicial vs nivel superior.

#### 6.4. CONCLUSIONES/IMPLICACIONES PREVENTIVAS

Tras la recogida de información y la elaboración de gráficos con los cuales se ha analizado las respuestas de una muestra cercana a las 50 personas de distintas edades y de distintos niveles educativos, se han llegado a varias conclusiones:

- El nivel educativo no es significativo en materia básica de PRL, es decir, más nivel de conocimientos no significa tener una mejor cultura preventiva básica y de resolución de situaciones peligrosas.
- La edad no es una variable que influya en el conocimiento sobre primeros auxilios.
- En actividades donde se ha recibido previamente un aprendizaje sobre primeros auxilios, como es el caso del temario del carnet de conducir, se observa que los encuestados sí saben reaccionar correctamente. Esto indica que la formación en aulas (en este caso, la autoescuela) es la mejor forma de conseguir un aprendizaje efectivo.
- Debido al desconocimiento a la hora de actuar, una situación inocua o leve se puede transformar en una situación grave. Este hecho pone de manifiesto que no sólo se debe recibir formación para situaciones de peligro, sino para hechos cotidianos y comunes.

Haciendo una reflexión sobre los puntos anteriores, en mi opinión, es obvio por que los trabajadores de la construcción y en general de todos los sectores sufren accidentes que podrían ser evitados. No se puede conseguir que un tema como la PRL de repente sea de vital importancia para un trabajador, cuando nunca ha oído hablar de ella, sin embargo si desde la escuela, el instituto y más adelante en la universidad se les hubiera educado en conductas preventivas los resultados de la encuesta realizada hubieran sido mejores. De hecho, puede comprobarse que, cuando el encuestado ha recibido mayor formación al respecto, saben cómo actuar ante situaciones de riesgo más específicas.

Este análisis apoya la hipótesis inicial relativa a la conveniencia de que los trabajadores reciban formación preventiva, aunque sea a modo de juego, por lo que se realiza la innovación didáctica la cual es el objeto este TFM.

## 7. DESARROLLO DE LA INNOVACIÓN DIDÁCTICA. PREVEN: EL JUEGO DE LA PREVENCIÓN.

El PREVEN: el juego de la prevención nace como una reflexión personal, por haber necesitado en la vida real en más de una ocasión ciertos conocimientos básicos de primeros auxilios y de prevención que en ningún momento me han brindado las aulas del sistema educativo.

Siendo mi especialidad la Ingeniería Civil, he podido comprobar que ni a nivel de obra ni de aulas se les da la importancia merecida a la PRL, y creo que el problema de fondo es que carecemos de una formación al respecto desde pequeños.

A continuación se describirán las diferentes partes del proceso de creación del PREVEN, el cual consta de dos partes según sea la extensión en tiempo que quiera usarse, para trabajadores que van a iniciar la formación de nivel básico de PRL en las áreas de Construcción o Metal. En este caso, el objetivo del juego es despertar la curiosidad por el temario que se imparte y proporcionar información de una manera novedosa y creativa.

### 7.1. PROCESO CREATIVO

En primer lugar, hay que destacar que el PREVEN, es un juego de preguntas y respuestas, como puede ser el famoso Trivial, pero en éste caso se dan opciones de respuesta, para guiar el aprendizaje del alumno.

Tomando como inspiración varios juegos, pero sobretodo el Trivial, se planteó que se podían crear diferentes temáticas, de modo que a cada una de ellas le corresponda un color. Por otro lado, se pretendía que el tablero fuera compacto, y en este caso se tomó como referencia del juego de Prueba o Verdad, en el cual el dado y tablero es todo en uno, siendo una mano que gira y elige al concursante. Para el PREVEN se pensó que un casco de obra representa la PRL, y con una flecha se indicará el color y categoría de la pregunta.

Mediante un casco en blanco, se lijó y se le dio una imprimación y mediante pinturas en spray se han hecho tres divisiones, una de color verde, rojo y azul. Posteriormente, se taladró en la parte superior y se colocó una flecha de plástico giratoria, la cual impulsará el jugador para seleccionar al azar la categoría de la pregunta.



Imagen 1: Tablero-Casco



Imagen 2: Tarjetas pregunta-respuesta por categorías

Las preguntas se han realizado mediante el programa de Office Publisher, el cual permite crear carteles, pegatinas... Cada una de ellas cuenta con un número para poder encontrar la respuesta adecuada en el solucionario. En el reverso de cada tarjeta de preguntas, se podrá encontrar el logo del juego (un casco) según el color de la categoría y con el nombre de la misma. Posteriormente se han plastificado para que el material sea lo más duradero posible.

Se ha elaborado un solucionario para cada una de las modalidades, en él se encuentran las respuestas correctas, al igual que las tarjetas tienen un color por categoría, el solucionario también, por lo que las respuestas se han impreso en folios del mismo color de la categoría correspondiente. En el solucionario la respuesta correcta o acertada está resaltada de color rojo. Para evitar que se pierdan partes del juego, se ha decidido encuadernar en un mismo documento los solucionarios de las dos versiones de juego, simplemente se ha girado la orientación del papel para diferenciarlas.



Imagen 3: Portadas de los solucionarios de las dos categorías

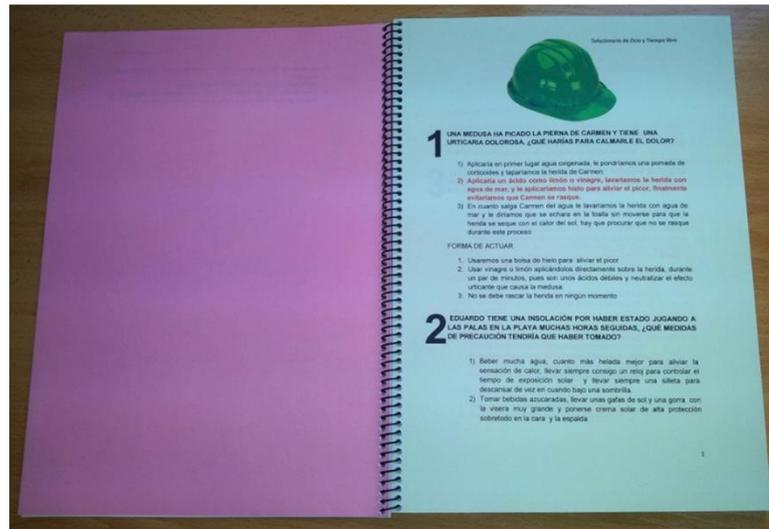


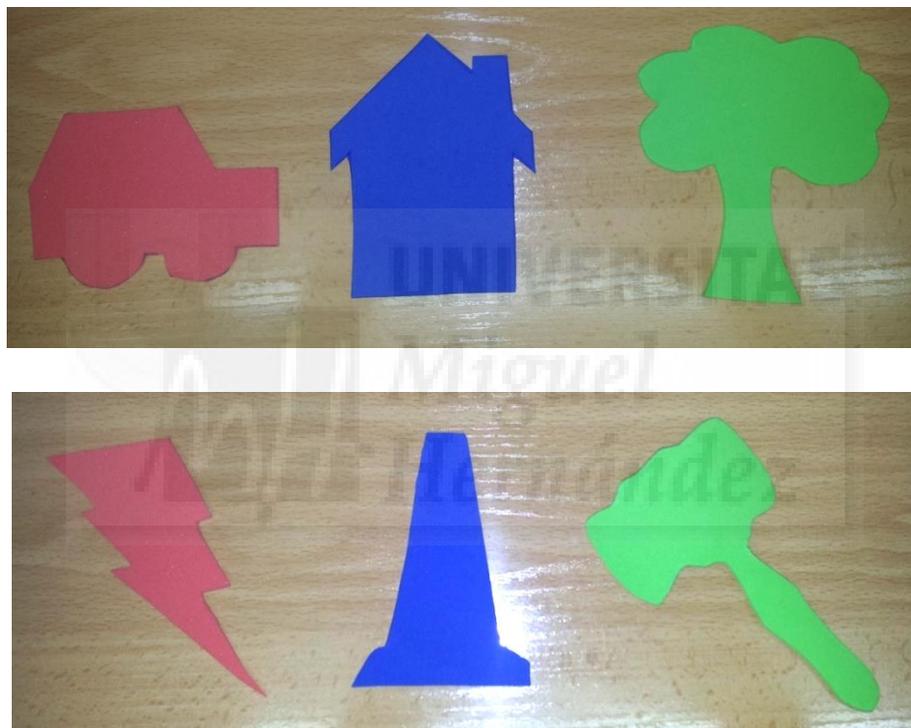
Imagen 4: Aspecto del solucionario

De nuevo tomando de inspiración el Trivial y sus famosos quesitos, se han elaborado varias fichas premio en goma eva de colores según la categoría. Además de la correspondencia de colores entre pregunta-ficha, se ha intentado reflejar la categoría en la figura, por lo que por ejemplo, la categoría de riesgo eléctrico se representa con un rayo, la de vivienda con una casita y la de ocio y tiempo libre...

En la temática de primeros auxilio se han incluido las tres categorías anteriores con la intención de hacer un uso más extendido del juego. Siguiendo un carácter estricto el temario de ayuda a la formación para dar cumplimiento al artículo 19 de la LPRL, que es una ley laboral, coincidiría con el uso del juego en la modalidad PRL. Pero a la hora de crear una herramienta de aprendizaje significativo, se ha tenido en cuenta, dos aspectos fundamentales:

- **APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO-NO MEMORÍSTICO:** Al introducir preguntas de la vida cotidiana y del día a día, se pretende crear e incentivar la cultura preventiva en el alumnado, para que puedan darse cuenta que la Prevención no abarca únicamente el ámbito laboral, sino que está presente en nuestras vidas en las situaciones más comunes. Es una manera de crear preguntas “gancho” de forma que los jugadores se den cuenta que en realidad conocemos muy poco sobre la materia y de esta forma provoque un “Interés” en ellos, no solo por la obligación de recibir el curso, si no porque ellos mismos tengan la “curiosidad” de aprender.

- USO DEL JUEGO EN OTROS ÁMBITOS: Este juego, se pueden usar en las dos modalidades PRL o Primeros Auxilios, creando esta última modalidad, se permite el uso en otros entornos que no sean los cursos obligatorios de formación para dar cumplimiento al artículo 19 de la LPRL. Si no que se podría extender a otros niveles, siempre para incentivar la cultura preventiva:
  - CICLOS FORMATIVOS DEL SECTOR CONSTRUCCIÓN
  - EDUCACIÓN SECUNDARIA
  - FORMACIÓN CONTINUA Y CHARLAS EN EMPRESAS PRIVADAS DEL SECTOR



*Imagen 5: Fichas-premio de las dos categorías*

Finalmente se ha elaborado una caja para almacenar y transportar el juego, se ha pintado de un solo color y se le han hecho divisiones para el correcto almacenaje. En esta caja se ha pegado la portada del juego, en la cual se indica el nombre del mismo, la autoría, y la edad a partir de la cual está indicado. Como todo producto debe estar homologado y autorizado, por lo que se le ha incluido el logo CE (aunque no esté homologado por la Unión Europea, si fuese un juego real debería estar sellado).



Imagen 6: Caja contenedor con portada y divisiones

## 7.2. PARTES QUE LO COMPONENTEN

- **Caja contenedora:** consiste en una caja de cartón prismática rectangular adaptada mediante separaciones para los diferentes componentes del juego. Sus dimensiones aproximadas son de 45 cm de largo, 33 cm de ancho y 20 cm de alto.
- **Instrucciones:** en las instrucciones se explica el contenido del juego y los diferentes procedimientos de juego, con sus respectivos objetivos, preparación y mecánica de cada uno de los mismos. (Véase anexo III)
- **Solucionarios:** organizados por categorías y colores (rojo, azul y verde), en ellos se encuentran las respuestas correctas y explicaciones necesarias de éstas. (Véase anexo IV)
- **Casco-ruleta.**
- **33 tarjetas de pregunta de primeros auxilios,** siendo:
  - 11 tarjetas de vía pública (color rojo).
  - 11 tarjetas de vivienda (color azul).
  - 11 tarjetas de ocio y tiempo libre (color verde).

(véase anexo V)

- **126 tarjetas de pregunta de riesgos en el entorno laboral**, siendo:
  - 42 tarjetas de riesgo eléctrico y fuego (color rojo).
  - 42 tarjetas de riesgo en obra (color azul).
  - 42 tarjetas de normativa (color verde).(véase anexo VI)
- **66 fichas-premio de primeros auxilios**, siendo:
  - 20 fichas premio vía pública: COCHE (color rojo)
  - 20 fichas premio vivienda: CASITA (color azul)
  - 20 fichas premio ocio y tiempo libre: ÁRBOL (color verde)
- **120 fichas-premio de primeros auxilios**, siendo:
  - 40 fichas premio riesgo eléctrico y fuego: RAYO (color rojo)
  - 40 fichas premio riesgo en obra: CONO (color azul)
  - 40 fichas premio normativa: MAZO JUEZ (color verde)

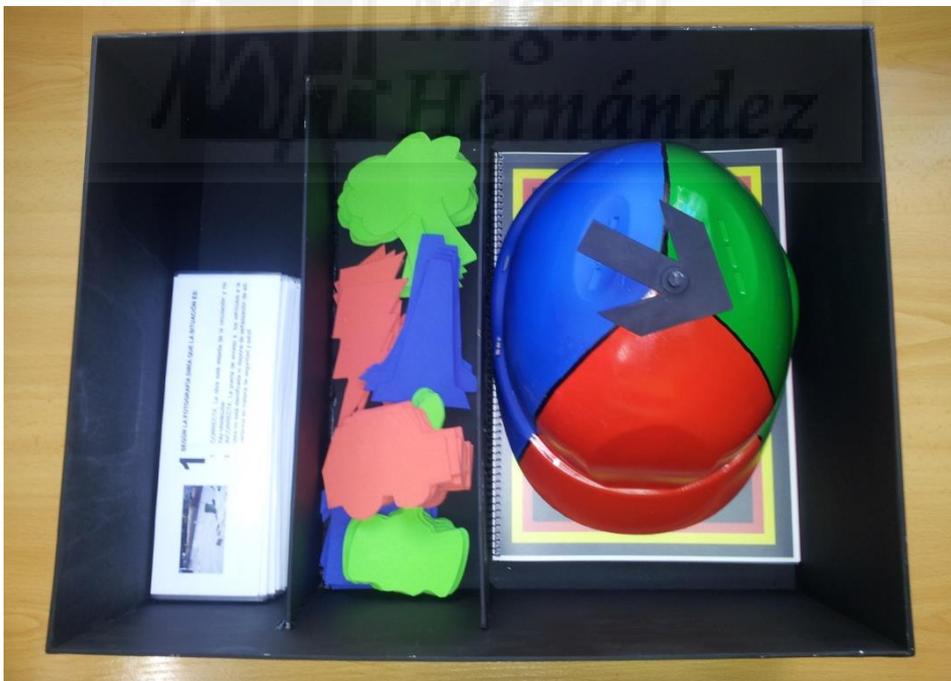


Imagen 7: Vista general

### 7.3. EXPERIENCIA PRÁCTICA

Se propuso a varias personas el realizar el juego el PREVEN en la modalidad de primeros auxilios, de manera que se formaron tres equipos individuales, se llegaron a realizar hasta 20 rondas hasta que uno de los jugadores consiguió tres tarjetas de cada modalidad.

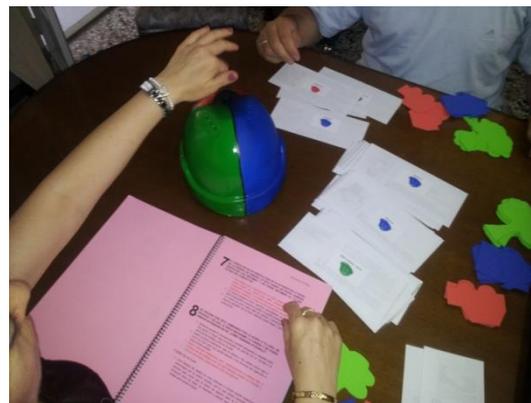
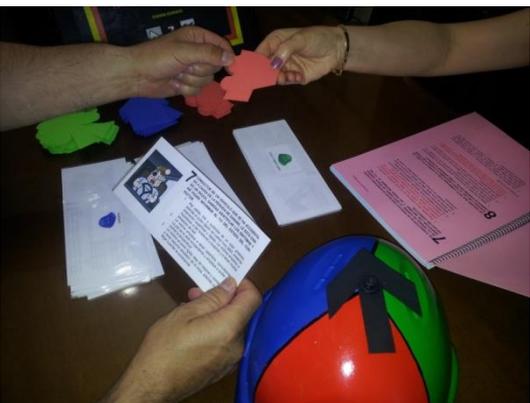
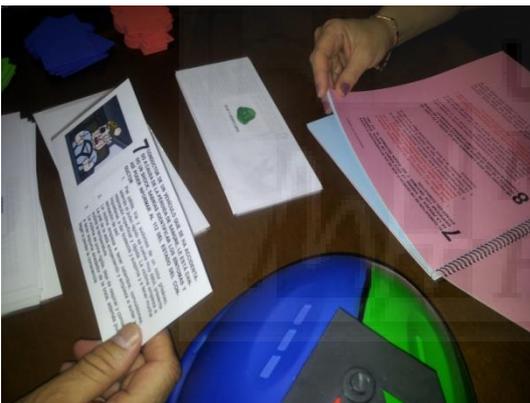


Imagen 8: Partida de PREVEN

La experiencia fue divertida, y los propios jugadores se sorprendieron de que poseían muy pocos conocimientos sobre primeros auxilios, y calificaron la experiencia como muy enriquecedora ya que dijeron que habían aprendido nuevos conceptos y rectificados otros erróneos.



## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS DEL TRABAJO

[1] Ley 31/1995 de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales, Boletín Oficial del Estado nº 269 de viernes 10 de noviembre de 1995.

[2] Ley 32/2006 de 18 de octubre reguladora de la subcontratación en el Sector de la Construcción. Boletín Oficial del Estado nº 250 de jueves 19 de octubre de 2006.

[3] Resolución de 28 de febrero de 2012, de la Dirección General de Empleo, por la que se registra y publica el V Convenio colectivo del sector de la construcción. Boletín Oficial del Estado nº 64 de martes 15 de marzo de 2012.

[4] Resolución de 3 de marzo de 2009, de la Dirección General de Trabajo, por la que se registra y publica el Acuerdo estatal del sector del metal que incorpora nuevos contenidos sobre formación y promoción de la seguridad y la salud en el trabajo y que suponen la modificación y ampliación del mismo. Boletín Oficial del Estado nº 68 de viernes 20 de marzo de 2009.

[5] Departamento de investigación e información. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Siniestralidad laboral abril 2015-marzo 2016. Disponible en:

<http://www.oect.es/portal/site/Observatorio/menuitem.1a9b11e0bf717527e0f945100bd061ca/?vgnextoid=7afd9802a6c75510VgnVCM1000008130110aRCRD&vgnnextchannel=d102a89ccfbf6410VgnVCM1000008130110aRCRD>

[6] de la Orden Rivera MV, Zimmermann Verdejo, M. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Informe de accidentes de trabajo en España 2014. Disponible en:

<http://www.oect.es/portal/site/Observatorio/menuitem.1a9b11e0bf717527e0f945100bd061ca/?vgnextoid=57a5b98c27f80510VgnVCM1000008130110aRCRD&vgnnextchannel=eb02a89ccfbf6410VgnVCM1000008130110aRCRD>

[7] Serrano González AM. Tratamiento interdisciplinar del contenido de primeros auxilios en la educación secundaria obligatoria. Innovación y experiencias educativas; 2009.

[8] Fundación Laboral de la Construcción. Visor estadístico [2016. Acceso 16 de julio de 2016] Disponible en: <http://www.lineaprevencion.com/visor-estadistico>

[9] Torres CM. El juego como estrategia de aprendizaje en el aula. [12 de diciembre de 2001. Acceso 16 de julio de 2016] Disponible en:

[http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/17543/2/carmen\\_torres.pdf](http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/17543/2/carmen_torres.pdf)

[10] Fernández March A. Nuevas Metodologías docentes. Talleres de Formación del profesorado para la Convergencia Europea impartidos en la UPM; 2005.

[11] Vaello Orts J. Cómo dar clase a los que no quieren. Barcelona: Graó; 2011.

[12] Real Decreto 286/2006 de 10 de marzo, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido, Boletín Oficial del Estado nº 60 de sábado 11 de marzo de 2006.

[13] Real Decreto 1407/1992, de 20 de noviembre, por el que se regulan las condiciones para la comercialización y libre circulación intracomunitaria de los equipos de protección individual, Boletín Oficial del Estado nº 311 de lunes 28 de diciembre de 1992.

[14] Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo, Boletín Oficial del Estado nº 97 de miércoles 23 de abril de 1997.

[15] Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, Boletín Oficial del Estado nº 97 de miércoles 23 de abril de 1997.

[16] Real Decreto 1942/1993, de 5 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de instalaciones de protección contra incendios, Boletín Oficial del Estado nº 298 de martes 14 de diciembre de 1993.

[17] Piqué Ardanuy T. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 552: Protección de máquinas frente a peligros mecánicos: resguardos (2000). Disponible en:

[http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp\\_552.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_552.pdf)

[18] Mestre Rovira J. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 71: Sistemas de protección contra contactos eléctricos indirectos (1983). Disponible en:

[http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/001a100/ntp\\_071.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/001a100/ntp_071.pdf)

[19] Real Decreto 1495/1986, de 26 de mayo, por el que se aprueba el Reglamento de Seguridad en las Máquinas, Boletín Oficial del Estado nº 173 de lunes 21 de julio de 1986.

[20] Moliné Marco JL. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 605: Primeros Auxilios: evaluación primaria y soporte vital básico (2001). Disponible en:

[http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp\\_605.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_605.pdf)

[21] Duarte Viejo G, Piqué Ardanuy T. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 599: Evaluación del riesgo de incendio: criterios (2001). Disponible en:

[http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp\\_599.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_599.pdf)

[22] Moliné Marco JL. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 469: Primeros Auxilios: hemorragias y shock (1999). Disponible en:

[http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp\\_469.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_469.pdf)

[23] Pérez Guerrero A. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 536: Extintores de incendio portátiles: utilización (1999). Disponible en:

[http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp\\_536.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_536.pdf)

## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS DEL JUEGO

[A] Ambientech. El juego de los primeros auxilios. [2007; Acceso 16 de julio de 2016]  
Disponible en:

[http://www.cruzroja.es/cre/2006\\_7\\_FR/matcurfad/juegoppaa/castellano/creuroja\\_cd.swf](http://www.cruzroja.es/cre/2006_7_FR/matcurfad/juegoppaa/castellano/creuroja_cd.swf)

[B] Caballed J. La prevención de accidentes infantiles. Primeros auxilios. Barcelona: Laertes; 1995.

[C] Fundación Laboral de la Construcción. En el trabajo, cuídate. Formación inicial. Madrid: Tornapunta ediciones; 2007.

[D] González Maestre D, Mateo Floría P. Casos prácticos de PRL. Madrid: FC Editorial; 2010.

[E] Maestre E. El botiquín en casa. Accidentes domésticos y primeros auxilios. Ediciones Eneida – Salud; 2001.

[F] Moffat SC. Primeros auxilios para niños: consejos prácticos. Madrid: Doyma libros; 1995.

[G] Pérez Merlos R. Seguridad práctica en obras de construcción. Totana (Murcia): ETOSA, Obras y servicios; 2006.



**10. ANEXOS**



## **ANEXO I: ENCUESTA GOOGLE DRIVE Y RESULTADOS**

## ENCUESTA SOBRE CONOCIMIENTOS DE PREVENCION DE RIESGOS

### LABORALES

#### EDAD (años)

- 16-25
- 26-35
- 36-45
- Más de 46

#### GÉNERO

- Masculino
- Femenino

#### SECTOR LABORAL

- Construcción
- Metal

#### NIVEL DE ESTUDIOS

- Primaria
- Graduado en ESO
- Bachillerato
- Formación Profesional
- Universitarios

#### FORMACION EN PRL

- Inicial
- Básica
- Media
- Superior

*Lee atentamente todas las preguntas y señala con un círculo o un cruz la respuesta que crees correcta. Tómate tu tiempo, esta encuesta es totalmente anónima.*

---

### **1. Se utilizarán tapones para protegerse frente al ruido:**

- a) cuando se tenga que hacer un uso discontinuo de protectores auditivos.
- b) en el caso de ambientes extremadamente ruidosos.
- c) cuando se necesite concentración.
- d) cuando el/la trabajador/a necesite un protector auditivo de forma continua, en ambientes calurosos o húmedos y no exista un ambiente extremadamente ruidoso.

### **2. No es un tipo de calzado que protege los pies:**

- a) el calzado de seguridad.
- b) el calzado deportivo.
- c) el calzado de protección.
- d) el calzado de trabajo.

### **3. No se consideran equipos de protección individual:**

- a) la ropa de trabajo y los uniformes en general.
- b) unas gafas de cazoleta.
- c) mandiles de protección contra los rayos x.
- d) unos manguitos.

**4. Una señal de forma redonda con pictograma blanco, fondo azul y borde blanco o azul es una señal de:**

- a) advertencia.
- b) prohibición.
- c) salvamento.
- d) obligación.

**5. Las señales de seguridad pueden ser:**

- a) luminosas.
- b) acústicas.
- c) gestuales.
- d) todo lo anterior es correcto.

**6. La evacuación del centro de trabajo se realiza cuando:**

- a) se ve humo en el centro de trabajo.
- b) todas las etapas de protección, detección y extinción del fuego han fallado y existe riesgo para la vida de las personas.
- c) cuando los sprinklers comienzan a funcionar.
- d) cuando se ha llamado a los bomberos.

**7. Un sprinkler es:**

- a) un mecanismo de salida de agua constituido por válvula y racor enterrados en una arqueta a nivel del suelo.
- b) un armario con manguera con devanadera, válvula de apertura, manómetro y lanza de salida de agua
- c) una marca de extintores.
- d) un rociador individual que se activa de forma independiente con un fusible.

**8. El protocolo de actuación ante emergencias deberá contener:**

- a) identificación y funciones de las personas y equipos que intervendrán y del responsable de su puesta en marcha.
- b) la identificación mercantil y fiscal de la empresa.
- c) la relación completa de los puestos de trabajo y las categorías profesionales.
- d) el inventario de máquinas y sustancias peligrosas del centro de trabajo.

**9. Con la señalización de seguridad se pretende:**

- a) hacer recomendaciones de seguridad en forma de cartel.
- b) lograr que el trabajador se quede inmóvil cuando vea la señal.
- c) estimular al trabajador a través de los sentidos, para informarle del riesgo.
- d) ordenar el tráfico de los vehículos dentro de la empresa.

**10. Los resguardos pueden ser:**

- a) fijos, distanciadores y automáticos.
- b) distanciadores, móviles y envolventes.
- c) fijos, móviles y regulables.
- d) regulables, con bloqueo y manuales.

**11. La protección contra los contactos eléctricos indirectos no se puede realizar mediante:**

- a) los dispositivos diferenciales.
- b) la puesta a tierra de las masas de las máquinas.
- c) la separación por distancia.
- d) el doble aislamiento.

**12. Las acciones en seguridad deben llevar un orden:**

- a) actuar sobre el receptor, actuar sobre el medio, actuar sobre el riesgo.
- b) actuar sobre la máquina, actuar sobre el trabajador, actuar sobre el método de trabajo.
- c) actuar sobre el riesgo, actuar sobre el medio, actuar sobre el receptor.
- d) actuar sobre el medio, actuar sobre el riesgo, actuar sobre el receptor.

