

TRABAJO FIN DE MÁSTER



UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ

Escuela Profesional de Medicina del Trabajo

“Informe técnico sobre identificación de los riesgos y
planificación de la actividad preventiva en el personal
fisioterapeuta”

Autora:

Beatriz Álvarez Serrano

Directora:

Dña. Lorena María Ivorra Vilaplana

Alicante, a 12 de junio de 2017

TRABAJO FIN DE MÁSTER



UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ

Escuela Profesional de Medicina del Trabajo

“Informe técnico sobre identificación de los riesgos y
planificación de la actividad preventiva en el personal
fisioterapeuta”

Autora:

Beatriz Álvarez Serrano

Directora:

Dña. Lorena María Ivorra Vilaplana

Alicante, a 12 de junio de 2017

AGRADECIMIENTOS

*A la Universidad Miguel Hernández por la oportunidad de poder cursar el Máster en
Prevención de Riesgos Laborales.*

Al profesorado, por compartir su sabiduría con todo el alumnado.

A mi tutora, Dña. Lorena María Ivorra, por ayudarme a lograr este estudio.

A todas las personas que caminan junto a mí.





INFORME DEL DIRECTOR DEL TRABAJO FIN MASTER DEL MASTER UNIVERSITARIO EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

D^a Lorena María Ivorra Vilaplana, Tutora del Trabajo Fin de Máster, titulado "Informe técnico sobre identificación de los riesgos y planificación de la actividad preventiva en el personal fisioterapeuta" y realizado por la estudiante D^a Beatriz Álvarez Serrano.

Hace constar que el TFM ha sido realizado bajo mi supervisión y reúne los requisitos para ser evaluado.

Fecha de la autorización: 1/06/2017

Fdo.:
Tutor TFM



ÍNDICE

ÍNDICE DE FIGURAS -----	XI
ÍNDICE DE TABLAS -----	XIII
ÍNDICE DE ABREVIATURAS -----	XV
RESUMEN -----	XVII
1. INTRODUCCIÓN -----	19
2. OBJETIVOS -----	21
2.1. Objetivo General-----	21
2.2. Objetivos Específicos-----	21
3. METODOLOGÍA -----	23
3.1. Aspectos Generales-----	23
3.2. Evaluación del personal de fisioterapeuta-----	26
4. RESULTADOS -----	33
4.1. Identificación de la empresa-----	33
4.2. Estructura organizativa de la empresa-----	33
4.3. Identificación de los riesgos y planificación de la gestión preventiva-----	36
5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES -----	65
6. BIBLIOGRAFÍA Y ANEXOS -----	69

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Organigrama de la empresa	34
Figura 2. Ficha de evaluación de Riesgos	41



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Valoración global del aspecto	24
Tabla 2. Valoración del riesgo	28
Tabla 3. Riesgos, acción y temporalización	28
Tabla 4. Escala de Fatiga de <i>Borg</i> o percepción subjetiva de la fatiga	31
Tabla 5. Gestión de la Prevención	36
Tabla 6. Lugares de trabajo	37
Tabla 7. Instalación eléctrica	39
Tabla 8. Incendios y/o instalaciones contra incendios	39
Tabla 9. Ventilación-climatización	40
Tabla 10. Condiciones de Seguridad. Riesgos	43
Tabla 11. Condiciones de Seguridad. Mejoras	45
Tabla 12. Condiciones de Seguridad. Medidas preventivas	46
Tabla 13. Condiciones de Higiene. Riesgos	48
Tabla 14. Condiciones de Ergonomía y Psicosociología. Riesgos	49
Tabla 15. Condiciones de Ergonomía y Psicosociología. Mejoras	55
Tabla 16. Condiciones de Ergonomía y Psicosociología. Medidas Preventivas	56
Tabla 17. Procesos	57

ÍNDICE DE ABREVIATURAS

CEPROSS: Comunicación de Enfermedades Profesionales.

CNAE: Clasificación Nacional de Actividades Económicas.

DELTA: Declaración Electrónica de Trabajadores Accidentados.

EAE: Equipo de Alarma y Evacuación.

EPA: Equipo de Primeros Auxilios.

EPI: Equipo de Protección Individual.

FDS: Ficha de Datos de Seguridad.

INSHT: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

ISO: International Standardization Organization.

RD: Real Decreto.

SLU: Sociedad Limitada Unipersonal.

SP: Servicio de Prevención.

UNE: Una Norma Española.

