

Evaluación de Riesgos en una Oficina



TABLA DE CONTENIDOS

1. RESUMEN	3
2. INTRODUCCIÓN.....	3
3. JUSTIFICACIÓN	4
4. OBJETIVOS	6
5. INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES EN UNA OFICINA.	7
5.1. OBJETO	7
5.2. ALCANCE.....	8
5.2.1. DATOS DE LA EMPRESA Y UBICACIÓN	8
5.2.2. DATOS OPERATIVOS	9
5.2.3. ÁREAS Y PUESTOS DE TRABAJO	10
5.3. DEFINICIONES	10
5.4. METODOLOGÍA	12
5.4.1. VALORACIÓN DEL RIESGO	13
5.4.2. CRITERIO PARA LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS	13
5.5. GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN	14
5.5.1. REVISIÓN DE LA EVALUACIÓN	14
5.5.2. DOCUMENTACIÓN.....	14
5.5.3. INVESTIGACIÓN DE ACCIDENTES.....	14
5.5.4. VIGILANCIA DE LA SALUD	15
5.5.5. PLAN DE INFORMACIÓN	16
5.5.6. TRABAJOS DE MENORES Y APRENDICES.....	16
5.5.7. RELACIONES DE EMPRESA PRINCIPAL CON EMPRESAS SUBCONTRATADAS.....	17
5.5.8. DELEGADOS DE PREVENCIÓN.....	18
5.5.9. PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD	20
5.5.10. PRESENCIA DE RECURSOS PREVENTIVOS	21
5.6. IDENTIFICACIÓN Y VALORACIÓN DE RIESGOS.....	23
5.7. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL	41
5.8. FORMACIÓN POR PUESTO DE TRABAJO	42
5.9. RELACIÓN DE TRABAJADORES POR PUESTO DE TRABAJO.	43
5.10. PLANIFICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS.....	45
5.11. PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO	55
5.12. PLANIFICACIÓN DE LA SEÑALIZACIÓN	62
6. CONCLUSIONES.....	65
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	66

1. RESUMEN

El TFM tiene como objetivo la realización de la evaluación de riesgos laborales de los puestos de trabajo en una empresa ficticia dedicada a la impartición de formación on-line, como aplicación práctica a los conocimientos adquiridos durante el desarrollo de la Especialidad de Seguridad en el Trabajo correspondiente al Máster Universitario de Prevención de Riesgos Laborales impartido por la Universidad Miguel Hernández.

También se han realizado la planificación de las medidas preventivas y el plan de mantenimiento preventivo.

2. INTRODUCCIÓN

El presente TFM tiene como objetivo la aplicación y desarrollo de los conocimientos adquiridos durante el estudio del Máster en Prevención de Riesgos Laborales y durante las prácticas realizadas en el Servicio de Prevención Ajeno en el cuál trabajo.

La Ley 31/1995 por la que se aprueba la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, aportó una nueva concepción de la Seguridad y Salud en el puesto de Trabajo.

Su aplicación supone **la implantación de una cultura de prevención en todos los niveles de la organización**, tendente a evaluar y minimizar los riesgos que para la salud del trabajador pudiera ocasionar la actividad laboral.

Por otra parte, el R.D. 39/1997 (Reglamento de los Servicios de Prevención), como normativa de desarrollo de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, establece en el artículo 1: "***La prevención de riesgos laborales, como actuación a desarrollar en el seno de la empresa, deberá integrarse en el conjunto de sus actividades y decisiones, tanto en los procesos técnicos, en la organización del trabajo y en las condiciones en que éste se preste, como en la línea jerárquica de la empresa, incluidos todos los niveles de la misma.***"

La Ley 54/2003, reforma el marco normativo de la prevención de riesgos laborales y refuerza la obligación de **integrar la prevención de riesgos en el sistema general de gestión de la empresa**, tanto en el conjunto de actividades como en todos los niveles jerárquicos de la misma, **a través de la implantación y aplicación de un plan de prevención de riesgos laborales**.

El Plan de Prevención de Riesgos Laborales se constituye con objeto de establecer las pautas para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores en todos los aspectos relacionados con el trabajo. A estos efectos, desarrolla las acciones y criterios de actuación para la integración preventiva en la empresa y la adopción de cuantas medidas sean necesarias.

La prevención de riesgos laborales en su sentido más estricto ha sido uno de los objetivos más difíciles de alcanzar a lo largo de la historia. Así, el desarrollo de una actividad sistemática que tienda a perfeccionarse hasta el punto de minimizar la posibilidad de accidentes laborales, pérdidas materiales o enfermedades profesionales derivadas de un ambiente desfavorable, debe ser el principal objetivo de la prevención de riesgos laborales. Es, por tanto, una decisión de gestión que debe prevalecer en cualquier actividad en la cultura de la organización.

3. JUSTIFICACIÓN

A continuación expondré los motivos que he considerado para abordar dicho proyecto como TFM.

En la mayoría de las empresas, independientemente del sector de actividad a la que pertenecen, existen oficinas donde se realizan tareas administrativas que conllevan el tratamiento de la información ya sea a través de soporte escrito o electrónico.

Tradicionalmente se ha considerado que el trabajo que se desarrolla en oficinas y despachos es un trabajo limpio y seguro y, que está libre de accidentes, llegando incluso a excluirlo del ámbito de aplicación de la normativa preventiva y protectora. En la realidad esto no es así, los accidentes ocurren, si bien es cierto que no suelen ser graves, no por ello deja de ser necesario investigarlos y tratar de evitarlos.

La introducción de las nuevas tecnologías en los puestos de trabajo de oficinas y despachos, ha hecho que se utilicen los ordenadores durante largos periodos de tiempo. Además existen otros riesgos derivados del propio lugar de trabajo y de otras tareas asociadas al puesto, como por ejemplo la manipulación de material de oficina.

En los últimos años, y sobre todo a raíz de la entrada en vigor de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el personal administrativo se ha configurado como un sector ocupacional de atención prioritaria en materia de prevención de riesgos laborales.

El incremento de personal administrativo debido a la transformación del mercado de trabajo y de la creciente importancia del sector servicios, ha supuesto que el legislador preste una atención especial a los riesgos laborales que están sometidos este colectivo de trabajadores.

Además, la obligada implantación de sistemas de gestión preventiva en las empresas ha generado numerosas necesidades de tipo formal y documental, que han hecho preciso un soporte desde la perspectiva de los recursos humanos, con el fin de poder llevar a cabo de una manera eficiente y profesional todas las labores de índole administrativo inherentes a cualquier sistema de gestión preventiva.

Es muy importante dotar a este colectivo profesional de las capacidades y competencias necesarias para que puedan desarrollar eficazmente su labor en relación con la gestión preventiva y con la integración de las políticas preventivas en el ámbito de las organizaciones productivas.

El empresario debe garantizar la seguridad y salud de los trabajadores a su servicio en todos los aspectos relacionados con el trabajo. Una de sus principales obligaciones es la de **realizar un plan de prevención de riesgos laborales, evaluación de los riesgos**, tanto generales como específicos, y **planificación de la actividad preventiva**.

Las medidas preventivas tienden a combatir el riesgo en su origen, minimizar los efectos de los riesgos, sustituir lo peligroso por lo que entrañe menor o ningún riesgo así como adoptar las medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.

Al aplicar una medida preventiva para un trabajador podemos estar corrigiendo o evitando riesgos para diferentes puestos de trabajo al mismo tiempo.

4. OBJETIVOS

- Elaboración de la evaluación de los riesgos de una empresa dedicada al sector de formación no reglada (ocupacional y continua) teniendo en cuenta los principales riesgos a los que están expuestos los trabajadores que desarrollan su actividad en oficinas y despachos:
 - ✓ Caídas y golpes contra objetos.
 - ✓ Posturas y movimientos adoptados.
 - ✓ Manipulación manual de cargas.
 - ✓ Fatiga visual.
 - ✓ Confort acústico.
 - ✓ Confort térmico.
 - ✓ Calidad del aire interior.
 - ✓ Radiaciones y campos electromagnéticos.
 - ✓ Factores psicosociales.
 - ✓ Etc.
- Elaboración de la Planificación de actividades preventivas según las evaluación de riesgos.
- Elaboración del Plan de mantenimiento preventivo.

5. INFORME DE EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES EN UNA OFICINA.

5.1. OBJETO

La presente Evaluación de Riesgos tiene por objeto identificar y valorar los riesgos o deficiencias en materia de seguridad y salud existentes en la empresa, para permitir una adecuada planificación de las actuaciones preventivas e iniciar un proceso de mejora continuada de las condiciones de trabajo, según lo dispuesto en la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.

Es muy importante tener en cuenta que:

- Este documento se ha realizado a partir de los datos tomados por nuestro técnico, en base a las condiciones de la empresa y a los trabajos realizados el día en que se produce la visita, teniendo en cuenta las informaciones facilitadas por la empresa.
- La valoración de los riesgos identificados se realiza con fecha 8 de abril de 2015, después de visitadas las instalaciones y comprobadas las informaciones suministradas por la empresa.
- El empresario es el responsable en última instancia y quién tiene que garantizar la seguridad y salud de los trabajadores (“Directrices para la Evaluación de Riesgos en el lugar de trabajo”, Comisión Europea).
- El empresario, deberá notificar inmediatamente al Servicio de Prevención las condiciones de trabajo existentes que hubieran podido no estar reflejadas, con objeto de que puedan ser convenientemente analizadas y evaluadas, en su caso.

Conviene tener en cuenta el contenido del artículo 33 de la mencionada ley, en el que se especifica la obligatoriedad por parte del empresario, de consultar a los representantes de los trabajadores, o a los propios trabajadores en ausencia de representantes, acerca del procedimiento de evaluación de riesgos laborales a utilizar en la empresa.

Cabe subrayar que los datos incluidos en el informe de evaluación inicial sirven únicamente como punto de partida en lo que se refiere a una **futura planificación por parte de la Empresa de la acción preventiva**, tanto en lo que respecta a las posibles medidas preventivas a llevar a cabo, donde se tendrá en cuenta los riesgos identificados y evaluados en este informe, como la realización de evaluaciones específicas, mediante las correspondientes mediciones o muestreos; acciones de formación e información a los trabajadores, etc.

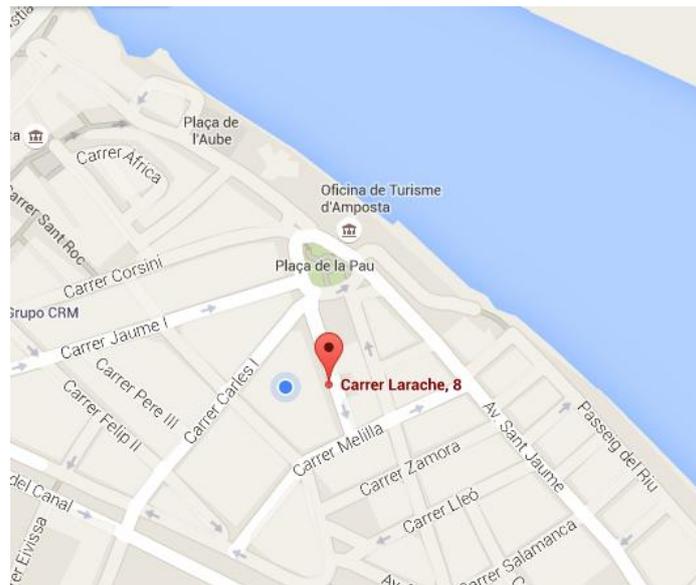
5.2. ALCANCE

El alcance del presente informe se establece para las instalaciones y puestos de trabajo de la empresa **EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.** con centro de trabajo en la calle LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA) con objeto de colaborar en el cumplimiento de lo establecido en el artículo 16 de la ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales en lo relativo a la EVALUACION DE RIESGOS para la seguridad y salud de los trabajadores.

5.2.1. DATOS DE LA EMPRESA Y UBICACIÓN

La actividad principal de **EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.** es la impartición de formación on-line.

La empresa se encuentra ubicada, en la calle LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA), no teniendo alrededor ninguna otra empresa que por su actividad represente grave peligro para la seguridad y salud de sus trabajadores.



5.2.2. DATOS OPERATIVOS

Según los datos facilitados por la empresa, los trabajadores, equipos de trabajo y productos químicos que se han tenido en cuenta para la realización del presente informe, son los que se indican a continuación, siendo la empresa la encargada de notificar al Servicio de Prevención Ajeno la modificación de alguno de estos datos, con el fin de evaluar las nuevas condiciones de trabajo.

