



## RIESGOS DEL VIGILANTE NOCTURNO

### ¿Qué es?

VIGILANTE NOCTURNO, es la persona encargada de cuidar a una persona o lugar durante la noche.

TRABAJO NOCTURNO, es todo aquel que se efectúa en la noche

## DERECHOS Y OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.

### ❖ Obligaciones

- a) Velar, según sus posibilidades, por su propia seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas personas que pueda afectar su actividad profesional.
- b) Usar adecuadamente cualquier medio con el que desarrolle su actividad.
- c) No poner fuera de funcionamiento los medios y equipos de protección.
- d) Informar a los Trabajadores Designados y Responsables sobre las situaciones que puedan suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores.
- e) Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la Autoridad Laboral.
- f) Cooperar con el empresario para que pueda garantizar unas condiciones.

### ❖ Derechos

- a) Protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo.
- b) Información, consulta y participación, formación en materia preventiva.
- c) Vigilancia de la salud eficaz.
- d) Participación y representación.

## Riesgos y medidas preventivas

### 1.Contactos eléctricos durante el uso de equipos o instalaciones

#### ❖ Medidas preventivas

- a) Emplear racionalmente los equipos, no manipular las instalaciones y evitar el uso de ladrones de electricidad
- b) Ante avería, corte de corriente, si la acción excediere de sus competencias llamará a un electricista
- c) No utilizará el equipo o instalación averiado hasta que no se repare, además de impedir que otros lo hagan.



## 2. Estrés por trabajo a turnos

### ❖ Medidas preventivas

- a) Regularidad en los cambios de turnos
- b) Evitar doblar turnos
- c) Alimentarse correctamente y de manera equilibrada
- d) Se practicará un reconocimiento médico periódico en el Servicio de Prevención

## 3. Lesiones por individuos agresivos

### ❖ Medidas preventivas

- a) Evitar los enfrentamientos, si percibiere que el individuo agresivo es muy amenazante avisará a la policía

## 3. Golpes contra objetos inmóviles

### ❖ Medidas preventivas

- a) Mantener siempre el orden y la limpieza en el área de trabajo.
- b) Emplear iluminación portátil de suficiente potencia y apertura de iluminación si se han de inspeccionar zonas poco iluminadas.

## 4. Sobreesfuerzos en caso de que se muevan cargas pesadas

### ❖ Medidas preventivas

- a) Siempre que sea posible, efectuar la manipulación de cargas ayudándose de medios mecánicos
- b) Si ha de ser manual seguir las pautas y consejos para la manipulación de cargas, formación e información proporcionada por el Servicio de Prevención
- c) Hacerlo preferentemente entre dos o más personas, manipulándolo coordinadamente y asegurándose de agarrarlo adecuadamente
- d) La vestimenta será cómoda y no ajustada
- e) El calzado será un soporte adecuado para los pies, será estable, con suela antideslizante, y proporcionara una protección adecuada del pie ante la caída de objetos

## 5. Fatiga por adoptar posturas o gestos inadecuados

### ❖ Medidas preventivas

- a) Cambiar de postura no permaneciendo demasiado tiempo sentado