

# NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE

## *Normas generales de seguridad e higiene en laboratorios*

### **HÁBITOS DE TRABAJO Y DE HIGIENE PERSONAL**

- **Use los equipos de protección individual (EPI)** necesarios para la actividad o práctica a realizar en el laboratorio.
- **Lleve ropa de trabajo de tipo bata, preferiblemente de algodón o tejidos naturales, calzado cerrado y el pelo recogido.** No lleve ropa o calzado que dejen zonas de la piel descubiertas para evitar lesiones por salpicaduras o proyección de partículas.
- **Lleve las mangas ceñidas así como pañuelos y otros complementos recogidos.** No lleve colgantes, pulseras, bufandas u otros complementos colgantes que puedan provocar lesiones por atrapamiento, contactos eléctricos, etc.
- **Mantenga limpio y libre de objetos su sitio de trabajo.** No deje objetos personales en las superficies de trabajo y mantenga los pasillos libres de objetos.
- **No trabaje solo** en el laboratorio. **No coma ni beba** dentro del laboratorio.
- **Familiarícese** con la ubicación de las salidas y vías de evacuación, los medios de extinción y los elementos de actuación en primeros auxilios de su laboratorio.
- **Infórmese de las consignas de actuación en caso de emergencia.**
- **Lávese las manos** después de cualquier manipulación y antes de salir del laboratorio.

*Nota: Se recomienda no utilizar lentes de contacto si se manipulan productos químicos que generen vapores irritantes o corrosivos. Fuente: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST).*

### **SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD**

- **Fíjese en la señalización de seguridad** de su puesto de trabajo y **respétela**. Le informa sobre determinados riesgos, obligaciones, prohibiciones y emergencias.



- **Mantenga la señalización de seguridad siempre visible** y en buen estado. No la tape o la cambie de ubicación.
- **Pregunte, si no lo conoce, cuál es el significado de una señal de seguridad** antes de actuar.

# NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE

## *Normas generales de seguridad e higiene en laboratorios*

### **EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)**

- **Infórmese sobre cuáles son los EPI que debe utilizar** en el laboratorio antes de realizar una actividad o práctica.
- **Utilice exclusivamente EPI que tengan la marca CE.**
- **Lea atentamente el folleto informativo del EPI** antes de usarlo.
- **Revise el estado del EPI** antes de usarlo. Retire los EPI que presenten algún defecto, anomalía o daño.
- **Mantenga los EPI en buen estado de conservación.** Almacénelos en un lugar reservado a tal efecto.



### **EQUIPOS DE TRABAJO**

- **Antes de utilizar un equipo de trabajo hay que conocer su funcionamiento,** normas de seguridad y medidas de actuación en caso de emergencia.
- **Realice inspecciones visuales** del estado del equipo de trabajo y los componentes eléctricos antes de usarlo.
- **Utilice bases de enchufes independientes** para conectar cada equipo de trabajo. No utilice conectores múltiples (tipo ladrón). No utilice cinta aislante para conectar cables entre sí ni para reparar cables dañados (pelados, seccionados, etc.).
- **Antes de conectar un equipo de trabajo a la corriente eléctrica, asegúrese** de que este no se encuentre húmedo y de que sus manos no estén mojadas.
- **Desconecte de forma segura los equipos de trabajo** al finalizar la actividad.



- **Si observa alguna anomalía** en el equipo de trabajo, **desconéctelo de la corriente eléctrica y consígnelo** para evitar su uso.

*Revise sus hábitos de trabajo para mejorar su seguridad.*

Amplíe la información: <http://www.upc.edu/prevencio/ca/seguretat-higiene>