RESUMEN

Introducción y Objetivos: El informe se realiza para determinar los riesgos laborales existentes en el puesto de trabajo de fisioterapia, así como las medidas preventivas que son necesarias para eliminar, reducir y controlar los riesgos presentes. La empresa ha adoptado como modalidad preventiva la contratación de un servicio de prevención ajeno. Este servicio proporciona asesoramiento y apoyo necesario para el diseño, implantación y aplicación de un Plan de Prevención dando cumplimiento a la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales. El objetivo general es evaluar el modelo de gestión preventiva de la clínica; y como objetivos específicos, son identificar los riesgos existentes y estimar y valorar el grado de control de los riesgos laborales de la empresa y desarrollar la planificación preventiva. Metodología: Para la realización del informe, se han seguido las metodologías desarrolladas por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo consistentes en la identificación, la estimación y la valoración de los riesgos. Presenta dos partes: la primera, que tiene por objeto evaluar el modelo de gestión preventiva de la empresa, y la segunda pretende evaluar el grado de control de los diversos riesgos existentes. Resultados: La empresa ofrece servicios sanitarios, en el que se distinguen funciones y responsabilidades concretas para cada uno de los niveles jerárquicos de su organización. En primer lugar, se realiza la identificación de los principales riesgos mediante la evaluación de las condiciones de trabajo, así como las mejoras y las medidas preventivas. En segundo lugar, se describen los procesos de la gestión preventiva en relación a la estructura organizativa y su cargo responsable, y los recursos necesarios de las condiciones de trabajo. Discusión y conclusiones: La identificación y valoración de los riesgos en el personal de fisioterapeuta se ha obtenido considerando que el trabajador no se encuentra en ningún supuesto específico de protección. La identificación y valoración de los riesgos, así como la adopción de las medidas preventivas puede verse alteradas por el área de Medicina Preventiva en el ejercicio y desarrollo de la actividad de Vigilancia de la Salud. Las fichas específicas del puesto de trabajo, deberán actualizarse cada vez que se produzcan cambios que supongan modificaciones en las condiciones de trabajo. La empresa deberá informar a los trabajadores, y estos deberán de cumplir con sus obligaciones en materia preventiva.

Descriptor: Identificación, valoración, riesgos, medidas preventivas, fisioterapeuta, seguridad.

1. INTRODUCCIÓN

El presente informe se realiza a petición de una Clínica de Fisioterapia que tiene por objeto determinar los riesgos laborales existentes en el puesto de trabajo de fisioterapia debido al uso de equipos, instalaciones y procesos productivos que se llevan a cabo, así como, indicar las medidas preventivas que son necesarias para eliminar, reducir y controlar tales riesgos.

Se pretende dar cumplimiento a la **Ley 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales¹ y al **Real Decreto (R.D.) 39/1997**, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención² (modificado por el **R.D. 604/2006**, de 29 de mayo)³, en los apartados correspondientes a la evaluación de riesgos y metodología de actuación, de tal manera que dicha evaluación sirva como base para establecer un programa de prevención que lleve a cabo las medidas correctoras que se indiquen, así como establecer los criterios necesarios para poner en práctica la gestión de la seguridad.

De acuerdo con el **artículo 2.1 del RD 39/1997**, el Plan de Prevención de Riesgos Laborales, deberá ser aprobado por la dirección de la empresa, asumido por toda su estructura organizativa, en particular por todos sus niveles jerárquicos, y conocido por todos sus trabajadores².

La empresa ha adoptado como modalidad preventiva la contratación con un Servicio de Prevención ajeno.

El Servicio de Prevención contratado proporciona asesoramiento y apoyo necesario para el diseño, implantación y aplicación de un Plan de Prevención de riesgos laborales, dando cumplimiento al **artículo 31.3 a) de la Ley 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales¹.

Para la elaboración de este informe se realizaron las correspondientes visitas a la empresa, en compañía del Gerente para recabar los datos necesarios.

El presente informe se realiza de conformidad con la información facilitada por los miembros de la empresa, quienes serán responsables de comunicar al Servicio de Prevención cualquier inexactitud del contenido de la evaluación de riesgos, y por la metodología descrita posteriormente. La aceptación del informe implica la conformidad en la descripción de tareas, condiciones de trabajo, equipos de trabajo y trabajadores que las desempeñan. Cualquier cambio en las condiciones de trabajo, así como los daños para la salud que se hayan producido, deberán ser puestos en conocimiento de la empresa de prevención para poder revisar la evaluación.

De acuerdo con el **artículo 18 de la Ley 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, se informará a cada trabajador sobre los riesgos que afectan a su puesto de trabajo¹.



2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General:

Evaluar el modelo de gestión preventiva de la Clínica de Fisioterapia para la actividad del fisioterapeuta.

2.2. Objetivos Específicos:

1. Identificar los riesgos existentes y estimar y valorar el grado de control de los riesgos laborales de la empresa en el personal de fisioterapia.
2. Desarrollar la planificación de la actividad preventiva, en función de los puntos débiles detectados.





3. METODOLOGÍA

Para la realización del presente informe, se han seguido las metodologías desarrolladas por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) consistentes en la identificación, la estimación y la valoración de los riesgos existentes⁴.

Este estudio se ha realizado a partir de la información obtenida sobre la organización, características y complejidad del trabajo, sobre las materias primas y los equipos de trabajo existentes en la empresa y sobre el estado de salud de los trabajadores. Por ello, se procede a determinar los elementos peligrosos y la identificación de los trabajadores expuestos a los mismos, valorando el riesgo en función de criterios objetivos de valoración, según criterios técnicos existentes y teniendo en cuenta la información recibida de los trabajadores (**artículo 5 del R.D. 39/1997**, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención)².

3.1. Aspectos generales.

La metodología utilizada pretende facilitar la identificación y evaluación de riesgos de acuerdo, tanto a las exigencias legales como a los criterios preventivos. Consta de dos partes:

- La primera tiene por objeto evaluar el modelo de gestión preventiva de la empresa.
- La segunda pretende evaluar el grado de control de los diversos riesgos existentes.
-

Consta de cuestionarios que valoran aspectos de las condiciones de seguridad e higiene.

