# BOLETÍN PREVENCIÓN Y BIENESTAR

## PROTEGER LOS OJOS TAMBIÉN ES PREVENIR



## Riesgos para la salud visual en el trabajo y claves para protegerla

Nuestros ojos están expuestos diariamente a diferentes riesgos durante el trabajo: proyección de partículas, polvo, productos químicos, radiaciones, salpicaduras, impactos o temperaturas elevadas.

Una lesión ocular puede producir desde una simple irritación hasta daños graves. Por eso, identificar el riesgo y utilizar la protección adecuada es fundamental.

## ¿QUÉ PUEDE DAÑAR NUESTROS OJOS?

- **Partículas y proyecciones** Virutas, polvo, fragmentos o partículas generadas por herramientas y maquinaria.
- **Productos químicos** Salpicaduras de productos corrosivos, irritantes, disolventes u otras sustancias.
- **Radiaciones** Exposición a radiación ultravioleta, infrarroja, láser o a la producida durante determinados trabajos, como la soldadura.
- **Calor y partículas calientes** Trabajos que generan metal fundido, chispas o materiales a elevada temperatura.

## NO TODAS LAS GAFAS PROTEGEN IGUAL

La protección ocular debe seleccionarse en función del riesgo existente y de la evaluación del puesto de trabajo.

- **Gafas de protección:** para determinados riesgos mecánicos y proyecciones.
- **Gafas integrales:** ofrecen una mayor protección frente a polvo, salpicaduras o determinados impactos.
- **Pantallas faciales:** protegen también parte de la cara y pueden ser necesarias frente a salpicaduras, impactos o riesgos térmicos.

**Una gafa de protección no sirve para cualquier riesgo.**

## 5 CLAVES PARA PROTEGER TUS OJOS

**1. Identifica el riesgo:** Antes de elegir el protector, determina qué puede causar la lesión.
**2. Utiliza el EPI adecuado:** Comprueba que ofrece protección frente al riesgo concreto.
**3. Ajusta correctamente las gafas:** Deben mantenerse en su posición y proporcionar una protección adecuada.
**4. Manténlas limpias y en buen estado:** Un ocular rayado, deteriorado o sucio puede dificultar la visión.
**5. Comprueba su compatibilidad:** Si utilizas gafas graduadas, casco, protección respiratoria u otros EPI, asegúrate de que pueden utilizarse conjuntamente.

## ¿UTILIZAS GAFAS GRADUADAS?

Las gafas graduadas no sustituyen a las gafas de protección. Existen diferentes soluciones para trabajar con protección ocular cuando se necesita corrección visual. La opción adecuada dependerá del riesgo y de las características del puesto.

## ERRORES QUE DEBEMOS EVITAR

- Utilizar cualquier gafa pensando que todas protegen igual.
- Seguir utilizando gafas deterioradas o muy rayadas.
- Retirar la protección mientras exista exposición al riesgo.
- Utilizar gafas de sol convencionales como sustituto de un EPI.

- Colocar las gafas sobre la cabeza cuando deberíamos llevarlas puestas.

## RECUERDA

- Identifica el riesgo.
- Elige la protección adecuada.
- Comprueba el marcado y las instrucciones del fabricante.
- Mantén el protector limpio y en buen estado.

## PROTEGER LOS OJOS ES PREVENIR.

Una buena protección empieza por conocer el riesgo, elegir el equipo adecuado y utilizarlo correctamente durante toda la exposición.

## PARA SABER MÁS

ParA ampliar información sobre la selección y utilización de equipos de protección ocular y facial, consulta las recomendaciones y documentación técnica del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST).

**Protección ocular y facial**
**INSST:** https://www.insst.es/materias/equipos/epi/proteccion-ocular-y-facial

---

CEOE Ávila | FAE Empresas Burgalesas | FELE Empresas de León

CEOE Empresas de Palencia | CEOE CEPYME Empresas de Salamanca | fes federaciónempresarialsegoviana

FOES
FEDERACIÓN DE ORGANIZACIONES EMPRESARIALES SORIANAS

CEOE Valladolid

CEOE Zamora