

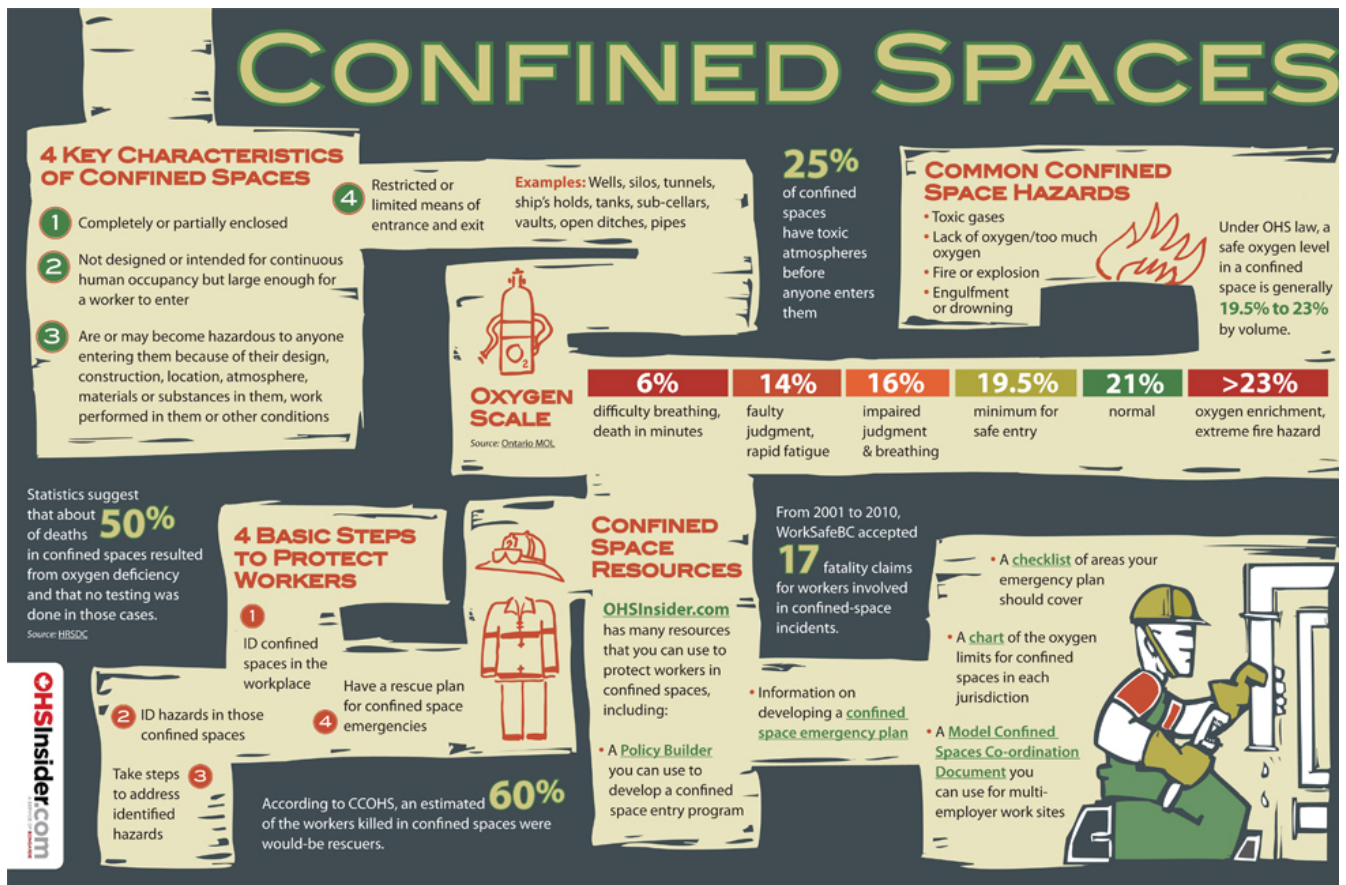
# Las infografías en la PRL

Temas: Internet

Por : Isabel Cobrerros. Técnico gestión del conocimiento y del entorno. Mutua Universal

Se trata de un recurso muy útil para difundir información preventiva de manera sencilla y visual.

Qué son




Las infografías son un recurso gráfico, en el cual puede aparecer texto, imágenes, y otros elementos que sirven para clarificar un concepto o idea de manera muy visual. Con una presentación muy esquemática, se trata de resumir los datos y explicarlos a través de unos mecanismos diferentes de los habituales, en los que el texto todavía goza de un protagonismo preponderante.

Las redes sociales, como Pinterest, Instagram, la saturación de información, la poca disponibilidad de tiempo para leer todo aquella información a la que estamos suscritos, ha puesto en evidencia la necesidad de herramientas que sinteticen la información de manera visual, sin perder por ello la rigurosidad.