La valoración de cada aspecto de la empresa se realiza evaluando todas las respuestas del cuestionario correspondiente, dando una calificación global así como una serie de recomendaciones y medidas correctoras. Como hemos indicado anteriormente, todos los cuestionarios proceden del INSHT⁴ y son:

- Cuestionario: Gestión preventiva (Anexo 1)⁵.

- Cuestionario: Lugares de trabajo (Anexo 2)⁶.
- Cuestionario: Instalación eléctrica (Anexo 3)⁷.
- Cuestionario Incendios y explosivos (Anexo 4)⁸.
- Cuestionario: Ventilación y climatización (Anexo 5)⁹.
- Cuestionario: Iluminación (Anexo 6)¹⁰.
- Cuestionario: Agentes biológicos (Anexo 7)¹¹.
- Cuestionario: Carga física (Anexo 8)¹².
- Cuestionario: Carga mental (Anexo 9)¹³.
- Cuestionario: Factores de organización (Anexo 10)¹⁴.
- Cuestionario: Trabajo a turnos (Anexo 11)¹⁵.

La tabla de valoración para cada cuestionario es la siguiente (Tabla 1)¹⁶:

VALORACIÓN GLOBAL DEL ASPECTO	SIGNIFICADO
CORRECTO	No se ha detectado anomalía alguna.
MEJORABLE	Se han detectado anomalías a mejorar, no determinantes.
DEFICIENTE	Se ha detectado alguna anomalía determinante del posible riesgo.
MUY DEFICIENTE	Se ha detectado alguna anomalía determinante y decisoria por ella misma en el posible riesgo, o la confluencia de varias determinantes específicas (si no se especifica, 3 o más).
NO PROCEDE	El ítem no es de aplicación al aspecto evaluado.

GESTIÓN PREVENTIVA DE LA EMPRESA¹⁷

La respuesta a los cuestionarios que componen el área de la gestión preventiva informará sobre el estado de los factores clave que estructuran una buena política empresarial de prevención.

CONDICIONES DE SEGURIDAD

- 1. Lugares de trabajo:** Hace referencia a aquellas zonas de paso, en general a nivel del suelo, que son utilizadas por los trabajadores en los desplazamientos desde o hacia los puestos de trabajo. Se incluyen los espacios de trabajo en altura y las plataformas, aunque en ellas se realicen trabajos ocasionales. También se aplica en aquellos lugares de trabajo donde haya escaleras fijas y manuales, ya sean de uso frecuente o esporádico.
- 2. Aparatos y equipos de elevación:** Cuando se utilicen aparatos y equipos de elevación, tanto de personas como de objetos. Se incluirán tanto los equipos como los útiles y las propias cargas que se utilizan en la elevación, salvo los *palets*, que aparecen en el cuestionario de almacenamiento.
- 3. Instalación eléctrica:** Se considera el conjunto de la instalación eléctrica de la empresa, en la que además de las instalaciones habituales en baja tensión, pueden existir instalaciones de alta tensión.
- 4. Incendios:** Cuando en la empresa coexistan, en tiempo y espacio suficiente para iniciarse y propagarse un fuego, productos que puedan arder, sean combustibles o inflamables, con focos de ignición de cualquier tipo (eléctrico, mecánico, térmico, químico).

CONDICIONES MEDIOAMBIENTALES

- 5. Ventilación industrial y climatización:** Especialmente dirigida a aquellas empresas en las que se manipulan sustancias químicas o se generan polvo, humos, etc., en cualquier operación. Se analizan aquellos factores que inciden en la obtención de unas condiciones ambientales de calidad en los espacios interiores climatizados.

3.2. Evaluación del personal de fisioterapeuta.

Cuando la evaluación exija la realización de mediciones, análisis o ensayos y la normativa no indique o concrete los métodos que deben emplearse, o cuando los criterios de evaluación contemplados en dicha normativa deban ser interpretados o precisados a la luz de otros criterios de carácter técnico, se utilizarán, si existen, los métodos o criterios recogidos en:

- a) Normas UNE.
- b) Guías del INSHT⁴, del Instituto Nacional de Silicosis y protocolos y guías del Ministerio de Sanidad y Consumo, así como de Instituciones competentes de las Comunidades Autónomas.
- c) Normas internacionales.
- d) En ausencia de los anteriores, guías de otras entidades de reconocido prestigio en la materia u otros métodos o criterios profesionales descritos documentalmente.

En aquellos casos en los cuales el riesgo no sea cuantificable mediante la utilización de mediciones totalmente objetivas, se utiliza una metodología que, basada en los criterios indicados en el **artículo 5 del R.D. 39/1997**, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, permite determinar una medida orientativa del nivel de riesgo².

