








# Profesionales, científicos e intelectuales



## COREÓGRAFOS Y BAILARINES

Conciben y crean, dirigen o realizan danzas en las que se expresan ideas, sentimientos o historias en realizaciones de cine, televisión o teatro; practican y ejecutan danzas o bailes solos, en pareja o como integrantes de un grupo, con el fin de presentarlas ante un auditorio.

### Peligros

 <b>Biomecánicos</b>	Postura - Prolongada Mantenida / Forzada / Antigraavitacional Manipulación Manual de Cargas Esfuerzo	 <b>Biológico</b>	Virus
 <b>Psicosocial</b>	Jornada de Trabajo Interface Persona-Tarea Gestión Organizacional Condiciones de la Tarea Características de la Organización del Trabajo Características de Grupo Social de Trabajo	 <b>Condiciones de Seguridad</b>	<b>Mecánico:</b> Herramientas / Equipos <b>Locativo:</b> Superficie de trabajo irregular – deslizante – con diferencia de nivel / Medios de almacenamiento / Condiciones de Orden y Aseo / Caídas de Objetos <b>Público:</b> Robos / Asalto <b>Accidentes de Tránsito</b> <b>Eléctrico:</b> Baja Tensión
 <b>Físico</b>	<b>Iluminación.</b> Luz Visible por exceso o deficiencia <b>Radiaciones no ionizantes.</b> Ultravioleta UVB y UVA	 <b>Fenómenos Naturales</b>	Sismo Terremoto Precipitaciones – Lluvias / Granizadas
 <b>Químicos</b>	Líquidos		

### Medidas de control

- ¿Realiza calentamiento antes de realizar las rutinas de danza?
- ¿Realiza entrenamiento de fortalecimiento muscular y rendimiento físico para así evitar lesiones osteomusculares?
- ¿Dentro de su rutina de trabajo se contemplan los buenos hábitos de descanso, para así evitar el cansancio excesivo?

### Equipos y herramientas

- ✓ Elementos asociados al estilo de danza a practicar.

### Elementos de protección personal

- ✓ Calzado Flexible (Suela de Cuero Separada) acordes al estilo de practicar.
- ✓ Zapatillas Suela Partida
- ✓ Leotardos, Blusas y Mallas
- ✓ Calentadoras
- ✓ Protectores punta de ballet

### Tips de prevención

- ✓ Revisa de forma periódica tus hábitos de trabajo, para detectar posibles actuaciones que puedan generar riesgos.
- ✓ Mantén buenos hábitos alimenticios. Logrando una dieta balanceada
- ✓ Seguir las recomendaciones médicas al 100%