**13. La altura adecuada en los espacios de trabajo es de:**

- a) 2 m de altura del suelo al techo.
- b) 3 m de altura del suelo al techo.
- c) 2.50 m de altura del suelo al techo.
- d) 2.70 m de altura del suelo al techo.

**14. El procedimiento de actuación ante un accidente se conoce como:**

- a) sap: socorrer, avisar y proteger.
- b) asp: avisar, socorrer y proteger.
- c) aas: avisar, abrigar y socorrer.
- d) pas: proteger, avisar y socorrer.

**15. Un armario con manguera con devanadera, válvula de apertura, manómetro y lanza de salida de agua, es:**

- a) un sprinkler.
- b) una bie.
- c) un hidratante a ras de suelo.
- d) un extintor fijo.

**16. La actuación sobre el combustible supone:**

- a) ventilar las concentraciones peligrosas.
- b) controlar los generadores de calor.
- c) evitar los cortocircuitos.
- d) eliminar el comburente.

**17. Las hemorragias externas se corrigen:**

a) con la compresión directa, la compresión arterial y si no es suficiente, con la aplicación del torniquete.

- b) evacuando inmediatamente sin tocar el miembro que sangra.
- c) poniendo un vendaje lo más fuerte posible encima de la herida.
- d) poniendo un vendaje lo más fuerte posible encima de la herida.

**18. La finalidad de los primeros auxilios es:**

a) curar las heridas más graves del accidentado.

b) evitar que el accidentado empeore su estado, aliviar el dolor y facilitar la evacuación.

- c) dar al herido alguna pastilla para evitar el dolor.
- d) despegar rápidamente las ropas quemadas de la piel para evitar infección.

**19. Los EPI's**

a) deberán utilizarse cuando los riesgos no se puedan evitar o no puedan limitarse suficientemente por medios técnicos de protección colectiva.

- b) debe pagarlos el trabajador.
- c) no necesitan mantenimiento.
- d) no es necesario que incluyan folleto de instrucciones.

**20. Cual de las siguientes actuaciones con un extintor son correctas:**

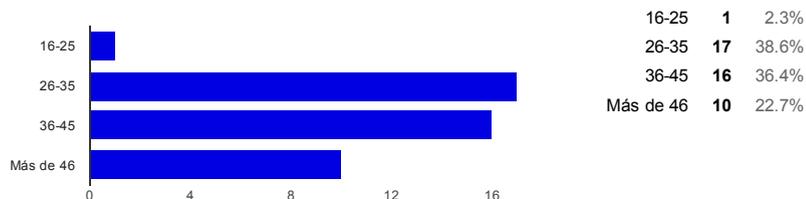
- a) quitar el pasador de seguridad, tirando de la anilla.
- b) sujetar la manguera de salida del extintor.
- c) dirigirse hacia el incendio y situarse a un metro de distancia al menos.
- d) todo lo anterior es correcto

# 44 respostes

Mostra totes les respostes Publica les estadístiques

## Resum

### EDAD



### GENERO



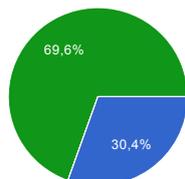
### NIVEL DE ESTUDIOS



### FORMACION EN PRL



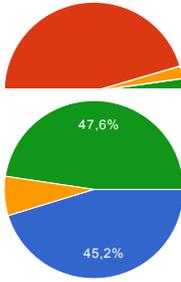
### Se utilizarán tapones para protegerse frente al ruido:



cuando se tenga que hacer un uso discontinuo de protectores auditivos.	7	15.9
en el caso de ambientes extremadamente ruidosos. (Mayores a 85 dB(A))	0	0
cuando se necesite concentración.	0	0
cuando el/la trabajador/a necesite un protector auditivo de forma continua, en ambientes calurosos o húmedos y no exista un ambiente extremadamente ruidoso.	16	36.4

### No es un tipo de calzado que protege los pies:

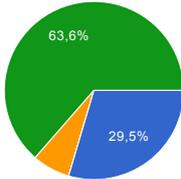
el calzado de seguridad.	0	0%
el calzado deportivo.	42	95.5%
el calzado de protección.	1	2.3%
el calzado de trabajo.	1	2.3%



al:

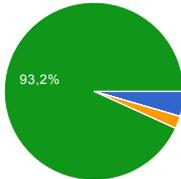
la ropa de trabajo y los uniformes en general.	19	45.2%
unas gafas de cazoleta.	0	0%
mandiles de protección contra los rayos x.	3	7.1%
unos manguitos.	20	47.6%

Una señal de forma redonda con pictograma blanco, fondo azul y borde blanco o azul es una señal de:



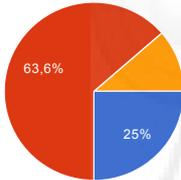
advertencia.	13	29.5%
prohibición.	0	0%
salvamento.	3	6.8%
obligación.	28	63.6%

Las señales de seguridad pueden ser:



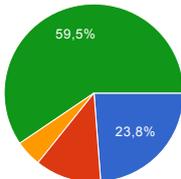
luminosas.	2	4.5%
acústicas.	0	0%
gestuales.	1	2.3%
todo lo anterior es correcto.	41	93.2%

La evacuación del centro de trabajo se realiza cuando:



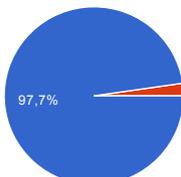
se ve humo en el centro de trabajo.	11	25%
todas las etapas de protección, detección y extinción del fuego han fallado y existe riesgo para la vida de las personas.	28	63.6%
cuando los sprinklers comienzan a funcionar.	5	11.4%
cuando se ha llamado a los bomberos.	0	0%

Un sprinkler es:



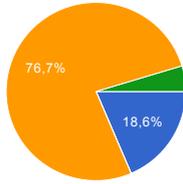
un mecanismo de salida de agua constituido por válvula y racor enterrados en una arqueta a nivel del suelo.	10	23.8%
un armario con manguera con devanadera, válvula de apertura, manómetro y lanza de salida de agua	5	11.9%
una marca de extintores.	2	4.8%
un rociador individual que se activa de forma independiente con un fusible.	25	59.5%

El protocolo de actuación ante emergencias deberá contener:



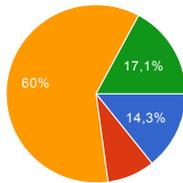
identificación y funciones de las personas y equipos que intervendrán y del responsable de su puesta en marcha.	43	97.7%
la identificación mercantil y fiscal de la empresa.	1	2.3%
la relación completa de los puestos de trabajo y las categorías profesionales.	0	0%
el inventario de máquinas y sustancias peligrosas del centro de trabajo.	0	0%

**Con la señalización de seguridad se pretende:**



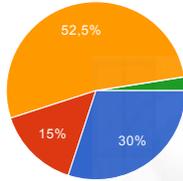
hacer recomendaciones de seguridad en forma de cartel.	8	18.6%
lograr que el trabajador se quede inmóvil cuando vea la señal.	0	0%
estimular al trabajador a través de los sentidos, para informarle del riesgo.	33	76.7%
ordenar el tráfico de los vehículos dentro de la empresa.	2	4.7%

**Los resguardos pueden ser:**



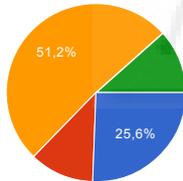
fijos, distanciadores y automáticos.	5	14.3%
distanciadores, móviles y envolventes.	3	8.6%
fijos, móviles y regulables.	21	60%
regulables, con bloqueo y manuales.	6	17.1%

**La protección contra los contactos eléctricos indirectos no se puede realizar mediante:**



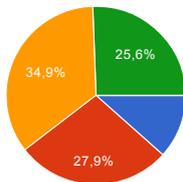
los dispositivos diferenciales.	12	30%
la puesta a tierra de las masas de las máquinas.	6	15%
la separación por distancia.	21	52.5%
el doble aislamiento.	1	2.5%

**Las acciones en seguridad deben llevar un orden:**



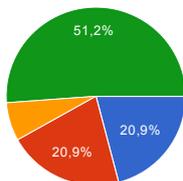
actuar sobre el receptor, actuar sobre el medio, actuar sobre el riesgo.	11	25.6%
actuar sobre la maquina, actuar sobre el trabajador, actuar sobre el método de trabajo.	5	11.6%
actuar sobre el riesgo, actuar sobre el medio, actuar sobre el receptor.	22	51.2%
actuar sobre el medio, actuar sobre el riesgo, actuar sobre el receptor.	5	11.6%

**La altura adecuada en los espacios de trabajo es de:**



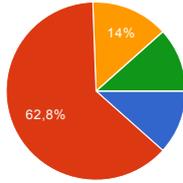
2 m de altura del suelo al techo.	5	11.6%
3 m de altura del suelo al techo.	12	27.9%
2.50 m de altura del suelo al techo.	15	34.9%
2.70 m de altura del suelo al techo.	11	25.6%

**El procedimiento de actuación ante un accidente se conoce como:**



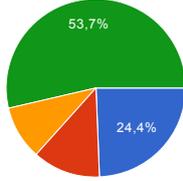
sap: socorrer, avisar y proteger.	9	20.9%
asp: avisar, socorrer y proteger.	9	20.9%
aas: avisar, abrigar y socorrer.	3	7%
pas: proteger, avisar y socorrer.	22	51.2%

**Un armario con manguera con devanadera, válvula de apertura, manómetro y lanza de salida de agua, es:**



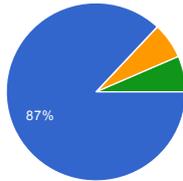
un sprinkler.	<b>5</b>	11.6%
una bie.	<b>27</b>	62.8%
un hidratante a ras de suelo.	<b>6</b>	14%
un extintor fijo.	<b>5</b>	11.6%

**La actuación sobre el combustible supone:**



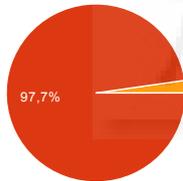
ventilar las concentraciones peligrosas.	<b>10</b>	24.4%
controlar los generadores de calor.	<b>5</b>	12.2%
evitar los cortocircuitos.	<b>4</b>	9.8%
eliminar el comburente.	<b>22</b>	53.7%

**Las hemorragias externas se corrigen:**



con la compresión directa, la compresión arterial y si no es suficiente, con la aplicación del torniquete.	<b>40</b>	93%
evacuando inmediatamente sin tocar el miembro que sangra.	<b>0</b>	0%
poniendo un vendaje lo más fuerte posible encima de la herida.	<b>3</b>	7%
poniendo un vendaje lo más fuerte posible encima de la herida.	<b>3</b>	7%

**La finalidad de los primeros auxilios es:**



curar las heridas más graves del accidentado.	<b>0</b>	0%
evitar que el accidentado empeore su estado, aliviar el dolor y facilitar la evacuación.	<b>43</b>	97.7%
dar al herido alguna pastilla para evitar el dolor.	<b>1</b>	2.3%
despegar rápidamente las ropas quemadas de la piel para evitar infección.	<b>0</b>	0%

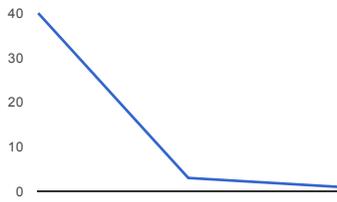
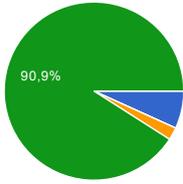
**Los epi's**



deberán utilizarse cuando los riesgos no se puedan evitar o no puedan limitarse suficientemente por medios técnicos de protección colectiva.	<b>44</b>	100%
debe pagarlos el trabajador.	<b>0</b>	0%
no necesitan mantenimiento.	<b>0</b>	0%
no es necesario que incluyan folleto de instrucciones.	<b>0</b>	0%

**Cual de las siguientes actuaciones con un extintor son correctas:**

quitar el pasador de seguridad, tirando de la anilla.	<b>3</b>	6.8%
sujetar la manguera de salida del extintor.	<b>0</b>	0%
dirigirse hacia el incendio y situarse a un metro de distancia al menos.	<b>1</b>	2.3%
todo lo anterior es correcto	<b>40</b>	90.9%





## **ANEXO II: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Tras la participación de cerca de 50 encuestados, de los cuales el colectivo más amplio eran personas con formación universitaria y personal de la construcción, se obtuvieron los siguientes resultados:

### i. PREGUNTA 1

*Se utilizarán tapones para protegerse frente al ruido...*

Según se indica en el RD 286/2006 [12] los protectores auditivos se deben utilizar en ambientes expuestos a ruidos superiores a 85 dB(A). Los resultados obtenidos de las encuestas han sido los siguientes:



Gráfico 8: Respuestas a la Pregunta 1 en función del nivel de conocimiento.

### ii. PREGUNTA 2

*No es un tipo de calzado que protege los pies...*

El RD 1407/92 [13] clasifica los diferentes Equipos de Protección Individual, entre ellos el calzado. La respuesta correcta para esta pregunta es el calzado deportivo porque no posee la protección suficiente en el trabajo. En este caso se obtuvieron las siguientes respuestas:



Gráfico 9: Respuestas a la Pregunta 2 en función del nivel de conocimiento.

### iii. PREGUNTA 3

*No se considera equipos de protección individual...*

En este caso, nos encontramos en el mismo caso de la pregunta anterior. La ropa de trabajo y los uniformes en general no se consideran EPI's. Las respuestas han sido las siguientes:



Gráfico 10: Respuestas a la Pregunta 3 en función del nivel de conocimiento.

#### iv. PREGUNTA 4

*Una señal de forma redonda con pictograma blanco, fondo azul y borde blanco o azul es una señal de...*

En el RD 485/1997 [14] encontramos la señalización de seguridad y salud en el trabajo. Para contestar esta pregunta no es necesario tener conocimientos de PRL, por ejemplo, habiendo estudiado para el carnet de conducir se podría saber la respuesta (Señal de obligación). No obstante, las respuestas han sido las siguientes:



Gráfico 11: Respuestas a la Pregunta 4 en función del nivel de conocimiento.

#### v. PREGUNTA 5

*Las señales de seguridad pueden ser...*

Ante esta pregunta, de temática similar a la anterior y cuya respuesta correcta era todas las que se proponían (luminosas, acústicas y de salvamento entre otras) las respuestas fueron las siguientes:

## RESPUESTA 5

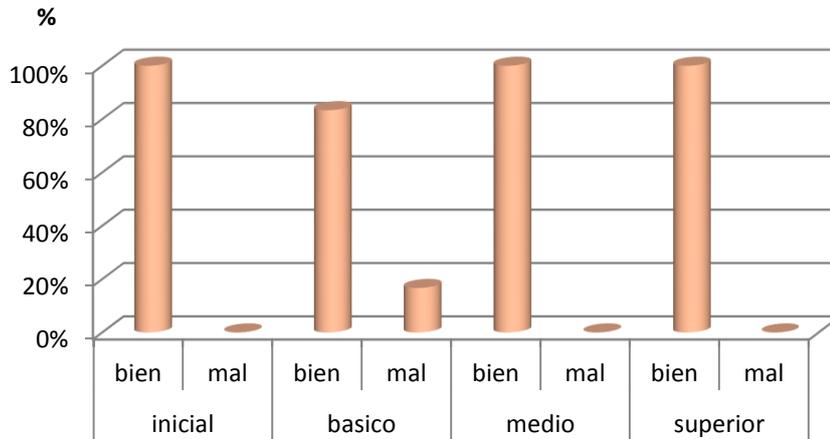


Gráfico 12: Respuestas a la Pregunta 5 en función del nivel de conocimiento.

### vi. PREGUNTA 6

*La evacuación del centro de trabajo se realiza cuando...*

Es el RD 486/1997 [\[15\]](#) el que establece las disposiciones mínimas de Seguridad y Salud en los lugares de trabajo, y nos dice que la evacuación se realiza cuando las etapas de protección, detección y extinción del fuego han fallado y existe riesgo para la vida de las personas. Las respuestas obtenidas han sido:

## RESPUESTA 6

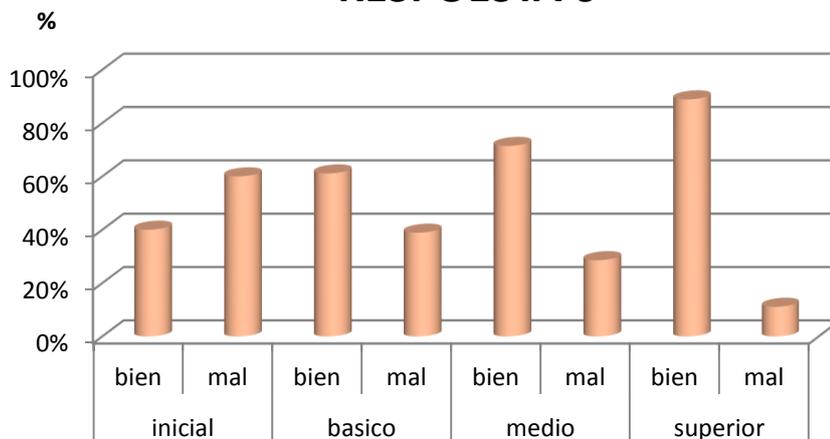


Gráfico 13: Respuestas a la Pregunta 6 en función del nivel de conocimiento.

## vii. PREGUNTA 7

*Un sprinkler es...*

Nos encontramos ante una pregunta de contenido técnico. Un sprinkler es un rociador de agua que funciona en casos de incendio. En el RD 1942/1993 [\[16\]](#) se desarrollan los requisitos que deben cumplir los aparatos y equipos contra incendios. Los resultados obtenidos fueron:



Gráfico 14: Respuestas a la Pregunta 7 en función del nivel de conocimiento.

## viii. PREGUNTA 8

*El protocolo de actuación ante emergencias deberá contener...*

Esta situación viene contemplada en la Ley 31/1995 [\[11\]](#), por la que se deben identificar al personal y sus funciones ante una emergencia. Las respuestas obtenidas son:



Gráfico 15: Respuestas a la Pregunta 8 en función del nivel de conocimiento.

#### ix. PREGUNTA 9

Con la señalización de seguridad se pretende...

Nuevamente, acudimos al RD 485/1997 [14] sobre la señalización de seguridad y salud en el trabajo: se pretende informar del riesgo. A continuación se muestran los tantos por ciento de las respuestas correctas e incorrectas según el nivel de estudios de los participantes:



Gráfico 16: Respuestas a la Pregunta 9 en función del nivel de conocimiento.

## x. PREGUNTA 10

*Los resguardos pueden ser...*

Aquí acudimos a la NTP 552 [17] en la que nos explican los tipos de resguardos ante una maquinaria: fijos, móviles o regulables. Para esta pregunta, las respuestas han sido:



Gráfico 17: Respuestas a la Pregunta 10 en función del nivel de conocimiento.

## xi. PREGUNTA 11

*La protección contra los contactos eléctricos indirectos no se puede realizar mediante...*

En la NTP 71 [18] se explican los sistemas de protección contra contactos eléctricos. De las opciones, la incorrecta era la separación por distancia. Las respuestas a esta pregunta han sido:

## RESPUESTA 11

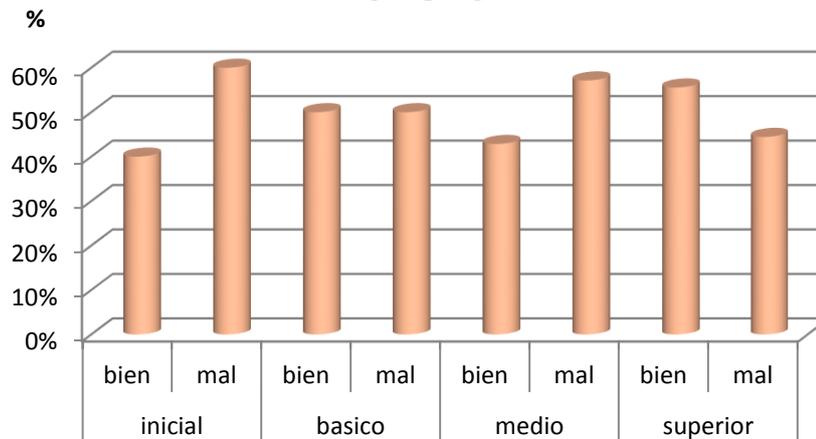


Gráfico 18: Respuestas a la Pregunta 11 en función del nivel de conocimiento.

## xii. PREGUNTA 12

*Las acciones en seguridad deben llevar un orden...*

En el Real Decreto 1495/1986 [19] referido a maquinaria encontraremos la normativa asociada a maquinaria y, ante un caso de emergencia debe ser: actuar sobre el riesgo,, sobre el medio y sobre el receptor. En este caso las respuestas han sido:

## RESPUESTA 12

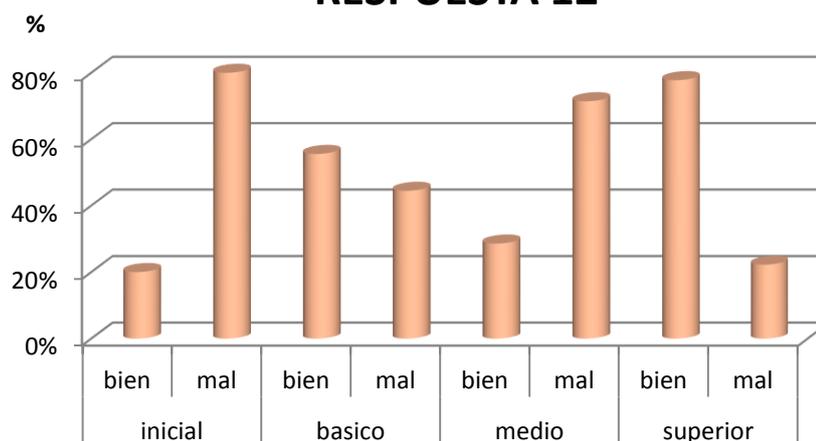


Gráfico 19: Respuestas a la Pregunta 12 en función del nivel de conocimiento.

### xiii. PREGUNTA 13

*La altura adecuada en los espacios de trabajo es de...*

El RD 486/1997 [15] nos proporciona las medidas adecuadas para los lugares de trabajo. Para el caso de alturas, la óptima será de 3 m. Aquí las respuestas han sido:



Gráfico 20: Respuestas a la Pregunta 13 en función del nivel de conocimiento.

### xiv. PREGUNTA 14

*El procedimiento de actuación ante un accidente se conoce como...*

Esta es una pregunta referida a primeros auxilios. Podemos acudir a la NTP 605 [20] en la que se especifican las actuaciones a seguir en estos casos: PAS -> Proteger, Avisar y Socorrer. Las respuestas han sido:

## RESPUESTA 14

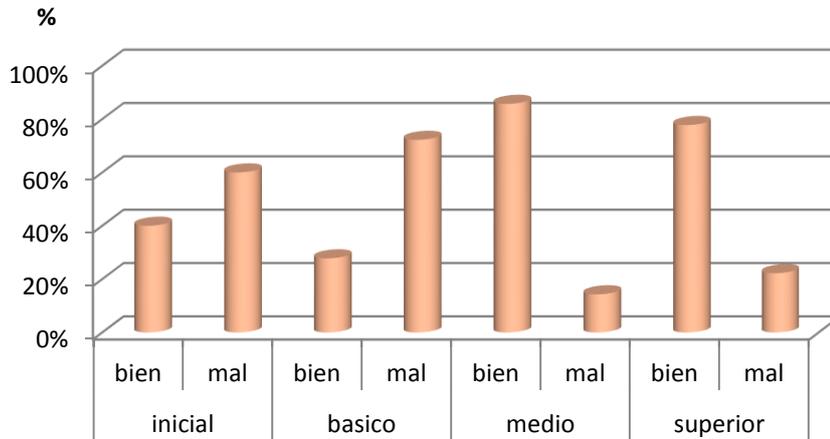


Gráfico 21: Respuestas a la Pregunta 14 en función del nivel de conocimiento.

### xv. PREGUNTA 15

Un armario con devanadera, válvula de apertura, manómetro y lanza de salida de agua es...

Al igual que en la pregunta 7, acudimos al RD 1942/1993 [16] donde vemos que se trata de una BIE. En este caso, las respuestas han sido:

## RESPUESTA 15

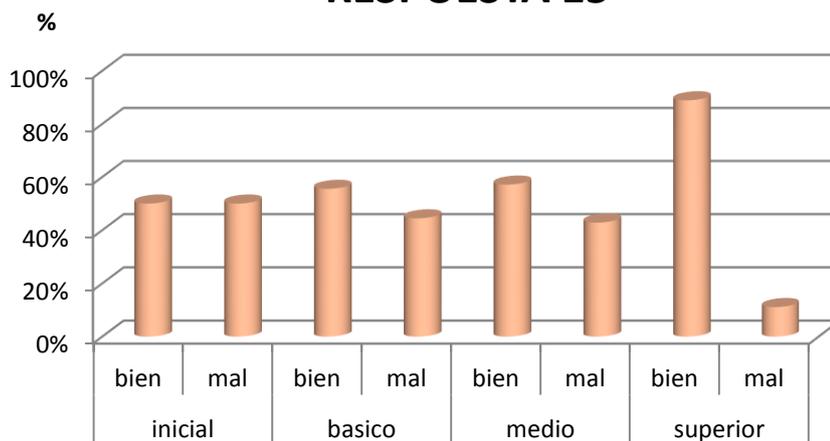


Gráfico 22: Respuestas a la Pregunta 15 en función del nivel de conocimiento.

## xvi. PREGUNTA 16

*La actuación sobre el combustible supone...*

En este caso, volvemos a acudir al INSHT en su NTP 599 [21], en la que se explican los criterios de evaluación de los riesgos de incendio. Si se actúa sobre el combustible se elimina el comburente. Para esta pregunta las respuestas han sido:

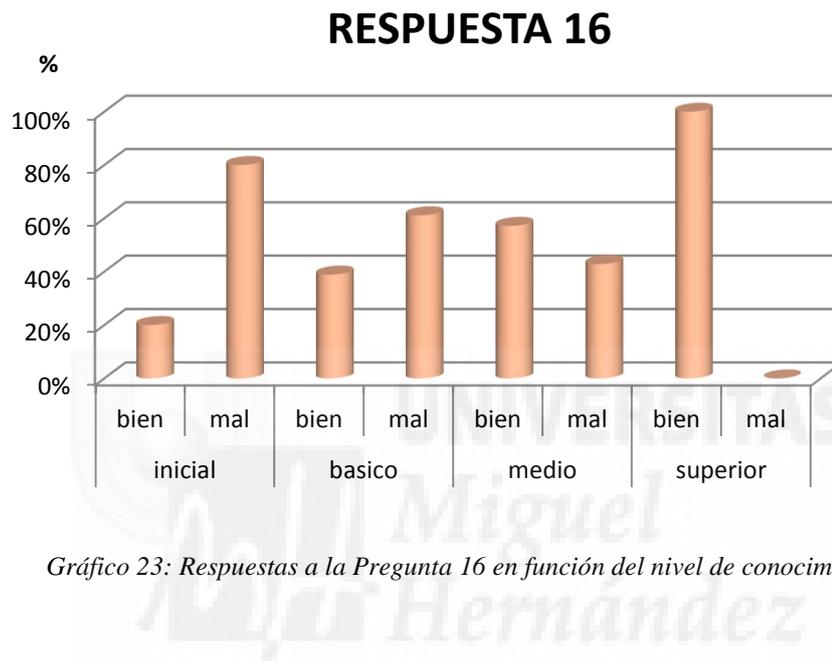


Gráfico 23: Respuestas a la Pregunta 16 en función del nivel de conocimiento.