5.2.3. ÁREAS Y PUESTOS DE TRABAJO

Según se observó el día de la visita, así como los datos proporcionados por el empresario, los diferentes puestos, las tareas que se realizan y los equipos de trabajo que se utilizan en ellos son los descritos a continuación:

EMPRESA:	EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
	INSTALACIONES GENERALES

ÁREA	ADMINISTRACION	
PUESTO DE TRABAJO	INFORMATICO	Tareas: Tareas informáticas.
PUESTO DE TRABAJO	TECNICO	Tareas: Tareas Administrativas.

ÁREA	ENSEÑANZA	
PUESTO DE TRABAJO	DOCENCIA	Tareas: Formación.

ÁREA	LIMPIEZA	
PUESTO DE TRABAJO	LIMPIEZA	Tareas: Limpieza de las instalaciones.

*** Este puesto de trabajo no podrá ser ocupado por trabajadora embarazada o en periodo de lactancia natural por existir agentes, procedimientos y condiciones de trabajo recogidas en los anexos VII y VIII del R.D. 39/97 debiéndose comunicar dicha situación al SPA para su evaluación específica, si procede, según normativa vigente.*

5.3. DEFINICIONES

- **Prevención:** el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo.

- Peligro: Fuente o situación con capacidad de daño en términos de lesiones, daños materiales y daños al medio ambiente.
- Riesgo Laboral: Es la posibilidad de que un trabajador pueda sufrir, durante el ejercicio de su función, un determinado daño derivado del trabajo.
- Daños derivados del trabajo: a las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.
- Riesgo grave e inminente: el que resulte probable racionalmente que se materialice en un futuro inmediato y pueda suponer un daño grave para la salud de los trabajadores. En el caso de exposición a agentes susceptibles de causar daños graves a la salud de los trabajadores, se considerará que existe un riesgo grave e inminente cuando sea probable racionalmente que se materialice en un futuro inmediato una exposición a dichos agentes de la que puedan derivarse daños graves para la salud, aun cuando éstos no se manifiesten de forma inmediata.
- Procesos, actividades, operaciones, equipos o productos "potencialmente peligrosos": aquellos que, en ausencia de medidas preventivas específicas, originen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores que los desarrollan o utilizan.
- Equipo de trabajo: cualquier máquina, aparato, instrumento o instalación utilizada en el trabajo.
- Condiciones de trabajo: cualquier característica del trabajo que puede tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores.
- Equipo de Protección Individual (EPI): Cualquier equipo destinado a ser llevado por el trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad y salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin.
- Puesto de trabajo: Es aquel puesto específico donde el trabajador realiza su actividad laboral diaria.
- Procedimiento de trabajo: secuencia de las operaciones a desarrollar para realizar un determinado trabajo, con inclusión de los medios materiales (de trabajo o de protección) y humanos (calificación o formación del personal) necesarios para llevarlo a cabo.

- **Puesto calificado:** Aquel puesto de trabajo en el que se haya identificado en la evaluación de riesgos, alguno de los agentes, procedimientos y condiciones de trabajo a los que se refieren los Anexo VII y VIII del R.D.39/97.

5.4. METODOLOGÍA

La metodología desarrollada en el presente informe es la que exponemos a continuación:

En este documento se indican los criterios de valoración de cada riesgo en función de la probabilidad o frecuencia de exposición con que pueden presentarse y la gravedad del daño que pueda generar el mismo.

En él se procede a la identificación, estimación y valoración de los riesgos existentes en la empresa de forma global y por puesto de trabajo, según características de la empresa y criterio del técnico.

En el presente documento se hacen constar los riesgos identificados para los cuales se recomiendan mejoras específicas encaminadas a disminuirlos o eliminarlos.

Así mismo, teniendo en cuenta los artículos 18 y 19 de la Ley 31/95, se hace referencia a la necesidad de formación e información de los trabajadores en materia de prevención de riesgos laborales.

5.4.1. VALORACIÓN DEL RIESGO

La valoración del riesgo se ha efectuado mediante la tabla adjunta, teniendo en cuenta las consecuencias del riesgo y la probabilidad o frecuencia de ocasión del riesgo.

		CONSECUENCIAS		
PROBABILIDAD		LIGERAMENTE DAÑINO (LD)	DAÑINO (D)	EXTREMADAMENTE DAÑINO (ED)
	BAJA (B)	TRIVIAL (T)	TOLERABLE (TO)	MODERADO (MO)
	MEDIA (M)	TOLERABLE (TO)	MODERADO (MO)	IMPORTANTE (I)
	ALTA (A)	MODERADO (MO)	IMPORTANTE (I)	INTOLERABLE (IN)

5.4.2. CRITERIO PARA LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS

En función de los niveles de riesgo obtenidos en el cuadro anterior, la empresa, atendiendo a las prioridades establecidas, debe decidir los plazos de ejecución de las acciones correctivas para eliminar o reducir el riesgo. Para la toma de decisiones se utilizará como criterio la siguiente tabla, la cual establece unas prioridades y plazos de ejecución en función de la valoración del riesgo.

RIESGO	ACCIÓN Y TEMPORIZACIÓN
TRIVIAL (T)	No se requiere acción específica.
TOLERABLE (TO)	No se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se deben considerar soluciones más rentables o mejoras que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medidas de control
MODERADO (M)	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado Cuando el riesgo moderado este asociado con consecuencias extremadamente dañinas, se precisará de acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.
IMPORTANTE (I)	No debe comenzarse el trabajo hasta que no se hay reducido el riesgo. Puede que se precisen recursos considerables para controlar el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a un trabajo que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de los riesgo moderados
INTOLERABLE (IN)	No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, con incluso recursos ilimitados, debe prohibirse el trabajo

5.5. GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN

A continuación se detallan algunas de las particularidades que forman parte de la gestión de la prevención dentro de la empresa. Son puntos a tener siempre en cuenta por parte del empresario y los trabajadores:

5.5.1. REVISIÓN DE LA EVALUACIÓN

La evaluación será actualizada cuando cambien las condiciones de trabajo, se adquieran equipos de trabajo, se creen puesto de trabajo nuevos y, en todo caso, se someterá a consideración y se revisará, si fuera necesario, con ocasión de los daños para la salud que se hayan producido.

5.5.2. DOCUMENTACIÓN

El empresario deberá elaborar y conservar a disposición de la autoridad laboral:

- Plan de prevención de riesgos laborales
- Evaluación de los riesgos para la seguridad y la salud en el trabajo.
- Planificación de la actividad preventiva
- Práctica de los controles del estado de salud de los trabajadores
- Relación de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales que hayan causado al trabajador una incapacidad laboral superior a un día de trabajo.

5.5.3. INVESTIGACIÓN DE ACCIDENTES

La investigación de accidentes se considera una técnica que aprovecha la experiencia que puede deducirse de los errores en la búsqueda del camino para no volverlos a repetir.

Se adoptará un procedimiento para la investigación de los siniestros producidos con baja y sin baja que permita recabar la información necesaria sobre la descripción del accidente, las consecuencias que de él se derivan, las causas que lo provocaron con indicación de las que se refirieron a situaciones peligrosas no controladas y a sucesos o actos inseguros que lo pudieron provocar, medidas preventivas aplicables para el control de la situación de riesgos así como los plazos para su cumplimentación y personal responsables de llevarlas a cabo.

El encargado de la sección donde se produzca el accidente podrá realizar, por sí mismo o con auxilio de personal técnico especializado, la investigación de las causas que hayan originado algún daño derivado del trabajo en el ejercicio de las misiones de los distintos trabajadores de la empresa. Del resultado de dicha investigación informará al empresario con objeto de que se adopten inmediatamente las medidas preventivas necesarias para corregir las situaciones que hayan ocasionado dicho daño.

5.5.4. VIGILANCIA DE LA SALUD

El empresario garantizará a los trabajadores a su servicio la vigilancia periódica de su estado de salud en función de los riesgos inherentes al trabajo, conforme a lo dispuesto en el artículo 22 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

Las medidas de vigilancia y control de la salud de los trabajadores se llevarán a cabo respetando siempre el derecho a la intimidad y a la dignidad de la persona del trabajador y la confidencialidad de toda la información relacionada con su estado de salud.

Los resultados de la vigilancia a qué se refiere el apartado anterior serán comunicados a los trabajadores afectados.

Los datos relativos a la vigilancia de la salud de los trabajadores no podrán ser usados con fines discriminatorios ni en perjuicio del trabajador.

5.5.5. PLAN DE INFORMACIÓN

Con arreglo a lo dispuesto en el artículo 18 de la Ley 31/1.995 de Prevención de Riesgos Laborales, el empresario adoptará las medidas necesarias para que los trabajadores reciban todas las informaciones necesarias en relación con:

- a) Los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo, tanto aquellos que afecten a la empresa en su conjunto como a cada tipo de puesto de trabajo o función.
- b) Las medidas y actividades de protección y prevención aplicables a los riesgos señalados en el apartado anterior.
- c) Las medidas de emergencia adoptadas.

5.5.6. TRABAJOS DE MENORES Y APRENDICES

Antes de la incorporación al trabajo de **jóvenes menores de dieciocho años**, y previamente a cualquier modificación importante de sus condiciones de trabajo, el empresario deberá efectuar una **evaluación** de los puestos de trabajo a desempeñar por los mismos, a fin de determinar la naturaleza, el grado y la duración de su exposición, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico al respecto, a agentes, procesos o condiciones de trabajo que puedan poner en peligro la seguridad o la salud de estos trabajadores.

En todo caso, el empresario informará a dichos jóvenes y a sus padres o tutores que hayan intervenido en la contratación de los posibles riesgos y de todas las medidas adoptadas para la protección de su seguridad y salud.

Los **menores** y los **aprendices no deberán tener acceso a zonas peligrosas.**

Los operarios jóvenes o de reciente incorporación deben ser confiados a mandos experimentados en este aspecto, que se encarguen de formar, vigilar y corregir a estos operarios que hayan de utilizar unos equipos mecánicos que exijan un mínimo de conocimiento, habilidad y prudencia.

Una persona cuyo aprendizaje no se considere concluido y completo, **no deberá utilizar nunca una máquina**, a menos que trabaje bajo la estrecha vigilancia de un operario experimentado y de confianza.

Las máquinas no deben ser utilizadas más que por operarios experimentados que conozcan perfectamente el trabajo a realizar, las características del equipo que utilizan, los riesgos que comportan y cómo prevenirlos. **Debe prohibirse la utilización de máquinas portátiles, a cualquier persona que no reúna estas condiciones.**

5.5.7. RELACIONES DE EMPRESA PRINCIPAL CON EMPRESAS SUBCONTRATADAS

Según el R.D. 171/04 que desarrolla el artículo 24 de la **Ley de Prevención de Riesgos Laborales** la empresa principal tiene una serie de responsabilidades sobre empresas subcontratadas en materia de prevención de riesgos laborales, en especial deberán cumplir el **Art. 24** y **Art. 42** de la citada ley.

El artículo 24 establece que cuando en un mismo centro de trabajo desarrollen actividades trabajadores de dos o más empresas, éstas deberán cooperar en la aplicación de la normativa sobre prevención de riesgos laborales. A tal fin, establecerán los medios de coordinación que sean necesarios en cuanto a la protección y prevención de riesgos laborales y la información sobre los mismos a sus respectivos trabajadores, en los términos previstos en el apartado 1 del artículo 18 de esta Ley.

El empresario titular del centro de trabajo adoptará las medidas necesarias para que aquellos otros empresarios que desarrollen actividades en su centro de trabajo reciban la información y las instrucciones adecuadas, en relación con los riesgos existentes en el centro de trabajo y con las medidas de protección y prevención correspondientes, así como sobre las medidas de emergencia a aplicar, para su traslado a sus respectivos trabajadores.

Las empresas que contraten o subcontraten con otras la realización de obras o servicios correspondientes a la propia actividad de aquéllas y que se desarrollen en sus propios centros de trabajo deberán vigilar el cumplimiento por dichos contratistas y subcontratistas de la normativa de prevención de riesgos laborales.

Las obligaciones consignadas en el último párrafo del apartado 1 del artículo 41 de esta Ley serán también de aplicación, respecto de las operaciones contratadas, en los supuestos en que los trabajadores de la empresa contratista o subcontratista no presten servicios en los centros de trabajo de la empresa principal, siempre que tales trabajadores deban operar con maquinaria, equipos, productos, materias primas o útiles proporcionados por la empresa principal.

