Unidad 5 · Trabajar seguros

Resumen · Libro del alumno, págs. 73–88

La **salud** en el trabajo depende de sus **condiciones**. Un **peligro** puede hacer daño; el **riesgo** es la posibilidad de sufrir daño, que se valora con la probabilidad y la gravedad, y puede ser de seguridad, higiénico, ergonómico o psicosocial. El **accidente de trabajo** es toda lesión con ocasión del trabajo, también al ir o volver, y la **enfermedad profesional** es la de una lista oficial. Para comparar empresas se usa el **índice de incidencia**, los accidentes con baja por cada 100.000 trabajadores. La **prevención** obliga a la empresa a evaluar los riesgos y a proteger, primero evitando el riesgo y combatiéndolo en su origen, y después con protección colectiva y, al final, individual; la persona trabajadora debe usar bien los medios y avisar de los peligros, y puede interrumpir el trabajo si el riesgo es grave e inminente. Con una **matriz de riesgos** se multiplica probabilidad por gravedad para ordenar las medidas. El **plan de prevención** integra la prevención en la gestión de la empresa y se concreta en la evaluación de riesgos y la planificación de medidas. Ante una emergencia se sigue la secuencia **PAS**: proteger, avisar al **112** y socorrer, sin mover a quien pueda tener una lesión grave y sin dar de beber. La reanimación se aprende en un curso. Cuidar la ergonomía, el descanso y la salud mental también es prevenir.

Salud y riesgos

- Peligro, riesgo y daño
- Cuatro familias de riesgos
- Accidente de trabajo y enfermedad profesional
- Índice de incidencia
- Del recuento al índice

Prevención

- Deberes de la empresa y de la persona trabajadora
- Evaluación y matriz de riesgos
- Protección colectiva e individual

Plan de prevención

- Bloques del plan
- Emergencias

Primeros auxilios

- PAS y 112
- Cadena de supervivencia y PLS

Bienestar

- Ergonomía, estrés y burnout

DÓNDE SE EXPLICA EN EL LIBRO

- **5.1** Riesgos · 75–76
- **5.2** Prevención · 77–78
- **5.3** Plan · 79–80
- **5.4** PAS · 81
- **5.5** Bienestar · 82

Material complementario del libro del alumno. Las personas, empresas y situaciones de los casos son ficticias, salvo que se indique otra cosa.