## xvii. PREGUNTA 17

*Las hemorragias externas se corrigen...*

En este caso, volvemos a acudir al INSHT en su NTP 469 [22]. En este caso la respuesta correcta era por compresión directa o arterial o, finalmente, aplicando un torniquete. Las respuestas han sido:

## RESPUESTA 17

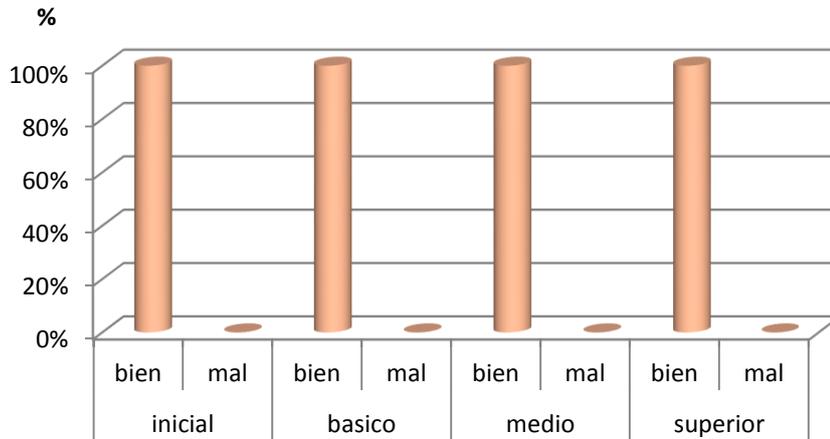


Gráfico 24: Respuestas a la Pregunta 17 en función del nivel de conocimiento.

### xviii. PREGUNTA 18

*La finalidad de los primeros auxilios es...*

Volvemos a la NTP 605 [\[20\]](#) para conocer más sobre primeros auxilios. La finalidad es evitar que se empeore el estado del accidentado, aliviar su dolor y facilitar la evacuación. Las respuestas obtenidas han sido:

## RESPUESTA 18

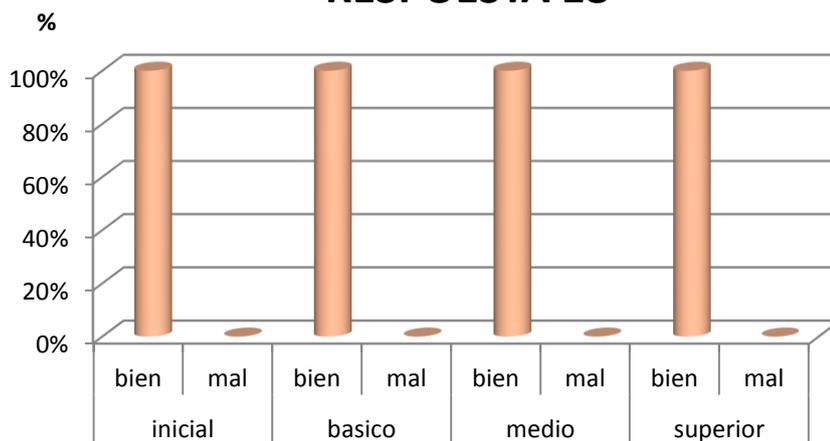


Gráfico 25: Respuestas a la Pregunta 18 en función del nivel de conocimiento.

## xix. PREGUNTA 19

*Los EPI's...*

Volvemos al RD 1407/92 [13] sobre EPI's, que deben ser usados cuando las protecciones colectivas no son suficientes. A continuación se muestran los tantos por ciento de las respuestas correctas e incorrectas según el nivel de estudios de los participantes:



Gráfico 26: Respuestas a la Pregunta 19 en función del nivel de conocimiento.

## xx. PREGUNTA 20

*Cuál de las siguientes actuaciones con un extintor son correctas...*

En la última pregunta vamos a dirigirnos a la NTP 536 [23] sobre extintores y todas las opciones que se presentan son correctas. Los resultados en este caso han sido:

## RESPUESTA 20

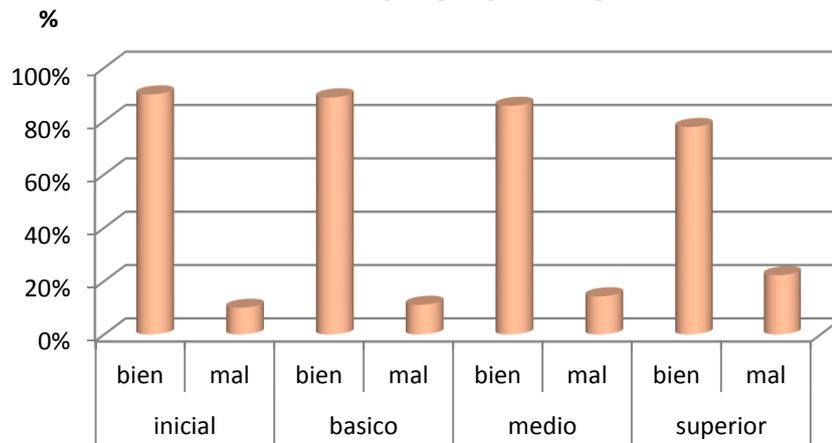


Gráfico 27: Respuestas a la Pregunta 20 en función del nivel de conocimiento.





### **ANEXO III: INSTRUCCIONES DE JUEGO**

## El juego total

### OBJETIVO

Tener un conocimiento completo de todos los aspectos que trata el juego.

### PREPARACIÓN

Se coloca el casco-ruleta sobre la mesa de juego junto con los 6 mazos de preguntas todas las categorías.

### MECÁNICA

Se puede jugar tanto individualmente como por equipos de varios jugadores, pero no se recomienda más de 3 jugadores individuales o equipos. Se decide el primer jugador usando el casco-ruleta, haciendo girar su flecha. Aquel jugador o equipo al que apunte la misma, será el primero en jugar.

El jugador o equipo girará la flecha del casco-ruleta y escogerá, del color que ésta indique, la categoría que prefiera. Una vez elegida, la leerá en voz alta junto con las posibles respuestas que se proporcionan. Cuando el jugador o equipo responda, si la respuesta es correcta, deberá quedarse la tarjeta y volver a jugar. En caso contrario, se devolverá la tarjeta al fondo del mazo correspondiente y se pasará el turno al siguiente jugador o equipo a su derecha. Por cada pregunta acertada, el equipo conseguirá una ficha-premio de la misma categoría.

Ganará aquel jugador o equipo que conteste correctamente 5 preguntas y por lo tanto tenga 5 fichas-premio de cada color de riesgos en el entorno laboral y 3 preguntas de cada una de las categorías de primeros auxilios y, por tanto, tenga 24 tarjetas (8 de cada color) en su poder.

## CONTENIDO DEL JUEGO

- Caja contenedora
- Instrucciones
- Solucionarios
- Casco-ruleta.
- 33 tarjetas de pregunta de primeros auxilios, siendo:
  - 11 tarjetas de vía pública (color rojo).
  - 11 tarjetas de vivienda (color azul).
  - 11 tarjetas de ocio y tiempo libre (color verde).
- 126 tarjetas de pregunta de riesgos en el entorno laboral, siendo:
  - 42 tarjetas de riesgo eléctrico y fuego (color rojo).
  - 42 tarjetas de riesgo en obra (color azul).
  - 42 tarjetas de normativa (color verde).
- 66 fichas-premio de primeros auxilios, siendo:
  - 20 fichas premio vía pública: COCHE (color rojo)
  - 20 fichas premio vivienda: CASITA (color azul)
  - 20 fichas premio ocio y tiempo libre: ÁRBOL (color verde)
- 120 fichas-premio de primeros auxilios, siendo:
  - 40 fichas premio riesgo eléctrico y fuego: RAYO (color rojo)
  - 40 fichas premio riesgo en obra: CONO (color azul)
  - 40 fichas premio normativa: MAZO JUEZ (color verde)



## DESCRIPCIÓN DE LOS JUEGOS

### ***Primeros auxilios***

#### OBJETIVO

Familiarizarse con aquellas medidas preventivas que deben ser tomadas antes las situaciones de riesgo que puedan presentarse habitualmente en situaciones cotidianas y que no tienen porqué ser de sentido común.

#### PREPARACIÓN

Se coloca el casco-ruleta sobre la mesa de juego junto con los tres mazos de preguntas de primeros auxilios colocados boca abajo.

#### MECÁNICA

Se puede jugar tanto individualmente como por equipos de varios jugadores, pero no se recomienda más de 3 jugadores individuales o equipos. Se decide el primer jugador usando el casco-ruleta, haciendo girar su flecha. Aquel jugador o equipo al que apunte la misma, será el primero en jugar.

El jugador o equipo girará la flecha del casco-ruleta y cogerá la tarjeta del color que ésta indique. Una vez cogida la pregunta, la leerá en voz alta junto con las posibles respuestas que se proporcionan. Cuando el jugador o equipo responda, si la respuesta es correcta, deberá recibir una ficha-premio de la categoría acertada y volver a jugar. En caso contrario, se devolverá la tarjeta al fondo del mazo correspondiente y se pasará el turno al siguiente jugador o equipo a su derecha.

Ganará aquel jugador o equipo que llegue primero a las 10 preguntas acertadas y, por tanto, tenga 10 tarjetas en su poder.

## ***Riesgos en el entorno laboral***

#### OBJETIVO

Conocer tanto la normativa existente sobre seguridad y salud como las medidas preventivas que deben ser tomadas antes las situaciones de riesgo que tengan lugar en situaciones de trabajo en la obra.

#### PREPARACIÓN

Se coloca el casco-ruleta sobre la mesa de juego junto con los tres mazos de preguntas de riesgos en el entorno laboral colocados boca abajo.

#### MECÁNICA

Se puede jugar tanto individualmente como por equipos de varios jugadores, pero no se recomienda más de 6 jugadores individuales o equipos. Se decide el primer jugador usando el casco-ruleta, haciendo girar su flecha. Aquel jugador o equipo al que apunte la misma, será el primero en jugar.

El jugador o equipo girará la flecha del casco-ruleta y cogerá la tarjeta del color que ésta indique. Ésta será leída en voz alta junto con las posibles respuestas que se proporcionan. Cuando el jugador o equipo responda, si la respuesta es correcta, recibir una ficha-premio y volver a jugar. En caso contrario, se devolverá la tarjeta al fondo del mazo correspondiente y se pasará el turno al siguiente jugador o equipo a su derecha.

Ganará aquel jugador o equipo que conteste correctamente 5 preguntas de cada categoría y, por tanto, tenga 15 fichas-premio (5 de cada color) en su poder.



## ANEXO IV: SOLUCIONARIOS



# 1 UNA MEDUSA HA PICADO LA PIERNA DE CARMEN Y TIENE UNA URTICARIA DOLOROSA. ¿QUÉ HARÍAS PARA CALMARLE EL DOLOR?

- 1) Aplicaría en primer lugar agua oxigenada, le pondríamos una pomada de corticoides y taparíamos la herida de Carmen.
- 2) **Aplicaría un ácido como limón o vinagre, lavaríamos la herida con agua de mar, y le aplicaríamos hielo para aliviar el picor, finalmente evitaríamos que Carmen se rasque.**
- 3) En cuanto salga Carmen del agua le lavaríamos la herida con agua de mar y le diríamos que se echara en la toalla sin moverse para que la herida se seque con el calor del sol, hay que procurar que no se rasque durante este proceso

## FORMA DE ACTUAR

1. Usaremos una bolsa de hielo para aliviar el picor
2. Usar vinagre o limón aplicándolos directamente sobre la herida, durante un par de minutos, pues son unos ácidos débiles y neutralizar el efecto urticante que causa la medusa.
3. No se debe rascar la herida en ningún momento

# 2 EDUARDO TIENE UNA INSOLACIÓN POR HABER ESTADO JUGANDO A LAS PALAS EN LA PLAYA MUCHAS HORAS SEGUIDAS, ¿QUÉ MEDIDAS DE PRECAUCIÓN TENDRÍA QUE HABER TOMADO?

- 1) Beber mucha agua, cuanto más helada mejor para aliviar la sensación de calor, llevar siempre consigo un reloj para controlar el tiempo de exposición solar y llevar siempre una silleta para descansar de vez en cuando bajo una sombrilla.
- 2) Tomar bebidas azucaradas, llevar unas gafas de sol y una gorra con la visera muy grande y ponerse crema solar de alta protección sobretodo en la cara y la espalda

- 3) **Beber agua constantemente, usar una gorra y camiseta de algodón mientras hace ejercicio, e intenta evitar las horas de sol más intensas**

#### FORMA DE ACTUAR

Beber agua durante el ejercicio físico y mientras estás tomando el sol, utilizar una gorra mientras haces ejercicio o mientras estás expuesto al sol y sobretodo utilizar camisetas de algodón para proteger el cuerpo del sol, especialmente durante las exposiciones largas y las horas de sol más intensas

### **3 SONIA ESTÁ EN LA PLAYA CON MARÍA Y DE REPENTE SE CAE AL SUELO. MARÍA POR SUS SÍNTOMAS CREE QUE TIENE UNA INSOLACIÓN. ¿QUE SÍNTOMAS TIENE EDUARDO?**

- 1) Tiene temblores, de repente deja de sudar y se pone muy rojo y vomita.
- 2) Se encuentra muy cansado, ve destellos de luz, tiene una gran sensación de sed y opresión en el pecho lo que hace que se ahogue.
- 3) **La temperatura del cuerpo le aumenta, se pone muy rojo, le entra fiebre y dolor de cabeza. Tras unos minutos vomita y al final se acaba desmayando.**

#### SÍNTOMAS INSOLACIÓN

La deshidratación se produce cuando hay una exposición prolongada al sol, o cuando se realiza un esfuerzo físico continuado durante las horas más calurosas del día.

- La temperatura del cuerpo aumenta
- Aparecen síntomas como enrojecimiento de la piel, fiebre, dolor de cabeza, vómitos, deshidratación, agotamiento o desmayo
- Si la insolación es muy fuerte puede ocasionar la muerte
- Si la víctima deja de sudar de golpe y tiene fiebre alta e incluso se desmaya no es una insolación, sino un golpe de calor

#### FORMA DE ACTUAR

1. Colocar a la víctima en la sombra
2. Darle de beber agua natural, nunca fría o helada

3. Refrescar las zonas más calientes del cuerpo de la víctima con toallas mojadas con agua fresca: frente, cara, cuello, axilas, pecho, zona inguinal
4. No es necesario llamar al 112, si los síntomas remiten.

## **4** MARÍA ESTÁ CORRIENDO POR EL PARQUE Y DE REPENTE DEJA DE SUDAR DE GOLPE, LE EMPIEZAN A DAR TEMBLORES, SE PONE MUY ROJA Y VOMITA. ¿QUÉ LE HA OCURRIDO A MARÍA?

- 1) María ha sufrido un golpe de calor.**
- 2) María ha sufrido una insolación.
- 3) María ha sufrido una indigestión

### FORMA DE ACTUAR

1. Llevar a la sombra a la víctima
2. Humedecer a la víctima con agua fresca, sobre todo la cara, cuello, axilas, ingles, que son las zonas más calientes del cuerpo
3. Dar de beber agua fresca, NO FRÍA a la víctima y añadir si es posible sales minerales
4. Avisar inmediatamente al 112 para que llegue asistencia médica lo antes posible
5. Nunca aplicar hielo o darle bebidas muy frías

## **5** A ANTONIO LE HA PICADO UNA SERPIENTE EN LA PIERNA, ¡NECESITA AYUDA URGENTEMENTE! ESCOGE LA OPCIÓN MÁS ADECUADA

- 1) Chupar el veneno para extraerlo de la herida o hacer un corte en la pierna para extraer el veneno y hacer un torniquete
- 2) Coger a la víctima para recibir rápidamente asistencia
- 3) Mantener en reposo a la víctima y la zona afectada**

### FORMA DE ACTUAR

1. No dejar que la víctima camine, tranquilizarlo y hacer que se quede quieto para evitar que el veneno se extienda por el cuerpo.
2. Lavar cuidadosamente la herida con agua y jabón si se dispone de ellos
3. No aplicar ni torniquetes, ni chupar la herida para quitar el veneno

## **6** JORGE HA ENCONTRADO UNA PERSONA MUY DÉBIL POR EL CAMINO DEL BOSQUE. PARECE QUE SUFRE UNA HIPOTERMIA E INCLUSO CONGELACIONES, ¿QUÉ CREES QUE DEBE HACER?

- 1) Es muy importante calentar a la víctima muy rápidamente para que recupere la temperatura del cuerpo
- 2) Es muy importante calentar a la víctima lentamente para evitar un estado de shock**
- 3) Hay que darle calor a la víctima frotando el cuerpo aplicando una fuente directa de calor

### FORMA DE ACTUAR

1. Se debe calentar a la víctima lo más lento posible, además si se puede, es recomendable transportarla a un lugar seco y con temperatura ambiente moderada y ponerle ropa seca.
2. No dar calor frotando o aplicando una fuente de calor directa.
3. Nunca calentar rápidamente a una víctima de hipotermia, pues podría perder el conocimiento e incluso morir

## **7** MARÍA ESTABA JUGANDO Y LE HA PICADO UN INSECTO QUE PARECÍA UNA AVISPA, ACUDE A TI LLORANDO POR EL DOLOR, PUÉS TIENE EL AGUIJÓN TODAVÍA DENTRO. ¿QUÉ PODRÍAS HACER PARA AYUDARLA?

- 1) Primero retirar el aguijón con unas pinzas sujetándolo por la base, después colocaría una compresa fría unos 10 minutos y aplicaría pomada para picaduras.**
- 2) Mantendría la parte lesionada inmóvil, le colocaría una compresa fría o hielo, y cuando bajara la inflamación retiraría el aguijón con unas pinzas sujetándolo por la base
- 3) Quitaría el aguijón con unas pinzas sujetándolo por el extremo, después apretaría la herida para intentar extraer el veneno, y posteriormente impregnaría la herida con un algodón hidrófilo en una loción de calamina.

### FORMA DE ACTUAR

1. En primer lugar si el aguijón todavía se encuentra en la piel hay que retirarlo con unas pinzas, pero siempre sujetándolo por su base, si lo coges por el extremo puedes comprimir la bolsa del veneno y entraría aún más en la herida

2. Colocar una compresa fría en la zona afectada hasta que desaparezca el dolor.

## **8** ¿SABRÍAS IDENTIFICAR LOS SÍNTOMAS DE UN SHOCK ANÁFILACTICO Y DECIR POR QUÉ SE PRODUCE, PARA SABER ACTUAR EN CONSECUENCIA?

- 1) **Es una reacción alérgica debida a una inyección, al aguijón de un animal o por comer algún alimento, se identifica por ansiedad, piel roja con ronchas, hinchazón cara y cuello, dificultad para respirar y pulso rápido.**
- 2) Es una reacción alérgica a las picaduras de avispa, se caracteriza por hinchazón de cara y cuello, dificultad para respirar y vómitos
- 3) Es un episodio de espasmos y convulsiones que sufren algunas personas que tienen epilepsia, pero que se les pasa en unos minutos.

## **9** MARTA ESTABA PASEANDO CON SU PERRITA, PERO SE HA ENCONTRADO CON OTRO PERRO Y LOS DOS HAN EMPEZADO A PELEARSE, AL INTENTAR SEPARARLOS UNO DE LOS DOS LE HA MORDIDO EN EL BRAZO Y TIENE UNA HEMORRAGIA ¿CÓMO LA AYUDARÍAS?

- 1) Lavaría la herida con agua caliente y jabón, durante al menos cinco minutos para eliminar la suciedad, después la secaría con una gasa y la cubriría con una tirita
- 2) **En primer lugar ejercer presión directa sobre la herida con una gasa limpia, le elevaría el brazo por encima del nivel del corazón, cubriría la herida con un vendaje apretado y lo llevaría al hospital**
- 3) Limpiaría la herida de sangre con agua oxigenada y algodón, si sigue sangrando le cubriría brazo con una venda apretada y no haría falta ir al hospital si el perro está vacunado contra la rabia, marta también tiene la vacuna contra el tétanos

### FORMA DE ACTUAR

1. La opción a, sería correcta si la mordedura fuera superficial, pero al ser grave y haber hemorragia queda descartada

2. Hay que ejercer presión directa sobre la herida con una gasa limpia, le elevaría el brazo por encima del nivel del corazón, cubriría la herida con un vendaje apretado y lo llevaría al hospital

# 10

**MARCOS ESTABA CORRIENDO PARA MANTENERSE EN FORMA POR EL PARQUE, Y DE REPENTE SIENTE UN CALAMBRE EN EL GEMELO DERECHO, NUNCA LE HA PASADO Y NO SABE QUE DEBE HACER PARA QUE SE LE PASE EL DOLOR, ¿QUÉ LE ACONSEJARÍAS?**

- 1) Debe estirar la pierna y el pie poniéndose de puntillas, para no estirar el músculo, además debería masajear enérgicamente la pantorrilla y así evitará tener un dolor más agudo.
- 2) **Debe estirar el músculo afectado, debe sentarse y levantar la pierna y poner la rodilla recta, a continuación debe aflojar los dedos y debe flexionar el pie formando 90° con la pierna, además debe masajearse con la punta de los dedos.**
- 3) Debe intentar no mover la pierna, un calambre es algo natural al hacer ejercicio e irá desapareciendo el dolor por sí sólo tras unos minutos.

# 11

**PAULA SE HA IDO DE EXCURSIÓN AL CAMPO CON SUS COMPAÑEROS DE CLASE, PERO DE REPENTE SIENTE UN ZUMBIDO EN EL OÍDO, ACUDE A SU PROFESORA, ¿QUÉ CREES QUE DEBE HACER LA PROFESORA?**

- 1) No debe tocar ni intentar extraerle el insecto a Paula, inmediatamente deben ir al hospital o llamar al 112 para que se ocupen los profesionales, ya que es imposible que la Profesora haga nada por ella.
- 2) **Tiene que sentar a Paula con el oído afectado hacia arriba, le pondrá una toalla en el hombro y con suavidad debe verter poco a poco agua templada para que el insecto nade hacia afuera**
- 3) Si la profesora lleva un botiquín de primeros auxilios, cogerá las pinzas que suelen llevar e intentará buscar el insecto y extraerlo con ellas, siempre y cuando lo pueda ver, sino acudirán al hospital inmediatamente



# 1 UN HOMBRE SE ACABA DE DESMAYAR EN MEDIO DE LA CALLE, TIENES QUE SOCORRERLO, ¿QUÉ PASOS SEGUIRÍAS PARA HACERLO CORRECTAMENTE?

1. **Levantarle las piernas e intentar refrescar a la víctima**
2. Recogerlo del suelo y sentarlo en un sitio cómodo hasta que se recupere
3. Mojarle la cara y los brazos hasta que vuelva en sí y reaccione

## FORMA DE ACTUAR

1. Aislar a la víctima, evitando que se acerquen personas, intentándolas mantener a distancia
2. Hablar con la víctima suavemente para ver si reacciona, si no lo hace háblale más fuerte, dándole pequeños golpes en sus hombros
3. Levántale las piernas unos 45º para mejorar la circulación de la sangre hacia el cerebro, por ejemplo lo puedes conseguir apoyando sus piernas en tus hombros
4. Asegúrate de que la víctima recibe aire fresco y espera unos minutos para ver si se recupera
5. 5-tranquiliza a la víctima y ayúdale a sentarse poco a poco.

# 2 ESTÁS PASEANDO POR LA CALLE Y DE REPENTE PRESENCIAS UN ACCIDENTE DE COCHE, EL CONDUCTOR PARECE QUE ESTÁ HERIDO GRAVE, ¿CUÁL SERÍA TU REACCIÓN PARA SOCORRERLO?

1. Sacar inmediatamente del coche al conductor y comprobar si la persona está consciente y respira
2. **Hablar con el conductor para tranquilizarlo, no moverlo en ningún caso y parar la circulación o desviarla, llamar el teléfono de emergencia 112**
3. Pedirle que el conductor haga movimientos con la cabeza para detectar si tiene lesiones, curar las heridas de sangre y ayudar a que

el herido esté cómodo en todo momento, proporcionándole agua o alimento mientras acuden los servicios médicos

#### FORMA DE ACTUAR

1. Es importante no sacar del coche al conductor dado que durante la manipulación se le puede provocar, involuntariamente, lesiones irreversibles
2. Comprobar si la persona está consciente y respira: si la persona está consciente y respira no es necesario practicarle una reanimación o masaje cardiaco. Para comprobar si respira hay que acercar nuestra oreja a su boca
3. Parar la circulación o desviarla: para proteger la vida de los accidentados así como la de los socorristas es necesario para la circulación o desviarla
4. Llamar el teléfono de emergencia 112: Si el accidente es grave es necesario llamar inmediatamente al 112. Si los especialistas médicos llegan a tiempo podrán salvar la vida de los accidentados
5. Dejar que el conductor haga movimientos con la cabeza: es importante no tocar la cabeza de la víctima si se sospecha que puede haber alguna lesión de columna, si la hubiera evitaremos empeorarla
6. Hablar con el conductor para tranquilizarlo: es necesario hablar con el conductor para tranquilizarlo mientras se espera la llegada de los servicios de urgencias.
7. Curar las heridas de sangre directamente: las heridas de sangre no se pueden curar directamente, es necesario evitar el contacto directo con la sangre de la víctima. El empleo de guantes evita la transmisión de enfermedades del tipo de la hepatitis b o virus del sida (VIH)
8. No mover al conductor: Es muy importante no mover al conductor de la posición en la que se encuentra, en especial si se sospecha que puede tener alguna lesión importante
9. Las personas semi inconscientes no deben tomar bebidas ni alimentos ya que podrían atragantarse.

### 3 EN EL CRUCE DE AL LADO DEL INSTITUTO UN VEHICULO HA ATROPELLADO A UN CICLISTA Y HA SALIDO DESPEDIDO Y PARECE QUE ESTÁ HERIDO GRAVE, ¿QUÉ ACCIONES DEBERÍAS HACER PARA SOCORRERLO?

1. Parar la circulación o desviarla, sacar el casco al ciclista pues le presiona y no le deja respirar con normalidad, comprobar si se ha lesionado las piernas y las extremidades realizando pequeños movimientos para ver si le duele
2. Acercarte a la víctima y apartarla hacia una zona segura para que no vuelva a ser atropellada y poder socorrerla con seguridad, darle de beber si es que lo solicita y permanecer a su lado hasta que llegue el 112
3. **Parar circulación, no mover al ciclista en especial si parece que las piernas están lesionadas o fracturadas, comprobar siempre que la persona está consciente y respira, llamar al 112, hablar con el ciclista para calmarlo**

#### FORMA DE ACTUAR

1. Parar circulación, no mover al ciclista en especial si parece que las piernas están lesionadas o fracturadas, comprobar siempre que la persona está consciente y respira, llamar al 112, hablar con el ciclista para calmarlo
2. Nunca debes quitar el casco al ciclista, ni comprobar la movilidad de la cabeza, tampoco debes apartar al ciclista hacia una zona más segura pues lo mejor es no moverlo y jamás debes mover las extremidades del ciclista para comprobar si están rotas o no.

### 4 CUANDO ENCUENTRES A UNA PERSONA INCOSCIENTE, CON RESPIRACIÓN Y PULSO, LA MEJOR FORMA DE COLOCARLO A ADOPTAR ES POSICIÓN DE RECUPERACIÓN. ELIGE A UN COMPAÑERO Y COLOCALO EN ESTA POSICIÓN ¿SABRÍAS COLOCARLO CORRECTAMENTE?

#### POSICIÓN CORRECTA



## FORMA DE COLOCAR



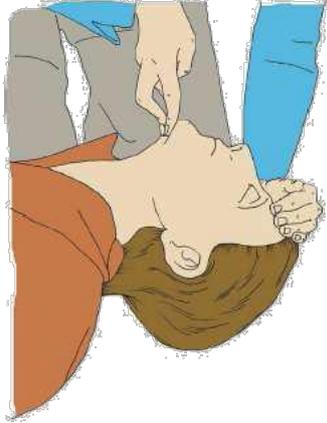
## 5 ESTÁS PASEANDO Y PRESENCIAS UN ACCIDENTE DE TRÁFICO, TE ACERCAS Y COMPRUEBAS QUE EL CONDUCTOR ESTÁ INCOSCIENTE ¿QUÉ DEBERÍAS HACER?

