

## IL·LUMINACIÓ

## FACTORS DE RISC

- Com a part de l'avaluació ergonòmica del lloc de treball, en estudiar la demanda visual de la tasca, s'han de considerar:
  - ✓ Tipus d'il·luminació existent: natural o artificial
  - ✓ Nivells d'il·luminació.
  - ✓ Presència d'enlluernaments, i reflexos molestos.
  - ✓ Desequilibris de luminància i il·luminació.
  - ✓ Contrast de la tasca.
  - ✓ Projectió d'ombres, parpellejos en la il·luminació o efectes estroboscòpics.
  - ✓ Fidel reproducció del color per part de la il·luminació.



## MESURES PREVENTIVES

- Els efectes per a la salut són de caràcter variat. Els danys poden ser passatgers o convertir-se en crònics. Es poden classificar en:
  - ✓ **Trastorns de caràcter visual.** Se li exigeix al sistema visual un esforç extra que podria suposar l'aparició de la fatiga visual i amb el temps una reducció de la capacitat visual.
  - ✓ **Danys no visuals:** fatiga, trastorns musculoesquelètics originats per l'adopció de males postures, caigudes, xoc amb objectes, etc., deguts a una il·luminació deficient.
- Emprar la llum natural sempre que siga possible. Posseeix millors qualitats que l'artificial i constitueix un element de benestar; en cas d'aquesta siga insuficient, usar il·luminació artificial com a complement.
- Situar adequadament els llocs de treball respecte a les finestres o claraboies, evitant enlluernaments i la projecció directa de la llum solar sobre les superfícies de treball.
- No col·locar fonts d'alta luminància sense protecció en el camp visual del treballador.
- Emprar persianes, estors, cortines i tendals, per a evitar la radiació solar directa i els enlluernaments.
- Evitar els enlluernaments indirectes produïts per superfícies reflectores situades en la zona de treball o les seues proximitats.
- En utilitzar il·luminació artificial s'ha de triar la més adequada, adaptant-la a les característiques de l'activitat i tindre en compte:
  - ✓ Les exigències visuals de les tasques desenvolupades, i adaptades al camp visual.
  - ✓ El nombre, la distribució i les característiques dels llums i lluminàries: quantitat de llum que emet, rendiment i durada, rendiment en color (sobre objectes), color aparent (aparença de la llum que emet).
  - ✓ No utilitzar sistemes o fonts de llum que perjudiquen la percepció dels contrastos, de la profunditat o de la distància entre objectes en la zona de treball.
  - ✓ Evitar els desequilibris de luminàncies, parpellejos, efectes estroboscòpics.
  - ✓ Realitzar un manteniment periòdic de les lluminàries: neteja, i substitució de llums fora de servei
  - ✓ Els riscos per a la seguretat i salut dels treballadors depenen de les condicions de visibilitat.
  - ✓ Realitzar un manteniment periòdic de les lluminàries: neteja, i substitució de llums fora de servei
  - ✓ Reduir els enlluernaments tant directes com indirectes i els reflexos molestos.

Més informació [ací](#). Els nivells mínims d'il·luminació es poden trobar [ací](#).

Complementar la informació amb la derivada de l'avaluació del lloc de treball ([article 18 LPRL](#)).

Versió: 27/10/2022