








# Personal de apoyo administrativo



## TRABAJADORES DE SERVICIOS DE TRANSPORTE

Mantienen registros de los aspectos operativos de este sector de actividad y coordinan los calendarios y horarios del transporte de pasajeros y de carga por tren, por carretera o por vía aérea y preparan informes para la dirección.

### Peligros

 <b>Químico</b>	Polvos Líquidos Material Particulado Humos	 <b>Físico</b>	<b>Ruido</b> <b>Radiaciones no ionizantes.</b> Ultravioleta UVB y UVA <b>Iluminación:</b> Luz Visible por exceso o deficiencia
 <b>Biológico</b>	Virus	 <b>Biomecánicos</b>	<b>Postura:</b> Prolongada Mantenida <b>Movimiento Repetitivo</b>
 <b>Fenómenos Naturales</b>	Terremoto Sismo	 <b>Psicosocial</b>	Jornada de trabajo Condiciones de la tarea Gestión Organizacional Interface Persona - Tarea Características de la organización Características de Grupo Social de Trabajo
 <b>Condiciones de seguridad</b>	<b>Mecánicos:</b> Piezas a Trabajar / Partes de máquinas/ Materiales Proyectados Sólidos - Fluidos/ Herramientas / Equipos. <b>Locativos:</b> Superficies de Trabajo Irregulares – Deslizantes – Con Diferencia del Nivel/ Medios de almacenamiento/ Condiciones de Orden y Aseo. <b>Eléctricos:</b> Estática/ Baja - Tensión. <b>Accidentes de tránsito</b>		

### Medidas de control

- ¿Dentro de su rutina de trabajo se contemplan los buenos hábitos de descanso, para así evitar el cansancio excesivo?
- ¿Realiza jornadas de pausas activas laborales varias veces al día o a la semana?
- ¿Sus equipos de cómputo cuentan con sistema de puesta a tierra, para disipar la carga electroestática acumulada?

### Equipos y herramientas

- ✓ Elementos de oficina (Sacaganchos, cortadores, grapadoras, etc.)
- ✓ Computador Portátil y mouse de computadora.
- ✓ Silla y Escritorio.
- ✓ Impresora.

### Elementos de protección personal

- ✓ Calzado cómodo y antideslizante para la realización de la actividad.
- ✓ Chaleco alta visibilidad con reflectante
- ✓ Ropa de trabajo
- ✓ Protección auditiva

### Tips de prevención

- ✓ Si utiliza el ordenador durante varias horas al día. Realiza jornadas de gimnasia visual varias veces las pantallas de ordenador no sólo causan fatiga visual pero la radiación electromagnética también causa sequedad e irritación
- ✓ Realiza pausas, por ejemplo, cinco minutos cada hora. Estas pausas puede ser utilizadas para facilitar el mantenimiento de un adecuado tono muscular y para fomentar la comunicación interpersonal.

