



Comunidad de Madrid  
IES. Benjamín Rúa

C/ Tulipán 1 28933 Móstoles  
Tlfno. 916645070. Fax. 916645071  
e-mail: ies.benjaminrua.mostoles@educa.madrid.org

**Pruebas para la obtención del título de Técnico y Técnico Superior**  
**Convocatoria correspondiente al curso académico 2020-2021**  
(Resolución de 12 de enero de 2021, de la Dirección General de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial)

DATOS DEL ASPIRANTE			FIRMA
APELLIDOS:			
Nombre:	D.N.I. N.I.E. o Pasaporte:	Fecha:	

Código del ciclo: (1) <b>MSP304</b>	Denominación completa del título: (1) <b>PREVENCION DE RIESGOS PROFESIONALES</b>
Clave / código del módulo: (1) <b>03</b>	Denominación completa del módulo profesional: (1) <b>PREVENCIÓN DE RIESGOS DERIVADOS DE LA ORGANIZACIÓN Y LA CARGA DE TRABAJO</b>

INSTRUCCIONES GENERALES PARA LA REALIZACIÓN DE LA PRUEBA
Indíquese cuantas instrucciones sean necesarias para la realización de la prueba, materiales necesarios, duración y cualesquiera otros aspectos relevantes que se consideren oportunos como, entre otros, los siguientes: <ul style="list-style-type: none"><li>- Cumplimentar los datos del aspirante antes del examen y firmar en todas las hojas que se entreguen.</li><li>- Tener disponible el DNI en la mesa.</li><li>- Señalar y escribir con tinta indeleble, que no sea roja, las respuestas y su desarrollo.</li><li>- Si se ha de rectificar una respuesta, trazar un aspa o tachar con una línea horizontal. No utilizar líquido corrector (Tippex).</li><li>- Utilizar solamente el papel facilitado por el examinador (con el sello y formato correspondiente).</li><li>- No utilizar material de consulta (salvo aquél que se autorice expresamente)</li></ul>

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y VALORACIÓN
Indíquese: <ul style="list-style-type: none"><li>- La calificación correspondiente a cada una de las cuestiones / ejercicios planteados.</li><li>- Las penalizaciones, si las hubiere, por respuestas incorrectas, faltas de ortografía, etc.</li><li>- Posibles criterios de valoración: concreción en las repuestas, brevedad y claridad en los planteamientos, etc.</li><li>- Señalar si la prueba se organiza en partes y si estas son eliminatorias, así como, en su caso, la consideración del resultado de esta parte en el cálculo de la calificación final del módulo profesional.</li></ul>

(1) Consígnense las denominaciones exactas y los códigos reflejados en el Anexo 3.a o 3.b de las presentes Instrucciones

CALIFICACIÓN



Comunidad de Madrid  
IES. Benjamín Rúa

C/ Tulipán 1. 28933 Móstoles  
Tlfno. 916645070. Fax. 916645071  
e-mail: ies.benjaminrua.mostoles@educa.madrid.org

DATOS DEL ASPIRANTE			FIRMA
APELLIDOS:			
Nombre:	D.N.I. N.I.E. o Pasaporte:	Fecha:	

**CONTENIDO DE LA PRUEBA:**

1) Las dimensiones que hay que tener en cuenta para dar cabida al cuerpo del usuario o cualquiera de sus segmentos corporales son las dimensiones:

- a) Externas
- b) Internas
- c) Mixtas
- d) Todas las anteriores

2) ¿Qué se recomienda para evitar problemas de vista?

- a) Utilizar gafas de sol para evitar reflejos.
- b) Efectuar pausas frecuentes y descansar la vista.
- c) No utilizar filtros de pantalla.
- d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

3) La ergonomía que tiene por objeto estudiar la relación entre la persona y las condiciones geométricas del puesto es la

- a) Ambiental
- b) Cognitiva
- c) Dinámica
- d) Ninguna de las anteriores

4) La ergonomía que tiene por objeto estudiar la adaptación del puesto del trabajo al trabajador es la

- a) Ambiental
- b) Cognitiva
- c) Dinámica
- d) Todas las anteriores



5) El plano sagital es aquel

- a) Que divide horizontalmente el cuerpo en mitades: superior e inferior
- b) Que pasa desde la parte anterior del cuerpo hasta la posterior, dividiéndolo en dos mitades izquierda y derecha.
- c) Que pasa desde la parte anterior del cuerpo hasta la posterior, dividiéndola en dos mitades, frontal y posterior.
- d) Ninguna de las anteriores

6)Cuál es uno de los objetivos principales de la Ergonomía...