El incumplimiento por los empresarios de sus obligaciones en materia de prevención de riesgos laborales dará lugar a responsabilidades administrativas, así como, en su caso, a responsabilidades penales y a las civiles por los daños y perjuicios que puedan derivarse de dicho incumplimiento. (Artículo 42)

La empresa principal responderá solidariamente con los contratistas y subcontratistas a que se refiere el apartado 3 del artículo 24 de esta Ley del cumplimiento, durante el período de la contrata, de las obligaciones impuestas por esta Ley en relación con los trabajadores que aquéllos ocupen en los centros de trabajo de la empresa principal, siempre que la infracción se haya producido en el centro de trabajo de dicho empresario principal.

5.5.8. DELEGADOS DE PREVENCIÓN

Los Delegados de Prevención son los representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos en el trabajo. Serán designados por y entre los representantes del personal.

Los Delegados de Prevención se caracterizan por lo siguiente:

- Tienen carácter representativo, puesto que tienen por objetivo la defensa de los intereses de los trabajadores.

- La representación que ostenta/n el/los delegado/s de prevención se centra solamente en los intereses de los trabajadores en materia de prevención de riesgos laborales, es decir, que se trata de una representación de carácter específico o determinado, estando para la representación del resto de intereses la representación unitaria y la sindical.
- Es un órgano unipersonal, en el sentido de que cada Delegado de Prevención ostenta la representación de los intereses de los trabajadores en materia de seguridad y salud en el trabajo, frente al Comité de Seguridad y Salud cuya representación la ostenta actuando de forma colegiada.
- Aunque la LPRL no disponga nada, en el supuesto de que los delegados de prevención sean varios, su actuación será mancomunada, es decir, conjunta y de común acuerdo, de forma equivalente a como lo hacen los delegados de personal.
- A la hora de adoptar decisiones, se regirán, no por el criterio de la unanimidad, sino por el de las mayorías, ya que otra solución conduciría a un anquilosamiento o parálisis de su actuación con el consiguiente perjuicio de los trabajadores que representan (STSJ de Madrid de 24 de febrero de 1994, Rec. 762).
- Se han de designar obligatoriamente en todas las empresas, de acuerdo con la siguiente escala (art. 35.2 LPRL):
 - Menos de 50 trabajadores: 1
 - De 50 a 100 trabajadores: 2
 - De 101 a 500 trabajadores: 3
 - De 501 a 1.000 trabajadores: 4
 - De 1.001 a 2.000 trabajadores: 5
 - De 2.001 a 3.000 trabajadores: 6
 - De 3.001 a 4.000 trabajadores: 7
 - De 4.0001 en adelante: 8

No se ha previsto a la hora de efectuar la escala si el número de trabajadores se ha de referir a un centro de trabajo o a un ámbito superior o inferior. Se ha de interpretar como que el parámetro a tener en cuenta es el del centro de trabajo si la empresa tiene varios, mientras que si sólo tiene uno se atenderá a los trabajadores de la empresa. Esta es la referencia que recoge expresamente la Disposición Adicional Cuarta LPRL al señalar que “(...) *en los centros de trabajo que carezcan de representantes (...)*”, lo que puede ser aplicable, en cuanto a este aspecto, a este caso sin ningún problema.

- g) En cuanto a la duración de su cargo, no dispone la ley nada al respecto.

5.5.9. PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD

Según se establece en el artículo 26 de la ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales referente a protección de la maternidad, modificado inicialmente por la Ley 39/1999, de 5 de noviembre, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras y posteriormente por la ley orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva de mujeres y hombres la evaluación de los riesgos deberá comprender la determinación de la naturaleza, el grado y la duración de la exposición de las trabajadoras en situación de embarazo o parto reciente a agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras o del feto, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico. En base a ello **la empresa deberá notificar a su Servicio de Prevención la existencia o incorporación de mujeres embarazadas** con el fin de poder tomar las medidas necesarias para su protección y su correspondiente evaluación de riesgos.

Si los resultados de la evaluación revelasen un riesgo para la seguridad y la salud o una posible repercusión sobre el embarazo o la lactancia de las citadas trabajadoras, el empresario adoptará las medidas necesarias para evitar la exposición a dicho riesgo, a través de una **adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo** de la trabajadora afectada. Dichas medidas incluirán, cuando resulte necesario, la no realización de trabajo nocturno o de trabajo a turnos.

Cuando la adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo no resultase posible o, a pesar de tal adaptación, las condiciones de un puesto de trabajo pudieran influir negativamente en la salud de la trabajadora embarazada o del feto, y así lo certifiquen los Servicios Médicos del Instituto Nacional de la Seguridad Social o de las Mutuas, en función de la Entidad con la que la empresa tenga concertada la cobertura de los riesgos profesionales, con el informe del médico del Servicio Nacional de la Salud que asista facultativamente a la trabajadora, ésta deberá desempeñar un puesto de trabajo o función diferente y **compatible con su estado**.

5.5.10. PRESENCIA DE RECURSOS PREVENTIVOS

La presencia de los recursos preventivos es una medida preventiva complementaria que tiene como finalidad vigilar el cumplimiento de las actividades preventivas en relación con los riesgos derivados de la situación que determine su necesidad para conseguir un adecuado control de dichos riesgos.

La presencia en el centro de trabajo de los recursos preventivos, cualquiera que sea la modalidad de organización de dichos recursos, será necesaria en los siguientes casos:

- a) Cuando los riesgos puedan verse agravados o modificados en el desarrollo del proceso o la actividad, por la concurrencia de operaciones diversas que se desarrollan sucesiva o simultáneamente y que hagan preciso el control de la correcta aplicación de los métodos de trabajo.
- b) Cuando se realicen las siguientes actividades o procesos peligrosos o con riesgos especiales:
 1. Trabajos con riesgos especialmente graves de caída desde altura, por las particulares características de la actividad desarrollada, los procedimientos aplicados, o el entorno del puesto de trabajo.
 2. Trabajos con riesgo de sepultamiento o hundimiento.
 3. Actividades en las que se utilicen máquinas que carezcan de declaración CE de conformidad por ser su fecha de comercialización anterior a la exigencia de tal declaración con carácter obligatorio, que sean del mismo tipo que aquellas para las que la normativa sobre comercialización de máquinas requiere la intervención de un organismo notificado en el procedimiento de certificación, cuando la protección del trabajador no esté suficientemente garantizada no obstante haberse adoptado las medidas reglamentarias de aplicación.
 4. Trabajos en espacios confinados. A estos efectos, se entiende por espacio confinado el recinto con aberturas limitadas de entrada y salida y ventilación natural desfavorable, en el que pueden acumularse contaminantes tóxicos o

inflamables o puede haber una atmósfera deficiente en oxígeno, y que no está concebido para su ocupación continuada por los trabajadores.

5. Trabajos con riesgo de ahogamiento por inmersión, salvo lo referido a los trabajos en inmersión con equipo subacuático.

- c) Cuando la necesidad de dicha presencia sea requerida por la Inspección de Trabajo y Seguridad Social, si las circunstancias del caso así lo exigieran debido a las condiciones de trabajo detectadas.

Se consideran recursos preventivos, a los que el empresario podrá asignar la presencia, los siguientes:

- a) Uno o varios trabajadores designados de la empresa.
b) Uno o varios miembros del servicio de prevención propio de la empresa.
c) Uno o varios miembros del o los servicios de prevención ajenos concertados por la empresa. Cuando la presencia sea realizada por diferentes recursos preventivos éstos deberán colaborar entre sí.

No obstante lo señalado en los apartados anteriores, el empresario podrá asignar la presencia de forma expresa a uno o varios trabajadores de la empresa que, sin formar parte del servicio de prevención propio ni ser trabajadores designados, reúnan los conocimientos, la cualificación y la experiencia necesarios en las actividades o procesos a que se refiere el apartado 1 y cuenten con la formación preventiva correspondiente, como mínimo, a las funciones del nivel básico.

5.6. IDENTIFICACIÓN Y VALORACIÓN DE RIESGOS

Durante la visita se observaron y valoraron los riesgos descritos a continuación, siendo la empresa, como mejor conocedora de sus instalaciones y procesos productivos, la responsable de detectar posibles riesgos ocultos con el fin de añadirlos a la presente Evaluación de Riesgos.

A título indicativo, apuntamos las correspondientes recomendaciones encaminadas a eliminar o reducir los riesgos detectados, pudiendo la empresa, como mejor conocedora del proceso productivo, adoptar éstas u otras medidas con las suficientes garantías de funcionalidad.

RIESGOS REFERIDOS A: INSTALACIONES GENERALES						
Fecha evaluación: 14.04.2015				Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu		
Cod.00010			Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL*			
C	P	V	01;Causa	Utilización de escaleras fijas.		
LD	M	TO				
Medidas Preventivas						
01; En el uso de la escalera se seguirán las siguientes normas de utilización: Subir o bajar tranquilamente sin prisas evitando hacerlo corriendo o empujando a la o las personas que preceden. No se subirán o bajarán los peldaños de dos en dos, ni en grupo charlando. Se utilizarán los pasamanos y/o barandillas. No se utilizará calzado inseguro (suelas que puedan deslizar, tacones altos, etc.). Se tendrá especial cuidado cuando llueva ya que el riesgo de caída es mayor.						
C	P	V	02;Causa	La escalera del último piso tiene un lado abierto.		
D	M	MO				
Medidas Preventivas						
01; Se cubrirá la parte interior de la escalera que este abierta para impedir la caída accidental de objetos u cosas.						

C	P	V	03;Causa	Arriostamiento de la escalera y estructura de la misma.
D	M	MO		
Medidas Preventivas				
01; Un técnico especialista revisara el estado de las escaleras para evaluar la estructura y el estado de los escalones. Y se registrara documentalmente. Los escalones de las escaleras se sujetaran para impedir la caída de los mismos y se deberá arriostar la estructura correctamente para que ofrezca una adecuada resistencia. Se llevara un mantenimiento general de la escalera para impedir una posible caída accidental de la misma y de los escalones. Se revisara el estado de la barandilla.				
Cod.00020			Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
C	P	V	01;Causa	Cableado en las zonas de paso.
LD	M	TO		
Medidas Preventivas				
01; Los cables sueltos se ocultaran bajo regletas de longitudes adecuadas y las regletas no se ubicaran en las zonas de paso.				
Cod.00210			Riesgo: INCENDIO. Medios de lucha	
C	P	V	01;Causa	Mantenimiento de los extintores y medios de extinción.
D	M	MO		
Medidas Preventivas				
01; Se recuerda a la empresa la necesidad de que continúen el mantenimiento mínimo de los extintores, los cuales deben ser revisados cada año y retimbrados cada cinco años, según lo descrito en el R.D. 1942/1993 sobre Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios, debiéndose llevar a cabo el mantenimiento mínimo expresado en dicho Reglamento. Deberán situarse a una altura no superior a 1,70 m. respecto del suelo y en un lugar de fácil accesibilidad. Se recuerda mantener dicha documentación del mantenimiento documentada.				
02; Se realizará igualmente un riguroso mantenimiento de las B.I.E (Bocas de Incendio Equipadas), para de esta forma confirmar la eficacia de extinción de incendios. Se mantendrá alrededor de cada B.I.E. una zona libre de obstáculos que permita el acceso a ella y su maniobra sin dificultad. La red de tuberías deberá proporcionar suministro durante una hora, como mínimo.				
Cod.00220			Riesgo: INCENDIO. Evacuación	
C	P	V	01;Causa	Mantenimiento del alumbrado de emergencia.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Se realizara un mantenimiento del alumbrado de emergencia existente en la empresa, este deberá tener un adecuado mantenimiento de forma que su funcionamiento sea correcto continuamente.				

C	P	V	02;Causa	Se revisara la señalización de salida.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Se revisara la señalización de emergencia, verificando la visibilidad de la misma y que esta ubicada en los lugares adecuados.				
C	P	V	03;Causa	Utilización de ascensores en caso de incendio.
D	M	MO		
Medidas Preventivas				
01; Esta prohibido utilizar los ascensores en caso de incendio.				
Cod.00310			Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS	
C	P	V	01;Causa	Aire acondicionado.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Los filtros deberán revisarse periódicamente para evitar la acumulación de polvo o ácaros que puedan contaminar el ambiente.				
Cod.00400			Riesgo: OTROS REQUISITOS GENERALES	
C	P	V	01;Causa	Mantenimiento de botiquín.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Se comprobó en las instalaciones que la empresa disponía de botiquín en perfectas condiciones, se recomienda que el material se revise periódicamente, disponiendo como mínimo de desinfectantes y antisépticos autorizados, gasas estériles, algodón hidrófilo, venda, esparadrapo, apósitos adhesivos, tijeras, pinzas y guantes desechables. Dicho material se deberá revisar periódicamente y se irá reponiendo tan pronto como caduque o sea utilizado.				