Dicha metodología consta de los siguientes pasos:

1. **Identificación** del riesgo teniendo en cuenta la siguiente lista (no exhaustiva):

RIESGOS DE SEGURIDAD

Caídas de personas a distinto nivel	Atrapamiento por vuelco de máquinas
Caídas de personas al mismo nivel	Contactos térmicos
Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento	Exposición a contactos eléctricos
Caídas de objetos en manipulación	Explosiones
Caídas de objetos desprendidos	Incendios
Pisadas sobre objetos	Accidentes causados por seres vivos
Choques contra objetos inmóviles	Atropellos o golpes con vehículos
	Asfixia o ahogamiento

RIESGOS DE SEGURIDAD

Choques contra objetos móviles	Proyección de fragmentos o partículas
Golpes/cortes por objetos o herramientas	Láser
Atrapamiento por o entre objetos	Manipulación productos químicos

RIESGOS ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA

Fatiga visual	Fatiga postural
Deslumbramientos	Fatiga mental
<i>Discomfort</i>	Estrés
Trastornos musculoesqueléticos	Fatiga física

RIESGOS HIGIENE

Disfonía	Exposición a vibraciones
Exposición a contaminantes biológicos	Exposición a productos fitosanitarios
Exposición a contaminantes químicos	(pesticidas)
Exposición al ruido	Estrés térmico
Exposición a radiaciones	Exposición laboral a <i>legionella</i>

2. Estimación del riesgo:

Para cada riesgo detectado debe determinarse la severidad del daño (consecuencias) y la probabilidad de que ocurra el hecho.

2.1. Severidad del daño:

Para determinar la potencial severidad del daño, debe considerarse:

- a. Partes del cuerpo que se verán afectadas.
- b. Naturaleza del daño, graduándolo entre ligeramente dañino, dañino y extremadamente dañino.

2.2. Probabilidad de que ocurra el daño:

La probabilidad de que ocurra el daño se gradúa desde baja hasta alta, con el siguiente criterio:

- . Probabilidad alta: el daño ocurrirá siempre o casi siempre.
- . Probabilidad media: el daño ocurrirá en algunas ocasiones.
- . Probabilidad baja: el daño ocurrirá raras veces.

3.- **Valoración** del riesgo (Tabla 2):

		CONSECUENCIA		
		LD Ligeramente Dañino	D Dañino	ED Extremadamente Dañino
PROBABILIDAD	B Baja	T Riesgo Trivial	TO Riesgo Tolerable	MO Riesgo Moderado
	M Media	TO Riesgo Tolerable	MO Riesgo Moderado	I Riesgo Importante
	A Alta	MO Riesgo Moderado	I Riesgo Importante	IN Riesgo Intolerable

En la siguiente tabla se muestra un criterio sugerido como punto de partida para la toma de decisiones (Tabla 3).

RIESGO	ACCIÓN Y TEMPORALIZACIÓN
Trivial	No se requiere acción específica.
Tolerable	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	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un período determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencias extremadamente dañinas, se precisará una 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	No debe comenzarse el trabajo hasta que se haya 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 riesgos moderados.

Intolerable

No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recursos ilimitados, debe prohibirse el trabajo.

Los niveles de riesgo, indicados en la tabla anterior, deberán tomarse como base para establecer un programa de mejoras y medidas correctoras, así como el orden de prioridad de las mismas.

A continuación, se expone la referencia normativa que es de aplicación en la evaluación de los riesgos ergonómicos y psicosociales:

ASPECTOS ERGONÓMICOS

Levantamiento y transporte de cargas

UNE – EN 1005-2+A1 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 2: Manejo de máquinas y de sus partes componentes. Norma técnica europea EN 1005-2, que se adoptó como norma española UNE-EN 1005-2 en el año 2004. Esta norma desarrolla los criterios para satisfacer las exigencias esenciales de seguridad y salud, establecidas en la Directiva Europea de Máquinas, en el manejo manual de máquinas, componentes y objetos procesados por ellas (consumos/productos)¹⁸.

ISO 11228-1 Ergonomics - Manual handling - Part 1: Lifting and carrying.

Norma técnica internacional ISO 11228-1 que proporciona los procedimientos de evaluación del riesgo por levantamiento y transporte de cargas¹⁹.

ISO/NP TR 12295 Ergonomics. Application document for ISO standards on manual handling (ISO11228-1, ISO 11228-2 and ISO 11228-3) and working postures (ISO 11226)²⁰.

RD 487/1997, de 14 de abril (B.O.E. nº 97, 23/04/1997), sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso-lumbares, para los trabajadores²¹.

Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la Manipulación manual de cargas.

Empuje y tracción de cargas

ISO 11228-2 Ergonomics. Manual Handling. Part 2: Pushing and Pulling²².

ISO/NP TR 12295 Ergonomics. Application document for ISO standards on manual handling (ISO11228-1, ISO 11228-2 and ISO 11228-3) and working postures (ISO 11226)²⁰.

Movimientos repetidos de la extremidad superior

UNE – EN 1005-5 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 5: Evaluación del riesgo por manipulación repetitiva de alta frecuencia.

Norma técnica europea EN 1005-5, que se adoptó como norma española UNE-EN 1005-5 en el año 2007. Esta norma desarrolla los criterios para satisfacer las exigencias esenciales de seguridad y salud, establecidas en la Directiva Europea de Máquinas, y especifica el procedimiento de análisis de los factores de riesgo asociados al trabajo repetitivo al interactuar con las máquinas²³.

ISO 11228-3 Ergonomics -- Manual handling -- Part 3: Handling of low loads at high frequency²⁴.

Norma técnica internacional **ISO 11228-3** que establece las recomendaciones ergonómicas para las tareas de trabajo repetitivo basado en la manipulación manual de cargas poco pesadas a alta frecuencia. Orienta sobre la identificación y la evaluación de los factores de riesgo comúnmente asociados con los movimientos repetitivos, lo que permite la evaluación de los riesgos de salud relacionados con la población activa²⁴.

ISO/NP TR 12295 Ergonomics. Application document for ISO standards on manual handling (ISO 11228-1, ISO 11228-2 and ISO 11228-3) and working postures (ISO 11226)²⁰.