1. Usar la regla del ABC, comprobar si la vía Aérea está abierta, comprobar si el herido respira acercando el oído a la Boca y saber si tiene pulso para saber como es su Circulación cardiaca. Llamar al 112 e informar de su estado.
2. Usar la regla del ABC, darle de beber agua para que no se deshidrate abriéndole la Boca y colocando tu mano en sus Cervicales.
3. Lo mejor es no tocar a la víctima y llamar directamente al 112

## FORMA DE ACTUAR

1. La regla nemotécnica del ABC nos ayudará a recordar los pasos a seguir
2. La A es la vía Aérea, pues hay que comprobar que el aire puede pasar de la nariz a la boca y los pulmones pues no está obstruida. La causa más frecuente de obstrucción es la caída de la lengua hacia atrás.

3. Si está obstruida realizar la maniobra FRENTE MENTÓN para elevar la lengua permitiendo el paso del aire. Se realiza colocando los dedos índice y medio de una mano bajo la barbilla, elevándola hacia arriba, a la vez que se pone la otra mano en la frente y se empuja hacia atrás



4. La B corresponde a la Boca, pues hay que acercar el oído a la boca para comprobar si respira.
5. La C se refiere a la circulación, hay que comprobar el pulso del accidentado

## **6** IVAN IBA PATINADO Y SE HA CHOCADO CONTRA UNA FAROLA, CAE TENDIDO EN EL SUELO Y LE SANGRA UNA RODILLA Y UN OÍDO, ¿CÓMO DEBERÍAS AYUDARLO?

1. Deberías buscar alguna tela o ropa limpia y presionar las dos zonas en las que tiene hemorragia. La presión taponará y frenará las hemorragias
2. **La hemorragia de la pierna ha de ser presionada para taponarla con una tela limpia, sin embargo la del oído se ha de dejar que la sangre fluya hacia fuera.**
3. Lo mejor es colocar a la víctima en posición de recuperación hasta que acudan los servicios médicos.

### FORMA DE ACTUAR

1. Las hemorragias externas deben presionarse para hacer un tapón y que dejen de sangrar, como es el caso de la herida en la pierna
2. Las hemorragias internas (todas aquellas en las que la sangre proviene de un orificio natural como nariz, boca, oídos) no han de taponarse en ningún momento.

**7** EL CONDUCTOR DE UN VEHÍCULO QUE SE HA ACCIDENTADO A CAUSA DE LA PÉRDIDA DE SANGRE, LE ESTÁ DANDO UN SHOCK, SABRÍAS IDENTIFICAR LOS SÍNTOMAS Y ASÍ PODER INFORMAR AL 112 DEL ESTADO DEL CONDUCTOR.

- 1. Piel pálida, fría y sudorosa de un color grisáceo, además el pulso rápido se vuelve muy débil, presenta respiración superficial y rápida. La víctima empieza a inquietarse, a dar bostezos y suspiros y a tener mucha sensación de sed**
2. La víctima empieza a tener calambre, convulsiones. La piel se le está enrojeciendo y empieza a sudar y a subirle la temperatura
3. La víctima se pone rígida, deja de respirar y comienza a tener espuma alrededor de la boca, además puede llegar a perder la consciencia

**8** UN ANCIANO QUE ESTÁ CAMINANDO POR LA ACERA A TU LADO, SE TROPIEZA Y SE CAE, LE DUELE MUCHÍSIMO LA CADERA Y NO PUEDE CAMINAR NI PONERSE EN PIE. ¿CÓMO DEBERÍAS AYUDARLO?

1. Deberías ayudarlo a incorporarse y sentarlo apoyando su espalda sobre una pared, lo mejor será inmovilizarle las piernas con un vendaje a la altura de las rodillas y otro en los pies.
2. Debes tumbarlo totalmente, bajo la cabeza y las rodillas coloca algo a modo de cojín para que pueda esperar a los servicios de urgencias lo más cómodo posible
- 3. Debes tumbarlo totalmente, pero manteniéndole la cabeza baja, a la altura de las rodillas y en los pies deberás hacerle un vendaje y colocar una toalla o algo blando entre las piernas.**

#### FORMA DE ACTUAR

1. Una fractura de cadera es muy dolorosa e incluso puede ocasionar hemorragia por el orificio urinario, por lo que debes inmovilizar las piernas para evitar que la lesión se agrave, pero si los vendajes producen dolor es mejor no hacerlos y colocar unos cojines bajo las rodillas para aliviar el dolor.

## 9 PASEANDO POR LA CALLE VES A PEDRO QUE SE HA SUBIDO A UN ÁRBOL Y SE CAE HACIENDOSE DAÑO EN EL BRAZO Y ADEMÁS ESTÁ SANGRANDO PUES SE HA CLAVADO UNA RAMA. ¿QUÉ DEBES HACER PARA AYUDARLO?

1. En primer lugar debes tumbarlo con las piernas hacia arriba para que no se maree tras la caída. Colocar el brazo recto y envolverlo en algo de ropa para que no se infecte. Posteriormente llamar al 112
2. **Sienta a la víctima y que se sujete el brazo herido con la mano, no extraigas en ningún caso la rama incrustada sino que debes colocar una toalla o algo de ropa limpia para proteger la zona fracturada y que no se infecte la herida. Debes realizar un vendaje alrededor del trocito de rama para que forme una protección y la ramita no se mueva ni se hincó más. Finalmente colócale el brazo en cabestrillo y acompáñalo al hospital**
3. En primer lugar sienta a la víctima, si es posible extrae la rama del brazo, pues si sigue dentro agravará la herida y la infección. Si has sacado la rama presiona la herida fuertemente para cortar la hemorragia. Finalmente harías un vendaje compresor y le colocarías el brazo en cabestrillo par ir al hospital

### FORMA DE ACTUAR

1. Nunca trates de extraer los cuerpos extraños que están incrustados en una herida, ya que puede hacerse más grande y aumentar la hemorragia

## 10 ESTÁS CIRCULANDO POR EL CENTRO DE LA CIUDAD EN TU COCHE CUANDO SE ESTÁ PRODUCIENDO UN EPISODIO DE GOTA FRÍA, EL AGUA ESTÁ CUBRIENDO LA MITAD DEL VEHICULO, ¿QUÉ DEBERÍAS HACER?

1. Debes permanecer dentro del vehículo hasta que acuda ayuda, pues la corriente del agua de fuera te podría arrastrar.
2. **Debes salir inmediatamente del vehículo, y subir a una zona lo más alta posible y esperar a ser rescatado**
3. Debes salir inmediatamente del vehículo, acercarte a los edificios, pues estos te resguardarán de las corrientes de agua.

### FORMA DE ACTUAR

1. Si estás en un vehiculo y quedas atrapado, debes salir de él y buscar refugio seguro.

2. Lo mejor es subir a la una zona lo más alta posible y esperar a ser rescatado
3. Debes evitar acercarte a casas, árboles y postes.
4. Evita caminar por las zonas inundadas pues puedes ser golpeado por arboles, piedras y cosas que transporte la corriente del agua





# 1 PARA FUEGOS DE CLASE A B O C EN PRESENCIA DE ENERGÍA ELÉCTRICA NO SE DEBE EMPLEAR NUNCA COMO AGENTE EXTINTOR

1. Agua a chorro
2. Co2
3. Polvo químico seco

# 2 EL INDICATIVO "RÓMPASE EN CASO DE INCENDIO" SE EMPLEA EN

1. Rociadores
2. El bie
3. Hidrantes

# 3 ¿CUÁL DE LAS INSTALACIONES NO SE CONSIDERAN DE EXTINCIÓN DE INCENDIOS?

1. Instalaciones de agua
2. Instalaciones de columna seca
3. Instalaciones de extintores móviles

# 4 LOS FUEGOS DE CLASE C SON

1. Originados por materiales sólidos
2. Los originados por líquidos
3. Los originados por gases

## 5 ¿QUÉ ES EL RIESGO ELÉCTRICO?

1. Es aquel susceptible de ser producido por instalaciones eléctricas, partes de las mismas, y cualquier dispositivo eléctrico bajo tensión, con potencial de daño suficiente para producir fenómenos de electrocución y quemaduras.
2. Es aquel susceptible de ser producido por instalaciones eléctricas, y cualquier dispositivo eléctrico bajo tensión, con potencial de daño suficiente para producir fenómenos de electrocución y quemaduras.
3. Ninguna de la anteriores

## 6 ¿QUÉ SEÑAL ES LA CORRESPONDIENTE AL RIESGO ELÉCTRICO?



Solución: a

## 7 ¿POR CUÁL DE ESTOS PRINCIPIOS NO TE DEBES DE REGIR AL TRABAJAR EN INSTALACIONES?.

1. Comprobar la ausencia de tensión
2. Enclavar o bloquear, si es posible, todos los dispositivos de corte
3. No delimitar la zona de trabajo

## 8 ¿CUÁL ES LA FRECUENCIA EN CORRIENTE ALTERNA DOMÉSTICA E INDUSTRIAL?

1. 50 Hz
2. 100 Hz
3. 1000 Hz

**9** ¿EN QUÉ UNIDADES SE MIDE LA INTENSIDAD DE CORRIENTE?

1. Voltios
2. Ohmios
3. **Amperios**

**10** ¿INFLUYE LA DURACIÓN DEL CONTACTO EN LA GRAVEDAD DEL EFECTO DE LA CORRIENTE?

1. **Si**
2. No
3. A veces

**11** ¿QUIÉN DEBE REALIZAR LAS REPARACIONES DE EQUIPOS DE TRABAJO E INSTALACIONES ELÉCTRICAS?

1. Cualquier persona
2. **Personal competente y con experiencia**
3. Cualquier persona con titulación universitaria

**12** ¿CUÁLES ES EL MARCADO QUE DEBE DE LLEVAR CUALQUIER EQUIPO DE NUEVA ADQUISICIÓN?

1. EC
2. EE
3. **CE**

**13** ¿CUÁL DE ESTOS NO ES UN REQUISITO A OBSERVAR DE MANERA PREVIA A LA COMPRA E INSTALACIÓN DE UN EQUIPO?

1. Disponer del marcado CE

2. Que la instalación eléctrica disponga de los mecanismos de protección adecuados.
3. **Que el equipo venga bien embalado**

# 14

**¿CÓMO DEBE DE SER LA TENSIÓN DE FUNCIONAMIENTO DEL EQUIPO RESPECTO A LA DE LA INSTALACIÓN?**

1. Superior
2. Inferior
3. **La misma**

# 15

**SI AL CONECTAR VARIOS APARATOS A LA VEZ SE PRODUCE UN CORTE DE ENERGÍA, ¿CÓMO NO DEBEMOS ACTUAR?**

1. No conectar simultáneamente varios aparatos a la vez
2. Repartir la carga sobre varios circuitos
3. **Puentear los interruptores de protección**

# 16

**¿CUÁL ES LA FUNCIÓN DE UN INTERRUPTOR MAGNETOTÉRMICO?**

1. **Proteger la instalación de cortocircuitos**
2. Proteger la instalación de la humedad
3. Proteger la instalación de la condensación

# 17

**¿QUÉ ES EL RIESGO DE ELECTROCUCIÓN?**

1. **Posibilidad de circulación de una corriente eléctrica a través del cuerpo humano**
2. Probabilidad de circulación de una corriente eléctrica a través del cuerpo humano

3. Posibilidad y probabilidad de circulación de una corriente eléctrica a través del cuerpo humano

# 18

**PARA QUE HAYA POSIBILIDAD DE CIRCULACIÓN DE CORRIENTE POR EL CUERPO ES NECESARIO QUE...**

1. **Que el cuerpo sea conductor**
2. Que el cuerpo sea aislante
3. Que el cuerpo humano no forme parte del circuito diferencia de potencial inferior a cero.

# 19

**¿QUÉ FACTOR NO INTERVIENE EN EL RIESGO DE ELECTROCUCIÓN?**

1. Voltaje o tensión
2. Frecuencia
3. **Edad de la persona**

# 20

**EL PARO CARDIACO ES UN TIPO DE ACCIDENTE**

1. **Directo**
2. Indirecto
3. Ninguno de los anteriores

# 21

**EN GENERAL, A QUE VALOR DE INTENSIDAD EN MA SE PRODUCE FIBRILACIÓN VENTRICULAR**

1. **1300 en hombre y 1000 en mujer**
2. 1000 en hombre y 1300 en mujer

3. 1000 en ambos casos

## 22

¿CÓMO SE LLAMA EL EFECTO QUE PROVOCA LAS QUEMADURAS ELÉCTRICAS?

1. **Efecto Joule**
2. Efecto de fibrilación
3. Efecto de tetanización.

## 23

¿DÓNDE ESTÁ EL LÍMITE EN CUANTO A VALOR DE TENSIÓN NOMINAL ENTRE ALTA Y BAJA TENSIÓN EN CORRIENTE ALTERNA?

1. 100 V
2. **1000 V**
3. 1000 A

## 24

¿DÓNDE ESTÁN RECOGIDAS Y REGULADAS LAS MEDIDAS PREVENTIVA CONTRA CONTACTOS DIRECTOS E INDIRECTOS EN INSTALACIONES DE BAJA TENSIÓN?

1. **ITC MIE BT 021**
2. ITC MIE BT 010
3. Ninguna de las anteriores

## 25

EN CONTACTOS ELÉCTRICOS DIRECTOS, ¿QUÉ SISTEMAS HEMOS DE APLICAR PARA IMPEDIR CONTACTOS FORTUITOS CON LAS PARTES ACTIVAS?

1. IPX
2. IPXX
3. **IPXXX**

## 26 ¿CUÁL SE CONSIDERA QUE ES LA RESISTENCIA DEL CUERPO HUMANO?

1. Las partes metálicas accesibles de los materiales y de los equipos eléctricos
2. Los elementos en contacto con las superficies exteriores de materiales eléctricos que estén separadas de las partes activas por aislamientos funcionales
3. Las partes plásticas del equipo de trabajo

## 27 LOS SISTEMAS QUE CONSISTEN EN SUPRIMIR EL RIESGO HACIENDO QUE LOS CONTACTOS NO SEAN PELIGROSOS E IMPEDIR LOS CONTACTOS SIMULTÁNEOS ENTRE LAS MASAS Y LOS ELEMENTOS CONDUCTORES DE LLAMAN...

1. De CLASE A
2. De CLASE B
3. De CLASE C

## 28 LA PUESTA A TIERRA DE LAS MASAS Y DISPOSITIVOS DE CORTE POR TENSIÓN DE DEFECTO ES UN SISTEMA DE PROTECCIÓN...

1. De CLASE C
2. De CLASE B
3. De CLASE D

## 29 CUANDO EL TERRENO ESTÁ SECO LAS TOMAS DE TIERRA DEBEN DE REVISARSE

1. Cada 2 años
2. Cada 5 años
3. Anualmente

## **30** PARA EVITAR LA ELECTRICIDAD ESTÁTICA, UNO DE LOS PROCEDIMIENTOS CONSISTE EN...

1. Mantener la humedad relativa del aire por debajo del 50%
2. Mantener la humedad relativa del aire por encima del 50%
3. Mantener la humedad relativa del aire por debajo del 80%

## **31** LOS TRABAJOS QUE SE REALICEN SIN TENSIÓN LO PRIMERO QUE HAY QUE HACER ES...

1. Verificar la ausencia de tensión
2. Desconectar el equipo
3. Poner a tierra y a cortocircuito

## **32** AL TRABAJAR CON TENSIÓN HAY QUE CONSIDERAR...

1. Solo el riesgo de contacto eléctrico
2. Solo la formación de arco eléctrico de cortocircuito
3. Ambos

## **33** EN TRABAJOS SUBTERRÁNEOS CON ELECTRICIDAD LA PERSONA QUE TIRE POR LA QUE ESTA REALIZANDO EL TRABAJO COMO DEBE PROCEDER...

1. Poniendo guantes aislantes
2. Poniendo guantes aislantes y situarse sobre una superficie aislante
3. Agarrándolo directamente

## 34 ¿A QUIÉN SE DENOMINA “TRABAJADOR AUTORIZADO”?

1. Al que ha recibido la formación e información sobre riesgos laborales en los artículos 18 y 19 de la L.P.R.L
2. Al que ha recibido la formación e información sobre riesgos laborales en los artículos 18 y 19 de la L.P.R.L y ha sido autorizado por el empresario
3. Al que hay sido designado aunque no conozca la L.P.R.L

## 35 ¿QUÉ ES EL RIESGO ELÉCTRICO?

1. Es la posibilidad de recibir un calambrazo y caernos de la escalera
2. Es la posibilidad de circulación de la corriente eléctrica a través del cuerpo humano
3. Es la posibilidad de morir electrocutado

## 36 ¿QUÉ TIPOS DE CONTACTOS ELÉCTRICOS EXISTEN?

1. Contactos directos, indirectos y causales
2. Contactos directos e inversos
3. Contactos Directos e Indirectos

## 37 LA DEFINICIÓN DE CONTACTO DIRECTO ES

1. Son los contactos de personas con partes activas de materiales y equipos

2. Son los contactos de personas o animales con un conductor activo o de protección
3. Son los contactos de personas con un conductor

## 38 ¿CUÁLES SON LOS EFECTOS DERIVADOS DEL CONTACTO DIRECTO CON LA ELECTRICIDAD?

1. Efectos térmicos, Cardiacos, y Cerebrales
2. Efectos térmicos y cardiacos
3. Efectos Musculares, Renales, Cardiacos y Psicológicos

## 39 ¿PUEDE UN CONTACTO DIRECTO DERIVAR EN RESULTADOS EN EFECTOS SECUNDARIOS?

1. Sí, pero solo si la intensidad que pasa por nuestro cuerpo es superior a 0.945Ma
2. No, ya que solo con los contactos indirectos podremos sufrir efectos secundarios
3. Si, Puede haber efectos precoces (embolia, problemas circulatorios etc), y tardíos (Neuróticos, trastornos etc)

## 40 COMPLETA LA FRASE CON LAS PALABRAS FALTANTES EN LA \_\_\_\_\_ LA SENSACIÓN DE PASO DE LA CORRIENTE SE PERCIBE DURANTE \_\_\_\_\_ DE PASO DE LA MISMA, SIN EMBARGO CON \_\_\_\_\_ SOLO LE PERCIBE CUANDO VARÍA LA INTENSIDAD

1. Corriente trifásica, todo el tiempo, corriente alterna
2. Corriente continua, 4 segundos, corriente alterna
3. corriente alterna, todo el tiempo, corriente continua

## 41 ES POSIBLE QUE EXISTA UN CONTACTO DIRECTO TOCANDO SOLO UN CONDUCTOR

1. No, eso sería un contacto por inducción
2. Sí, pero solo si la tensión es superior a 380v en Ca y 200v en CC
3. **Si, Si el contacto se recibe entre un conductor y una masa o tierra**

## 42 ¿PUEDE UNA FRECUENCIA ALTA PROVOCARNOS MÁS DAÑOS QUE UNA BAJA?

1. No, porque la más baja puede provocarnos unas quemaduras más graves
2. **Si, la frecuencia a mas alta puede cusar unos daños más graves**
3. No, porque las lesiones son iguales para 2 frecuencias distintas siendo el voltaje la causa de las lesiones.





# 1

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. CORRECTA. La obra está alejada de la circulación y no hay obstáculos
2. **INCORRECTA. La puerta de acceso a los vehículos a la obra no está identificada ni dispone de señalización de advertencia en materia de seguridad y salud**

# 2

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **CORRECTO. Acceso específico para personal a la obra con señalización en materia de seguridad y salud**
2. INCORRECTO. La puerta deja ver el interior de la obra y podría entrar alguien, debe estar tapada y no ser metálica

# 3

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. CORRECTO. No permite el paso de extraños al estar la puerta cerrada, la acera es amplia, hay redes
2. **INCORRECTO. La puerta de acceso de personal a la obra no está identificada ni dispone de señalización de advertencia en materia de seguridad y salud**

# 4

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Incorrecta: Trabajadores en el radio de acción de la excavadora (no mantienen la distancia de seguridad durante su funcionamiento) - La zanja no está protegida del riesgo de caída de altura**
2. Correcta: La zanja es suficientemente ancha, usan chalecos reflectantes, la maquina esta parada, esta balizado con malla naranja.

# 5

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Berma (espacio horizontal en el talud que le confiere estabilidad)**
2. Incorrecta: El talud no es 1:1, el terreno está seco y puede desprenderse

# 6

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El borde de la excavación está protegido mediante barandillas -Se está ejecutando el vaciado del muro de contención por batches**
2. Incorrecta: El talud es demasiado vertical, existe peso cerca del borde (casetas)

# 7

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Talud de inclinación 1:1 (talud estable) y balizado.**
2. Incorrecta: Se ha acopiado material al pie del talud. El terreno es fácilmente disgregable, no existe señalización de caída a distinto nivel.

## 8 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: La carretera esta asfaltada por lo que no se generara polvo, la visibilidad no se vera afectada.
2. **Incorrecta: Se ha formado polvo que puede ser inhalado y que dificulta la visibilidad -La vía de circulación de la maquinaria no se ha regado, a fin de evitar la generación de polvo**

## 9 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El gruista se sitúa en un punto seguro desde el que tiene visibilidad de la carga (origen trayecto y destino)**
2. Incorrecta: Existe riesgo de caída de objetos que sean transportados, el gruista debería estar en un nivel inferior, el gruista no usa chaleco reflectante.

## 10 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcto: El operario usa guantes, la carga está bien colocada, el camión no está sobrecargado.
2. **Incorrecto: El trabajador no utiliza el equipo de protección individual de protección de la cabeza (casco), pudiendo ser golpeado durante los trabajos El trabajador está asegurando la carga mediante eslingas antes de izar la carga (ferralla elaborada)**

## 11 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Se ha habilitado una rampa para acceso a la plataforma del montacargas, estable y protegida. La información relativa a la utilización del montacargas se encuentra disponible. Se protege, con la distancia suficiente mediante dispositivo resguardo el acceso al montacargas**

2. Incorrecta: No existe arnés anticaída, no hay iluminación suficiente, la rampa es muy inclinada...

**SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:**

**12**

1. Correcta: el maquinillo tiene suficiente contrapeso, la barandilla esta a mas de 90 cm del cielo, existe barandilla intermedia, el muro es resistente, la máquina tiene protegida la zona de cableado
2. **Incorrecta: Las barandillas que se han colocado están simplemente apoyadas en la fábrica de ladrillo y no protegen adecuadamente el hueco de forjado**

**13**

**SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:**

1. Correcta: Existen todas la piezas, está suficientemente pegado a la pared, es suficientemente largo para ocupar toda la fachada
2. **Incorrecta: La plataforma del andamio no está nivelada, por lo que los trabajadores o materiales sobre la misma podrían caerse**

**14**

**SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:**

1. **Correcta: Existen barandillas laterales, delanteras y traseras, protección intermedia y rodapiés de altura adecuada (15 a 20 cm). Las plataformas de trabajo están niveladas y bien comunicadas, sin dejar huecos entre ellas Además de los cables de suspensión existen cables secundarios asociados a unos dispositivos anticaídas, para detener y mantener parada automáticamente las plataformas en el caso de rotura de dichos cables de suspensión.**
2. Incorrecta: Existen andamios a distinto nivel pudiendo caerse materiales. La pared es irregular para usar este tipo de andamios, mejor usar andamios fijos que permiten adaptación al edificio.

# 15

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Está nivelada, existe barandilla superior e intermedia, la superficie es suficientemente ancha.
2. **Incorrecta: Se ha utilizado un andamio de borriquetas en la plataforma, invalidando la protección (barandillas) de la misma**

# 16

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Este andamio es estable y resistente, la cuba esta en un lugar que facilita que se le suministre material. Está nivelado y es ancho.
2. **Incorrecta: Se han retirado y no se han repuesto las protecciones (barandillas) para llevar material dentro de la plataforma**

# 17

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: está suficientemente iluminado.
2. **Incorrecta: La escalera está sucia, con restos de mortero y ladrillo. El hueco interior de la escalera no se ha protegido del riesgo de caída de altura**

# 18

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El hueco interior de la escalera está protegido mediante barandillas y red de seguridad.**
2. Incorrecta: El hueco de la red es muy amplio, no hay iluminación en los peldaños.

## 19 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcto: La escalera de acceso está correctamente peldañeada. además, dispone de barandilla de protección superior e intermedia**
2. Incorrecto: Se ha construido con madera que al mojarse puede dañarse, se han tenido que usar clavos que pueden ser dañinos si se oxidan y transmitir tétano

## 20 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Con las maderas se evitará el uso de clavos o piezas metálicas que podrían dañar el material de la red. El puntal no pisa la red por lo q no molestará al desmontaje.
2. **Incorrecta: Las redes se han anclado al forjado mediante tablonos remachados con clavos, sin ofrecer garantías de resistencia en el caso de producirse el accidente**

## 21 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Existe protección continua sin huecos entre las redes La unión entre las redes es correcta El borde superior de la red protege correctamente La bolsa de recogida es de dimensiones apropiadas La parte inferior de la red se encuentran limpias de materiales**

2. Incorrecta: Se han colocado barandilla en la planta inferior por lo que en caso de caída el trabajador podría golpearse con ellas. La red está demasiado tensa

## 22 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Uso de arnés anti caídas amarrado durante los trabajos con la plataforma elevadora móvil de personal, durante los que hay riesgo de caída de altura Uso de casco de protección frente al riesgo de golpes en la cabeza Uso de gafas de protección ocular por la posibilidad de proyecciones durante el corte con radial Uso de guantes de protección por la posibilidad de proyecciones durante el corte con radial Uso de cascos de protección anti miedo por la exposición del trabajador al ruido provocad**
2. Incorrecta: El chaleco podría ser inflamable al contacto con las chispas de corte con radial. El trabajador se ha anclado a la máquina y no a un punto fijo. La máquina carece de señal de riesgo de caída. El trabajador está muy cerca de la zona de corte, debe tener los brazos encogidos.

## 23 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Uso de botas de seguridad, altas e impermeables, para evitar golpes/cortes por ejemplo con la ferralla, e impermeables para evitar la enfermedad de dermatosis del hormigón Uso de guantes impermeables, para evitar la enfermedad de dermatosis del hormigón Uso de gafas de protección anti proyecciones, para evitar salpicaduras de hormigón en los ojos Uso de casco de protección de la cabeza que previene de. por ejemplo, los golpes con la manguera de la bomba de hormigón**
2. Incorrecta: Hay trabajadores de espalda y no ven los movimientos de sus compañeros, otro aun no ha subido (distracciones). No se hace uso de chaleco reflectante, el gruista u operario de la hormigonera podría no verlos claramente en caso de deslumbramiento

## 24 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El trabajador utiliza el chaleco reflectante de alta visibilidad en presencia de maquinaria**
2. Incorrecta: El trabajador esta a la espalda de la máquina. No hay señal de riesgo con máquinas pesadas

## 25 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El material esta etiquetado. Tapado y ordenado por mismo tipo de material.
2. **Incorrecta: No existe un adecuado tratamiento de los residuos peligrosos generados (residuos de envases de productos químicos), debiendo separar adecuadamente y no mezclar los residuos peligrosos, y almacenarse en condiciones adecuadas de higiene y seguridad**

## 26 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcto: La botella está tumbada para evitar que se caiga y golpee la válvula. Existe una valla para delimitar la zona
2. **Incorrecto: El almacenamiento de botellas de gases no es apropiado, debido a que se encuentra a la intemperie y en posición horizontal**

## 27 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El trabajador utiliza mascarilla para evitar la Inhalación del material de corte con radial -Utilice gafas de protección para evitar proyecciones del material durante el corte en los ojos.**
2. Incorrecta: El trabajador no lleva ropa apropiada, no se hace uso de casco de seguridad ni chaleco reflectante

## 28 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El trabajador utiliza mascarilla para evitar la inhalación de polvo de cemento Utiliza gafas de protección para evitar el contacto del polvo con los ojos Está provisto de la ropa, guantes y botas adecuados para la tarea Utiliza casco de protección de la cabeza**
2. Incorrecta: Se trabaja en contra del viento. Tiene las gafas sucias y corre el riesgo de caída por no ver por dónde camina.