Cod.00430			Riesgo: CONTACTO ELECTRICO DIRECTO
C	P	V	01;Causa Contacto del trabajador con partes eléctricas de la instalación eléctrica en general.
D	M	MO	
Medidas Preventivas			
<p>01; Se establecerá un sistema de mantenimiento periódico de la instalación eléctrica, recomendándose su planificación por escrito, de la instalación eléctrica por un instalador autorizado, comprobando que cumpla con lo dispuesto en el Reglamento Electrotécnico para Baja Tensión (R.E.B.T.). Se recuerda a la empresa que las diferentes puertas de los cuadros eléctricos debe permanecer siempre cerrados y estar señalizados con una señal de advertencia triangular, según R.D. 485/97.</p>			
<p>02; Se deberá cumplir en especial el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión. Se verificara la existencia de la señalización sobre la puerta del cuadro eléctrico mediante señal normalizada sobre riesgo eléctrico. Los cuadros eléctricos deberán conservarse en perfecto estado y cerrados. Se debe vigilar que los empalmes y las conexiones sean correctas, que estén aisladas y protegidas, estando accesibles las partes activas de la instalación. Todas las tomas de corriente y enchufes utilizados deberán tener el grado de protección adecuado.</p>			

RIESGOS REFERIDOS AL AREA DE TRABAJO: ADMINISTRACION

Fecha evaluación: 14.04.2015

Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu

RIESGOS REFERIDOS AL PUESTO DE TRABAJO: INFORMATICO

Fecha evaluación: 14.04.2015

Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu

Cod.00030

Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO

C	P	V	01;Causa	Manipulación y transporte de equipos informáticos manualmente.
D	B	TO		

Medidas Preventivas

01; Durante la manipulación y transporte de equipos informáticos se utilizará siempre calzado cerrado y guantes antideslizantes para evitar que se resbalen y caigan sobre el trabajador los equipos que habitualmente manipula y transporta.

Cod.00070

Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES

C	P	V	01;Causa	Golpes con mobiliario de oficina y cajones abiertos al reparar equipos que, en ocasiones, pueden encontrarse debajo o dentro del mobiliario.
LD	B	T		

Medidas Preventivas

01; Los trabajadores deberán asegurarse de que tras el uso de los muebles archivadores y cajones, queden cerrados, evitando el choque de personas contra éstos, al quedar abiertos, mientras transitan o trabajan reparando equipos informáticos.

02; Siempre que sea posible se trabajará reparando los equipos sobre una mesa de trabajo, desconectando todo el cableado.

Cod.00120				Riesgo: SOBRESFUERZOS
C	P	V	01;Causa	Manipulación manual de cargas (material y equipos informáticos).
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; La manipulación manual de cargas se realizará, en la medida de lo posible, de forma mecánica (carro) y/o con ayuda humana.				
02; Si las cargas que se van a manipular se encuentran en el suelo o cerca del mismo, se utilizarán las técnicas de manejo de cargas que permitan utilizar los músculos de las piernas más que los de la espalda. Para levantar una carga se pueden seguir los siguientes pasos:				
<p>1. Planificar el levantamiento: Tener prevista la ruta de transporte y el punto de destino final de levantamiento, retirando los materiales que entorpezcan el paso. Observar bien la carga, prestando especial atención a su forma y tamaño, centro de gravedad, posible peso, zonas de agarre, posibles puntos peligrosos, etc. Probar a alzar primero un lado ya que no siempre el tamaño de la carga ofrece una idea exacta de su peso real. Solicitar ayuda a otras personas si el peso de la carga es excesivo o se deben adoptar posturas incómodas durante el levantamiento.</p> <p>2. Colocar los pies: Separar los pies para proporcionar una postura estable y equilibrada para el levantamiento, colocando un pie más adelantado que el otro en la dirección del movimiento.</p> <p>3. Adoptar la postura de levantamiento: Doblar las piernas manteniendo en todo momento la espalda derecha, y mantener el mentón metido: No flexionar demasiado las rodillas.</p> <p>No girar el tronco ni adoptar posturas forzadas.</p> <p>4. Agarre firme: Sujetar firmemente la carga empleando ambas manos y pegarla al cuerpo.</p> <p>5. Levantamiento suave: Levantarse suavemente, por extensión de las piernas, manteniendo la espalda derecha. No dar tirones a la carga ni moverla de forma rápida o brusca.</p> <p>6. Evitar giros: Procurar no efectuar nunca giros, es preferible mover los pies para colocarse en la posición adecuada.</p> <p>Se recomienda no sobrepasar los 25 kg de carga manual.</p>				
Cod.00300				Riesgo: ILUMINACION INADECUADA
C	P	V	01;Causa	Necesidad de una correcta iluminación del puesto de trabajo durante el desempeño de las tareas de reparación, sobre todo en lugares oscuros (debajo de mesas, cuartos o armarios).
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Se dispondrá de una linterna como punto de luz adicional para poder realizar las tareas de instalación y reparación de equipos informáticos en zonas en las que la luz general de las oficinas, no sea suficiente. La linterna dispondrá de elemento de sujeción para que el trabajador pueda utilizar ambas manos al trabajar o, en su defecto, será sujeta por un compañero.				

Cod.00330				Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
C	P	V	01;Causa	Posición del trabajador continuada o inadecuada durante el desempeño de sus funciones o esfuerzo muscular de posición estática excesiva, y mantenerlo durante un periodo de tiempo elevado.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; El puesto de trabajo mientras se utiliza la pantalla de visualización de datos, debe permitir que el tronco se mantenga derecho y erguido frente al plano de trabajo y lo más cerca posible del mismo, evitando giros y torsiones innecesarios. El espacio para piernas y rodillas, permitirá varias la posición. Desde disponer, si así lo desease el operador, de un reposapiés, que constituya un apoyo estable y que favorezca la adopción de una postura correcta. Se realizarán descansos a lo largo de la jornada de trabajo, alternando las operaciones de pie/ sentado.				
C	P	V	02;Causa	Trabajos de instalación y reparación de equipos informáticos en posturas forzadas.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Siempre que sea posible, se trabajará reparando los equipos sobre una mesa de trabajo, desconectando todo el cableado.				
Cod.00380				Riesgo: FATIGA VISUAL
C	P	V	01;Causa	Trabajo continuado durante gran parte de la jornada con pantallas de visualización de datos.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Las pantallas de visualización deben estar colocadas perpendicularmente a las luces, evitando que se produzcan reflejos. La pantalla, teclado y documento a copiar deberán estar situadas a la misma distancia visual, siendo recomendable, para comodidad del operador de pantallas, situar los documentos a copiar, en un atril y a la misma altura de la pantalla. Se recomienda realizar descansos periódicos cuando debido a las tareas realizadas se permanezca más de dos horas continuadas delante de la pantalla de visualización de datos (5 minutos cada 2 horas).				
02; Realizar revisiones periódicas de la vista, a través del servicio de vigilancia de la salud de los trabajadores.				
Cod.00410				Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
C	P	V	01;Causa	Manipulación de herramientas (destornilladores ...) en las tareas de instalación y reparación de equipos informáticos.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Las herramientas manuales tienen que estar construidas con materiales resistentes, utilizando aquellas que por sus características y tamaño sean las idóneas para la operación a realizar; no tendrán defectos ni desgastes que dificulten su correcta utilización, debiendo mantenerse en perfecto estado de uso.				

Cod.00420			Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
C	P	V	01;Causa Trabajo con equipos informáticos y similares. Manipulación de ordenadores en su reparación.
D	B	TO	
Medidas Preventivas			
01; No efectuar manipulaciones de equipos e instalaciones eléctricas, la instalación, mantenimiento y reparación sólo lo pueden hacer electricistas cualificados. No utilizar aparatos eléctricos con las manos húmedas. Antes de manipular el interior de un ordenador se deberá desconectar el cable de alimentación y posteriormente descargar la tensión residual pulsando el botón de encendido del equipo.			

En el caso de que este puesto de trabajo sea ocupado por trabajador menor de edad o trabajador sensible, se deberá comunicar al Servicio de Prevención para realizar la evaluación específica del Puesto.

RIESGOS REFERIDOS AL PUESTO DE TRABAJO: TECNICO

Fecha evaluación: 14.04.2015				Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu	
Cod.00030				Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	
C	P	V	01;Causa	Almacenamiento de los archivadores en estanterías.	
D	B	TO			
Medidas Preventivas					
01; El almacenamiento de materiales tales como: archivadores, libros... en las estanterías se realizará de tal forma que el conjunto formado sea estable y se evite de esta forma una posible caída de objetos. Se garantizará en todo momento la solidez y resistencia necesarias para soportar las cargas o esfuerzos que sean sometidas.					
Cod.00070				Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES	
C	P	V	01;Causa	Golpes con cajones abiertos.	
LD	M	TO			
Medidas Preventivas					
01; Los trabajadores deberán asegurarse de que tras el uso de los muebles archivadores y cajones, queden cerrados, evitando el choque de personas contra estos al quedar abiertos.					
Cod.00120				Riesgo: SOBRESFUERZOS	
C	P	V	01;Causa	Manipulación manual de cajas, material de oficina.	
LD	B	T			
Medidas Preventivas					
01; La manipulación de cargas se realizara del siguiente modo: doblar ligeramente las rodillas, manteniendo la espalda recta y la carga ligeramente separada del cuerpo y a la altura de los codos.					
02; Recomendaciones: -Apoyar los pies firmemente. -Separar los pies a una distancia aproximada de 50 cm. uno del otro. -Doblar la cadera y las rodillas para coger la carga. -Mantener la espalda recta. Nunca girar el cuerpo mientras se sostiene una carga pesada.					
03; Recomendaciones: -Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible, pues aumenta mucho la capacidad de levantamiento. -No levantes una carga pesada por encima de la cintura de un solo movimiento. -Mantén los brazos pegados al cuerpo y lo más tensos posible. - Si la carga es voluminosa, pide ayuda a un compañero.					

Cod.00280				Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO
C	P	V	01;Causa	Accidentes de tráfico.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Recomendaciones para el peatón: Caminar por las aceras. No circular por veredas en donde exista el riesgo de caída de objetos. Respetar los semáforos. Al cruzar una calle utilizar la senda peatonal, en caso que no exista hacerlo por la esquina. Verificar que no venga ningún vehículo. No correr al cruzar. Respetar la barreras y señales de tráfico. Al circular por la vía pública no fiarse de las piernas y la vista. En las rutas y caminos circular por la izquierda, así se verán los vehículos de frente. Si se camina de noche por zonas mal iluminadas, usar elementos reflectantes o linternas a fin de que lo localicen.				
02; Recomendaciones para los automovilistas: Utilizar siempre el cinturón de seguridad, es obligatorio. Circular por la derecha, manteniendo siempre una distancia prudencial del vehículo que circula delante. Respetar los límites de velocidad, teniendo presente también que dicho valor dependerá, entre otras cosas de las condiciones meteorológicas, las condiciones físicas y psíquicas propias, el estado del vehículo y de las calles, avenidas y rutas. Señalar anticipadamente todo cambio de dirección. Al conducir tener presente que el alcohol reduce la capacidad de reacción.				
03; Recomendaciones los motociclistas Utilizar el casco, es obligatorio. Asegurarse el buen funcionamiento de la moto (luces, frenos, neumáticos, etc.). Dar aviso de las maniobras que vaya a realizar. Circular en línea recta, sin hacer "eses". Si circula en caravana, respete su lugar, no intente adelantarse				
04; Se adecuará la circulación del vehículo según sus características.				
05; Estará establecido un programa de mantenimiento para asegurar el correcto estado del vehículo (ITV, etc.), en especial el sistema de frenos, dirección y amortiguación.				
06; Durante el transporte está prohibido utilizar el teléfono móvil ya que distrae al conductor.				
Cod.00310				Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS
C	P	V	01;Causa	Aire acondicionado.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Los filtros deberán revisarse periódicamente para evitar la acumulación de polvo o ácaros que puedan contaminar el ambiente.				