Los medios de comunicación vienen utilizando cada día más las infografías como recurso de comunicación y de divulgación. Algunos ejemplos son: El Mundo (Canal Salud), El Periódico (Gráficos), El País (Gráficos) , Huffington Post (Infografías).

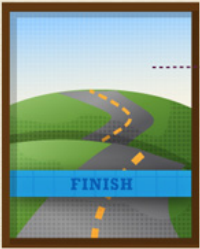
## Aplicaciones PRL


Brought to you by:




# 10 TIPS for Creating a Healthier Workplace

CENTRAL HEALTH


- 

**1 Sponsor employee teams**  
for local walks and runs.
- 

**2 Offer flexible work hours** to allow employees to take care of personal health needs such as medical appointments.
- 3 In the office kitchen:**  
Post nutritional information on vending machine offerings  
List healthy places to buy lunch close to the office  
Post recommended daily nutrition guidelines and BMI charts
- 4 Sponsor healthy activities at the office:**  
Group exercise (e.g. on-site yoga once a week)  
Weight-loss activities (e.g. on-site weight loss/maintenance programs such as Weight Watchers)  
10 minute pick-up massages once a month
- 5 Send weekly health tips via email:**  
Suggest healthy eating options such as recipes from reliable sources such as Centers for Disease Control or Mayo Clinic  
Suggest a physical activity (e.g. get up and walk around the block during lunch).
- 6 Ensure proper ergonomics** by hiring an ergonomics consultant to assess individual work stations.
- 7 Post proper hand washing guidelines** in the kitchen and restrooms.
- 8 Set up a self-care station** with easy-to-use blood-pressure monitors and weight scales.
- 9 Become a tobacco-free workplace** and provide employees with the supports necessary to quit, many of which are free.
- 10 Offer employer sponsored health insurance** (options for small businesses include three share programs and insurance co-ops).  
Visit [www.tdi.texas.gov](http://www.tdi.texas.gov) for options



► To read about successful healthy workplace initiatives...

 Learn more about Central Health  
[www.centralhealth.net](http://www.centralhealth.net)

An infographic produced by:  
**FOREFRONT AUSTIN**  
*Discover a New Perspective*

Las infografías en prevención tienen un gran camino a recorrer. Es escaso todavía el uso habitual de las infografías aplicadas a la problemática diaria del ámbito laboral. La divulgación de la PRL es primordial en la reducción de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, y las infografías bien pueden contribuir a ello.

Las cuestiones técnicas incluidas en las diferentes disciplinas como la seguridad, la salud laboral, la higiene industrial y la ergonomía y psicología, son también susceptibles de someterse a este tipo de recurso. Renovaremos nuestros contenidos, los haremos más divulgativos, más fáciles de leer y de entender, y, por tanto, será una manera de atraer a nuestros trabajadores y redundar en su seguridad, de manera sencilla.

Las utilidades de las infografías en la prevención de riesgos laborales pueden ser infinitas. Las infografías se pueden crear sobre riesgos concretos, puesto de trabajo, o situaciones específicas.

A modo de ejemplo comentamos algunas propuestas que se pueden llevar a cabo:

- Seguridad: cómo evitar los riesgos y reforzar los actos seguros, cómo reforzar la utilización de equipos de protección individual...
- Formación en PRL: incorporar las infografías es un modo de innovar a nivel pedagógico y de atraer a los alumnos hacia una manera diferente de enseñar.
- Sustancias y productos químicos: explicación de las nuevas etiquetas y frases de riesgos en el marco del REACH y el CLP.
- Hábitos saludables: beneficios que comporta el realizar ejercicio, efectos de tomar alcohol, efectos del tabaquismo, beneficios de la dieta mediterránea.
- Investigaciones médicas: divulgar resultados científicos de artículos médicos que, en ocasiones, no llegan a los usuarios finales.
- Publicaciones: transformación de dípticos, trípticos y folletos divulgativos en infografías sencillas y con contenidos fáciles de asimilar y aplicar en la vida laboral.

Existen ejemplos interesantes de instituciones que realizan infografías de manera regular para divulgar los temas de PRL.

- Canadian Centre for Occupational Health & Safety:  
<http://www.ccohs.ca/ccohs/liaison/current.html>
- Compliance and Safety Blog (USA):  
<http://complianceandsafety.com/blog/category/osh-infographics/>

## Para saber más:

80 mejores recursos para crear infografías

<http://www.40defiebre.com/recursos-para-crear-infografias/>

## Infografías en el mundo de la PRL

<http://prevenblog.com/infografias-en-el-mundo-de-la-pri-y-la-seguridad-y-salud-apuntate-un-tanto/>

## Cómo crear una infografía

<http://tendenciasweb.about.com/od/el-trabajo-y-la-web/a/Como-Crear-Una-Infografia.htm>

Isabel Cobreros

[documentacion@mutuauniversal.net](mailto:documentacion@mutuauniversal.net)