Posturas y movimientos forzados

UNE-EN 1005-4+A1 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 4: Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas²⁵.

ISO 11226 Ergonomics. Evaluation of static working postures²⁶.

ISO/NP TR 12295 Ergonomics. Application document for ISO standards on manual handling (ISO 11228-1, ISO 11228-2 and ISO 11228-3) and working postures (ISO 11226)²⁰.

Aplicación de fuerzas

UNE-EN 1005-4+A1 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 4: Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas²⁵.

UNE-EN 1005-3+A1 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 3: Límites de fuerza recomendados para la utilización de máquinas²⁷.

ESCALA DE FATIGA DE *BORG* O PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE LA FATIGA (Tabla 4).

NIVEL INDICADOR	CRITERIO	ESCALA DE BORG	ESFUERZO PERCIBIDO
	Ligera	<3	Apenas se nota, sujeto relajado.
	Moderada	3-4	Esfuerzo apreciable.

	Intensa	5-6-7	Esfuerzo considerable y/o relevante.
	Muy intensa	≥8	Esfuerzo importante, próximo al máximo.

Pantallas de visualización de datos

R.D. 488/ 1997, de 14 de abril (B.O.E. nº 97, 23/04/1997), sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo que incluye pantallas de visualización de datos²⁸.

Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los equipos con pantallas de visualización de datos.

ASPECTOS PSICOSOCIALES

Carga mental/ Factores organizativos/ Turnicidad/ Nocturnidad

El concepto de factores psicosociales hace referencia a aquellas condiciones que se encuentran presentes en una situación laboral, y que están directamente relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la realización de la tarea, y que tienen capacidad para afectar tanto al bienestar o a la salud (física, psíquica o social) del trabajador como al desarrollo del trabajo.

La metodología presentada en el presente informe, está destinada a la identificación, análisis y evaluación de los factores de riesgo por carga mental, factores organizativos (autonomía temporal, contenido del trabajo, supervisión-participación, interés por el trabajador y relaciones personales) y factores de turnicidad/nocturnidad; donde se valoran diversos aspectos relacionados con los requerimientos del puesto de trabajo y con la organización.

Este método está basado en metodologías de evaluación de riesgos psicosociales, desarrolladas por el INSHT (Anexo 9; anexo 10; anexo 11)^{13, 14, 15}.

4. RESULTADOS

4.1. Identificación de la empresa.

Como primer paso, se debe de identificar la empresa, resaltar su actividad productiva y la organización de esta producción.

EMPRESA: CLÍNICA DE FISIOTERAPIA

CNAE: 8690

ACTIVIDAD: Actividades sanitarias

Nº TRABAJADORES 1 (hombre)

FISIOTERAPEUTAS:

Descripción del proceso productivo:

El centro es una clínica de Fisiorerapia-Osteopatía-Pilates.

Centros de trabajo:

Un centro ubicado en Murcia.

Trabajadores con relevancia en la prevención de riesgos laborales:

TRABAJADORES CON RELEVANCIA

SI NO

Trabajadores menores (16 a 18 años).

X

Trabajadores contratados por Empresas de Trabajo Temporal.

X

Trabajadores con relación de trabajos temporales o de duración determinada.

X

Trabajadoras embarazadas.

X

Trabajadoras en período de lactancia natural.

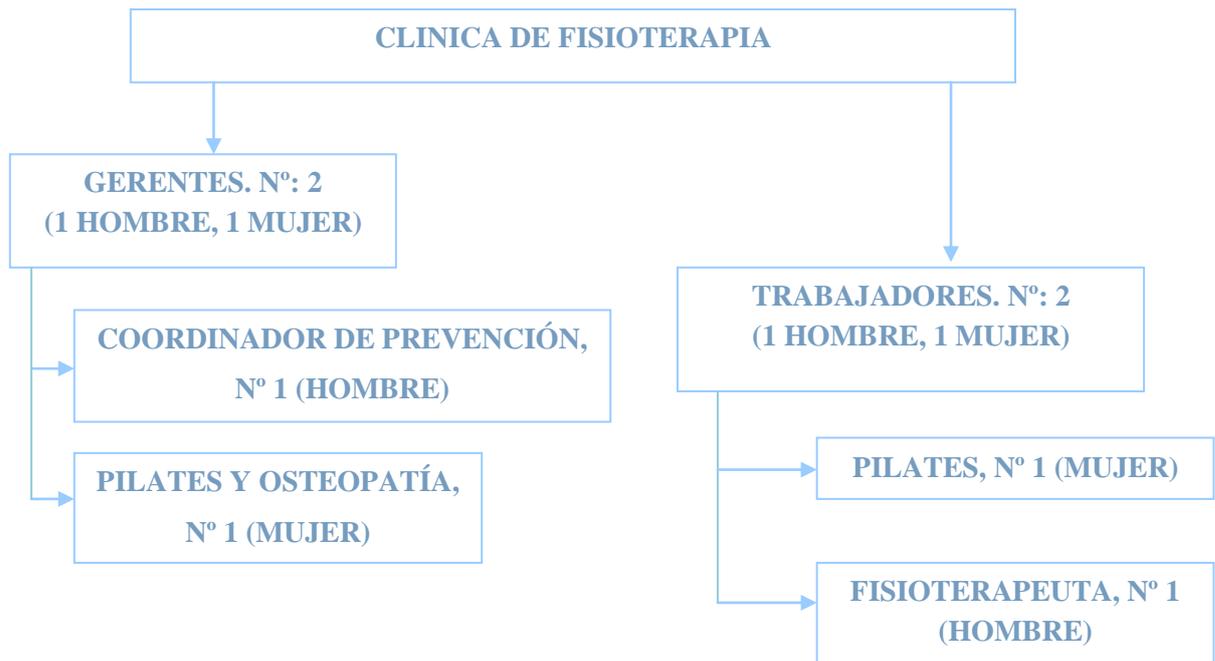
X

Trabajadores discapacitados (físicos, psíquicos o sensoriales).