Cod.00320				Riesgo: CARGA Y FATIGA MENTAL
C	P	V	01;Causa	Organización de visitas de clientes, resolución de imprevistos, avisos con poca antelación, atención telefónica clientes.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Es muy recomendable, para reducir el riesgo de carga mental: - Planificar los diferentes trabajos de la jornada teniendo en cuenta una parte para imprevistos. - Impedir la acumulación de documentos innecesarios a corto plazo sobre las mesas de trabajo.				
02; - Enriquecer la organización del trabajo con más información, por ejemplo, sobre programas informáticos, idiomas, ..., más responsabilidad, más control. - Dar confianza al trabajador para solucionar los problemas sin intermediarios, delegar funciones. - Aumentar la variedad de las tareas de distinto tipo y responsabilidad para evitar la monotonía. - Rotación de los puestos de trabajo, en la medida de lo posible (por ejemplo, a la hora de atender a los clientes por teléfono).				
03; - Introducir pausas cortas pero frecuentes en vez de una única pausa a lo largo de la jornada. - No ofrecer nunca primas al rendimiento por parte de la empresa. - Evitar el aislamiento de los operadores. Posibilitar la comunicación entre los trabajadores. -Facilitar las relaciones de cooperación entre los trabajadores, tanto formales como informales. - Llevar un vida extralaboral activa (deporte, relaciones familiares y sociales).				
Cod.00330				Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
C	P	V	01;Causa	Posición del trabajador continuada o inadecuada durante el desempeño de sus funciones o esfuerzo muscular de posición estática excesiva, y mantenerlo durante un periodo de tiempo elevado.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; El puesto de trabajo debe permitir que el tronco se mantenga derecho y erguido frente al plano de trabajo y lo más cerca posible del mismo, evitando giros y torsiones innecesarios. El espacio para piernas y rodillas, permitirá variar la posición. Desde disponer, si así lo desease el trabajador, de un reposapiés, que constituya un apoyo estable y que favorezca la adopción de una postura correcta. Se realizarán descansos a lo largo de la jornada de trabajo, alternando las operaciones de pie/ sentado.				
Cod.00380				Riesgo: FATIGA VISUAL
C	P	V	01;Causa	Trabajo continuado durante gran parte de la jornada con pantallas de visualización de datos.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Las pantallas de visualización, deben estar colocadas perpendicularmente a las luces, evitando que se produzcan reflejos. La pantalla, teclado y el documento a copiar deberán estar situadas a la misma distancia visual, siendo recomendable, para comodidad del operador de pantallas, situar los documentos a copiar, en un atril y a la misma altura de la pantalla.				
02; Se recomienda realizar descansos periódicos cuando debido a las tareas realizadas se permanezca más de dos horas continuadas delante de la pantalla de visualización de datos, siendo conveniente también realizar revisiones periódicas de la vista.				

Cod.00420				Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
C	P	V	01;Causa	Mantenimiento de la instalación eléctrica.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Las instalaciones en general de la empresa, deberán ser objeto de un mantenimiento periódico por un especialista, de forma que sus condiciones de funcionamiento satisfagan siempre las especificaciones del proyecto, subsanándose con rapidez las deficiencias que puedan afectar a la seguridad y salud de los trabajadores.				
02; Se evitará la acumulación de cables sueltos y se prohíben las conexiones provisionales. Se desconectará tirando del enchufe, no del cable. Los enchufes y tomas de corrientes tendrán el menor recorrido posible. Esta prohibido manipular y tratar de reparar objetos, aparatos o instalaciones que tengan que ver con la electricidad, a no ser que sea un experto. La instalación eléctrica no deberá entrañar riesgo de incendio o explosión.				
Cod.00460				Riesgo: TRASTORNOS DE LA VOZ
C	P	V	01;Causa	Atención telefónica continuada, recepción de clientes...
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Recomendaciones para evitar problemas con la voz: - Respirar de forma fisiológica, utilizando el diafragma y parte inferior del tórax. - No forzar nunca la voz al hablar, aprender a vocalizar y a repartir el aire al hablar. - Emplear un ritmo de emisión vocal correcto, ni rápido ni monótono. - Evitar gritos, forzar carraspeo, tos o estornudos ruidosos. - Realizar diariamente durante 15 minutos ejercicios de vocalización. - Acostumbrarse a beber 8 vasos de agua al día.				
Cod.00512				Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES
C	P	V	01;Causa	Contenido de las tareas y de los sistemas de trabajo.
Medidas Preventivas				
01; Se deberán considerar los siguientes aspectos relativos al contenido de las tareas y al grado en que tales tareas responden a las expectativas del trabajador: La carga de trabajo, complejidad, de las tareas, ritmos de trabajo, grado de autonomía, referente a la realización de la tarea, monotonía y/o repetitividad de las tareas, trabajo nocturno y/o turnos, conductas violentas y/o abusivas ya sean verbales o físicas.				
C	P	V	02;Causa	Otros factores individuales
Medidas Preventivas				
01; Finalmente se tendrán en consideración los aspectos individuales que puedan ser determinantes en la percepción de las condiciones laborales con el fin de optimizar las capacidades de afrontamiento de cada persona sobre las situaciones laborales.				

En el caso de que este puesto de trabajo sea ocupado por trabajador menor de edad o trabajador sensible, se deberá comunicar al Servicio de Prevención para realizar la evaluación específica del Puesto.

RIESGOS REFERIDOS AL AREA DE TRABAJO: ENSEÑANZA

Fecha evaluación: 14.04.2015

Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu

RIESGOS REFERIDOS AL PUESTO DE TRABAJO: DOCENCIA

Fecha evaluación: 14.04.2015

Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu

Cod.00020

Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL

C	P	V	01;Causa	Orden y limpieza, presencia de obstáculos.
LD	B	T		

Medidas Preventivas

01; Mantenga siempre su lugar de trabajo libre de obstáculos y siga las siguientes recomendaciones: Tómese su tiempo y vea por dónde camina. Mantenga los pasillos libres de obstáculos (carpetas, libros, bolsos ...) Nunca deje abiertos los cajones y puertas de los archivadores. Utilizar calzado adecuado al tipo de trabajo que realizamos y mantenerlo en buen estado. En caso que el suelo estuviera resbaladizo, hemos de avisar inmediatamente al responsable de mantenimiento.

Cod.00120

Riesgo: SOBRESFUERZOS

C	P	V	01;Causa	Por la manipulación manual de cargas ocasional.
LD	B	T		

Medidas Preventivas

01; Es necesario utilizar medios mecánicos y/o ayuda humana en los desplazamientos de cargas pesadas según el RD 487/1997 sobre manipulación manual de cargas.

02; En la manipulación manual de cargas ocasional se habrán de seguir las siguientes indicaciones: 1. Planificar el levantamiento. 2. Colocar los pies separados, uno más adelantado que el otro. 3. Doblar las piernas manteniendo la espalda recta y la barbilla hacia dentro. No girar el cuerpo. 4. Sujetar firmemente la espalda. 5. Levantarse suavemente por extensión de las piernas. 6. Mantener la carga pegada al cuerpo durante el levantamiento. 7. Depositar la carga y después ajustarla si es necesario.

Cod.00200

Riesgo: INCENDIO. Propagación

C	P	V	01;Causa	Existencia de materiales combustible (papeles y materiales de archivo.)
D	B	TO		

Medidas Preventivas

01; Mantener en perfecto orden el archivo y elementos similares alejándolos de posibles focos de ignición (cuadro eléctrico, etc.). Los armarios archivadores, mientras no se utilicen y al final de la jornada de trabajo, se mantendrán cerrados para evitar una rápida propagación en caso de incendio.

Cod.00260				Riesgo: EXPOSICION A RADIACIONES
C	P	V	01;Causa	Uso de la fotocopidora.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Se deberá trabajar con la puerta superior cerrada para que las radiaciones que emanan de la fotocopidora no dañen los ojos.				
Cod.00280				Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO
C	P	V	01;Causa	Accidentes in-itinere.
ED	B	MO		
Medidas Preventivas				
01; Recomendaciones para el peatón Caminar por las aceras. No circular por veredas en donde exista el riesgo de caída de objetos. Respetar los semáforos. Al cruzar una calle utilizar la senda peatonal, en caso que no exista hacerlo por la esquina. Verificar que no venga ningún vehículo. No correr al cruzar. Respetar las barreras y señales de tráfico. Al circular por la vía pública no fiarse de las piernas y la vista. En las rutas y caminos, circular por la izquierda, así se verán los vehículos de frente. Si se camina de noche por zonas mal iluminadas, usar elementos reflectantes o linternas a fin de que lo localicen.				
02; Recomendaciones para los automovilistas Utilizar el cinturón de seguridad, es obligatorio. Circular por la derecha, manteniendo siempre una distancia prudencial del vehículo que circula delante. Respetar los límites de velocidad, teniendo presente también que dicho valor dependerá, entre otras cosas de: las condiciones meteorológicas, las condiciones físicas y psíquicas propias, el estado del vehículo y de las calles, avenidas y rutas. Señalar anticipadamente todo cambio de dirección. Al conducir tener presente que el alcohol reduce la capacidad de reacción.				
03; Recomendaciones los motociclistas Utilizar el casco, es obligatorio. Asegurarse el buen funcionamiento de la moto (luces, frenos, neumáticos, etc.). Dar aviso de las maniobras que vaya a realizar. Circular en línea recta, sin hacer "eses". Si circula en caravana, respete su lugar, no intente adelantarse				
Cod.00310				Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS
C	P	V	01;Causa	Producidos por los virus y bacterias en el ambiente del aula
LD	M	TO		
Medidas Preventivas				
01; Como agente de riesgo vacunarse contra el virus de la gripe. La renovación periódica del aire en el aula ayuda a mantener un ambiente más limpio y contribuye a incrementar el confort y bienestar durante el desarrollo de la actividad docente. Realizar campañas de higiene.				

Cod.00320				Riesgo: CARGA Y FATIGA MENTAL
C	P	V	01;Causa	Carga de trabajo. Nivel de actividad mental necesario para desarrollar el trabajo.
Medidas Preventivas				
01; Diseñar las tareas de tal forma que se asegure que la información se percibe claramente y se entiende e interpreta de manera clara y fácil.				
02; Organizar el trabajo de forma que se alternen tareas con otras que impliquen una menor carga mental, permitiendo así la recuperación del organismo.				
03; Establecer pausas cortas y frecuentes.				
04; Comprobar que las condiciones físicas de su puesto son adecuadas.				
05; Procurar en lo posible delegar responsabilidades y establecer buenas relaciones personales con su equipo de trabajo.				
06; Si se detectan deficiencias, de cualquier tipo, tanto en formación técnica, como en el desarrollo de habilidades personales, de relación, o incluso de actitud, procurar en la medida de lo posible eliminarlas.				
C	P	V	02;Causa	Colaboración entre trabajadores.
Medidas Preventivas				
01; Se procurará organizar el trabajo de modo que las tareas a realizar no impidan la relación entre los miembros de un grupo ni la de éstos con el resto de los compañeros. La existencia de un clima de colaboración entre todos los miembros de la empresa se traducirá en una casi total ausencia de conflictos. Establecer métodos de trabajo que fomenten la colaboración entre todos los miembros de la empresa.				
Cod.00330				Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
C	P	V	01;Causa	Debido a la necesidad de pasar periodos prolongados en la misma postura (de pie) obliga al profesor a desplazarse, flexionar el tronco, girar el cuerpo o permanecer en una misma posición durante un espacio prolongado de tiempo.
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Se deben evitar, siempre que sea posible, movimientos bruscos y forzados del cuerpo. Si debemos permanecer de pie durante un periodo prolongado de tiempo, es importante mantener un pie en alto apoyándolo sobre un reposapiés y alternar un pie tras otro, para reducir la tensión muscular necesaria para mantener el equilibrio. El cuerpo tiene que estar erguido en todo momento para prevenir deformaciones de la columna. Es aconsejable cambiar de posición con frecuencia para evitar la fatiga.				

