Normas y reglas de seguridad eléctrica

Antes de manipular algún aparato electrónico, en nuestro caso específico, equipo de cómputo, es importante acatar las siguientes indicaciones:

- Los dispositivos deben estar desconectados, con el fin de minimizar el riesgo de sufrir una descarga eléctrica.
- Usar calzado adecuado, el cual garantice que sus pies queden aislados del piso. No se recomienda el uso de chancletas o sandalias, ni que la persona se encuentre descalza durante la manipulación de los equipos de cómputo.
- No trabajar en zonas húmedas. Tampoco lo haga si usted o su ropa están húmedas.
- Mantener siempre su lugar de trabajo libre de bebidas y alimentos, lo más limpio y ordenado posible.
- Trabajar en un sitio con buena iluminación, ya que es importante, a la hora de armar o desarmar los equipos, poder visualizar los componentes internos sin problema. Además, se recomienda utilizar lámparas de escritorio ajustables, que permitan acercar o alejar la luz.
- Contar con las herramientas necesarias: diferentes tipos de desatornilladores, instrumentos de medición, equipos de limpieza, entre otros.
- No utilizar ni reloj ni cualquier tipo de alhajas a la hora de manipular equipos electrónicos, ya que pueden provocar un falso contacto que dañe el equipo o, aún peor, que ponga en riesgo su salud.

Medidas de seguridad

Dentro de cualquier ambiente de trabajo, es importante mantener medidas básicas de seguridad, con el fin de reducir riesgos que se pueden dar durante nuestras actividades, por ejemplo: cortaduras, incendios, exposición a materiales tóxicos, entre otros, para ello es importante tener a mano un extintor y un botiquín de primeros auxilios.

Extintores

De acuerdo con el agente extintor, los extintores se clasifican en los siguientes tipos:

- Base de agua
- Base de espuma
- Base de dióxido de carbono
- Base de polvos
- Base de compuestos halogenados
- Base de compuestos reemplazantes de los halógenos

Además de la clasificación de extintores, existe una clasificación para los tipos de fuegos. En nuestra área de trabajo debemos contar con un extintor tipo C el cual es la denominación para representar los fuegos provocados por equipo eléctrico.

Todos los extintores tienen una leyenda, que se indica en tipo de fuego puede ser utilizado. A nivel internacional se representa con una

C, los que pueden ser utilizados en fuegos provocado por equipos eléctricos.

Instrucciones para el uso correcto de un extintor

Para utilizar correctamente un extintor acate las siguientes instrucciones.

1. Jale el pasador de seguridad. Con una mano sostenga el extintor por la manija de transporte, con la otra, agarre la boquilla, siempre apuntando hacia abajo.
2. Párese a tres metros de distancia del fuego. Verifique la dirección del viento, siempre debe trabajar a favor del mismo, si lo hace en contra las llamas y el humo pueden alcanzarle.
3. Utilice el extintor en posición vertical.
4. Apriete la manilla y realice descargas de tres segundos como máximo dirigiendo el agente extinguidor a la base del fuego, haga movimientos de barrido de lado a lado.

Una vez usado el extintor ponerlo de forma horizontal, esa es la señal internacional de que el mismo no se encuentra operativo. Terminada la emergencia retire el extintor del lugar y llevarlo a mantenimiento para su revisión y recarga.

Botiquín de primeros auxilios

¿Por qué es necesario un botiquín de primeros auxilios?

La respuesta es muy simple, en muchas situaciones cotidianas, es necesario atender en primera instancia emergencia de baja complejidad. En la reparación de equipo de cómputo, se pueden dar accidentes como cortaduras, quemaduras o inhalación de gases.

El cajón de la computadora tienes partes filosas, durante el proceso de retirar algún elemento como la fuente de poder, el disco duro, memorias o alguna tarjeta, con el roce se podría sufrir alguna cortadura.

Durante la reparación de algún elemento que necesite soldadura, accidentalmente se podría sufrir una quemadura con el cautín.

Otro accidente muy común es la inhalación de gases que son utilizados en el proceso de mantenimiento, por ejemplo, los limpia contactos pueden irritar los ojos y las vías respiratorias.

Contenido del botiquín de primeros auxilios

El artículo 24 del de Reglamento General de los Riesgos del trabajo, establece que el contenido del botiquín de primeros auxilios tendrá como mínimo los siguientes artículos y medicamentos:

- Apósitos de gasa estéril de 10x10 con envoltura individual para limpieza heridas, quemaduras o detener hemorragias.

- Vendas de gasas en rollos se 2, 4 y 6 pulgadas, para proteger, envolver y sujetar apósitos que cubren heridas o quemaduras. Sirven también para inmovilizaciones.
- Esparadrapo o tela adhesiva, para fijar gasas, apósitos, o vendajes y para afrontar los bordes de las heridas simples y limpias.
- Apósitos adhesivos tipo curita, para cubrir lesione so heridas simples.
- Algodón absorbente con envoltura individual 25gr, para ser utilizado entre dos capas de gasa para confeccionar un apósito o inmovilización. No se debe utilizar para limpieza o cubrir heridas abiertas.
- Jabón antiséptico de gluconato de clorhexidina al 4% 100 ml, esto como agente antimicrobiano tópico que se utiliza para proveer la higiene de las áreas lastimadas o heridas. Se debe evitar el contacto con los ojos, los oídos y la boca.
- Solución salina normal (fisiológica) 250 ml, para lavado heridas, quemaduras y descontaminación de lesiones oculares en forma de irrigación.
- Tijeras de punta roma, con el objetivo de cortar la ropa cuando sea necesario en el paciente quemado o fracturado. Para corte de gasa y vendas de gasa.
- Aplicadores de algodón, para limpiar bordes de heridas donde no puede hacerse con gasa. Debe utilizarse siempre húmedo para retirar partículas o suciedades de las heridas.
- Baja lenguas en empaque individual, para inmovilizar traumas o lesiones en manos. Son descartables y no beben reutilizarse.

- Vendas elásticas de 7.5 cm en rollo, para envolver una extremidad que está entablillada y para mantener los apósitos en su lugar.
- Pares de guantes descartables, para protección del auxiliador y evitar la contaminación del auxiliado.
- Alcohol en gel 250 ml, para desinfección rápida de las manos previo a la atención del paciente que requiere primeros auxilios.
- Alcohol al 70% 250 ml, para limpieza de tijeras. No se utiliza en heridas.
- Bolsa para desechos de color rojo, para la recolección de los desechos infectocontagiosos.
- Manta o frazada, para cubrir a la persona auxiliada.
- Férula inmovilizadora de extremidades rígida o inflables, para la inmovilización de extremidades superiores e inferiores, con cualquier tipo de fractura o lesión.
- Férula Rígida larga de madera o plástico con 3 cintas de sujeción, para la inmovilización completa desde la cabeza hasta miembros inferiores.
- Collarín cervical rígido con apoyo mentoniano y orificio anterior, para la inmovilización cervical.