## 29 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Los residuos peligrosos se encuentran almacenados temporalmente, hasta su retirada por gestor autorizado, en un contenedor específico ventilado Se ha techado y el suelo del punto limpio es impermeable, para evitar los posibles derrames de productos Se han etiquetado como residuos peligrosos, indicando las características y el riesgo principal del residuo**
2. Incorrecta: No existe puerta y cualquiera podría acceder a los residuos. Los bidones están sobre un palet de madera, cuando estén llenos podrían por peso romper las maderas.

## 30 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Los escombros están en contenedor. El material que pueda crear polvo está tapado con plásticos.
2. **Incorrecta: No se ha adecuado el terreno. Existen trabajos en la parte inferior donde podrían caer escombros. Se ha apilado de forma incorrecta el material.**

## 31 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: Se mantiene todo limpio y ordenado.**
2. Incorrecta: Se ha apilado el material a borde de forjado con riesgo de caída. Se han sobrecargado las pilas de maderas.

## 32 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El trabajador utiliza los equipos de protección individual y ropa adecuados a los trabajos de pintura**
2. Incorrecta: El trabajador usa mono de algodón que quedaría impregnado de pintura por acción del viento, se debe usar ropa impermeable y de fácil limpieza para evitar contacto dérmico con los productos componentes de la pintura.

## 33 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El trabajador utiliza la protección auditiva durante los trabajos de perforación.**
2. Incorrecta: No se está recogiendo el polvo, en caso de viento podría crearse situación de falta de visibilidad. El trabajador no usa chaleco reflectante.

## **34** LA SITUACIÓN MOSTRADA DE TRABAJOS NOCTURNOS A NIVEL DE SEGURIDAD, SE DIRÍA QUE ES

1. **Correcta: Se usan chalecos de alta visibilidad. la iluminación es adecuada**
2. Incorrecta: No existe orden. No se debe trabajar de noche, los despistes son mayores

## **35** VIENDO AL OPERARIO DE LA IMAGEN ES:

1. Correcta: Se mete el material con el uso de grúa, el operario usa casco para evitar golpes de material que se caiga. Al descargarse todo el material se minimiza el riesgo de exposición a la caída.
2. **Incorrecta: El operario no utiliza sistema anti caídas durante la recepción del material. La barandilla de protección del borde de forjado se encuentra doblada, debido a un golpe, y no ofrece garantía de resistencia**

## **36** CREES QUE LA PLATAFORMA DE LA IMAGEN ES:

1. **Correcta: La plataforma para carga y descarga del material dispone de doble barandilla Existe un punto fijo anclado a la estructura para sujeción del arnés anti caídas del personal que utilice la plataforma**

**Se ha instalado al pie de la plataforma diversas señalizaciones, como la obligación de utilización del arnés anti caídas, el peligro de caída a distinto nivel**

2. Incorrecta: No hay suficiente iluminación, el operario deberá bajar la parte alzada con riesgo de caída en esa operación (debe estar siempre bien colocada).

# 37

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: El trabajador guía la batea mediante accesorio, para evitar un posible golpe con la carga (por balanceo)**
2. Incorrecta: Se ha sobrecargado la batea de material, los depósitos están saturados. El gruista puede tener menor visibilidad por los tabloncillos cercanos que podrían caer.

# 38

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correctamente: Se usa grúa torre que puede con pesos superiores. El material es el propio que se usa en obras. Los materiales están bien sujetos
2. **Incorrectamente: Se está transportando como carga suspendida diferentes materiales, pudiendo producirse la caída de los objetos transportados**

# 39

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. **Correcta: La plataforma de la pasarela tiene resistencia adecuada Se han Instalado barandillas en la parte superior (la altura de la zanja es de un metro aproximadamente)**
2. Incorrecta: Se mezcla material metálico y de madera, no existe barandilla intermedia. La vallas de obra están al borde de la excavación

## 40 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcto: No existen zanjas, ni caídas de gran altura, solo se usa de modo provisional para poder verter los escombros de obra.
2. **Incorrecto: La pasarela no tiene la anchura recomendada de 60 cm.**

## 41 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Solo es material abandonado (orden y limpieza) no es una pasarela que se esté usando.
2. **Incorrecta: Las tablas que componen la pasarela se han colocado desalineadas, no siendo aptas para el tránsito de personal No se han sujetado en la parte superior.**

## 42 ¿ESTÁ EL TRABAJADOR HACIENDO CORRECTAMENTE SU TRABAJO?

1. Si: Se usa un medio auxiliar que facilita acceder a lugares altos sin riesgos de caída.
2. **No: El trabajador no utilice arnés de protección anti caídas, conforme al manual de instrucciones del fabricante de la plataforma Hay parte de la barandilla intermedia que se ha inutilizado**



**1** LOS REPRESENTANTES DE LAS ORGANIZACIONES EMPRESARIALES SINDICALES EN LA COMISIÓN NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO TENDRA:

1. 1 voto
2. **2 votos**
3. 3 votos

**2** DESDE EL PUNTO DE VISTA PREVENTIVO, EL ACCIDENTE DE TRABAJO SE PUEDE EVITAR

1. La mayoría de veces
2. En casos específicos
3. **Siempre**

**3** LA DIRECTIVA QUE CONTIENE EL MARCO JURIDICO GENERAL EN EL QUE SE OPERA LA POLITICA DE PREVENCIÓN COMUNITARIA ES

1. **La directiva 89/91/CEE**
2. La directiva 88/392/CEE
3. La directiva 87/391/CEE

**4** EL PLAZO PARA PRESENTAR EL PARTE DE ACCIDENTES DE TRABAJO DESDE LA FECHA DEL ACCIDENTE O LA FECHA DE BAJA ES

1. 10 días hábiles
2. 8 días hábiles
3. **5 días hábiles**

# 5

**LA LEY DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES ES**

1. La ley 30/1995 de 8 diciembre
2. La ley 31/1995 de 10 de noviembre
3. **La ley 31/1995 de 8 de noviembre**

# 6

**LA SALUD PUEDE DEFINIRSE COMO**

1. Equilibrio y bienestar físico de los trabajadores
2. **Situación de equilibrio físico y emocional y social**
3. Carecer de enfermedades

# 7

**EN CONDICIONES IDEALES DE MANIPULACIÓN Y REALIZADA POR INDIVIDUOS NO PERTENECIENTE AL GRUPO DE RIESGOS, EL MÁXIMO PESO QUE SE RECOMIENDA NO SOBREPASAR**

1. 10 kg
2. 20 kg
3. **25 kg**

# 8

**EL RANGO DE TEMPERATURAS RECOMENDADAS EN LOCALES INTERIORES, DONDE SE REALICEN TRABAJOS MANUALES LIGEROS, ESTA ENTRE**

1. 14 y 25 grados
2. **15 y 25 grados**
3. 10 y 20 grados

# 9

**EL NOMBRE DEL DOCUMENTO QUE RECOGE LAS ACCIONES Y MEDIOS PREVISTOS PARA HACER FRENTE A UNA EMERGENCIA ES:**

1. **Manual de autoprotección, plan de emergencia**
2. Protocolo de bomberos
3. Ley de prevención de riesgos laborales

**10** EN EL CENTRO DE TRABAJO, EL SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES TIENE COMO MISIÓN:

1. Asesorar y asistir a los empresarios y trabajadores en la realización de actividades preventivas
2. Asesorar y asistir a los representantes de los trabajadores en la realización de acciones preventivas
3. **Todas son correctas**

**11** ¿QUIÉN DESIGNA O NOMBRA AL LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN?

1. La inspección de trabajo y seguridad y salud
2. **Los trabajadores**
3. El empresario

**12** ES COMPETENCIA DE LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN

1. **Representar a los trabajadores**
2. Proporcionar información a los trabajadores
3. Hacer evaluación de los riesgos

**13** LA LEY DE PREVECIÓN DE RIESGOS LABORALES SEÑALA PARA LOS TRABAJADORES UNAS OBLIGACIONES, ¿CUÁL ES LA MÁS IMPORTANTE?

1. Utilizar los EPIS
2. **Velar por su propia seguridad**
3. Informar sobre situaciones peligrosas

**14** EL MARCADO CEE LO REALIZA

1. La administración pública
2. **El fabricante**
3. El organismo de control

**15** EL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SE REUNIRÁ

1. **Trimestralmente**
2. Mensualmente
3. Semestralmente

## 16 ¿CUÁL ES EL FIN BÁSICO DE UNA EVALUACIÓN GENERAL DE RIESGOS

1. Definir los riesgos
2. Evitar los riesgos
3. Identificar los riesgos

## 17 SI EN EL MANEJO DE MAQUINARIA SE OBSERVARA EN ÉSTA ALGUNA DEFICIENCIA ESTRUCTURAL, MECANICA O DE RIESGO PARA LA SALUD

1. Se le comunicarán los hechos al responsable directo y se abstendrá del uso de la máquina hasta su revisión
2. Procederá por sí mismo a la realización del mantenimiento preciso
3. Se cesará en el trabajo y se pondrán los hechos en conocimiento de la Inspección de Trabajo

## 18 SEGÚN LA LEY DE PREVENCIÓN DE RESGOS LOS TRABAJADORES DEBERÁN

1. Utilizar correctamente los medios y equipos que se les entregue
2. Coordinar las actividades de prevención de riesgos
3. Realizar los reconocimientos médicos pertinentes

## 19 EL INCUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES COMO TRABAJADOR EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS SERÁ MOTIVO PARA:

1. El despido inmediato de la empresa
2. Apertura de un expediente disciplinario
3. Un distintivo por valentía del trabajador

## 20 LOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN FACILITADOS POR EL EMPRESARIO SON:

1. Obsequios dados por el empresario a los trabajadores
2. Equipos entregados a los trabajadores para que los utilicen cuando deseen
3. Equipos de uso obligatorio y conforme instrucciones recibidas por el empresario sobre dicho uso

**21**

**EN CASO DE INCUMPLIMIENTO POR LOS TRABAJADORES DE LAS OBLIGACIONES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS:**

1. El empresario podrá hacerlos trabajar más horas
2. Los trabajadores incurrirán en una falta o incumplimiento laboral que puede llevar acarreada una sanción
3. Se les disminuirá el sueldo

**22**

**CON RELACIÓN A LA FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES EN SALUD LABORAL, INDIQUE CUAL DE LAS SIGUIENTES RESPUESTAS ES MÁS CORRECTA**

1. Debe impartirse dentro de la jornada de trabajo
2. Se centrará en el conjunto de actividades de la empresa
3. Debe impartirla siempre el Gabinete de Seguridad y Salud

**23**

**¿CUÁNTOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN DEBE TENER UNA EMPRESA DE 80 TRABAJADORES?:**

1. 1 Delegado de Prevención
2. 2 Delegados de Prevención
3. 3 Delegados de Prevención

**24**

**SE ENTIENDE POR RIESGO LABORAL:**

1. El Conjunto de actividades o medidas en la actividad de la empresa con el fin de prevenir los riesgos derivados del trabajo
2. La posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo
3. Las enfermedades o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo

**25**

**SON FUNCIONES DEL INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO:**

1. El asesoramiento técnico en la elaboración de la normativa legal, tanto a nivel nacional como internacional
2. Asesorar e informar a las empresas y a los trabajadores sobre el cumplimiento de las disposiciones

3. Comprobar y favorecer el cumplimiento de las obligaciones asumidas por los servicios de prevención

## 26 SON FUNCIONES DE LA INSPECCIÓN DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL

1. El asesoramiento técnico en la elaboración de la normativa legal, tanto a nivel nacional como internacional
2. La elaboración de los informes solicitados por los Juzgados de lo Social en las demandas de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales
3. Ninguna es correcta

## 27 ¿QUÉ DOCUMENTOS DEBE EL EMPRESARIO ELABORAR Y CONSERVAR A DISPOSICIÓN DE LA AUTORIDAD LABORAL?

1. La evaluación de riesgos y planificación de la acción preventiva a utilizar
2. El resultado de los controles periódicos de condiciones de trabajo y actividad de los trabajadores
3. Todas son correctas

## 28 EL TRABAJADOR ESTÁ OBLIGADO A:

1. Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por los partidos políticos para la protección de la salud
2. Cooperar con la Delegación de Hacienda para garantizar que las condiciones de trabajo sean seguras
3. Cooperar con el empresario para el establecimiento de las medidas de prevención

## 29 LOS REPRESENTANTES DE LOS TRABAJADORES CON FUNCIONES ESPECÍFICAS EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS EN EL TRABAJO SE DENOMINAN

1. Delegados de Prevención
2. Representantes de Prevención
3. Presidentes de Prevención

## **30** FORMA PARTE DEL DERECHO DE LOS TRABAJADORES A UNA PROTECCIÓN EFICAZ EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

1. La formación en materia preventiva
2. La paralización de la actividad en caso de riesgo grave o inminente
3. **Todas las respuestas anteriores son correctas**

## **31** EL COSTE DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO:

1. Deberá recaer sobre los trabajadores
2. No deberá recaer, en modo alguno, sobre los empresarios
3. **No deberá recaer, en modo alguno, sobre los trabajadores**

## **32** EL EMPRESARIO APLICARÁ LAS MEDIDAS QUE INTEGRAN EL DEBER GENERAL DE PREVENCIÓN CON ARREGLO AL SIGUIENTE PRINCIPIO GENERAL

1. Adoptar las medidas que antepongan la protección individual a la colectiva
2. Adaptar la persona al trabajo
3. **Evaluar los riesgos que no se puedan evitar**

## **33** LA ACCIÓN PREVENTIVA EN LA EMPRESA SE PLANIFICARÁ POR EL EMPRESARIO:

1. A partir de la adaptación del trabajador a las condiciones de su puesto de trabajo
2. A partir del estudio de las consecuencias originadas por riesgos para la salud y la seguridad ya producidos
3. **A partir de una evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores**

## **34** LA PARALIZACIÓN DE LOS TRABAJOS POR ORDEN DEL INSPECTOR DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL PODRÁ SER IMPUGNADA POR EL EMPRESARIO, ANTE LA AUTORIDAD LABORAL, EN EL PLAZO DE:

1. Dos días hábiles
2. **Tres días hábiles**
3. Cuatro días hábiles

35

**SON COMPETENCIAS DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD:**

1. Participar en la elaboración puesta en práctica y evaluación de los planes y programas de prevención de riesgos en la empresa
2. Realizar visitas a los lugares de trabajo para ejercer una labor de vigilancia y control del estado de las condiciones de trabajo
3. Ninguna de las respuestas es correcta

36

**LA REGLA GENERAL, RESPECTO DE LA VIGILANCIA DEL ESTADO DE SALUD DE LOS TRABAJADORES, ES QUE DICHA VIGILANCIA:**

1. Sólo podrá llevarse a cabo cuando el trabajador preste su consentimiento
2. Se realizará obligatoriamente por la empresa, sin que el trabajador pueda oponerse
3. La Ley de Prevención no establece si el carácter de la vigilancia es voluntario u obligatorio

37

**NO LLEVAR A CABO LA EVALUACIÓN DE RIESGOS EN UNA EMPRESA, QUÉ INFRACCIÓN SE COMETE SEGÚN LA LEY DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES)**

1. Graves
2. Muy graves
3. Gravísimas

38

**CUANDO LA UTILIZACIÓN DE UN EQUIPO DE TRABAJO PUEDA PRESENTAR UN RIESGO ESPECÍFICO PARA LA SEGURIDAD Y LA SALUD DE LOS TRABAJADORES, EL EMPRESARIO ADOPTARÁ LAS MEDIDAS NECESARIAS CON EL FIN DE QUE:**

1. La utilización del equipo quede reservada a los encargados de dicha utilización
2. Los trabajos de reparación de los equipos sean realizados por los específicamente capacitados para ello
3. Todas las respuestas son ciertas

39

**SE ENTENDERÁ POR SERVICIO DE PREVENCIÓN:**

1. El conjunto de medios humanos y materiales necesarios para realizar las actividades preventivas
2. El conjunto de personas que trabajan en la rama de salud laboral
3. Los locales de primeros auxilios que deben existir en cada centro de trabajos

40

**SON COMPETENCIAS DE LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN:**

1. Colaborar con la dirección de la empresa en la mejora de la acción preventiva
2. Promover iniciativas sobre métodos y procedimientos para la efectiva prevención de los riesgos
3. Todas son correctas

41

**ES UNA INFRACCIÓN LABORAL GRAVE EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES:**

1. No observar las normas específicas en materia de protección de la seguridad y la salud de los trabajadores durante el embarazo y la lactancia
2. El incumplimiento de los derechos de información, consulta y participación reconocidos a los trabajadores en la normativa de riesgos laborales
3. Las acciones u omisiones que impidan el ejercicio del derecho de los trabajadores a paralizar su actividad en los casos de riesgo grave e inminente

42

**UNA EMPRESA DE 45 TRABAJADORES SITUADA EN EL CASO URBANO DE UNA CIUDAD, DEBE DISPONER:**

1. De botiquín fijo o portatil
2. De local destinado a asistencia sanitaria
3. De un ATS



# 1 PEDRO COGE EL SECADOR CON LAS MANOS MOJADAS, TIENES QUE AYUDARLO PUES SE ESTÁ ELECTROCUTANDO ¿QUÉ HARÍAS PARA AYUDARLO?

1. Estirar a la persona para desengancharla
2. Desenchufar el secador
3. **Desconectar el interruptor de la corriente general de la casa**

## FORMA DE ACTUAR

1. Hay que desconectar el interruptor de la corriente general pues es mejor perder 10 segundos para desconectar el interruptor general de la casa que arriesgar la vida de una segunda persona
2. Si estiras a la persona que se está electrocutando tienes un alto riesgo de electrocutarte tú también. Nuestro cuerpo es un gran transmisor de corriente eléctrica
3. Tan solo tocando, aunque sea una fracción de segundo, un aparato enchufado en un cortocircuito se puede producir electrocución. No hay que tocar aparatos que transmiten corriente eléctrica

# 2 MERCEDES SE ESTÁ AHOGANDO CON LOS MACARRONES, Y NO PARA DE TOSER Y SE ESTÁ PONIENDO MUY ROJA ¿QUÉ HARÍAS EN ESTA SITUACIÓN PARA AYUDARLA?

1. **Animarla a toser mientras se espera que la situación se resuelva o no por si sola**
2. Darle unos buenos golpes en la espalda
3. Darle de beber sorbos de agua rápidamente

## FORMA DE ACTUAR

1. Mientras la persona tose o habla respira y por lo tanto, no se está ahogando. Se debe estar a la expectativa para ver cómo reacciona la víctima y sólo animándola a toser puedes ayudarle a resolver este atragantamiento
2. Si das golpes en la espalda puedes provocar, sin quererlo, que el atragantamiento parcial pase a ser total. Existe un alto riesgo de que el objeto que ahora bloquea parcialmente la vía aérea, al moverse a consecuencia de los golpes, lo haga del todo, esta solución no es correcta
3. Si bebe sorbos de agua rápidamente se puede provocar, sin quererlo, que el atragantamiento parcial pase a ser total. Existe un alto riesgo de que el objeto que ahora bloquea parcialmente la vía aérea, al moverse a consecuencia de los golpes, lo haga del todo, esta solución no es correcta

## 3 ESTÁS COMIENDO CON PAULA Y DE REPENTE TIENE UN ATRAGANTAMIENTO TOTAL Y NO RESPIRA, POR LO QUE NO LE LLEGA AIRE A LOS PULMONES, SI QUIERES SALVARLA, ¿QUÉ PASOS DEBERÍAS SEGUIR?

1. Animarla a toser mientras se espera que la situación se resuelva o no por si sola
2. **Darle unos buenos golpes en la espalda**
3. Practicar la maniobra de Heimlich

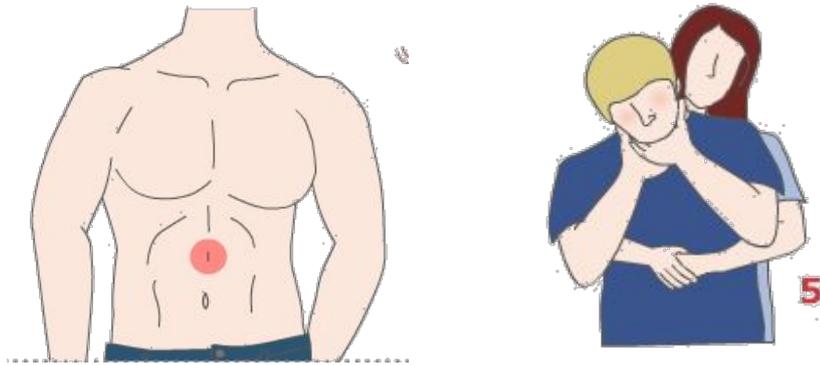
## FORMA DE ACTUAR

1. Primero se debe inclinar a la victima hacia delante unos 45°
2. Después se les debe dar cinco palmadas sobre los omóplatos
3. Si la víctima no se recupera, se deberá practicar la maniobra de Heimlich

## MANIOBRA DE HEIMLICH

- 1- Se busca el punto situado entre el ombligo y la base del esternón
- 2- Abrazas por detrás a la victima poniendo tu puño entre el ombligo y la base del esternón

- 3- Coge el puño con la otra mano y aprieta 5 contracciones secas e intensas, hacia adentro y hacia afuera



Si la maniobra de Heimlich no es eficaz se deberían hacer maniobras de reanimación, masaje cardíaco y el boca a boca y esperar la llegada del 112

**4** MARCOS HA COGIDO UNA BOTELLA DE LEJÍA Y HA BEBIDO UNA CANTIDAD CONSIDERABLE. DESPUÉS DE LA INGESTA DE UN PRODUCTO CORROSIVO, ¿CREES QUE ES COVENIENTE HACER VOMITAR A MARCOS?

1. Si, y si no tiene síntomas de envenenamiento no haría falta acudir al hospital
- 2. NO, lo llevaría inmediatamente al hospital.**
3. Si, e inmediatamente después lo llevaría al hospital

FORMA DE ACUTAR

En casos como este, nunca debes provocar el vómito, has de llamar al 112 y si es posible tomar una muestra del producto tóxico ingerido

**5** PEPE SE HA CORTADO MIENTRAS MANIPULABA UN CUCHILLO, ¿QUÉ ELEMENTOS USARÍAS PARA FRENAR LA HEMORRAGIA?

1. Algodón, hielo, alcohol
- 2. Guantes látex, gasa estéril**
3. Alcohol, gasa estéril, guantes de látex

## FORMA DE ACTUAR

1. Debes saber que el algodón no se utiliza para cortar hemorragias dado que deja restos en la herida y dificulta la cicatrización
2. Haz presión directa sobre la herida con los dedos o la palma de la mano, mejor si lo haces con una gasa estéril o un trapo limpio que no pierda pelusilla. No pierdas el tiempo buscando una vena. Le puedes pedir a la víctima que haga presión ella misma
3. Añade gasas limpias sobre la primera hasta que veas que la sangre no ensucia las gasas
4. Levanta el miembro herido por encima de la altura del corazón de la víctima y déjalo en esta posición. De esta manera reducirás la pérdida de sangre

## **6** MARCOS SE HA QUEMADO EL BRAZO. NECESITA URGENTEMENTE AYUDA, VAS A LA FARMACIA ¿QUÉ PRODUCTOS COMPRARÍAS PARA CURARLO?

1. **Lavar la herida con agua o con suero fisiológico tanto para bajar la temperatura de la quemadura como para limpiarla**
2. Pomada para las quemaduras o gasas impregnadas de crema anti quemaduras.
3. Agua oxigenada y alcohol para limpiar la herida

## FORMA DE ACUTAR

1. Enfriar la quemadura al menos durante 10 minutos con agua y limpiarla con suero
2. Si la quemadura es importante cúbreala con gasa mojadas y pide ayuda médica en el centro de salud o llamando al 112

## **7** LAURA HA INGERIDO MEDICAMENTOS PENSÁNDOSE QUE ERAN CARAMELOS. DESPUES DE LA INGESTA DE FÁRMACOS ¿CREES QUE DEBERÍA VOMITAR?

1. SI, inmediatamente y si no presenta ningún síntoma no haría falta llevarla al hospital.
2. **NO, inmediatamente la llevaría al hospital**
3. SI, e inmediatamente la llevaría al hospital

#### FORMA DE ACTUAR

1. Cuando una persona se ha intoxicado con medicamentos, nunca se debe provocar el vómito, has de llamar al 112 y si es posible coger una muestra del medicamento ingerido

## 8

**MARÍA SE HA QUEDADO CUIDANDO DE SU HERMANITO JAVI, DE REPENTE SE CAE DE LA CUNA Y SE GOLPEA LA CABEZA. MARIA SE ASUSTA Y NO SABE QUE HACER, ¿QUÉ CONSEJOS LE DARÍAS?**

1. María observará si Javi se ha hecho una herida profunda o leve, si es profunda lo llevará al hospital, y si es leve la curará y dejará que el niño descanse durmiendo tanto como el niño necesite.
2. **María observará si Javi se ha hecho una herida profunda o leve, si es profunda lo llevará al hospital, y si es leve la curará. Intentará que descanse pero sin llegar a dormirse para observar su comportamiento.**
3. María observará si Javi se ha hecho una herida profunda o leve, si es profunda lo llevará al hospital, y si es leve la curará. Intentará que el niño se olvide de la caída llevándolo al parque y haciendo que juegue con más niños.

#### FORMA DE ACTUAR

1. Es mejor no dejar que el niño se duerma para observar si presenta alguno de los siguientes síntomas, y si es así llevarlo inmediatamente al hospital:
  - a. vomita
  - b. habla de forma balbuceante
  - c. camina con inseguridad
  - d. llora durante más de 10 minutos después del golpe
  - e. le duele la cabeza
  - f. le sale sangre de la nariz
  - g. no tiene fuerza en los brazos
  - h. se queda dormido más tiempo de lo normal y es difícil despertarle

**9** PEDRO ESTÁ PONIENDO UN CUADRO, Y SIN DARSE CUENTA SE GOLPEA EL OJO CON EL MARTILLO, Y SE HA HECHO UN CORTE EN EL PÁRPADO, ¿QUÉ RECOMENDACIÓN LE HARÍAS?

1. Si hay un corte en el párpado se debe acudir al hospital con el ojo tapado con una gasa para que el oftalmólogo haga una exploración.
2. Al ser un corte en el párpado, tendrá que desinfectar la herida con algodón hidrófilo, cuando deje de sangrar aplicará hielo durante 20 minutos para desinflamar la contusión
3. Lavar el ojo con agua abundante por si hubiera un cuerpo extraño dentro del globo ocular, después de esto desinfectar la herida con yodo y tapar el ojo para prevenir posibles infecciones

#### FORMA DE ACTUAR

Cuando se produzca un traumatismo ocular hay que acudir inmediatamente en caso de:

1. Visión borrosa
2. Dolor ocular intenso
3. No se puede abrir el ojo
4. Si las pupilas tienen distinto tamaño
5. Corte en el párpado o globo ocular
6. Se ha incrustado un cuerpo extraño en el ojo

**10** MARÍA LLEGA A CASA DEL TRABAJO Y SE ENCUENTRA A SUS HIJOS DURMIENDO PERO RESPIRANDO Y HACE MUCHA OLOR A GAS (MONOXIDO DE CARBONO), PUES LA ESTUFA SE HA QUEDADO ENCENDIDA. ¿QUÉ DEBE HACER MARÍA?