Cod.00370				Riesgo: BURNOUT
C	P	V	01;Causa	características del propio puesto de trabajo y la personalidad del trabajador
Medidas Preventivas				
01; Como medidas preventivas de índole personal se recomienda realizar actividades extra laborales (deporte, cine, lectura, etc.) e intensificar las relaciones personales, familiares y sociales. En caso de dudar de que se necesite ayuda profesional conviene solicitarla. Es la única manera de evitar la cronificación. Conviene recordar que la mejor manera de evitar este síndrome es cuidando el ambiente de trabajo. Un buen ambiente de trabajo, así como el trabajo en equipo evita cualquier problema.				
Cod.00380				Riesgo: FATIGA VISUAL
C	P	V	01;Causa	Deslumbramientos en pantallas de visualización de datos.
D	B			
Medidas Preventivas				
01; El usuario de terminales PVD habrá de poder ajustar fácilmente la luminosidad y el contraste de los caracteres con el fondo de la pantalla y adaptarlos fácilmente a las condiciones del entorno. La pantalla habrá de ser orientable e inclinable a voluntad, con facilidad para adaptarse a las necesidades del usuario.				
02; La pantalla no habrá de tener reflejos que puedan molestar al usuario. Las ventanas nunca deben estar situadas delante o detrás del puesto de trabajo. Si esto no fuera posible se utilizarán las persianas existentes o elementos similares.				
Cod.00410				Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
C	P	V	01;Causa	Manejo irregular de las herramientas de oficina (grapadora, cutter...). Falta de atención en las tareas habituales. Uso de tijeras, folios, ...
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; Utilizar la papelería para depositar papeles, no deposite nunca en ellas vidrios rotos o materiales cortantes. Las tijeras debes guardarse en el cajón. El cutter se mantendrá siempre cerrado. Las grapas de los informes, caso de que se necesite retirarlas, se hará, utilizando la desgrapadora. Se seleccionarán las herramientas que sean adecuadas para cada trabajo, se usarán siempre correctamente y se guardarán limpias y en lugares seguros.				
02; Se extremarán las precauciones en el uso de herramientas cortantes (cúter, tijeras) procurando utilizar aquellas que dispongan de elementos de seguridad. Mantener los pasillos libres de obstáculos e ir con cuidado al moverse por la oficina.				

Cod.00430				Riesgo: CONTACTO ELECTRICO DIRECTO
C	P	V	01;Causa	Manipulación de los diferentes aparatos que se utilizan como elementos de soporte en la impartición de las clases (retroproyectores, ordenadores portátiles, proyectores de diapositivas, radiocassettes...)
LD	B	T		
Medidas Preventivas				
01; Antes de utilizar un equipo deberemos de verificar que se encuentre en perfecto estado para ser utilizado. Comprobar antes de utilizar un equipo el estado del enchufe al que se va a conectar. Para desconectar un equipo de la corriente, siempre deberemos de estirar de la clavija y nunca del cable. Siempre debemos de operar con los mandos previstos por el fabricante o instalador. No se pueden alterar nunca los dispositivos de seguridad, ya que su función de protección quedaría anulada. En caso de avería, la primera medida a adoptar es desconectar la corriente e informar al técnico o al departamento de mantenimiento.				
Cod.00460				Riesgo: TRASTORNOS DE LA VOZ
C	P	V	01;Causa	Debidos al esfuerzo mantenido de la voz, la impartición de las clases en aulas con una acústica inadecuada y en la mayoría de los casos masificados, así como la inhalación del polvo de la tiza.
D	B	TO		
Medidas Preventivas				
01; No forzar la intensidad de la voz. Respirar correctamente. Evitar el tabaco que provoca una irritación inmediata de las mucosas. No exponerse a factores irritantes de las cuerdas vocales como el alcohol, ambientes secos y calientes, cambios bruscos de temperatura.				
02; cursos de formación para utilizar correctamente la voz; técnicas sencillas de respiración, relajación, vocalización y de impostación de la voz; adecuar las condiciones acústicas de las aulas mediante aislamientos y/o utilizar medios físicos de transmisión de la voz, como es el micrófono.				

En el caso de que este puesto de trabajo sea ocupado por trabajador menor de edad o trabajador sensible, se deberá comunicar al Servicio de Prevención para realizar la evaluación específica del Puesto.

RIESGOS REFERIDOS AL AREA DE TRABAJO: LIMPIEZA

Fecha evaluación: 14.04.2015

Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu

RIESGOS REFERIDOS AL PUESTO DE TRABAJO: LIMPIEZA

Fecha evaluación: 14.04.2015

Evaluador: Ramón Bertomeu Bertomeu

Cod.00020

Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL

C	P	V
D	M	MO

01;Causa

Suelo resbaladizo o mojado.

Medidas Preventivas

01; Los pasillos de circulación deben mantenerse libres en todo momento. Coloque carteles de "suelo Mojado" para avisar cuando el suelo esté lavado o encerado. En los trabajos de limpieza se deberá usar calzado con suela antideslizante, para evitar caídas en suelos mojados o en los que hayan caído restos de algún producto.

Cod.00150

Riesgo: EXPOSICION A SUSTANCIAS QUIMICAS

C	P	V
D	M	MO

01;Causa

Utilización de productos de limpieza.

Medidas Preventivas

01; La utilización de productos de limpieza se realizará según las indicaciones del fabricante en las fichas de datos de seguridad de los productos que se manipulen. No se emplearán productos que produzcan vapores tóxicos en locales en los que no exista suficiente ventilación. No se mezclarán productos químicos diversos sin indicación expresa del fabricante de los mismos. Deben respetarse y conservarse las etiquetas de los productos químicos que se utilicen, y está prohibido su trasvase a recipientes que no sean los propios, y mucho menos si estos envases son usualmente destinados a contener productos alimenticios.

02; Se entregaran a todos los trabajadores las fichas de datos de seguridad de los productos químicos que se manipulen para la correcta utilización de los mismos. Deberán utilizarse los equipos de protección individual especificados en las fichas.

Cod.00330

Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL

C	P	V

01;Causa

Posturas de trabajo forzadas durante largos periodos de tiempo.

Medidas Preventivas

01; Deberá evitarse el mantenimiento prolongado de cualquier postura. Las tareas se planificarán de manera que permitan realizar descansos tras periodos de trabajo continuado. Antes de limpiar hay que planificar el trabajo con el fin de minimizar los deslizamientos, así como colocar estratégicamente el carro de limpieza en el centro de la zona a limpiar. Se recomienda la utilización de calzado cómodo, cerrado.

Cod.00420			Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
C	P	V	01;Causa
			Contactos eléctricos entre partes activas bajo tensión con partes metálicas accesibles durante el fregado.
Medidas Preventivas			
01; Se deberá evitar fregar o mojar las zonas de las empresas donde haya gran cantidad de cableado eléctrico por el suelo que pueda ser susceptible de producir electrocuciones por fallo de los interruptores diferenciales. Se deberá exigir a las empresas donde se realice la limpieza que se mantenga un adecuado mantenimiento de la instalación eléctrica conforme a lo expresado por el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión. A tal fin sería conveniente que se comprobara la eficacia de los interruptores diferenciales al menos mensualmente.			

En el caso de que este puesto de trabajo sea ocupado por trabajador menor de edad o trabajador sensible, se deberá comunicar al Servicio de Prevención para realizar la evaluación específica del Puesto.

** Riesgo que puede verse agravado o modificado, en el desarrollo del proceso o la actividad, por la concurrencia de operaciones diversas que se desarrollan sucesiva o simultáneamente y que hacen preciso el control de la correcta aplicación de los métodos de trabajo.*

(C) Consecuencia	(LD) LIGERAMENTE DAÑINO	(P) Probabilidad	(B) BAJA	(V) Valoración	(T) TRIVIAL
	(D) DAÑINO		(M) MEDIA		(TO) TOLERABLE
	(ED) EXTREMADAMENTE DAÑINO		(A) ALTA		(M) MODERADO
					(I) IMPORTANTE
					(IN) INTOLERABLE

5.7. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

Según resultados de la evaluación de riesgos, la empresa deberá proveer a los trabajadores, y estos deberán utilizar, según R.D. 773/97, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual, los siguientes equipos de protección individual:

PUESTO	INFORMATICO
RIESGO	EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL
CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	Guantes de protección contra riesgos mecánicos
PUESTO	LIMPIEZA
RIESGO	EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL
CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	Los pasillos de circulación deben mantenerse libres en todo momento. Coloque carteles de "suelo Mojado" para avisar cuando el suelo esté lavado o encerado. En los trabajos de limpieza se deberá usar calzado con suela antideslizante, para evitar caídas en suelos mojados o en los que hayan caído restos de algún producto.

5.8. FORMACIÓN POR PUESTO DE TRABAJO

En cumplimiento a lo dispuesto en el artículo 19 de la Ley 31/1.995 de Prevención de Riesgos Laborales, el Empresario deberá garantizar que todos los trabajadores reciban una adecuada FORMACIÓN en materia preventiva tanto teórica como práctica.

Esta formación, será suficiente y adecuada, y deberá impartirse:

- En el momento de la contratación del personal.
- Cuando se produzcan cambios en las funciones a desempeñar
- Cuando se introduzcan nuevos equipos o nuevas tecnologías

La formación se centrará específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador y procurará adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos. Se repetirá periódicamente si fuera necesario. El empresario, a través de los programas de formación de proveedores, cuadros técnicos, Servicio de Prevención, Asociaciones Empresariales y Sindicales planificará la formación continua con arreglo al siguiente Plan de Acción:

PUESTO DE TRABAJO	FORMACIÓN
LIMPIEZA	La utilización de productos de limpieza se realizará según las indicaciones del fabricante en las fichas de datos de seguridad de los productos que se manipulen. No se emplearán productos que produzcan vapores tóxicos en locales en los que no exista suficiente ventilación. No se mezclarán productos químicos diversos sin indicación expresa del fabricante de los mismos. Deben respetarse y conservarse las etiquetas de los productos químicos que se utilicen, y está prohibido su trasvase a recipientes que no sean los propios, y mucho menos si estos envases son usualmente destinados a contener productos alimenticios.

En cumplimiento a lo dispuesto en el artículo 20 de la Ley 31/1.995 de Prevención de Riesgos Laborales, sobre medidas de emergencia, el empresario deberá designar y formar al personal encargado para adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores, según el siguiente Plan de Acción: :

PUESTO DE TRABAJO	FORMACIÓN
Todos los puestos de trabajo	Implantación de las medidas de actuación en caso de emergencia
Equipos de emergencias*	Primeros auxilios y prevención y extinción de incendios

* Según designación del plan de actuación en caso de emergencias.

5.9. RELACIÓN DE TRABAJADORES POR PUESTO DE TRABAJO.

Relación de trabajadores por puestos de trabajo

Página 1 de 1

Empresa EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

Centro de Trabajo CENTRO AMPOSTA

Domicilio C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

RTL O Delegado Prevención

Fdo.:

Fecha:

Firma y Sello Empresa

Fdo.:

Fecha:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRE	DNI	Sexo	Fecha Nto	Fecha Alta	*Sensibilidad	**ETT	Categoría	PUESTO DE TRABAJO
1	PEREZ GARCIA, LUISA		MUJER			NINGUNA	NO		TÉCNICO
2	VERDE POZO, JUAN CARLOS		VARÓN			NINGUNA	NO		INFORMÁTICO
3	BERNAL GALLEGO, PAULA		MUJER			NINGUNA	NO		DOCENCIA
4	TORRES FERNANDEZ, JOSEFA		MUJER			NINGUA	NO		DOCENCIA
5	FALCO FIGUERES, ROCIO		MUJER			NINGUA	NO		LIMPIEZA

5.10. PLANIFICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS





**PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN
EVALUACIÓN DE RIESGOS**

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 1

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

PLANIFICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS

EMPRESA / CENTRO: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA ((TARRAGONA))
CENTRO DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Relación de Áreas / Puestos afectados:

INSTALACIONES
GENERALES

INFORMATICO

TECNICO

DOCENCIA

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



**PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN
EVALUACIÓN DE RIESGOS**

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 2

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

INSTALACIONES GENERALES	CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	La escalera del último piso tiene un aldo abierto.	M	Se cubrirá la parte interior de la escalera que este abierta para impedir la caída accidental de objetos u cosas.					
INSTALACIONES GENERALES	CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	Arriostramiento de la escalera y estructura de la misma.	M	Un técnico especialista revisara el estado de las escaleras para evaluar la estructura y el estado de los escalones. Y se registrara documentalmente. Los escalones de las escaleras se sujetaran para impedir la caída de los mismos y se deberá arriostar la estructura correctamente para que ofrezca una adecuada resistencia. Se llevara un mantenimiento general de la escalera para impedir una posible caída accidental de la misma y de los escalones. Se revisara el estado de la barandilla.					