X

4.2. Estructura organizativa de la empresa.

A continuación, se expone el organigrama de la empresa (figura 1):



Seguidamente, se expone la identificación de las funciones y responsabilidades de cada uno de los niveles jerárquicos de la organización²⁹.

LA DIRECCIÓN

Es responsabilidad de la dirección garantizar la seguridad y la salud de los trabajadores a su cargo. Para ello, debe definir las funciones y responsabilidades correspondientes a cada nivel jerárquico, a fin de que se cumplan los compromisos adquiridos y asume una serie de actuaciones en línea con lo que se entiende por un compromiso visible con las personas y sus condiciones de trabajo.

La dirección asume las siguientes actuaciones:

- Establecer y documentar los principios y objetivos de prevención de riesgos laborales en coherencia con la política preventiva existente.
- Establecer la estructura organizativa necesaria y obligatoria para la realización de las actividades preventivas.
- Asignar los recursos necesarios, tanto humanos como materiales, para conseguir los objetivos establecidos.

- Consultar a los trabajadores en la adopción de decisiones que puedan afectar a la seguridad, salud y condiciones de trabajo.

TRABAJADORES

Las responsabilidades de los trabajadores son las siguientes:

- Velar, según sus posibilidades y mediante cumplimiento de las medidas de prevención que en cada caso sean adoptadas, por su propia seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas personas a las que pueda afectar su actividad profesional, a causa de sus actos y omisiones en el trabajo, de conformidad con su formación y las instrucciones del empresario.
- Conocer y cumplir toda la normativa, procedimientos e instrucciones que afecten a su trabajo, en particular a las medidas de prevención y protección.
- Usar adecuadamente, de acuerdo con su naturaleza y los riesgos previsibles, las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte y, en general, cualesquiera otros medios con los que desarrollen su actividad.
- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados.
- No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen en los medios relacionados con su actividad o en los lugares de trabajo en los que ésta tenga lugar.
- Comunicar de inmediato a su superior jerárquico directo, y a los trabajadores designados para realizar actividades de protección y prevención, y, en su caso, al servicio de prevención, acerca de cualquier situación que considere que pueda presentar un riesgo para la seguridad y la salud.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.
- Cooperar con sus mandos directos para poder garantizar unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.
- Otras funciones que la dirección crea conveniente y de acuerdo con el sistema preventivo aprobado y con la consulta a los representantes de los trabajadores.

COORDINADOR DE PREVENCIÓN

Las responsabilidades del coordinador de prevención son las siguientes:

- Asesorar y apoyar las diferentes actividades preventivas establecidas.
- Canalizar la información de interés en materia preventiva hacia la estructura de la organización, así como los resultados del desarrollo de la acción preventiva.
- Facilitar la coordinación de las relaciones interdepartamentales a fin de facilitar la cooperación necesaria y evitar defectos y efectos adversos para la salud, la propiedad o el medio ambiente.
- Revisar y controlar la documentación referente a la prevención de riesgos laborales asegurando su utilización y su disponibilidad.
- Actuar de nexo de unión con colaboradores externos en materia preventiva, Servicio de Prevención Ajeno u otros.
- Realizar aquellas actividades preventivas específicamente encomendadas.
- Otras funciones que la dirección le asigne.

4.3. Identificación de los riesgos y planificación de la gestión preventiva³⁰.

A continuación, se expone mediante formato de tablas los aspectos evaluados de la empresa:

Tabla 5. GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Plan de prevención desarrollado por la dirección	X				
Se designan responsables, plazos y recursos en la planificación actividad preventiva	X				
Formación e Información, a los trabajadores, de riesgos en su puesto de trabajo.	X				
Consulta, a los trabajadores y órganos de representación , sobre las acciones que se realizan en materia preventiva	X				
Constitución del comité de seguridad y salud					X

Tabla 5. GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Delegado de prevención con formación para el desarrollo de sus funciones					X
Suministro y registro de los equipos de protección individual.	X				
Recurso preventivo con formación mínima en funciones de nivel básico					X
Se establecen procedimientos de Coordinación de Actividades Empresariales		X			

Tabla 6. LUGARES DE TRABAJO

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Las zonas de paso, almacenamiento de materiales y puestos de trabajo están delimitadas según las necesidades de la empresa					X
Los lugares con riesgos específicos cuyo acceso esta limitado a personal autorizado se encuentran protegidos y se identifica la zona como tal					X
Zonas de paso obstaculizadas con materiales.	X				
Separación adecuada de máquinas.					X
Los pasillos para carretillas permiten el paso de personas, simultáneamente.					X
Plataformas y altillos: barandillas y características adecuadas.					X
Suelos lisos y homogéneos.	X				
Aberturas en los suelos protegidas.					X
Puertas y tabiques de cristal señalizadas.	X				
Medidas mínimas por trabajador.	X				
Se garantiza visibilidad para la circulación de los vehículos (carretillas).					X