1. Debe llevar a los niños a una zona con aire fresco, quitarles la ropa y como los niños respiran solo debe mantener una conducta vigilante para ver si manifiestan algún síntoma.
2. Debe abrir las ventanas de la habitación, darles de beber mucho líquido y llevarlos al hospital inmediatamente.
3. Al ser una intoxicación por gas, debe llamar a los bomberos y esperar a que lleguen para que ellos atiendan a los niños de la forma correcta

## FORMA DE ACTUAR

- 1) Apartarlos del lugar y llevarlos a una zona con aire fresco.
- 2) Quitarles la ropa
- 3) Si no respira iniciar la respiración artificial y no detenerse hasta que respire bien.
- 4) Determinar la duración, intensidad y tipo de producto inhalado.
- 5) Consultar con el 112, pues si la cantidad inhalada es pequeña pues la duración de exposición ha sido escasa, el producto tóxico y los síntomas desaparecerán pero hay que mantener una conducta vigilante

# 11

**SI TIENES FIEBRE, Y AÚN TOMANDO MEDICAMENTOS PARA BAJAR LA TEMPERATURA, SIGUE MUY ALTA, ¿QUÉ DEBERÍAS HACER EN UN CASO COMO ESTE?**

- 1. Si la fiebre supera los 40.5 grados debes acudir a urgencias, pero si no puedes mojar el cuerpo con una esponja con agua tibia y esperar a que el agua se evapore o bien meterte en la bañera con 15 cm de agua e ir poniendo el agua cada vez más fría.**
2. Para bajar la fiebre lo mejor es poner hielo envuelto en gasas en las zonas más calientes del cuerpo, como ingles, axilas, cuello...
3. El mejor método para bajar la fiebre es darte una ducha de agua fría, intentar permanecer bajo el agua el mayor tiempo posible. Además deberás beber mucho líquido cuanto más fríos mejor



## ANEXO V: TARJETAS PRIMEROS AUXILIOS



# 1 UNA MEDUSA HA PICADO LA PIERNA DE CARMEN Y TIENE UNA URTICARIA DOLOROSA. ¿QUÉ HARÍAS PARA CALMARLE EL DOLOR?

1. Aplicaría en primer lugar agua oxigenada, le pondríamos una pomada de corticoides y taparíamos la herida de Carmen.
2. Aplicaría un ácido como limón o vinagre, lavaríamos la herida con agua de mar, y le aplicaríamos hielo para aliviar el picor, finalmente evitaríamos que Carmen se rasque.
3. En cuanto salga Carmen del agua le lavaríamos la herida con agua de mar y le diríamos que se echara en la toalla sin moverse para que la herida se seque con el calor del sol, hay que procurar que no se rasque durante este proceso



# 2 EDUARDO TIENE UNA INSOLACIÓN POR HABER ESTADO JUGANDO A LAS PALAS EN LA PLAYA MUCHAS HORAS SEGUIDAS, ¿QUÉ MEDIDAS DE PRECAUCIÓN TENDRÍA QUE HABER TOMADO?

1. Beber mucha agua, cuanto más helada mejor para aliviar la sensación de calor, llevar siempre consigo un reloj para controlar el tiempo de exposición solar y llevar siempre una silla para descansar de vez en cuando bajo una sombrilla.
2. Tomar bebidas azucaradas, llevar unas gafas de sol y una gorra con la visera muy grande y ponerse crema solar de alta protección sobretodo en la cara y la espalda
3. Beber agua constantemente, usar una gorra y camiseta de algodón mientras hace ejercicio, e intenta evitar las horas de sol más intensas



# 3 SONIA ESTÁ EN LA PLAYA CON MARÍA Y DE REPENTE SE CAE AL SUELO. MARÍA POR SUS SÍNTOMAS CREE QUE TIENE UNA INSOLACIÓN. ¿QUE SÍNTOMAS TIENE EDUARDO?

1. Tiene temblores, de repente deja de sudar y se pone muy rojo y vomita.
2. Se encuentra muy cansado, ve destellos de luz, tiene una gran sensación de sed y opresión en el pecho lo que hace que se ahogue.
3. La temperatura del cuerpo le aumenta, se pone muy rojo, le entra fiebre y dolor de cabeza. Tras unos minutos vomita y al final se acaba desmayando.



**4** MARÍA ESTÁ CORRIENDO POR EL PARQUE Y DE REPENTE DEJA DE SUDAR DE GOLPE, LE EMPIEZAN A DAR TEMBLORES, SE PONE MUY ROJA Y VOMITA. ¿QUÉ LE HA OCURRIDO A MARÍA?

1. María ha sufrido un golpe de calor.
2. María ha sufrido una insolación.
3. María ha sufrido una indigestión



**5** A ANTONIO LE HA PICADO UNA SERPIENTE EN LA PIERNA, ¡NECESITA AYUDA URGENTEMENTE! ESCOGE LA OPCIÓN MÁS ADECUADA

1. Chupar el veneno para extraerlo de la herida o hacer un corte en la pierna para extraer el veneno y hacer un torniquete
2. Coger a la víctima para recibir rápidamente asistencia
3. Mantener en reposo a la víctima y la zona afectada



**6** JORGE HA ENCONTRADO UNA PERSONA MUY DÉBIL POR EL CAMINO DEL BOSQUE. PARECE QUE SUFRE UNA HIPOTERMIA E INCLUSO CONGELACIONES, ¿QUÉ CREES QUE DEBE HACER?

1. Es muy importante calentar a la víctima muy rápidamente para que recupere la temperatura del cuerpo
2. Es muy importante calentar a la víctima lentamente para evitar un estado de shock
3. Hay que darle calor a la víctima frotando el cuerpo aplicando una fuente directa de calor

## **7** MARÍA ESTABA JUGANDO Y LE HA PICADO UN INSECTO QUE PARECÍA UNA AVISPA, ACUDE A TI LLORANDO POR EL DOLOR, PUÉS TIENE EL AGUIJÓN TODAVÍA DENTRO. ¿QUÉ PODRÍAS HACER PARA AYUDARLA



1. Primero retirar el aguijón con unas pinzas sujetándolo por la base, después colocaría una compresa fría unos 10 minutos y aplicaría pomada para picaduras.
2. Mantendría la parte lesionada inmóvil, le colocaría una compresa fría o hielo, y cuando bajara la inflamación retiraría el aguijón con unas pinzas sujetándolo por la base
3. Quitaría el aguijón con unas pinzas sujetándolo por el extremo, después apretaría la herida para intentar extraer el veneno, y posteriormente impregnaría la herida con un algodón hidrófilo en una loción de calamina.

## **8** ¿SABRÍAS IDENTIFICAR LOS SÍNTOMAS DE UN SHOCK ANÁFILÁCTICO Y DECIR POR QUÉ SE PRODUCE, PARA SABER ACTUAR EN CONSECUENCIA?



1. Es una reacción alérgica debida a una inyección, al aguijón de un animal o por comer algún alimento, se identifica por ansiedad, piel roja con ronchas, hinchazón cara y cuello, dificultad para respirar y pulso rápido.
2. Es una reacción alérgica a las picaduras de avispa, se caracteriza por hinchazón de cara y cuello, dificultad para respirar y vómitos
3. Es un episodio de espasmos y convulsiones que sufren algunas personas que tienen epilepsia, pero que se les pasa en unos minutos.

## **9** MARTA ESTABA PASEANDO CON SU PERRITA, PERO SE HA ENCONTRADO CON OTRO PERRO Y LOS DOS HAN EMPEZADO A PELEARSE, AL INTENTAR SEPARARLOS UNO DE LOS DOS LE HA MORDIDO EN EL BRAZO Y TIENE UNA HEMORRAGIA ¿CÓMO LA AYUDARÍAS?



1. Lavaría la herida con agua caliente y jabón, durante al menos cinco minutos para eliminar la suciedad, después la secaría con una gasa y la cubriría con una tirita
2. En primer lugar ejercer presión directa sobre la herida con una gasa limpia, le elevaría el brazo por encima del nivel del corazón, cubriría la herida con un vendaje apretado y lo llevaría al hospital
3. Limpiaría la herida de sangre con agua oxigenada y algodón, si sigue sangrando le cubriría brazo con una venda apretada y no haría falta ir al hospital si el perro está vacunado contra la rabia, marta también tiene la vacuna contra el tétanos



# 10

**MARCOS ESTABA CORRIENDO PARA MANTENERSE EN FORMA POR EL PARQUE, Y DE REPENTE SIENTE UN CALAMBRE EN EL GEMELO DERECHO, NUNCA LE HA PASADO Y NO SABE QUE DEBE HACER PARA QUE SE LE PASE EL DOLOR, ¿QUÉ LE ACONSEJARÍAS?**

1. Debe estirar la pierna y el pié poniéndose de puntillas, para no estirar el músculo, además debería masajear enérgicamente la pantorrilla y así evitará tener un dolor más agudo.
2. Debe estirar el músculo afectado, debe sentarse y levantar la pierna y poner la rodilla recta, a continuación debe aflojar los dedos y debe flexionar el pie formando 90° con la pierna, además debe masajearse con la punta de los dedos.
3. Debe intentar no mover la pierna, un calambre es algo natural al hacer ejercicio e irá desapareciendo el dolor por sí sólo tras unos minutos.



# 11

**PAULA SE HA IDO DE EXCURSIÓN AL CAMPO CON SUS COMPAÑEROS DE CLASE, PERO DE REPENTE SIENTE UN ZUMBIDO EN EL OÍDO, ACUDE A SU PROFESORA, ¿QUÉ CREES QUE DEBE HACER?**

1. No debe tocar ni intentar extraerle el insecto a Paula, inmediatamente deben ir al hospital o llamar al 112 para que se ocupen los profesionales, ya que es imposible que la Profesora haga nada por ella.
2. Tiene que sentar a Paula con el oído afectado hacia arriba, le pondrá una toalla en el hombro y con suavidad debe verter poco a poco agua templada para que el insecto nade hacia afuera.
3. Si la profesora lleva un botiquín de primeros auxilios, cogerá las pinzas que suelen llevar e intentará buscar el insecto y extraerlo con ellas, siempre y cuando lo pueda ver, sino acudirán al hospital inmediatamente.



**1** PEDRO COGE EL SECADOR CON LAS MANOS MOJADAS, TIENES QUE AYUDARLO PUES SE ESTÁ ELECTROCUTANDO ¿QUÉ HARÍAS PARA AYUDARLO?

1. Estirar a la persona para desengancharla
2. Desenchufar el secador
3. Desconectar el interruptor de la corriente general de la casa



**2** MERCEDES SE ESTÁ AHOgando CON LOS MACARRONES, Y NO PARA DE TOSER Y SE ESTÁ PONIENDO MUY ROJA ¿QUÉ HARÍAS EN ESTA SITUACIÓN PARA AYUDARLA?

1. Animarla a toser mientras se espera que la situación se resuelva o no por si sola
2. Darle unos buenos golpes en la espalda
3. Darle de beber sorbos de agua rápidamente



**3** ESTÁS COMIENDO CON PAULA Y DE REPENTE TIENE UN ATRAGANTAMIENTO TOTAL Y NO RESPIRA, POR LO QUE NO LE LLEGA AIRE A LOS PULMONES, SI QUIERES SALVARLA, ¿QUÉ PASOS DEBERÍAS SEGUIR?

1. Animarla a toser mientras se espera que la situación se resuelva o no por si sola
2. Darle unos buenos golpes en la espalda
3. Practicar la maniobra de Heimlich



**4** MARCOS HA COGIDO UNA BOTELLA DE LEJÍA Y HA BEBIDO UNA CANTIDAD CONSIDERABLE. DESPUÉS DE LA INGESTA DE UN PRODUCTO CORROSIVO, ¿CREES QUE ES COVENIENTE HACER VOMITAR A MARCOS

1. SI, y si no tiene síntomas de envenenamiento no haría falta acudir al hospital
2. NO, lo llevaría inmediatamente al hospital.
3. SI, e inmediatamente después lo llevaría al hospital



**5** PEPE SE HA CORTADO MIENTRAS MANIPULABA UN CUCHILLO, ¿QUÉ ELEMENTOS USARÍAS PARA FRENAR LA HEMORRAGIA?

1. Algodón, hielo, alcohol
2. Guantes látex, gasa estéril
3. Alcohol, gasa estéril, guantes de látex



**6** MARCOS SE HA QUEMADO EL BRAZO. NECESITA URGENTEMENTE AYUDA, VAS A LA FARMACIA ¿QUÉ PRODUCTOS COMPRARÍAS PARA CURARLO?

1. Lavar la herida con agua o con suero fisiológico tanto para bajar la temperatura de la quemadura como para limpiarla
2. Pomada para las quemaduras o gasas impregnadas de crema antiquemaduras.
3. Agua oxigenada y alcohol para limpiar la herida



**7 LAURA HA INGERIDO MEDICAMENTOS PENSÁNDOSE QUE ERAN CAMELOS. DESPUES DE LA INGESTA DE FÁRMACOS ¿CREES QUE DEBERÍA VOMITAR?**

1. SI, inmediatamente y si no presenta ningún síntoma no haría falta llevarla al hospital.
2. NO, inmediatamente la llevaría al hospital
3. SI, e inmediatamente la llevaría al hospital



**8 MARÍA SE HA QUEDADO CUIDANDO DE SU HERMANITO JAVI, DE REPENTE SE CAE DE LA CUNA Y SE GOLPEA LA CABEZA. MARIA SE ASUSTA Y NO SABE QUE HACER, ¿QUÉ CONSEJOS LE DARÍAS?**

1. María observará si Javi se ha hecho una herida profunda o leve, si es profunda lo llevará al hospital, y si es leve la curará y dejará que el niño descanse durmiendo tanto como el niño necesite.
2. María observará si Javi se ha hecho una herida profunda o leve, si es profunda lo llevará al hospital, y si es leve la curará. Intentará que descanse pero sin llegar a dormirse para observar su comportamiento.
3. María observará si Javi se ha hecho una herida profunda o leve, si es profunda lo llevará al hospital, y si es leve la curará. Intentará que el niño se olvide de la caída llevándolo al parque y haciendo que juegue con más niños.



**9 PEDRO ESTÁ PONIENDO UN CUADRO, Y SIN DARSE CUENTA SE GOLPEA EL OJO CON EL MARTILLO, Y SE HA HECHO UN CORTE EN EL PÁRPADO, ¿QUÉ RECOMENDACIÓN LE HARÍAS?**

1. Si hay un corte en el párpado se debe acudir al hospital con el ojo tapado con una gasa para que el oftalmólogo haga una exploración.
2. Al ser un corte en el párpado, tendrá que desinfectar la herida con algodón hidrófilo, cuando deje de sangrar aplicará hielo durante 20 minutos para desinflamar la contusión
3. Lavar el ojo con agua abundante por si hubiera un cuerpo extraño dentro del globo ocular, después de esto desinfectar la herida con yodo y tapan el ojo para prevenir posibles infecciones



# 10 MARÍA LLEGA A CASA DEL TRABAJO Y SE ENCUENTRA A SUS HIJOS DURMIENDO PERO RESPIRANDO Y HACE MUCHA OLOR A GAS (MONOXIDO DE CARBONO), PUES LA ESTUFA SE HA QUEDADO ENCENDIDA. ¿QUÉ DEBE HACER MARÍA?

1. Debe llevar a los niños a una zona con aire fresco, quitarles la ropa y como los niños respiran solo debe mantener una conducta vigilante para ver si manifiestan algún síntoma.
2. Debe abrir las ventanas de la habitación, darles de beber mucho líquido y llevarlos al hospital inmediatamente.
3. Al ser una intoxicación por gas, debe llamar a los bomberos y esperar a que lleguen para que ellos atiendan a los niños de la forma correcta

# 11 SI TIENES FIEBRE, Y AÚN TOMANDO MEDICAMENTOS PARA BAJAR LA TEMPERATURA, SIGUE MUY ALTA, ¿QUÉ DEBERÍAS HACER EN UN CASO COMO ESTE?

1. Si la fiebre supera los 40.5 grados debes acudir a urgencias, pero si no puedes mojar el cuerpo con una esponja con agua tibia y esperar a que el agua se evapore o bien meterte en la bañera con 15 cm de agua e ir poniendo el agua cada vez más fría.
2. Para bajar la fiebre lo mejor es poner hielo envuelto en gasas en las zonas más calientes del cuerpo, como ingles, axilas, cuello...
3. El mejor método para bajar la fiebre es darte una ducha de agua fría, intentar permanecer bajo el agua el mayor tiempo posible. Además deberás beber mucho líquido cuanto más fríos mejor



# 1 UN HOMBRE SE ACABA DE DESMAYAR EN MEDIO DE LA CALLE, TIENES QUE SOCORRERLO, ¿QUÉ PASOS SEGUIRÍAS PARA HACERLO CORRECTAMENTE?



1. Levantarlo las piernas e intentar refrescar a la víctima
2. Recogerlo del suelo y sentarlo en un sitio cómodo hasta que se recupere
3. Mojarle la cara y los brazos hasta que vuelva en sí y reaccione

# 2 ESTÁS PASEANDO POR LA CALLE Y DE REPENTE PRESENCIAS UN ACCIDENTE DE COCHE, EL CONDUCTOR PARECE QUE ESTÁ HERIDO GRAVE, ¿CUÁL SERÍA TU REACCIÓN PARA SOCORRERLO?



1. Sacar inmediatamente del coche al conductor y comprobar si la persona está consciente y respira
2. Hablar con el conductor para tranquilizarlo, no moverlo en ningún caso y parar la circulación o desviarla, llamar el teléfono de emergencia 112
3. Pedirle que el conductor haga movimientos con la cabeza para detectar si tiene lesiones, curar las heridas de sangre y ayudar a que el herido esté cómodo en todo momento, proporcionándole agua o alimento mientras acuden los servicios médicos

# 3 EN EL CRUCE DE AL LADO DEL INSTITUTO UN VEHICULO HA ATROPELLADO A UN CICLISTA Y HA SALIDO DESPEDITO Y PARECE QUE ESTÁ HERIDO GRAVE, ¿QUÉ ACCIONES DEBERÍAS HACER PARA SOCORRERLO?



1. Parar la circulación o desviarla, sacar el casco al ciclista pues le presiona y no le deja respirar con normalidad, comprobar si se ha lesionado las piernas y las extremidades realizando pequeños movimientos para ver si le duele
2. Acercarte a la víctima y apartarla hacia una zona segura para que no vuelva a ser atropellado y poder socorrerla con seguridad, darle de beber si es que lo solicita y permanecer a su lado hasta que llegue el 112
3. Parar circulación, no mover al ciclista en especial si parece que las piernas están lesionadas o fracturadas, comprobar siempre que la persona está consciente y respira, llamar al 112, hablar con el ciclista para calmarlo



**4** CUANDO ENCUENTRES A UNA PERSONA INCOSCIENTE, CON RESPIRACIÓN Y PULSO, LA MEJOR FORMA DE COLOCARLO A ADOPTAR ES POSICIÓN DE RECUPERACIÓN. ELIGE A UN COMPAÑERO Y COLOCALO EN ESTA POSICIÓN ¿SABRÍAS COLOCARLO CORRECTAMENTE?



**5** ESTÁS PASEANDO Y PRESENCIAS UN ACCIDENTE DE TRÁFICO, TE ACERCAS Y COMPRUEBAS QUE EL CONDUCTOR ESTÁ INCOSCIENTE ¿QUÉ DEBERÍAS HACER?

1. Usar la regla del ABC, comprobar si la vía Aérea está abierta, comprobar si el herido respira acercando el oído a la Boca y saber si tiene pulso para saber como es su Circulación cardiaca. Llamar al 112 e informar de su estado.
2. Usar la regla del ABC, darle de beber agua para que no se deshidrate abriéndole la Boca y colocando tu mano en sus Cervicales.
3. Lo mejor es no tocar a la víctima y llamar directamente al 112



**6** IVAN IBA PATINADO Y SE HA CHOCADO CONTRA UNA FAROLA, CAE TENDIDO EN EL SUELO Y LE SANGRA UNA RODILLA Y UN OÍDO, ¿CÓMO DEBERÍAS AYUDARLO?

1. Deberías buscar alguna tela o ropa limpia y presionar las dos zonas en las que tiene hemorragia. La presión taponará y frenará las hemorragias
2. La hemorragia de la pierna ha de ser presionada para taponarla con una tela limpia, sin embargo la del oído se ha de dejar que la sangre fluya hacia fuera.
3. Lo mejor es colocar a la víctima en posición de recuperación hasta que acudan los servicios médicos.

## **7 CONDUCTOR DE UN VEHÍCULO QUE SE HA ACCIDENTADO A CAUSA DE LA PÉRDIDA DE SANGRE, LE ESTÁ DANDO UN SHOCK, SABRÍAS IDENTIFICAR LOS SÍNTOMAS Y ASÍ PODER INFORMAR AL 112 DEL ESTADO DEL CONDUCTOR**



1. Piel pálida, fría y sudorosa de un color grisáceo, además el pulso rápido se vuelve muy débil, presenta respiración superficial y rápida. La víctima empieza a inquietarse, a dar bostezos y suspiros y a tener mucha sensación de sed
2. La víctima empieza a tener calambre, convulsiones. La piel se le está enrojeciendo y empieza a sudar y a subirle la temperatura
3. La víctima se pone rígida, deja de respirar y comienza a tener espuma alrededor de la boca, además puede llegar a perder la consciencia



## **8 UN ANCIANO QUE ESTÁ CAMINANDO POR LA ACERA A TU LADO, SE TROPIEZA Y SE CAE, LE DUELE MUCHISIMO LA CADERA Y NO PUEDE CAMINAR NI PONERSE EN PIE. ¿CÓMO DEBERÍAS AYUDARLO?**

1. Deberías ayudarlo a incorporarse y sentarlo apoyando su espalda sobre una pared, lo mejor será inmovilizarle las piernas con un vendaje a la altura de las rodillas y otro en los pies.
2. Debes tumbarlo totalmente, bajo la cabeza y las rodillas coloca algo a modo de cojín para que pueda esperar a los servicios de urgencias lo más cómodo posible
3. Debes tumbarlo totalmente, pero manteniéndole la cabeza baja, a la altura de las rodillas y en los pies deberás hacerle un vendaje y colocar una toalla o algo blando entre las piernas.

## **9 PASEANDO POR LA CALLE VES A PEDRO QUE SE HA SUBIDO A UN ÁRBOL Y SE CAE HACIENDOSE DAÑO EN EL BRAZO Y ADEMÁS ESTÁ SANGRANDO PUES SE HA CLAVADO UNA RAMA. ¿QUÉ DEBES HACER PARA AYUDARLO?**

1. Deberías ayudarlo a incorporarse y sentarlo apoyando su espalda sobre una pared, lo mejor será inmovilizarle las piernas con un vendaje a la altura de las rodillas y otro en los pies.
2. Debes tumbarlo totalmente, bajo la cabeza y las rodillas coloca algo a modo de cojín para que pueda esperar a los servicios de urgencias lo más cómodo posible
3. Debes tumbarlo totalmente, pero manteniéndole la cabeza baja, a la altura de las rodillas y en los pies deberás hacerle un vendaje y colocar una toalla o algo blando entre las piernas.



# 10 ESTÁS CIRCULANDO POR EL CENTRO DE LA CIUDAD EN TU COCHE CUANDO SE ESTÁ PRODUCIENDO UN EPISODIO DE GOTA FRÍA, EL AGUA ESTÁ CUBRIENDO LA MITAD DEL VEHICULO, ¿QUÉ DEBERÍAS HACER?



1. Debes permanecer dentro del vehículo hasta que acuda ayuda, pues la corriente del agua de fuera te podría arrastrar.
2. Debes salir inmediatamente del vehículo, y subir a una zona lo más alta posible y esperar a ser rescatado
3. Debes salir inmediatamente del vehículo, acercarte a los edificios, pues estos te resguardarán de las corrientes de agua.



**ANEXO VI: TARJETAS PRL**



# 1 PARA FUEGOS DE CLASE A B O C EN PRESENCIA DE ENERGÍA ELÉCTRICA NO SE DEBE EMPLEAR NUNCA COMO AGENTE EXTINTOR

1. Agua a chorro
2. Co2
3. Polvo químico seco



# 2 EL INDICATIVO "RÓMPASE EN CASO DE INCENDIO" SE EMPLEA EN

1. Rociadores
2. El bie
3. Hidrantes



# 3 ¿CUÁL DE LAS INSTALACIONES NO SE CONSIDERAN DE EXTINCIÓN DE INCENDIOS?

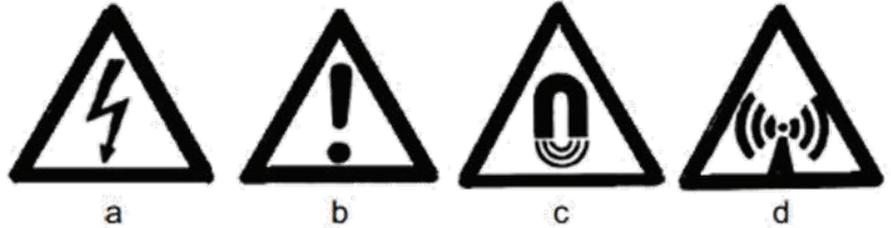
1. Instalaciones de agua
2. Instalaciones de columna seca
3. Instalaciones de extintores móviles



# 4 ES LOS FUEGOS DE CLASE C SON

1. Originados por materiales sólidos
2. Los originados por líquidos
3. Los originados por gases

## 6 ¿QUÉ SEÑAL ES LA CORRESPONDIENTE AL RIESGO ELÉCTRICO?



## 7 ¿POR CUÁL DE ESTOS PRINCIPIOS NO TE DEBES DE REGIR AL TRABAJAR EN INSTALACIONES?



1. Comprobar la ausencia de tensión
2. Enclavar o bloquear, si es posible, todos los dispositivos de corte
3. No delimitar la zona de trabajo

## 8 ¿CUÁL ES LA FRECUENCIA EN CORRIENTE ALTERNA DOMÉSTICA E INDUSTRIAL?



1. 50 Hz
2. 100 Hz
3. 1000 Hz

## 9 ¿EN QUÉ UNIDADES SE MIDE LA INTENSIDAD DE CORRIENTE?



1. Voltios
2. Ohmios
3. Amperios



# 11 ¿QUIÉN DEBE REALIZAR LAS REPARACIONES DE EQUIPOS DE TRABAJO E INSTALACIONES ELÉCTRICAS?

1. Cualquier persona
2. Personal competente y con experiencia
3. Cualquier persona con titulación universitaria



# 12 ¿CUÁLES ES EL MARCADO QUE DEBE DE LLEVAR CUALQUIER EQUIPO DE NUEVA ADQUISICIÓN?

1. EC
2. EE
3. CE



# 13 CUÁL DE ESTOS NO ES UN REQUISITO A OBSERVAR DE MANERA PREVIA A LA COMPRA E INSTALACIÓN DE UN EQUIPO?

1. Disponer del marcado CE
2. Que la instalación eléctrica disponga de los mecanismos de protección adecuados.
3. Que el equipo venga bien embalado



# 14 ¿CÓMO DEBE DE SER LA TENSIÓN DE FUNCIONAMIENTO DEL EQUIPO RESPECTO A LA DE LA INSTALACIÓN?

1. Superior
2. Inferior
3. La misma



## 16 ¿CUÁL ES LA FUNCIÓN DE UN INTERRUPTOR MAGNETOTÉRMICO?

1. Proteger la instalación de cortocircuitos
2. Proteger la instalación de la humedad
3. Proteger la instalación de la condensación



## 17 ¿QUÉ ES EL RIESGO DE ELECTROCUCIÓN?

1. Posibilidad de circulación de una corriente eléctrica a través del cuerpo humano
2. Probabilidad de circulación de una corriente eléctrica a través del cuerpo humano
3. Posibilidad y probabilidad de circulación de una corriente eléctrica a través del cuerpo humano



## 18 PARA QUE HAYA POSIBILIDAD DE CIRCULACIÓN DE CORRIENTE POR EL CUERPO ES NECESARIO QUE...

1. Que el cuerpo sea conductor
2. Que el cuerpo sea aislante
3. Que el cuerpo humano no forme parte del circuito diferencia de potencial inferior a cero.