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



**PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN
EVALUACIÓN DE RIESGOS**

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 3

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

INSTALACIONES GENERALES	CONTACTO ELECTRICO DIRECTO	Contacto del trabajador con partes eléctricas de la instalación eléctrica en general.	M	Se deberá cumplir en especial el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión. Se verificara la existencia de la señalización sobre la puerta del cuadro eléctrico mediante señal normalizada sobre riesgo eléctrico. Los cuadros eléctricos deberán conservarse en perfecto estado y cerrados. Se debe vigilar que los empalmes y las conexiones sean correctas, que estén aisladas y protegidas, estando accesibles las partes activas de la instalación. Todas las tomas de corriente y enchufes utilizados deberán tener el grado de protección adecuado.					
INSTALACIONES GENERALES	CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	Cableado en las zonas de paso.	TO	Los cables sueltos se ocultaran bajo regletas de longitudes adecuadas y las regletas no se ubicaran en las zonas de paso.					
INFORMATICO	CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENT O	Manipulación y transporte de equipos informáticos manualmente.	TO	Durante la manipulación y transporte de equipos informáticos se utilizará siempre calzado cerrado y guantes antideslizantes para evitar que se resbalen y caigan sobre el trabajador los equipos que habitualmente manipula y transporta.					

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN EVALUACIÓN DE RIESGOS

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 4

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

INFORMATICO	SOBREESFUERZO S	Manipulación manual de cargas (material y equipos informáticos).	TO	La manipulación manual de cargas se realizará, en la medida de lo posible, de forma mecánica (carro) y/o con ayuda humana. Se proporcionará una formación adecuada sobre la forma correcta de manipular las cargas manualmente.					
INFORMATICO	ILUMINACION INADECUADA	Necesidad de una correcta iluminación del puesto de trabajo durante el desempeño de las tareas de reparación, sobre todo en lugares oscuros (debajo de mesas, cuartos o armarios).	TO	Se dispondrá de una linterna como punto de luz adicional para poder realizar las tareas de instalación y reparación de equipos informáticos en zonas en las que la luz general de las oficinas, no sea suficiente. La linterna dispondrá de elemento de sujeción para que el trabajador pueda utilizar ambas manos al trabajar o, en su defecto, será sujeta por un compañero.					
INFORMATICO	FATIGA FISICA POSTURAL	Trabajos de instalación y reparación de equipos informáticos en posturas forzadas.	TO	Siempre que sea posible, se trabajará reparando los equipos sobre una mesa de trabajo, desconectando todo el cableado.					

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



**PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN
EVALUACIÓN DE RIESGOS**

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 5

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

INFORMATICO	CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO	Trabajo con equipos informáticos y similares. Manipulación de ordenadores en su reparación.	TO	No efectuar manipulaciones de equipos e instalaciones eléctricas, la instalación, mantenimiento y reparación sólo lo pueden hacer electricistas cualificados. No utilizar aparatos eléctricos con las manos húmedas. Antes de manipular el interior de un ordenador se deberá desconectar el cable de alimentación y posteriormente descargar la tensión residual pulsando el botón de encendido del equipo.					
TECNICO	CARGA Y FATIGA MENTAL	Organización de visitas de clientes, resolución de imprevistos, avisos con poca antelación, atención telefónica clientes.	TO	Es muy recomendable, para reducir el riesgo de carga mental: - Planificar los diferentes trabajos de la jornada teniendo en cuenta una parte para imprevistos. - Impedir la acumulación de documentos innecesarios a corto plazo sobre las mesas de trabajo.					

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN EVALUACIÓN DE RIESGOS

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 6

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

TECNICO	CARGA Y FATIGA MENTAL	Organización de visitas de clientes, resolución de imprevistos, avisos con poca antelación, atención telefónica clientes.	TO	<p>- Enriquecer la organización del trabajo con más información, por ejemplo, sobre programas informáticos, idiomas, ..., más responsabilidad, más control. - Dar confianza al trabajador para solucionar los problemas sin intermediarios, delegar funciones. - Aumentar la variedad de las tareas de distinto tipo y responsabilidad para evitar la monotonía. - Rotación de los puestos de trabajo, en la medida de lo posible (por ejemplo, a la hora de atender a los clientes por teléfono).</p>				
TECNICO	CARGA Y FATIGA MENTAL	Organización de visitas de clientes, resolución de imprevistos, avisos con poca antelación, atención telefónica clientes.	TO	<p>- Introducir pausas cortas pero frecuentes en vez de una única pausa a lo largo de la jornada. - No ofrecer nunca primas al rendimiento por parte de la empresa. - Evitar el aislamiento de los operadores. Posibilitar la comunicación entre los trabajadores. - Facilitar las relaciones de cooperación entre los trabajadores, tanto formales como informales. - Llevar un vida extralaboral activa (deporte, relaciones familiares y sociales).</p>				

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



**PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN
EVALUACIÓN DE RIESGOS**

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 7

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

TECNICO	FATIGA VISUAL	Trabajo continuado durante gran parte de la jornada con pantallas de visualización de datos.	TO	Se recomienda realizar descansos periódicos cuando debido a las tareas realizadas se permanezca más de dos horas continuadas delante de la pantalla de visualización de datos, siendo conveniente también realizar revisiones periódicas de la vista.					
DOCENCIA	EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS	Producidos por los virus y bacterias en el ambiente del aula	TO	Como agente de riesgo vacunarse contra el virus de la gripe. La renovación periódica del aire en el aula ayuda a mantener un ambiente más limpio y contribuye a incrementar el confort y bienestar durante el desarrollo de la actividad docente. Realizar campañas de higiene.					
DOCENCIA	TRASTORNOS DE LA VOZ	Debidos al esfuerzo mantenido de la voz, la impartición de las clases en aulas con una acústica inadecuada y en la mayoría de los casos masificadas, así como la inhalación del polvo de la tiza.	TO	No forzar la intensidad de la voz. Respirar correctamente. Evitar el tabaco que provoca una irritación inmediata de las mucosas. No exponerse a factores irritantes de las cuerdas vocales como el alcohol, ambientes secos y calientes, cambios bruscos de temperatura.					

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN EVALUACIÓN DE RIESGOS

Código: 202838-00004 /
Revisión: 000
Fecha: 14.04.2015
Página: Pág 8

A
realizar por: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

INFORMATICO	CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES	Golpes con mobiliario de oficina y cajones abiertos al reparar equipos que, en ocasiones, pueden encontrarse debajo o dentro del mobiliario.	T	Siempre que sea posible se trabajará reparando los equipos sobre una mesa de trabajo, desconectando todo el cableado.					
INFORMATICO	FATIGA VISUAL	Trabajo continuado durante gran parte de la jornada con pantallas de visualización de datos.	T	Realizar revisiones periódicas de la vista, a través del servicio de vigilancia de la salud de los trabajadores.					
DOCENCIA	FATIGA FISICA POSTURAL	Debido a la necesidad de pasar periodos prolongados en la misma postura (de pie) obliga al profesor a desplazarse, flexionar el tronco, girar el cuerpo o permanecer en una misma posición durante un espacio prolongado de tiempo.	T	Se deben evitar, siempre que sea posible, movimientos bruscos y forzados del cuerpo. Si debemos permanecer de pie durante un periodo prolongado de tiempo, es importante mantener un pie en alto apoyándolo sobre un reposapiés y alternar un pie tras otro, para reducir la tensión muscular necesaria para mantener el equilibrio. El cuerpo tiene que estar erguido en todo momento para prevenir deformaciones de la columna. Es aconsejable cambiar de posición con frecuencia para evitar la fatiga.					

Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

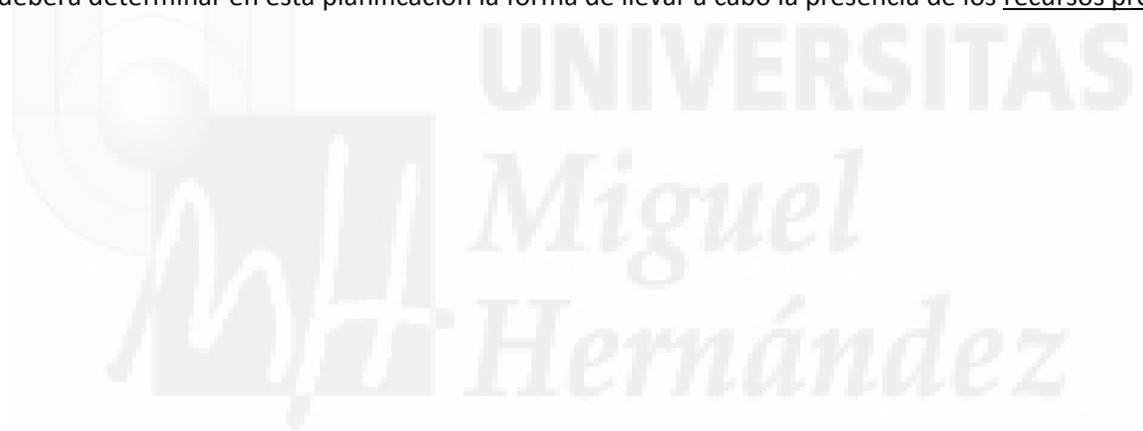
Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:

	PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS SEGÚN EVALUACIÓN DE RIESGOS		Código: 202838-00004 / Revisión: 000
	A <i>realizar por:</i>	EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.	Fecha: 14.04.2015 Página: Pág 9

Se hará entrega documentada de la información relativa a los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, tanto aquéllos que afecten a la empresa en su conjunto como a cada tipo de puesto de trabajo o función, así como las medidas y actividades de protección y prevención aplicables a los riesgos señalados. Además se entregará información sobre las medidas de actuación a seguir en caso de emergencia.

En el caso en el que los riesgos puedan verse agravados o modificados, en el desarrollo del proceso o la actividad, por la concurrencia de operaciones diversas que se desarrollan sucesiva o simultáneamente y que hagan preciso el control de la correcta aplicación de los métodos de trabajo o cuando se realicen actividades o procesos peligrosos o con riesgos especial, se deberá determinar en esta planificación la forma de llevar a cabo la presencia de los recursos preventivos de la actividad preventiva.



Realizado por:

Revisado y Aprobado por:

Recibí:

Informado:




Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu

Fdo.:

Fdo.:.....

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2011

Empresa. EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.
Fecha:

Empresa. Delegado Prevención
Fecha:

5.11. PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO





PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

Fecha: 14.04.2015

Página:

PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

EMPRESA / CENTRO: EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA ((TARRAGONA))

CENTRO DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Relación de Áreas / Puestos afectados:

INSTALACIONES
GENERALES

INFORMATICO

TECNICO

LIMPIEZA

Realizado por:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu
Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2015

Revisado y Aprobado por:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu
Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2015

Recibí:

Fdo.:
Empresa. EMPRESA DE FORMACION, S.L.
Fecha:

Informado:

Fdo.:.....
Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

Fecha: 14.04.2015

Página:

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Área / Puesto	Riesgo	Causa	Prioridad	Acción propuesta	Rpble. Ejecución	Fecha Prevista	Comp./Realiz. (firma y fecha)	Ppto	Observaciones
INSTALACIONES GENERALES	INCENDIO. Medios de lucha	Mantenimiento de los extintores y medios de extinción.	M	Se recuerda a la empresa la necesidad de que continúen el mantenimiento mínimo de los extintores, los cuales deben ser revisados cada año y retimbrados cada cinco años, según lo descrito en el R.D. 1942/1993 sobre Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios, debiéndose llevar a cabo el mantenimiento mínimo expresado en dicho Reglamento. Deberán situarse a una altura no superior a 1,70 m. respecto del suelo y en un lugar de fácil accesibilidad. Se recuerda mantener dicha documentación del mantenimiento documentada.					
INSTALACIONES GENERALES	INCENDIO. Medios de lucha	Mantenimiento de los extintores y medios de extinción.	M	Se realizará igualmente un riguroso mantenimiento de las B.I.E (Bocas de Incendio Equipadas), para de esta forma confirmar la eficacia de extinción de incendios. Se mantendrá alrededor de cada B.I.E. un zona libre de obstáculos que permita el acceso a ella y su maniobra sin dificultad. La red de tuberías deberá proporcionar suministro durante una hora, como mínimo.					

PRIORIDAD

(IN) Intolerable. Acción inmediata, no continuar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(M) Moderado. Establecer un periodo determinado.

(T) Trivial. No requiere acción específica.