Tabla 6. LUGARES DE TRABAJO

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
El nivel general de orden y limpieza de las instalaciones es adecuado y se respetan las zonas delimitadas.	X				
Las escaleras fijas de cuatro o más peldaños disponen de barandillas.					X
Peldaños de las escaleras: iguales y no resbaladizos.					X
Estado general de las escaleras de mano.	X				
Escaleras de mano bien calzadas.	X				
Escalas fijas: aros de protección.					X
Escalas fijas: estado general y dimensiones adecuadas.					X
Descansillos tras las puertas de acceso a escaleras.					X
Asientos y armarios en los vestuarios.	X				
Los locales de aseo disponen de agua corriente (caliente si fuese necesario), jabón y sistema de secado (individual en caso de utilizar toallas).					X
Duchas de agua corriente, caliente y fría, para trabajos sucios, contaminantes, o que originen elevada sudoración.					X
Aseos y servicios adecuados y en condiciones higiénicas.	X				
Puertas y portones con contrapesos adecuados, topes en correderas, etc.					X
Existen lugares específicos para el almacenamiento de materiales	X				
Estado general de estanterías, estantes, expositores, armarios, etc.	X				
Estanterías arriostradas a suelo ó pared	X				
Apilamientos estables de materiales	X				
Señalización de uso obligatorio de guantes y calzado de seguridad para la manipulación de materiales					X
Elemento de protección antigolpes de las estanterías					X

Principales riesgos asociados a este factor:

- Caídas por resbalones, golpes contra objetos, choques, caídas a distinto nivel, posturas forzadas por falta de espacio, atropellos.

Tabla 7. INSTALACIÓN ELÉCTRICA

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Cuarto de AT cerrado con llave y señalizado.					X
Acceso a las partes en tensión en los cuadros eléctricos.	X				
Está identificado el riesgo eléctrico en los cuadros eléctricos	X				
Estado general de clavijas, enchufes y conducciones (Deterioro).	X				
Estanqueidad de los equipos de las secciones húmedas.					X
La instalación eléctrica es antideflagrante en aquellas secciones que lo requieren.					X
Se realizan las revisiones periódicas establecidas en el REBT.					X
Se realizan revisiones anuales de la toma de tierra					X

Principales riesgos asociados a este factor:

- Contactos eléctrico directos, contactos eléctricos indirectos, incendios, explosiones.

Tabla 8. INCENDIOS Y/O INSTALACIONES CONTRA INCENDIOS

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Almacenamiento de materias inflamables (armarios o locales especiales)					X
Zona de recarga de baterías adecuada (señalizado y ventilado).					X
Alejamiento de los productos inflamables de los focos de ignición.					X

Tabla 8. INCENDIOS Y/O INSTALACIONES CONTRA INCENDIOS

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Formación de los trabajadores sobre actuación en situaciones de emergencia.		X			
Vías de evacuación libres de obstáculos.	X				
Salidas de evacuación operativas y libres de obstáculos.	X				
Señalización y alumbrado de emergencia.		X			
Existe Plan de Emergencia.		X			
Los medios de extinción se revisan periódicamente.	X				
Prohibición de generar llamas en zonas donde existen productos inflamables e identificación del riesgo de incendio y/o explosión					X
Accesibilidad e identificación de los medios de extinción (extintores, BIE's, etc.)	X				

Principales riesgos asociados a este factor:

- Incendios, explosiones, quemaduras.

Tabla 9. VENTILACIÓN – CLIMATIZACIÓN

ASPECTOS EVALUADOS	VALORACIÓN				
	C	M	D	MD	NP
Ventilación general de las instalaciones.	X				

Principales riesgos asociados a este factor:

- Exposición a contaminantes químicos procedentes del proceso de fabricación, Exposición a condiciones de temperatura y humedad inadecuadas.

A continuación, se refleja las fichas de evaluación de riesgos del puesto de trabajo de fisioterapeuta (figura 2).

FICHA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS.

EMPRESA: CLINICA DE FISIOTERAPIA

CENTRO: MURCIA

SECCIÓN: FISIOTERAPIA

PUESTO: FISIOTERAPEUTA

TRABAJADORES AFECTADOS: Ver tabla adjunta

DESCRIPCIÓN DE TAREAS

Las tareas que se realizan son las siguientes:

Recepción de paciente, estudio de tratamiento según tipo de rehabilitación requerida y aplicación de la terapia necesaria. Esta terapia se basa en la realización manual de masajes al paciente, estiramientos, realización de punciones secas, etc.

	RECURSO PREVENTIVO	SÍ	NO	NP
▪ Riesgos especialmente graves de caída desde altura.			X	
▪ Riesgo sepultamiento o hundimiento.			X	
▪ Actividades en las que se utilicen máquinas que carezcan de declaración CE de conformidad, pertenecientes al anexo IV del Real Decreto 1644/2008, cuando la protección del trabajador no esté suficientemente garantizada, habiéndose adoptado las medidas del Real Decreto 1215/1997.			X	
▪ Trabajos en espacios confinados.			X	
▪ Trabajos con riesgo de ahogamiento por inmersión.			X	

Cuando se produzcan en la empresa cambios que impliquen la presencia de recurso preventivo, según se indica en la tabla superior, se deberán comunicar a la Sociedad de Prevención para su inclusión en la presente evaluación de riesgos.