## 19 ¿QUÉ FACTOR NO INTERVIENE EN EL RIESGO DE ELECTROCUCIÓN?

1. Voltaje o tensión
2. Frecuencia
3. Edad de la persona



## 21 EN GENERAL, A QUE VALOR DE INTENSIDAD EN MA SE PRODUCE FIBRILACIÓN VENTRICULAR

1. 1300 en hombre y 1000 en mujer
2. 1000 en hombre y 1300 en mujer
3. 1000 en ambos casos



## 22 ¿CÓMO SE LLAMA EL EFECTO QUE PROVOCA LAS QUEMADURAS ELÉCTRICAS?

1. Efecto Joule
2. Efecto de fibrilación
3. Efecto de tetanización.



## 23 ¿DÓNDE ESTÁ EL LÍMITE EN CUANTO A VALOR DE TENSIÓN NOMINAL ENTRE ALTA Y BAJA TENSIÓN EN CORRIENTE ALTERNA?

1. 100 V
2. 1000 V
3. 1000 A



## 24 ¿DÓNDE ESTÁN RECOGIDAS Y REGULADAS LAS MEDIDAS PREVENTIVA CONTRA CONTACTOS DIRECTOS E INDIRECTOS EN INSTALACIONES DE BAJA TENSIÓN?

1. ITC MIE BT 021
2. ITC MIE BT 010
3. Ninguna de las anteriores



## 26 ¿CUÁL SE CONSIDERA QUE ES LA RESISTENCIA DEL CUERPO HUMANO?

1. Las partes metálicas accesibles de los materiales y de los equipos eléctricos
2. Los elementos en contacto con las superficies exteriores de materiales eléctricos que estén separadas de las partes activas por aislamientos funcionales
3. Las partes plásticas del equipo de trabajo



## 27 LOS SISTEMAS QUE CONSISTEN EN SUPRIMIR EL RIESGO HACIENDO QUE LOS CONTACTOS NO SEAN PELIGROSOS E IMPEDIR LOS CONTACTOS SIMULTÁNEOS ENTRE LAS MASAS Y LOS ELEMENTOS CONDUCTORES DE LLAMAN...

1. De CLASE A
2. De CLASE B
3. De CLASE C



## 28 LA PUESTA A TIERRA DE LAS MASAS Y DISPOSITIVOS DE CORTE POR TENSIÓN DE DEFECTO ES UN SISTEMA DE PROTECCIÓN...

1. De CLASE C
2. De CLASE B
3. De CLASE D



## 29 CUANDO EL TERRENO ESTÁ SECO LAS TOMAS DE TIERRA DEBEN DE REVISARSE

1. Cada 2 años
2. Cada 5 años
3. Anualmente



## 31 LOS TRABAJOS QUE SE REALICEN SIN TENSIÓN LO PRIMERO QUE HAY QUE HACER ES...

1. Verificar la ausencia de tensión
2. Desconectar el equipo
3. Poner a tierra y a cortocircuito



## 32 AL TRABAJAR CON TENSIÓN HAY QUE CONSIDERAR...

1. Solo el riesgo de contacto eléctrico
2. Solo la formación de arco eléctrico de cortocircuito
3. Ambos



## 33 EN TRABAJOS SUBTERRÁNEOS CON ELECTRICIDAD LA PERSONA QUE TIRE POR LA QUE ESTA REALIZANDO EL TRABAJO COMO DEBE PROCEDER...

1. Poniendo guantes aislantes
2. Poniendo guantes aislantes y situarse sobre una superficie aislante
3. Agarrándolo directamente

## 34 ¿A QUIÉN SE DENOMINA “TRABAJADOR AUTORIZADO”?

1. Al que ha recibido la formación e información sobre riesgos laborales en los artículos 18 y 19 de la L.P.R.L
2. Al que ha recibido la formación e información sobre riesgos laborales en los artículos 18 y 19 de la L.P.R.L y ha sido autorizado por el empresario
3. Al que hay sido designado aunque no conozca la L.P.R.L





## 36 QUÉ TIPOS DE CONTACTOS ELÉCTRICOS EXISTEN?

1. Contactos directos, indirectos y causales
2. Contactos directos e inversos
3. Contactos Directos e Indirectos



## 37 LA DEFINICIÓN DE CONTACTO DIRECTO ES

1. Son los contactos de personas con partes activas de materiales y equipos
2. Son los contactos de personas o animales con un conductor activo o de protección
3. Son los contactos de personas con un conductor



## 38 ¿CUÁLES SON LOS EFECTOS DERIVADOS DEL CONTACTO DIRECTO CON LA ELECTRICIDAD?

1. Efectos térmicos, Cardiacos, y Cerebrales
2. Efectos térmicos y cardiacos
3. Efectos Musculares, Renales, Cardiacos y Psicológicos



## 39 ¿PUEDE UN CONTACTO DIRECTO DERIVAR EN RESULTADOS EN EFECTOS SECUNDARIOS?

1. Sí, pero solo si la intensidad que pasa por nuestro cuerpo es superior a 0.945Ma
2. No, ya que solo con los contactos indirectos podremos sufrir efectos secundarios
3. Si, Puede haber efectos precoces (embolia, problemas circulatorios etc), y tardíos (Neuróticos, trastornos etc)



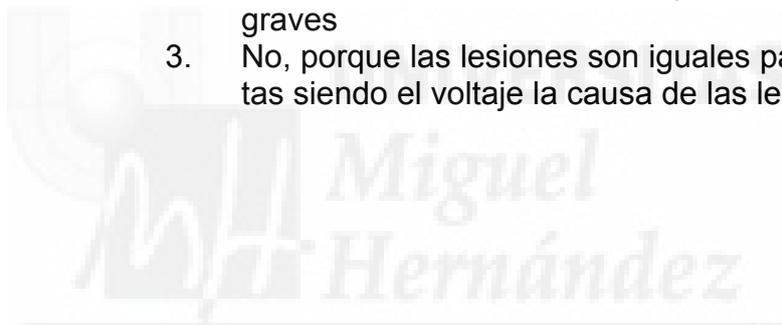
## 41 ES POSIBLE QUE EXISTA UN CONTACTO DIRECTO TOCANDO SOLO UN CONDUCTOR

1. No, eso sería un contacto por inducción
2. Sí, pero solo si la tensión es superior a 380v en Ca y 200v en CC
3. Si, Si el contacto se recibe entre un conductor y una masa o tierra



## 42 ¿PUEDE UNA FRECUENCIA ALTA PROVOCARNOS MÁS DAÑOS QUE UNA BAJA?

1. No, porque la más baja puede provocarnos unas quemaduras más graves
2. Si, la frecuencia a mas alta puede cusar unos daños más graves
3. No, porque las lesiones son iguales para 2 frecuencias distintas siendo el voltaje la causa de las lesiones.





## 5 ¿QUÉ ES EL RIESGO ELÉCTRICO?

1. Es aquel susceptible de ser producido por instalaciones eléctricas, partes de las mismas, y cualquier dispositivo eléctrico bajo tensión, con potencial de daño suficiente para producir fenómenos de electrocución y quemaduras.
2. Es aquel susceptible de ser producido por instalaciones eléctricas, y cualquier dispositivo eléctrico bajo tensión, con potencial de daño suficiente para producir fenómenos de electrocución y quemaduras.
3. Ninguna de la anteriores



## 15 SI AL CONECTAR VARIOS APARATOS A LA VEZ SE PRODUCE UN CORTE DE ENERGÍA, ¿CÓMO NO DEBEMOS ACTUAR?

1. No conectar simultáneamente varios aparatos a la vez
2. Repartir la carga sobre varios circuitos
3. Puentear los interruptores de protección



## 10 ¿INFLUYE LA DURACIÓN DEL CONTACTO EN LA GRAVEDAD DEL EFECTO DE LA CORRIENTE?

1. Si
2. No
3. A veces



## 20 EL PARO CARDIACO ES UN TIPO DE ACCIDENTE

1. Directo
2. Indirecto
3. Ninguno de los anteriores



**40** COMPLETA LA FRASE CON LAS PALABRAS FALTANTES:  
EN LA \_\_\_\_\_ LA SENSACIÓN DE PASO DE LA CORRIENTE SE PERCIBE DURANTE \_\_\_\_\_ DE PASO DE LA MISMA, SIN EMBARGO CON \_\_\_\_\_ SOLO LE PERCIBE CUANDO VARÍA LA INTENSIDAD

1. Corriente trifásica, todo el tiempo, corriente alterna
2. Corriente continua, 4 segundos, corriente alterna
3. corriente alterna, todo el tiempo, corriente continua



**35** ¿QUÉ ES EL RIESGO ELÉCTRICO?

1. Es la posibilidad de recibir un calambrazo y caernos de la escalera
2. Es la posibilidad de circulación de la corriente eléctrica a través del cuerpo humano
3. Es la posibilidad de morir electrocutado



**30** PARA EVITAR LA ELECTRICIDAD ESTÁTICA, UNO DE LOS PROCEDIMIENTOS CONSISTE EN...

1. Mantener la humedad relativa del aire por debajo del 50%
2. Mantener la humedad relativa del aire por encima del 50%
3. Mantener la humedad relativa del aire por debajo del 80%



**25** EN CONTACTOS ELÉCTRICOS DIRECTOS, ¿QUÉ SISTEMAS HEMOS DE APLICAR PARA IMPEDIR CONTACTOS FORTUITOS CON LAS PARTES ACTIVAS?

1. IPX
2. IPXX
3. IPXXX



# 1 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. CORRECTA. La obra está alejada de la circulación y no hay obstáculos.
2. INCORRECTA. La puerta de acceso a los vehículos a la obra no está identificada ni dispone de señalización de advertencia en materia de seguridad y salud



# 2 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. CORRECTO. Acceso específico para personal a la obra con señalización en materia de seguridad y salud
2. INCORRECTO. La puerta deja ver el interior de la obra y podría entrar alguien, debe estar tapada y no ser metálica



# 3 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. CORRECTO. No permite el paso de extraños al estar la puerta cerrada, la acera es amplia, hay redes
2. INCORRECTO. La puerta de acceso de personal a la obra no está identificada ni dispone de señalización de advertencia en materia de seguridad y salud



# 4 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Incorrecta: Trabajadores en el radio de acción de la excavadora (no mantienen la distancia de seguridad durante su funcionamiento) -La zanja no está protegida del riesgo de caída de altura
2. Correcta: La zanja es suficientemente ancha, usan chalecos reflectantes, la maquina esta parada, esta balizado con malla naranja.



## 6 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El borde de la excavación está protegido mediante barandillas -Se está ejecutando el vaciado del muro de contención por bataches
2. incorrecta: El talud es demasiado vertical, existe peso cerca del borde (casetas)



## 7 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Talud de inclinación 1:1 (talud estable) y balizado.
2. Incorrecta: Se ha acopiado material al pie del talud. El terreno es fácilmente disgregable, no existe señalización de caída a distinto nivel.



## 8 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: La carretera esta asfaltada por lo que no se generara polvo, la visibilidad no se vera afectada.
2. Incorrecta: Se ha formado polvo que puede ser inhalado y que dificulta la visibilidad -La vía de circulación de la maquinaria no se ha regado, a fin de evitar la generación de polvo



## 9 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El grústa se sitúa en un punto seguro desde el que tiene visibilidad de la carga (origen trayecto y destino)
2. Incorrecta: Existe riesgo de caída de objetos que sean transportados, el grústa debería estar en un nivel inferior, el grústa no usa chaleco reflectante.



# 11 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Se ha habilitado una rampa para acceso a la plataforma del montacargas, estable y protegida. La información relativa a la utilización del montacargas se encuentra disponible. Se protege, con la distancia suficiente mediante dispositivo resguardo el acceso al montacargas
2. Incorrecta: No existe arnés anticaída, no hay iluminación suficiente, la rampa es muy inclinada...



# 12 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: el maquinillo tiene suficiente contrapeso, la barandilla esta a mas de 90 cm del suelo, existe barandilla intermedia, el muro es resistente, la máquina tiene protegida la zona de cableado
2. Incorrecta: Las barandillas que se han colocado están simplemente apoyadas en la fábrica de ladrillo y no protegen adecuadamente el hueco de forjado



# 13 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Existen todas la piezas, está suficientemente pegado a la pared, es suficientemente largo para ocupar toda la fachada
2. Incorrecta: La plataforma del andamio no está nivelada, por lo que los trabajadores o materiales sobre la misma podrían caerse

8.0.6



# 14 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Existen barandillas laterales, delanteras y traseras, protección intermedia y rodapiés de altura adecuada (15 a 20 cm). Las plataformas de trabajo están niveladas, sin dejar huecos entre ellas Además de los cables de suspensión existen cables secundarios asociados a unos dispositivos anti caídas.
2. Incorrecta: Existen andamios a distinto nivel pudiendo caerse materiales. La pared es irregular para usar este tipo de andamios, mejor usar andamios fijos que permiten adaptación al edificio



# 16

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Este andamio es estable y resistente, la cuba esta en un lugar que facilita que se le suministre material. Está nivelado y es ancho.
2. Incorrecta: Se han retirado y no se han repuesto las protecciones (barandillas) para llevar material dentro de la plataforma



# 17

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

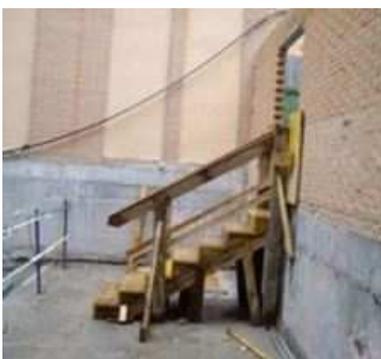
1. Correcta: está suficientemente iluminado.
2. Incorrecta: La escalera está sucia, con restos de mortero y ladrillo El hueco interior de la escalera no se ha protegido del riesgo de caída de altura



# 18

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El hueco interior de la escalera está protegido mediante barandillas y red de seguridad.
2. Incorrecta: El hueco de la red es muy amplio, no hay iluminación en los peldaños.



# 19

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

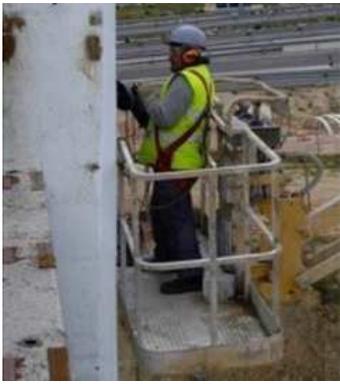
1. Correcto: La escalera de acceso está correctamente peldañeada. además, dispone de barandilla de protección superior e intermedia
2. Incorrecto: Se ha construido con madera que al mojarse puede dañarse, se han tenido que usar clavos que pueden ser dañinos si se oxidan y transmitir tétano

## 21 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: Existe protección continua sin huecos entre las redes. La unión entre las redes es correcta. El borde superior de la red protege correctamente. La bolsa de recogida es de dimensiones apropiadas. La parte inferior de la red se encuentran limpias de materiales.
2. Incorrecta: Se han colocado barandilla en la planta inferior por lo que en caso de caída el trabajador podría golpearse con ellas. La red está demasiado tensa.

## 22 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: Uso de arnés anti caídas amarrado durante los trabajos con la plataforma elevadora, uso de casco de protección, uso de gafas de protección ocular, uso de guantes de protección, uso de cascos de protección anti miedo.
2. Incorrecta: El chaleco podría ser inflamable al contacto con las chispas de corte con radial. El trabajador se ha anclado a la máquina y no a un punto fijo. La máquina carece de señal de riesgo de caída. El trabajador está muy cerca de la zona de corte, debe tener los brazos encogidos.

## 23 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: Uso de botas de seguridad, altas e impermeables, uso de guantes impermeables, uso de gafas de protección anti proyecciones, uso de casco de protección de la cabeza.
2. Incorrecta: Hay trabajadores de espaldas y no ven los movimientos de sus compañeros, otro aun no ha subido (distracciones). No se hace uso de chaleco reflectante, el gruista u operario de la hormigonera podría no verlos claramente en caso de deslumbramiento.

## 24 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: El trabajador utiliza el chaleco reflectante de alta visibilidad en presencia de maquinaria.
2. Incorrecta: El trabajador está a la espalda de la máquina. No hay señal de riesgo con máquinas pesadas.



## 26 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcto: La botella está tumbada para evitar que se caiga y golpee la válvula. Existe una valla para delimitar la zona
2. Incorrecto: El almacenamiento de botellas de gases no es apropiado, debido a que se encuentra a la intemperie y en posición horizontal



## 27 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El trabajador utiliza mascarilla para evitar la Inhalación del material de corte con radial -Utilice gafas de protección para evitar proyecciones del material durante el corte en los ojos.
2. Incorrecta: El trabajador no lleva ropa apropiada, no se hace uso de casco de seguridad ni chaleco reflectante



## 28 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El trabajador utiliza mascarilla para evitar la inhalación de polvo de cemento Utiliza gafas de protección para evitar el contacto del polvo con los ojos Está provisto de la ropa, guantes y botas adecuados para la tarea Utiliza casco de protección de la cabeza
2. Incorrecta: Se trabaja en contra del viento. Tiene las gafas sucias y corre el riesgo de caída por no ver por dónde camina.



## 29 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Los residuos peligrosos se encuentran almacenados temporalmente, hasta su retirada por gestor autorizado, en un contenedor específico ventilado Se ha techado y el suelo del punto limpio es impermeable, para evitar los posibles derrames de productos Se han etiquetado como residuos peligrosos, indicando las características y el riesgo principal del residuo
2. Incorrecta: No existe puerta y cualquiera podría acceder a los residuos. Los bidones están sobre un palet de madera, cuando estén llenos podrían por peso romper las maderas.



## 31 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Se mantiene todo limpio y ordenado.
2. Incorrecta: Se ha apilado el material a borde de forjado con riesgo de caída. Se han sobrecargado las pilas de maderas.



## 32 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El trabajador utiliza los equipos de protección individual y ropa adecuados a los trabajos de pintura
2. Incorrecta: El trabajador usa mono de algodón que quedaría impregnado de pintura por acción del viento, se debe usar ropa impermeable y de fácil limpieza para evitar contacto dérmico con los productos componentes de la pintura.



## 33 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El trabajador utiliza la protección auditiva durante los trabajos de perforación.
2. Incorrecta: No se está recogiendo el polvo, en caso de viento podría crearse situación de falta de visibilidad. El trabajador no usa chaleco reflectante.



## 34 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Se usan chalecos de alta visibilidad. la iluminación es adecuada
2. Incorrecta: No existe orden. No se debe trabajar de noche, los despistes son mayores



## 36 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: La plataforma dispone de doble barandilla. Existe un punto fijo anclado a la estructura para sujeción del arnés anti caídas. Se ha instalado al pie de la plataforma diversas señalizaciones, como la obligación de utilización del arnés anti caídas, el peligro de caída a distinto nivel.
2. Incorrecta: No hay suficiente iluminación, el operario deberá bajar la parte alzada con riesgo de caída en esa operación (debe estar siempre bien colocada).



## 37 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: El trabajador guía la batea mediante accesorio, para evitar un posible golpe con la carga (por balanceo).
2. Incorrecta: Se ha sobrecargado la batea de material, los depósitos están saturados. El gruista puede tener menor visibilidad por los tabloncillos cercanos que podrían caer.



## 38 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correctamente: Se usa grúa torre que puede con pesos superiores. El material es el propio que se usa en obras. Los materiales están bien sujetos.
2. Incorrectamente: Se está transportando como carga suspendida diferentes materiales, pudiendo producirse la caída de los objetos transportados.



## 39 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: La plataforma de la pasarela tiene resistencia adecuada. Se han instalado barandillas en la parte superior (la altura de la zanja es de un metro aproximadamente).
2. Incorrecta: Se mezcla material metálico y de madera, no existe barandilla intermedia. Las vallas de obra están al borde de la excavación.



## 41 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Solo es material abandonado (orden y limpieza) no es una pasarela que se esté usando.
2. Incorrecta: Las tablas que componen la pasarela se han colocado desalineadas, no siendo aptas para el tránsito de personal. No se han sujetado en la parte superior.



## 42 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA ¿ESTÁ EL TRABAJADOR HACIENDO CORRECTAMENTE EL TRABAJO?

1. Si: Se usa un medio auxiliar que facilita acceder a lugares altos sin riesgos de caída.
2. No: El trabajador no utiliza arnés de protección anti caídas, conforme al manual de instrucciones del fabricante de la plataforma. Hay parte de la barandilla intermedia que se ha inutilizado.



## 43 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: En el acceso superior, se ha asegurado la escalera por medio de flejes metálicos. Se dispone de zapatas antideslizantes, y se ha clavado una madera impidiendo su desplazamiento. La escalera sobresale más de 1 m por encima del punto de acceso. Se han protegido las puntas de acero mediante caperuzas o setas de protección.
2. Incorrecta: Existen ferrallas que debían haberse cortado antes. El entablado podría romperse por el peso. No existe agarre en la parte superior y el trabajador podría caer por el hueco.



## 44 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: No existen más de 2 m de altura, no hay riesgos de golpes ni caídas. El suelo está limpio y con ausencia de material con el que tropezar.
2. Incorrecta: No reúne las condiciones de seguridad adecuadas (rotura de peldaños).

# 5 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: Berma (espacio horizontal en el talud que le confiere estabilidad)
2. Incorrecta: El talud no es 1:1, el terreno está seco y puede desprenderse

# 15 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: Está nivelada, existe barandilla superior e intermedia, la superficie es suficientemente ancha.
2. Incorrecta: Se ha utilizado un andamio de borriquetas en la plataforma, invalidando la protección (barandillas) de la misma

# 10 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcto: El operario usa guantes, la carga está bien colocada, el camión no está sobrecargado.
2. Incorrecto: El trabajador no utiliza el equipo de protección individual de protección de la cabeza (casco), pudiendo ser golpeado durante los trabajos. El trabajador está asegurando la carga mediante eslingas antes de izar la carga (ferralla elaborada)

# 20 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:



1. Correcta: Con las maderas se evitará el uso de clavos o piezas metálicas que podrían dañar el material de la red. El puntal no pisa la red por lo q no molestará al desmontaje.
2. Incorrecta: Las redes se han anclado al forjado mediante tablones remachados con clavos, sin ofrecer garantías de resistencia en el caso de producirse el accidente

# 40 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcto: No existen zanjas, ni caídas de gran altura, solo se usa de modo provisional para poder verter los escombros de obra.
2. Incorrecto: La pasarela no tiene la anchura recomendada de 60 cm.

# 35 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Se mete el material con el uso de grúa, el operario usa casco para evitar golpes de material que se caiga. Al descargarse todo el material se minimiza el riesgo de exposición a la caída.
2. Incorrecta: El operario no utiliza sistema anti caídas durante la recepción del material. La barandilla de protección del borde de forjado se encuentra doblada, debido a un golpe, y no ofrece garantía de resistencia

# 30 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Correcta: Los escombros están en contenedor. El material que pueda crear polvo está tapado con plásticos.
2. Incorrecta: No se ha adecuado el terreno. Existen trabajos en la parte inferior donde podrían caer escombros. Se ha apilado de forma incorrecta el material.

# 25 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

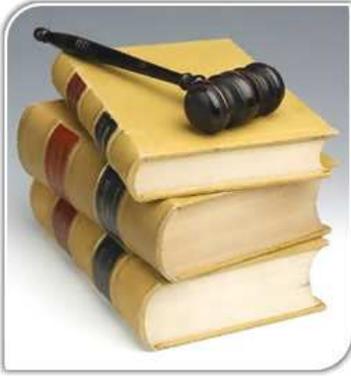
1. Correcta: El material esta etiquetado. Tapado y ordenado por mismo tipo de material.
2. Incorrecta: No existe un adecuado tratamiento de los residuos peligrosos generados (residuos de envases de productos químicos), debiendo separar adecuadamente y no mezclar los residuos peligrosos, y almacenarse en condiciones adecuadas de higiene y seguridad

# 45

SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

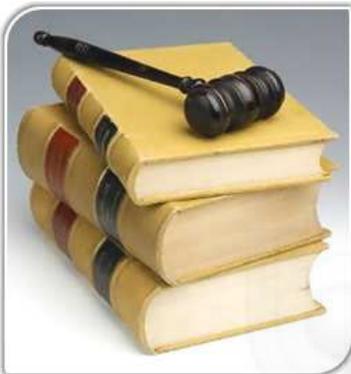
1. Correcta: Tiene suficiente peldaños, es resistente. No hay altura para que exista riesgo.
2. Incorrecta: Se está utilizando como escalera un elemento diseñado para otros usos (palet)





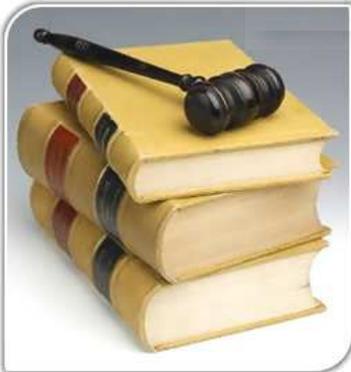
# 1 LOS REPRESENTANTES DE LAS ORGANIZACIONES EMPRESARIALES SINDICALES EN LA COMISIÓN NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO TENDRA:

1. 1 voto
2. 2 votos
3. 3 votos



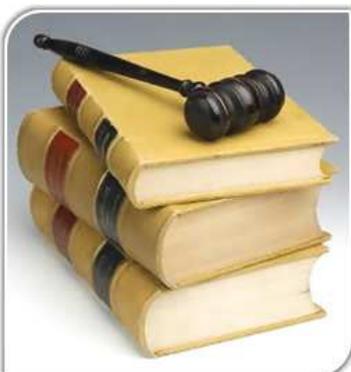
# 2 DESDE EL PUNTO DE VISTA PREVENTIVO, EL ACCIDENTE DE TRABAJO SE PUEDE EVITAR

1. La mayoría de veces
2. En casos específicos
3. Siempre



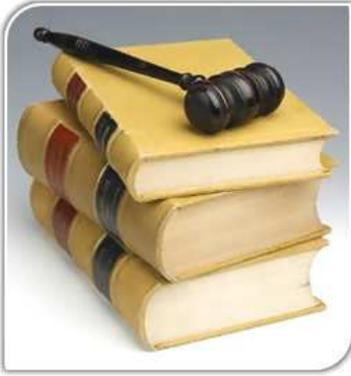
# 3 LA DIRECTIVA QUE CONTIENE EL MARCO JURIDICO GENERAL EN EL QUE SE OPERA LA POLITICA DE PREVENCIÓN COMUNITARIA ES

1. La directiva 89/91/CEE
2. La directiva 88/392/CEE
3. La directiva 87/391/CEE



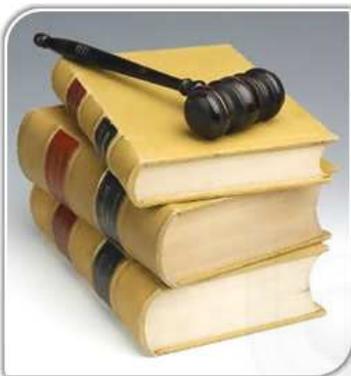
# 4 EL PLAZO PARA PRESENTAR EL PARTE DE ACCIDENTES DE TRABAJO DESDE LA FECHA DEL ACCIDENTE O LA FECHA DE BAJA ES

1. 10 días hábiles
2. 8 días hábiles
3. 5 días hábiles



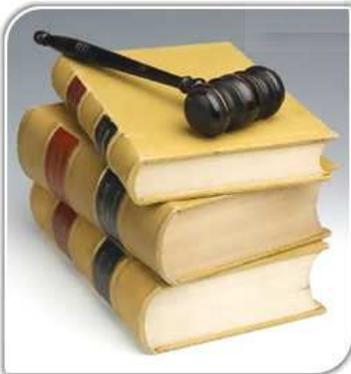
## **6** LA SALUD PUEDE DEFINIRSE COMO

1. Equilibrio y bienestar físico de los trabajadores
2. Situación de equilibrio físico y emocional y social
3. Carecer de enfermedades



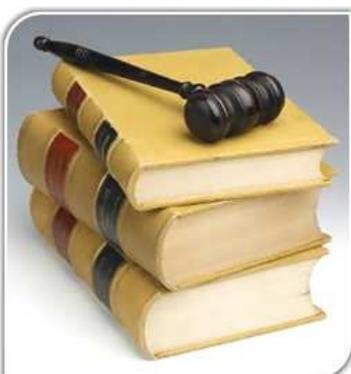
## **7** EN CONDICIONES IDEALES DE MANIPULACIÓN Y REALIZADA POR INDIVIDUOS NO PERTENECIENTE AL GRUPO DE RIESGOS, EL MÁXIMO PESO QUE SE RECOMIENDA NO SOBREPASAR

1. 10 kg
2. 20 kg
3. 25 kg



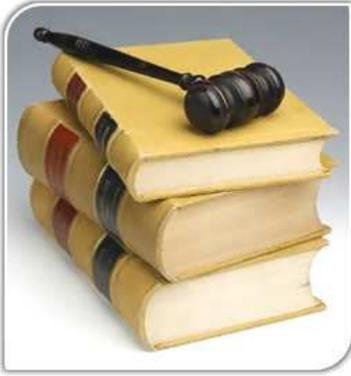
## **8** EL RANGO DE TEMPERATURAS RECOMENDADAS EN LOCALES INTERIORES, DONDE SE REALICEN TRABAJOS MANUALES LIGEROS, ESTA ENTRE

1. 14 y 25 grados
2. 15 y 25 grados
3. 10 y 20 grados



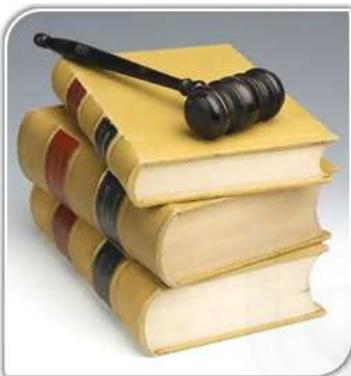
## **9** EL NOMBRE DEL DOCUMENTO QUE RECOGE LAS ACCIONES Y MEDIOS PREVISTOS PARA HACER FRENTE A UNA EMERGENCIA ES

1. Manual de autoprotección, plan de emergencia
2. Protocolo de bomberos
3. Ley de prevención de riesgos laborales



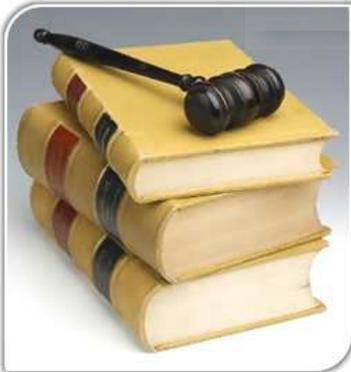
## **11** ¿QUIÉN DESIGNA O NOMBRA AL LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN ?