(I) Importante. Acción a corto plazo, no comenzar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(TO) Tolerable. Buscar soluciones o medidas más rentables



PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

Fecha: 14.04.2015

Página:

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Área / Puesto	Riesgo	Causa	Prioridad	Acción propuesta	Rpble. Ejecución	Fecha Prevista	Comp./Realiz. (firma y fecha)	Ppto	Observaciones
INSTALACIONES GENERALES	CONTACTO ELECTRICO DIRECTO	Contacto del trabajador con partes eléctricas de la instalación eléctrica en general.	M	Se establecerá un sistema de mantenimiento periódico de la instalación eléctrica, recomendándose su planificación por escrito, de la instalación eléctrica por un instalador autorizado, comprobando que cumpla con lo dispuesto en el Reglamento Electrotécnico para Baja Tensión (R.E.B.T.). Se recuerda a la empresa que las diferentes puertas de los cuadros eléctricos debe permanecer siempre cerrados y estar señalizados con una señal de advertencia triangular, según R.D. 485/97.					
LIMPIEZA	CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO	Contactos eléctricos entre partes activas bajo tensión con partes metálicas accesibles durante el fregado.		Se deberá evitar fregar o mojar las zonas de las empresas donde haya gran cantidad de cableado eléctrico por el suelo que pueda ser susceptible de producir electrocuciones por fallo de los interruptores diferenciales. Se deberá exigir a las empresas donde se realice la limpieza que se mantenga un adecuado mantenimiento de la instalación eléctrica conforme a lo expresado por el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión. A tal fin sería conveniente que se comprobara la eficacia de los interruptores diferenciales al menos mensualmente.					

PRIORIDAD

(IN) Intolerable. Acción inmediata, no continuar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(I) Importante. Acción a corto plazo, no comenzar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(M) Moderado. Establecer un periodo determinado.

(TO) Tolerable. Buscar soluciones o medidas más rentables

(T) Trivial. No requiere acción específica.



PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Fecha: 14.04.2015

Página:

Área / Puesto	Riesgo	Causa	Prioridad	Acción propuesta	Rpble. Ejecución	Fecha Prevista	Comp./Realiz. (firma y fecha)	Ppto	Observaciones
INSTALACIONES GENERALES	INCENDIO. Evacuación	Mantenimiento del alumbrado de emergencia.	TO	Se realizara un mantenimiento del alumbrado de emergencia existente en la empresa, este deberá tener un adecuado mantenimiento de forma que su funcionamiento sea correcto continuamente.					
INSTALACIONES GENERALES	OTROS REQUISITOS GENERALES	Mantenimiento de botiquín.	TO	Se comprobó en las instalaciones que la empresa disponía de botiquín en perfectas condiciones, se recomienda que el material se revise periódicamente, disponiendo como mínimo de desinfectantes y antisépticos autorizados, gasas estériles, algodón hidrófilo, venda, esparadrapo, apósitos adhesivos, tijeras, pinzas y guantes desechables. Dicho material se deberá revisar periódicamente y se irá reponiendo tan pronto como caduque o sea utilizado.					
INFORMATICO	FATIGA FISICA POSTURAL	Posición del trabajador continuada o inadecuada durante el desempeño de sus funciones o esfuerzo muscular de posición estática excesiva, y mantenerlo durante un periodo de tiempo elevado.	TO	El puesto de trabajo mientras se utiliza la pantalla de visualización de datos, debe permitir que el tronco se mantenga derecho y erguido frente al plano de trabajo y lo más cerca posible del mismo, evitando giros y torsiones innecesarios. El espacio para piernas y rodillas, permitirá varias la posición. Desde disponer, si así lo desease el operador, de un reposapiés, que constituya un apoyo estable y que favorezca la adopción de una postura correcta. Se realizarán descansos a lo largo de la jornada de trabajo, alternando las operaciones de pie/ sentado.					

PRIORIDAD

- (IN) Intolerable. Acción inmediata, no continuar el trabajo hasta reducir el riesgo.
- (I) Importante. Acción a corto plazo, no comenzar el trabajo hasta reducir el riesgo.

- (M) Moderado. Establecer un periodo determinado.
- (TO) Tolerable. Buscar soluciones o medidas más rentables

- (T) Trivial. No requiere acción específica.



PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Fecha: 14.04.2015

Página:

Área / Puesto	Riesgo	Causa	Prioridad	Acción propuesta	Rpble. Ejecución	Fecha Prevista	Comp./Realiz. (firma y fecha)	Ppto	Observaciones
TECNICO	EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS	Aire acondicionado.	TO	Los filtros deberán revisarse periódicamente para evitar la acumulación de polvo o ácaros que puedan contaminar el ambiente.					
TECNICO	FATIGA FISICA POSTURAL	Posición del trabajador continuada o inadecuada durante el desempeño de sus funciones o esfuerzo muscular de posición estática excesiva, y mantenerlo durante un periodo de tiempo elevado.	TO	El puesto de trabajo debe permitir que el tronco se mantenga derecho y erguido frente al plano de trabajo y lo más cerca posible del mismo, evitando giros y torsiones innecesarios. El espacio para piernas y rodillas, permitirá variar la posición. Desde disponer, si así lo desease el trabajador, de un reposapiés, que constituya un apoyo estable y que favorezca la adopción de una postura correcta. Se realizarán descansos a lo largo de la jornada de trabajo, alternando las operaciones de pie/sentado.					
TECNICO	CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO	Mantenimiento de la instalación eléctrica.	TO	Las instalaciones en general de la empresa, deberán ser objeto de un mantenimiento periódico por un especialista, de forma que sus condiciones de funcionamiento satisfagan siempre las especificaciones del proyecto, subsanándose con rapidez las deficiencias que puedan afectar a la seguridad y salud de los trabajadores.					
INSTALACIONES GENERALES	INCENDIO. Evacuación	Se revisara la señalización de salida.	T	Se revisara la señalización de emergencia, verificando la visibilidad de la misma y que esta ubicada en los lugares adecuados.					

PRIORIDAD

- (IN) Intolerable. Acción inmediata, no continuar el trabajo hasta reducir el riesgo.
- (I) Importante. Acción a corto plazo, no comenzar el trabajo hasta reducir el riesgo.

- (M) Moderado. Establecer un periodo determinado.
- (TO) Tolerable. Buscar soluciones o medidas más rentables

- (T) Trivial. No requiere acción específica.



PLAN DE MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

Fecha: 14.04.2015

Página:

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Área / Puesto	Riesgo	Causa	Prioridad	Acción propuesta	Rpble. Ejecución	Fecha Prevista	Comp./Realiz. (firma y fecha)	Ppto	Observaciones
INSTALACIONES GENERALES	EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS	Aire acondicionado.	T	Los filtros deberán revisarse periódicamente para evitar la acumulación de polvo o ácaros que puedan contaminar el ambiente.					
INFORMATICO	GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS	Manipulación de herramientas (destornilladores, crimpadora de cables de red, ...) en las tareas de instalación y reparación de equipos informáticos.	T	Las herramientas manuales tienen que estar construidas con materiales resistentes, utilizando aquellas que por sus características y tamaño sean las idóneas para la operación a realizar; no tendrán defectos ni desgastes que dificulten su correcta utilización, debiendo mantenerse en perfecto estado de uso.					
TECNICO	ACCIDENTES DE TRAFICO	Accidentes de tráfico.	T	Estará establecido un programa de mantenimiento para asegurar el correcto estado del vehículo (ITV, etc.), en especial el sistema de frenos, dirección y amortiguación.					

PRIORIDAD

(IN) Intolerable. Acción inmediata, no continuar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(M) Moderado. Establecer un periodo determinado.

(T) Trivial. No requiere acción específica.

(I) Importante. Acción a corto plazo, no comenzar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(TO) Tolerable. Buscar soluciones o medidas más rentables

5.12. PLANIFICACIÓN DE LA SEÑALIZACIÓN





PLANIFICACIÓN DE LA SEÑALIZACIÓN

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Fecha: 14.04.2015

Página:

PLANIFICACIÓN DE LA SEÑALIZACIÓN

EMPRESA / CENTRO: **EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.**

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

CENTRO DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Relación de Áreas / Puestos afectados:

INSTALACIONES
GENERALES

Realizado por:

Fdo.: Ramón Bertomeu Bertomeu
Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2015

Revisado y Aprobado por:

Fdo.: Ramon Bertomeu Bertomeu
Técnico Superior en PRL
Fecha: 14.04.2015

Recibí:

Fdo.:
Empresa. EMPRESA DE FORMACION, S.L.
Fecha:

Informado:

Fdo.:.....
Empresa. Delegado Prevención
Fecha:



PLANIFICACIÓN DE LA SEÑALIZACIÓN

Código: 202838-00004 /

Revisión: 000

Fecha: 14.04.2015

Página:

A
realizar por:

EMPRESA DE FORMACION, S.L.

C/ LARACHE, 8 43870 AMPOSTA (TARRAGONA)

Área / Puesto	Riesgo	Causa/Medida	Prioridad	Señalización propuesta	Pictograma	Rpble. Ejecución	Fecha Prevista	Comp./Realiz. (firma y fecha)	Ppto	Observaciones
INSTALACIONES GENERALES	CONTACTO ELECTRICO DIRECTO	Causa: Contacto del trabajador con partes eléctricas de la instalación eléctrica en general. Medida: Se establecerá un sistema de mantenimiento periódico de la instalación eléctrica, recomendándose su planificación por escrito, de la instalación eléctrica por un instalador autorizado, comprobando que cumpla con lo dispuesto en el Reglamento Electrotécnico para Baja Tensión (R.E.B.T.). Se recuerda a la empresa que las diferentes puertas de los cuadros eléctricos debe permanecer siempre cerrados y estar señalizados con una señal de advertencia triangular, según R.D. 485/97.	M							

PRIORIDAD

(IN) Intolerable. Acción inmediata, no continuar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(M) Moderado. Establecer un periodo determinado.

(T) Trivial. No requiere acción específica.

(I) Importante. Acción a corto plazo, no comenzar el trabajo hasta reducir el riesgo.

(TO) Tolerable. Buscar soluciones o medidas más rentables

Toda la señalización deberá cumplir con lo establecido en el R.D. 48/1997, 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

6. CONCLUSIONES

El trabajo que se desarrolla en oficinas no presenta riesgos tan graves como otros sectores industriales, agrícolas o de la construcción, pero presenta riesgos específicos que deben detectarse. Sus consecuencias abarcan aspectos tan diferentes como los trastornos musculoesqueléticos (como dolor de espalda y cuello), la fatiga visual, el dolor de cabeza, la irritación de los ojos, el discomfort térmico, la falta de motivación, el estrés, etc.

Todos estos trastornos se derivan del uso continuado de equipos informáticos, manejo de software, utilización de mobiliario así como de la exposición a determinadas condiciones ambientales de ruido, temperatura y humedad e iluminación. El correcto diseño y elección de todos estos elementos tiene una importante influencia sobre la comodidad, eficacia en el trabajo e, incluso sobre la salud de los trabajadores y trabajadoras.

Los aspectos básicos que hay que tener en cuenta son:

- Una adecuada organización del trabajo y de las tareas.
- Un buen diseño de las instalaciones que nos garantice unas buenas condiciones ambientales.
- Una selección adecuada del equipamiento: mesas, sillas, equipos informáticos, etc.
- Formación e información a los trabajadores.

Finalizada la Evaluación de Riesgos de la empresa "EMPRESA DE FORMACIÓN, S.L.", se concluye:

Las medidas preventivas propuestas son medidas básicas, de bajo coste y eficaces, y por tanto reducen de manera considerable la probabilidad que se materialicen los peligros.

La experiencia de los trabajadores y la asistencia a cursos y charlas, hace que éstos tengan conocimiento de los propios riesgos a los que están expuestos.

La valoración de la mayoría de riesgos existentes en los puestos de trabajo es tolerable y moderada, sin que existan riesgos cuya valoración sea importante o tolerable.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ley 31/1995, de 8 noviembre por el que se aprueba la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
- Ley 54/ 2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- RD. 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- RD 485/1997, de 14 de abril sobre disposiciones mínima en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo
- RD 486/1997, de 14 de abril por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- RD 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.
- Guía Técnica del INSHT para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de equipos con Pantallas de Visualización de Datos.
- Guía Técnica del INSHT para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de lugares de trabajo.
- NTP 503: Confort acústico: el ruido en oficinas

Así como otros reglamentos y/o normas que en su desarrollo puedan ser de aplicación