- a) Diseñar objetos, medios de trabajo y entornos de acuerdo con las necesidades de las personas, para incrementar la productividad laboral y mejorar aspectos como la seguridad, comodidad y la salud.
- b) Enseñar a las personas a adaptarse a su entorno, adoptando las posiciones determinadas por los muebles y equipos que utiliza, independiente de la forma o distribución que tengan.
- c) Usar mobiliario que estéticamente compatibilice con los colores y forma del resto del espacio, de manera de producir una armonía visual en el ambiente de trabajo.

7) La antropometría que mide las diferencias estructurales del cuerpo humano en diferentes posiciones y sin movimiento

- a) Estática
- b) Dinámica
- c) Geométrica
- d) Todas las anteriores ya que todas tienen en cuenta los datos antropométricos

8) La antropometría que mide las diferencias estructurales del cuerpo humano en movimiento es la

- a) Estática
- b) Dinámica
- c) Geométrica
- d) Todas las anteriores ya que todas tienen en cuenta los datos antropométricos

9) ¿A qué distancia debe situarse la pantalla del ordenador y el trabajador?

- a) más de 80 cm.
- b) menos de 20 cm.
- c) entre 50 y 60 cm.
- d) entre 20 y 40 cm.



10) ¿Cuánto es lo máximo que se debe levantar la línea media del teclado (tercera fila)?

- a) 3 cm
- b) 2 cm
- c) 1,5 cm
- d) 4 cm.

11) Los riesgos asociados a los puestos con PVD se evalúan conforme a la metodología de la aplicación del test PVCHECK:

- a) Realizando previamente mediciones antropométricas del trabajador o trabajadora afectado/a
- b) cuando los errores cometidos por el trabajador pueden comportar graves riesgos para su seguridad o la de terceras personas.
- c) cuando los errores cometidos por el trabajador no comportan riesgos graves para su seguridad o la de terceras personas
- d) en todo caso mediante un estudio ergonómico exhaustivo

12) Además del test PVCHECK realizaremos un análisis específico y una evaluación exhaustiva del puesto

- a) cuando los errores cometidos por el trabajador pueden comportar graves riesgos para su seguridad o la de terceras personas
- b) cuando los errores cometidos por el trabajador no comportan riesgos graves para su seguridad o la de terceras personas
- c) cuando se analicen puestos de trabajadores con características especiales
- d) Todas son correctas

13) Para establecer la zona de alcance óptima se tiene en cuenta...

- a. la longitud del brazo y de la altura del hombro del sujeto en el plano sagital
- b. el tipo de tarea a realizar en el plano horizontal
- c. no se puede establecer una única zona óptima
- d. Son correctas todas

14) Para el diseño óptimo del plano de trabajo deben considerarse, además de dimensiones antropométricas y tarea a realizar,

- a. El reposabrazos para el descanso del antebrazo que es imprescindible
- b. Espesor del tablero lo menor posible
- c. Superficies de contacto firmes, pero no mullidas para evitar somnolencia
- d. Los mecanismos de ajuste deben ser practicables desde la posición de pie