1. La inspección de trabajo y seguridad y salud
2. Los trabajadores
3. El empresario



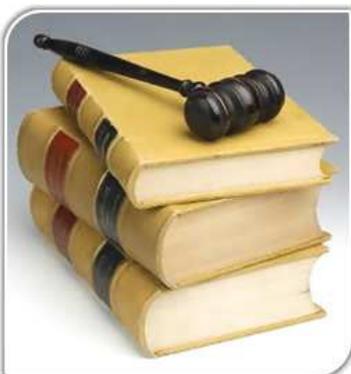
## **12** ES COMPETENCIA DE LOS DELEGADOS DE

1. Representar a los trabajadores
2. Proporcionar información a los trabajadores
3. Hacer evaluación de los riesgos



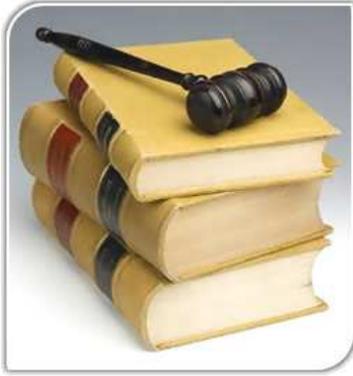
## **13** LA LEY DE PREVECIÓN DE RIESGOS LABORALES SEÑALA PARA LOS TRABAJADORES UNAS OBLIGACIONES, ¿CUÁL ES LA MÁS IMPORTANTE?

1. Utilizar los EPIS
2. Velar por su propia seguridad
3. Informar sobre situaciones peligrosas



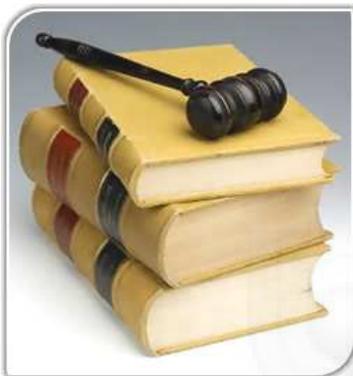
## **14** EL MERCADO CEE LO REALIZA

1. La administración pública
2. El fabricante
3. El organismo de control



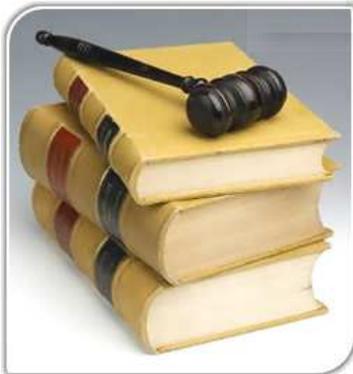
## **16** ¿CUÁL ES EL FIN BÁSICO DE UNA EVALUACIÓN GENERAL DE RIESGOS

1. Definir los riesgos
2. Evitar los riesgos
3. Identificar los riesgos



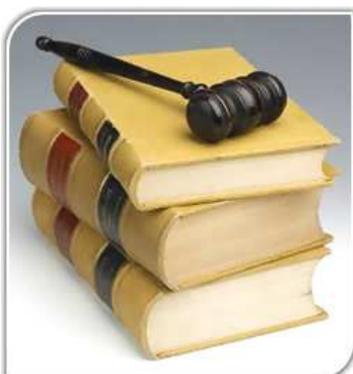
## **17** SI EN EL MANEJO DE MAQUINARIA SE OBSERVARA EN ÉSTA ALGUNA DEFICIENCIA ESTRUCTURAL, MECANICA O DE RIESGO PARA LA SALUD

1. Se le comunicarán los hechos al responsable directo y se abstendrá del uso de la máquina hasta su revisión
2. Procederá por sí mismo a la realización del mantenimiento preciso
3. Se cesará en el trabajo y se pondrán los hechos en conocimiento de la Inspección de Trabajo



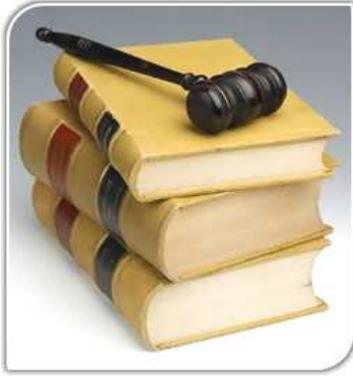
## **18** SEGÚN LA LEY DE PREVENCIÓN DE RESGOS LOS TRABAJADORES DEBERÁN:

1. Utilizar correctamente los medios y equipos que se les entregue
2. Coordinar las actividades de prevención de riesgos
3. Realizar los reconocimientos médicos pertinentes



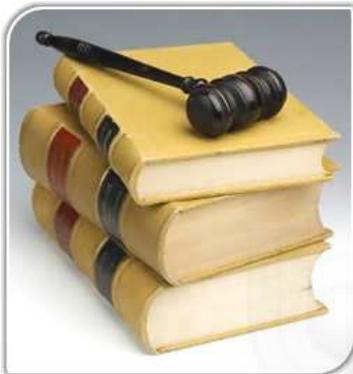
## **19** EL INCUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES COMO TRABAJADOR EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS SERÁ MOTIVO PARA:

1. El despido inmediato de la empresa
2. Apertura de un expediente disciplinario
3. Un distintivo por valentía del trabajador



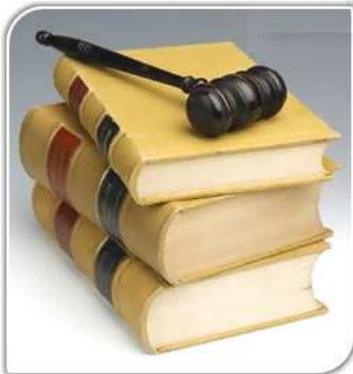
## 21 EN CASO DE INCUMPLIMIENTO POR LOS TRABAJADORES DE LAS OBLIGACIONES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS:

1. El empresario podrá hacerlos trabajar más horas
2. Los trabajadores incurrirán en una falta o incumplimiento laboral que puede llevar acarreada una sanción
3. Se les disminuirá el sueldo



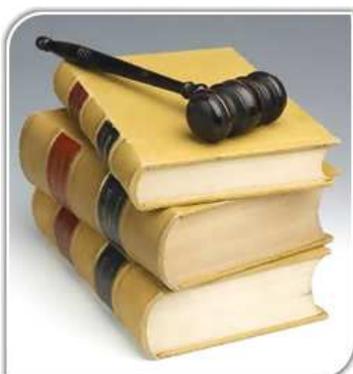
## 22 CON RELACIÓN A LA FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES EN SALUD LABORAL, INDIQUE CUAL DE LAS SIGUIENTES RESPUESTAS ES MÁS CORRECTA

1. Debe impartirse dentro de la jornada de trabajo
2. Se centrará en el conjunto de actividades de la empresa
3. Debe impartirla siempre el Gabinete de Seguridad y Salud



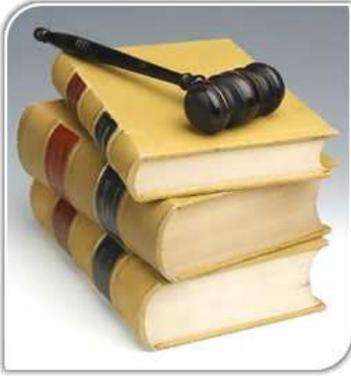
## 23 ¿CUÁNTOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN DEBE TENER UNA EMPRESA DE 80 TRABAJADORES?:

1. 1 Delegado de Prevención
2. 2 Delegados de Prevención
3. 3 Delegados de Prevención



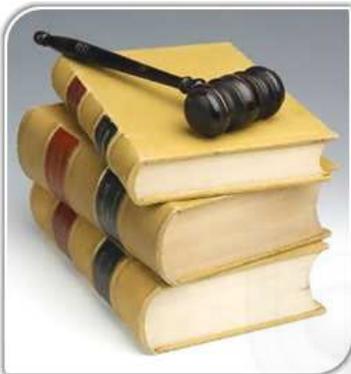
## 24 SE ENTIENDE POR RIESGO LABORAL:

1. El Conjunto de actividades o medidas en la actividad de la empresa con el fin de prevenir los riesgos derivados del trabajo
2. La posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo
3. Las enfermedades o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo



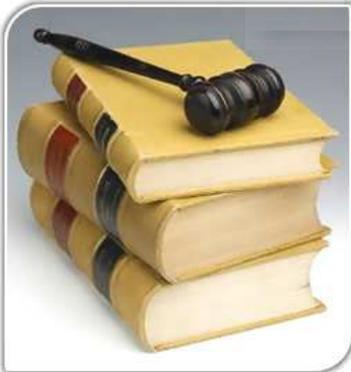
## 26 SON FUNCIONES DE LA INSPECCIÓN DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL

1. El asesoramiento técnico en la elaboración de la normativa legal, tanto a nivel nacional como internacional
2. La elaboración de los informes solicitados por los Juzgados de lo Social en las demandas de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales
3. Ninguna es correcta



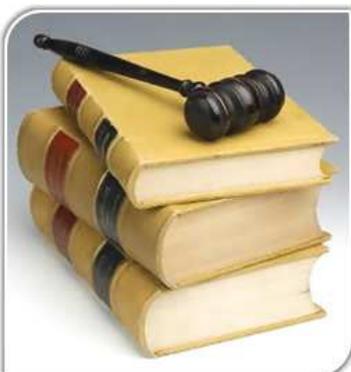
## 27 ¿QUÉ DOCUMENTOS DEBE EL EMPRESARIO ELABORAR Y CONSERVAR A DISPOSICIÓN DE LA AUTORIDAD LABORAL?

1. La evaluación de riesgos y planificación de la acción preventiva a utilizar
2. El resultado de los controles periódicos de condiciones de trabajo y actividad de los trabajadores
3. Todas son correctas



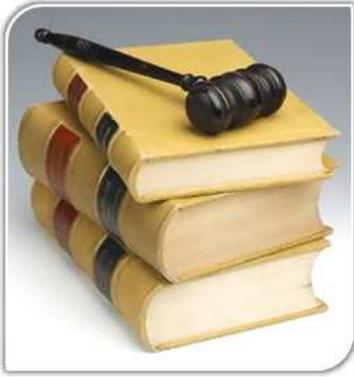
## 28 SEGÚN LA FOTOGRAFÍA DIRÍA QUE LA SITUACIÓN ES:

1. Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por los partidos políticos para la protección de la salud
2. Cooperar con la Delegación de Hacienda para garantizar que las condiciones de trabajo sean seguras
3. Cooperar con el empresario para el establecimiento de las medidas de prevención



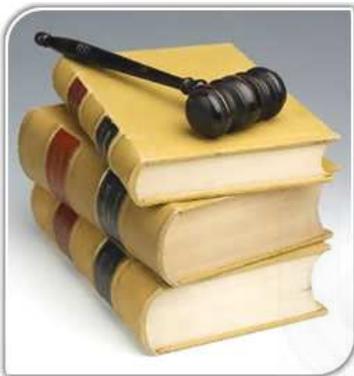
## 29 LOS REPRESENTANTES DE LOS TRABAJADORES CON FUNCIONES ESPECÍFICAS EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS EN EL TRABAJO SE DENOMINAN

1. Delegados de Prevención
2. Representantes de Prevención
3. Presidentes de Prevención



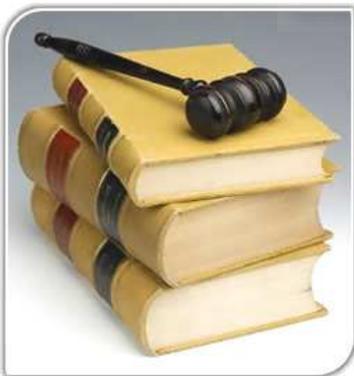
## **31 EL COSTE DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS A LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO:**

1. Deberá recaer sobre los trabajadores
2. No deberá recaer, en modo alguno, sobre los empresarios
3. No deberá recaer, en modo alguno, sobre los trabajadores



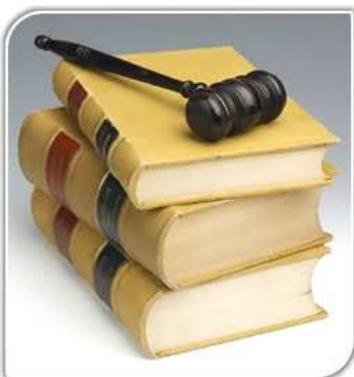
## **32 EL EMPRESARIO APLICARÁ LAS MEDIDAS QUE INTEGRAN EL DEBER GENERAL DE PREVENCIÓN CON ARREGLO AL SIGUIENTE PRINCIPIO GENERAL**

1. Adoptar las medidas que antepongan la protección individual a la colectiva
2. Adaptar la persona al trabajo
3. Evaluar los riesgos que no se puedan evitar



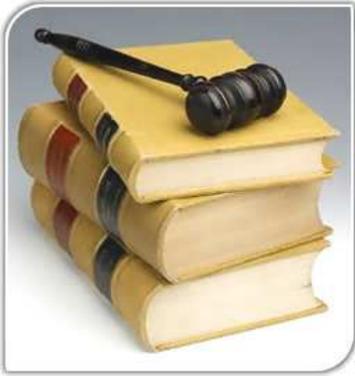
## **33 LA ACCIÓN PREVENTIVA EN LA EMPRESA SE PLANIFICARÁ POR EL EMPRESARIO:**

1. A partir de la adaptación del trabajador a las condiciones de su puesto de trabajo
2. A partir del estudio de las consecuencias originadas por riesgos para la salud y la seguridad ya producidos
3. A partir de una evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores



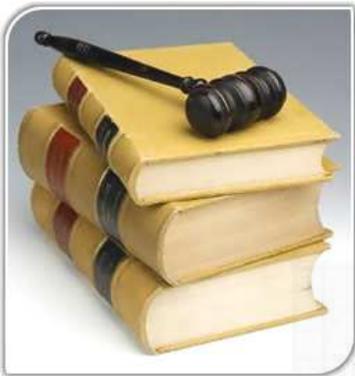
## **34 LA PARALIZACIÓN DE LOS TRABAJOS POR ORDEN DEL INSPECTOR DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL PODRÁ SER IMPUGNADA POR EL EMPRESARIO, ANTE LA AUTORIDAD LABORAL, EN EL PLAZO DE:**

1. Dos días hábiles
2. Tres días hábiles
3. Cuatro días hábiles



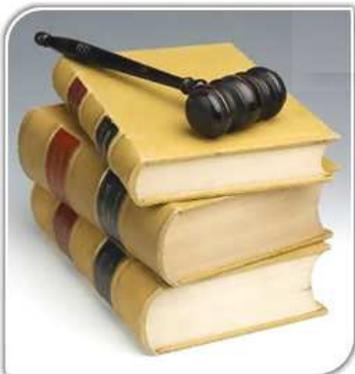
## **36** LA REGLA GENERAL, RESPECTO DE LA VIGILANCIA DEL ESTADO DE SALUD DE LOS TRABAJADORES, ES QUE DICHA VIGILANCIA:

1. Sólo podrá llevarse a cabo cuando el trabajador preste su consentimiento
2. Se realizará obligatoriamente por la empresa, sin que el trabajador pueda oponerse
3. La Ley de Prevención no establece si el carácter de la vigilancia es voluntario u obligatorio



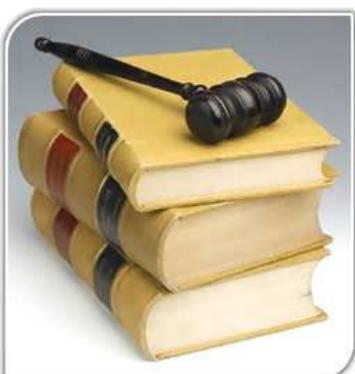
## **37** NO LLEVAR A CABO LA EVALUACIÓN DE RIESGOS EN UNA EMPRESA, QUÉ INFRACCIÓN SE COMETE SEGÚN LA LEY DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES)

1. Graves
2. Muy graves
3. Gravísimas



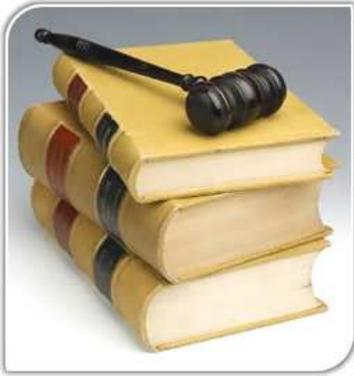
## **38** CUANDO LA UTILIZACIÓN DE UN EQUIPO DE TRABAJO PUEDA PRESENTAR UN RIESGO ESPECÍFICO PARA LA SEGURIDAD Y LA SALUD DE LOS TRABAJADORES, EL EMPRESARIO ADOPTARÁ LAS MEDIDAS NECESARIAS CON EL FIN DE QUE:

1. La utilización del equipo quede reservada a los encargados de dicha utilización
2. Los trabajos de reparación de los equipos sean realizados por los específicamente capacitados para ello
3. Todas las respuestas son ciertas



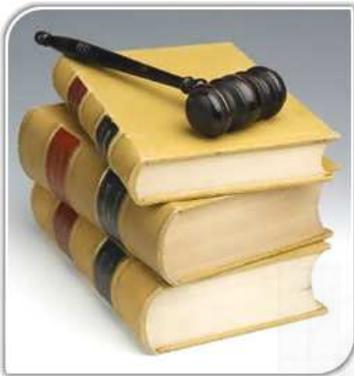
## **39** SE ENTENDERÁ POR SERVICIO DE PREVENCIÓN :

1. El conjunto de medios humanos y materiales necesarios para realizar las actividades preventivas
2. El conjunto de personas que trabajan en la rama de salud laboral
3. Los locales de primeros auxilios que deben existir en cada centro de trabajos



## **41** ES UNA INFRACCIÓN LABORAL GRAVE EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES:

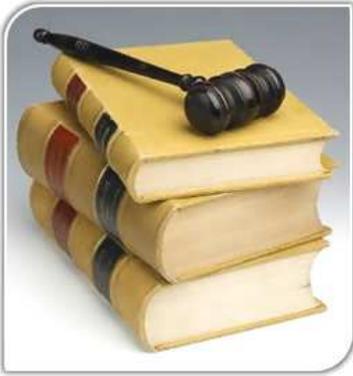
1. No observar las normas específicas en materia de protección de la seguridad y la salud de los trabajadores durante el embarazo y la lactancia
2. El incumplimiento de los derechos de información, consulta y participación reconocidos a los trabajadores en la normativa de riesgos laborales
3. Las acciones u omisiones que impidan el ejercicio del derecho de los trabajadores a paralizar su actividad en los casos de riesgo grave e inminente



## **42** UNA EMPRESA DE 45 TRABAJADORES SITUADA EN EL CASO URBANO DE UNA CIUDAD, DEBE DISPONER:

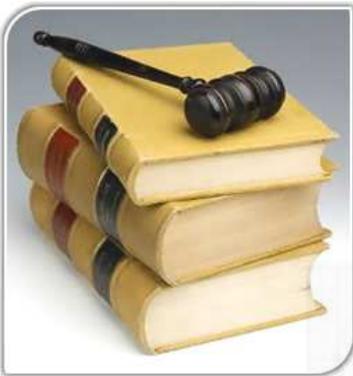
1. De botiquín fijo o portátil
2. De local destinado a asistencia sanitaria
3. De un ATS





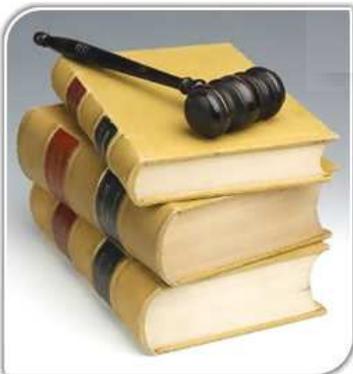
## **5** LA LEY DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES ES

1. La ley 30/1995 de 8 diciembre
2. La ley 31/1995 de 10 de noviembre
3. La ley 31/1995 de 8 de noviembre



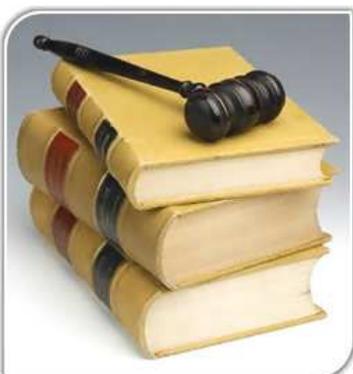
## **15** EL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SE REUNIRÁ

1. Trimestralmente
2. Mensualmente
3. Semestralmente



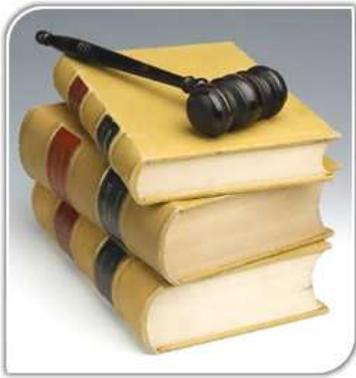
## **10** EN EL CENTRO DE TRABAJO, EL SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES TIENE COMO MISIÓN:

1. Asesorar y asistir a los empresarios y trabajadores en la realización de actividades preventivas
2. Asesorar y asistir a los representantes de los trabajadores en la realización de acciones preventivas
3. Todas son correctas



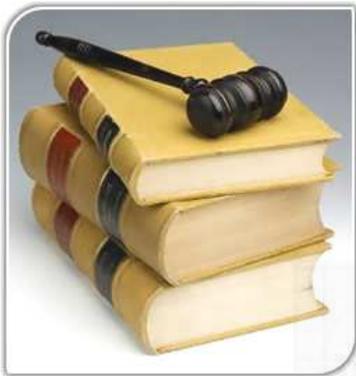
## **20** LOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN FACILITADOS POR EL EMPRESARIO SON:

1. Obsequios dados por el empresario a los trabajadores
2. Equipos entregados a los trabajadores para que los utilicen cuando deseen
3. Equipos de uso obligatorio y conforme instrucciones recibidas por el empresario sobre dicho uso



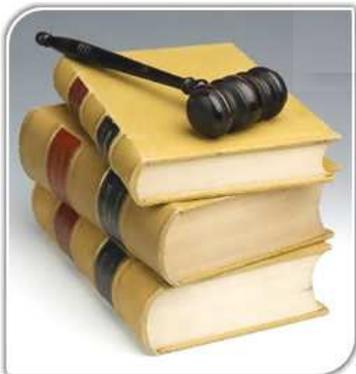
## **40** SON COMPETENCIAS DE LOS DELEGADOS DE PREVENCIÓN:

1. Colaborar con la dirección de la empresa en la mejora de la acción preventiva
2. Promover iniciativas sobre métodos y procedimientos para la efectiva prevención de los riesgos
3. Todas son correctas



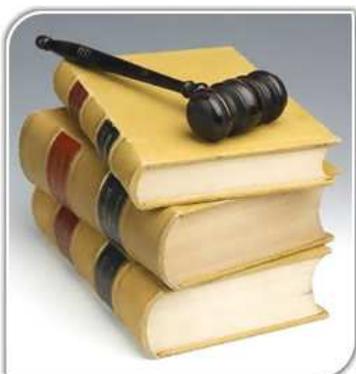
## **35** SON COMPETENCIAS DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD:

1. Participar en la elaboración puesta en práctica y evaluación de los planes y programas de prevención de riesgos en la empresa
2. Realizar visitas a los lugares de trabajo para ejercer una labor de vigilancia y control del estado de las condiciones de trabajo
3. Ninguna de las respuestas es correcta



## **30** FORMA PARTE DEL DERECHO DE LOS TRABAJADORES A UNA PROTECCIÓN EFICAZ EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

1. La formación en materia preventiva
2. La paralización de la actividad en caso de riesgo grave o inminente
3. Todas las respuestas anteriores son correctas



## **25** SON FUNCIONES DEL INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO:

1. El asesoramiento técnico en la elaboración de la normativa legal, tanto a nivel nacional como internacional
2. Asesorar e informar a las empresas y a los trabajadores sobre el cumplimiento de las disposiciones
3. Comprobar y favorecer el cumplimiento de las obligaciones asumidas por los servicios de prevención