- 15) Qué significa un percentil 20 en una tabla o curva de datos antropométricos
- a. Se refiere a las primeras 20 personas de la muestra
  - b. 20 de cada 100 personas de determinada población
  - c. Porcentaje de determinada población que tiene una dimensión igual a la que corresponde a dicho percentil, en este caso 20%
  - d. Porcentaje de determinada población que tiene una dimensión igual o inferior a la que corresponde a dicho percentil, en este caso 20%
- 16) Estar sometido a presión temporal o escasa comunicación se considera
- a. Una tarea monótona o repetitiva
  - b. Una falta de autonomía
  - c. Un problema desde la perspectiva de la organización del trabajo y de los aspectos psicosociales del puesto
  - d. Son correctas las tres anteriores
- 17) El formaldehído es
- a) Un Contaminante biológico
  - b) La ergonomía Dinámica-operacional
  - c) Todas las anteriores
  - d) Un factor de riesgo en la Calidad del Ambiente Interior
- 18) Cuando un 20% de los trabajadores de un centro de trabajo presentan una sintomatología multifactorial estamos ante
- a) Un percentil 20
  - b) Un síndrome del edificio enfermo (SEE)
  - c) basta con que haya una población significativa porcentualmente
  - d) Ninguna de las anteriores
- 19) Qué hay que hacer antes que nada cuando se va a proceder a la fase de ejecución de manipulación manual de cargas:
- a) Abrocharse bien el cinturón del pantalón
  - b) Flexionar las rodillas y no tirar de espalda
  - c) Alejar el objeto del cuerpo lo más posible para evitar lesiones
  - d) Colocar bien los pies



20) Cuando hay que manipular cargas en más de una zona respecto del cuerpo qué peso teórico se toma como máximo:

- a) El mayor
- b) El más desfavorable para proteger más al trabajador
- c) El menor
- d) La pregunta está mal planteada

21) La zona más favorable de manipulación es

- a) la que mantiene la carga pegada al cuerpo.
- b) En función del peso de la carga depende la zona de manipulación del objeto
- c) Ambas son correctas
- d) Siempre se procura el mayor peso cuanto más alejada es la zona de manipulación respecto al cuerpo

22) La duración de la tarea de transporte de cargas en una jornada de 8 horas no debe superar los siguientes límites

- a) Hasta 10 metros: máximo 10.000 kg/día
- b) Más de 10 metros: máximo 6.000 kg/día
- c) Está prohibido por la ley transportar cargas a más de 1 metro
- d) Dos respuestas son correctas

23) El peso máximo de la carga en el caso de trabajadores sanos y entrenados físicamente es de

- a) Más de 3 kilos
- b) 25 kilos
- c) 35 kilos
- d) Ninguna es correcta

24) Si se usan agarres especiales de grúas o carretillas a la hora de evaluar el riesgo:

- a) Estamos en manipulación manual de cargas
- b) No estamos en manipulación manual de cargas
- c) Es un movimiento repetitivo si ocupa el 50% de la jornada
- d) Ninguna es correcta

25) Factores de riesgo en manipulación manual de cargas

- a) Lumbalgia
- b) Lesión en las manos
- c) No hay factores de riesgo
- d) a y b son correctas



26) Concepto de manipulación manual de cargas

- a) Transporte o sujeción de cualquier tipo de carga
- b) Es correcta la a) pero siempre que pese más de 3 kilos
- c) Levantamiento, colocación, empuje o tracción de una carga que pese más de 3 kilos
- d) Dos son correctas y una falsa

27) Cuales son factores de riesgo de la manipulación manual de cargas:

- a) Tipo de carga y agarre
- b) Condiciones del trabajador
- c) Ninguna de las anteriores
- d) a y b son correctas

28) El Método REBA:

- a) permite evaluar tanto posturas estáticas como dinámicas e incorpora como novedad la posibilidad de señalar la existencia de cambios bruscos de postura o posturas inestables,
- b) consta de 4 pasos
- c) Maneja tablas
- d) Dos son correctas

29) Aquel trabajo cuyo ciclo dura menos de 30 segundos se denomina

- a) Manipulación de cargas
- b) Movimiento repetitivo
- c) Ninguna es correcta
- d) Todas son correctas

30) El Síndrome del Tunnel Carpiano es

- a) la inflamación de las vainas sinoviales al aumentar la producción de líquido sinovial que se halla en su interior
- b) inflamación del tendón de la muñeca
- c) se produce por la compresión del nervio mediano
- d) ninguno de los anteriores



31) El Síndrome de Raynaud es

- a) un tipo de "tenosinovitis" concreto
- b) una sensación de hormigueo y de adormecimiento en los dedos, los cuales suelen adquirir un color blanco.
- c) inflamación del tendón de la muñeca
- d) Ninguna de las anteriores

32) La técnica de evaluación en que se les muestra a los trabajadores una representación gráfica del cuerpo humano dividido en 27 segmentos se denomina

- a) Checklist
- b) Método OWAS
- c) Técnica del Mapa o plano del cuerpo
- d) Ninguna es correcta

33) En el método OWAS:

- a) Se utiliza el mapa o plano del cuerpo
- b) Se utilizan dígitos para cada parte del cuerpo
- c) Se utilizan tablas
- d) Dos respuestas son correctas

34) Qué se entiende por postura en ergonomía

- a) Una serie sucesiva de gestos
- b) Posición relativa de los segmentos del cuerpo entre sí
- c) Posición que adopta el cuerpo en su conjunto
- d) Dos son correctas y dos incorrectas

35) Las lesiones o alteraciones que se producen en los músculos, tendones, nervios o articulaciones y que pueden darse en cualquier parte del cuerpo, se denominan:

- a) Fatiga muscular
- b) Fatiga muscular crónica
- c) Trastorno músculo esquelético
- d) Dos son correctas y una incorrecta





36) Que tipo de lumbalgia nos interesa en ergonomía

- a) Las no mecánicas
- b) Mecánicas o degenerativas
- c) Las que empeoran con el movimiento y se alivian con el reposo
- d) Dos son correctas

37) Medidas preventivas para evitar los riesgos laborales posturales

- a) Organizar el trabajo para realizar tareas variadas
- b) Realizar ejercicio físico
- c) Ambas
- d) Ninguna de las anteriores

38) Que es la electromiografía:

- a) la medida y registro de la posición o ángulo de desviación de diversas articulaciones
- b) la medida y registro de la inclinación de diversos segmentos corporales respecto a la vertical
- c) la inserción de electrodos en el músculo con el fin de medir de forma directa la actividad eléctrica de ese músculo
- d) Ninguna de las anteriores

39) El método más adecuado para medir el estrés laboral es

- a) La escala CISNEROS
- b) El método demanda-control de KARASEK
- c) El método RED-ADIC
- d) Ninguno de los anteriores

40) ¿Cuáles son los tres factores que, según MASLACH caracterizan el Síndrome del Burnout

- a) Despersonalización, desmotivación y depresión
- b) Alarma, resistencia y agotamiento
- c) Agotamiento, despersonalización y abandono de la profesión
- d) Agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional

41)Cuál de lo siguientes factores no se considera debido a las "características del puesto de trabajo"

- a) Ritmo de trabajo
- b) Monotonía/Repetitividad
- c) Jornada de trabajo y descansos
- d) Nivel de responsabilidad



42)Cuál es la tercera variable que completa el modelo de demanda-control de KARASEK

- a) el control sobre el propio trabajo
- b) las demandas o requerimientos del puesto
- c) el apoyo social
- d) ninguna de las anteriores

43)Cuál no se considera un factor de riesgo psicosocial

- a) las características del puesto
- b) las formas de organización del trabajo
- c) los factores extralaborales
- d) los factores ambientales

44) Concepto del estrés

- a) Es una respuesta aprendida del organismo según las características personales del sujeto
- b) es un mecanismo programado genéticamente para enfrentarse a amenazas del entorno
- c) Ninguno de los anteriores es el concepto de estrés
- d) a y b son el concepto de estrés

45) Cuáles de los siguientes no son estresores

- a) la iluminación
- b) El grado de control o autonomía
- c) la carga mental
- d) el control mental

46) El cruce de las dimensiones demanda control nos da

- a) Cuatro tipos de trabajos
- b) Tres tipos de trabajos
- c) Dos tipos de trabajo
- d) Ninguna es correcta



47) Qué elementos no forman parte de la definición del "mobbing"

- a) La violencia psicológica
- b) que sea sistemática
- c) que se prolongue en el tiempo
- d) que sea ascendente

48) Tipos de acoso laboral según la relación jerárquica

- a) Ascendente
- b) Descendente
- c) Horizontal
- d) Oblicuo

49) Efectos del mobbing

- a) Consecuencias psíquicas
- b) Consecuencias físicas
- c) Consecuencias sociales
- d) Todas son correctas

50) Medidas a adoptar ante un caso de adicción al trabajo

- a) Limitar la jornada de trabajo
- b) Tratamiento médico del trabajador
- c) Ambas simultáneamente
- d) Ninguna de las anteriores