MAQUINARIA Y EQUIPOS UTILIZADOS

- Herramienta manual: Agujas de punción seca para acupuntura.
- Camillas regulables en altura.

FICHA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS.

EMPRESA: CLINICA DE FISIOTERAPIA

CENTRO: MURCIA

SECCIÓN: FISIOTERAPIA

PUESTO: FISIOTERAPEUTA

TRABAJADORES AFECTADOS: Ver tabla adjunta

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

- Guantes de látex.

PRODUCTOS UTILIZADOS CLASIFICACIÓN COMPONENTES CONSEJOS DE PRUDENCIA DE INDICADORES DE PELIGRO

			FRASES S	FRASES P	FRASES R	FRASES H
POMADAS DE USO TOPICO	Ver etiqueta	Ver etiqueta				
GELES Y EMULSIONES CUTANEAS	Ver etiqueta	Ver etiqueta				
ACEITES PARA MASAJES	Ver etiqueta	Ver etiqueta				
ALCOHOL	Ver etiqueta	Ver etiqueta				

La empresa mantendrá actualizada la relación de trabajadores pertenecientes a este puesto siempre que se produzcan cambios/variaciones, comunicando al servicio de prevención la incorporación de algún trabajador especialmente sensible.

EMPRESA: CLINICA DE FISIOTERAPIA**CENTRO: MURCIA****SECCIÓN: FISIOTERAPIA****PUESTO: FISIOTERAPEUTA****Tabla 10. CONDICIONES DE SEGURIDAD. RIESGOS.**

RIESGO	FACTOR DE RIESGO	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
Caídas de personas al mismo nivel	Objetos en torno al puesto de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> Las salas de fisioterapia y el centro se encuentra limpio y ordenado. El suelo es llano, no presentando ningún tipo de irregularidad. El área del puesto de trabajo se encuentra limpia y libre de obstáculos. 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Caídas de objetos en manipulación	Objetos en torno al puesto de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> Se dispone de lugares específicos para almacenar (objetos, materiales, etc.). 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Caídas de objetos desprendidos	Almacenamiento de materiales	<ul style="list-style-type: none"> Las estanterías presentan estabilidad, se encuentran ancladas al suelo o a la pared a fin de evitar su vuelco. 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Choques contra objetos inmóviles	Espacios y superficies de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> Las paredes de cristal de despachos o salas disponen de distintivo, de forma que se identifiquen claramente, evitando un golpe accidental. Existe suficiente espacio libre para la movilidad del trabajador. 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Golpes/cortes por objetos o herramientas	Herramientas manuales	<ul style="list-style-type: none"> Se utilizan agujas para la realización de punciones secas. Las agujas vienen en paquetes individuales y tras su uso se introducen en un contenedor para residuos de riesgo biológico de 1 litro de capacidad. 	B	D	RIESGO TOLERABLE

P: Probabilidad; A: Alta; M: Media; B: Baja**C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; D: Dañino; ED: Extremadamente dañino.****VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.**

EMPRESA: CLINICA DE FISIOTERAPIA

CENTRO: MURCIA

SECCIÓN: FISIOTERAPIA

PUESTO: FISIOTERAPEUTA

Tabla 10. CONDICIONES DE SEGURIDAD. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR DE RIESGO	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
Exposición a contactos eléctricos	Instalación eléctrica	<ul style="list-style-type: none"> • El cableado y aparamenta del entorno del puesto de trabajo, junto con sus canalizaciones protectoras, se encuentran en buen estado. • Están protegidos los elementos en tensión del interior de los cuadros eléctricos del puesto de trabajo. • Todos los cuadros eléctricos del puesto de trabajo disponen de señalización de advertencia de riesgo eléctrico. 	B	D	RIESGO TOLERABLE
Incendios	Espacios y superficies de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> • Existen medios de extinción en el entorno del puesto de trabajo. 	B	D	RIESGO TOLERABLE
Manipulación de productos químicos	Productos químicos utilizados	<ul style="list-style-type: none"> • Los productos utilizados (pomadas, geles, emulsiones, aceites para masajes, alcohol) se almacenan correctamente. Los productos están correctamente etiquetados y se siguen las indicaciones de seguridad. • El trabajador dispone de guantes de látex. 	B	D	RIESGO TOLERABLE

Tabla 11. CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEJORAS.

Mejoras del puesto

Formar e informar al trabajador acerca de los riesgos derivados de su puesto de trabajo y, en particular, de lo establecido en la Orden ESS/1451/2013 de prevención de lesiones causadas por instrumentos cortantes y punzantes en el sector sanitario y hospitalario. Realizar un procedimiento seguro para la utilización y eliminación del instrumental sanitario cortopunzante y de los residuos contaminados, así como formar e informar al trabajador sobre el mismo y su obligado cumplimiento.

P: Probabilidad; A: Alta; **M:** Media; **B:** Baja

C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; **D:** Dañino; **ED:** Extremadamente dañino.

VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.

Tabla 12. CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEDIDAS PREVENTIVAS.

Utilizar guantes de látex cuando se manipulen productos químicos y así venga reflejado en la etiqueta ó FDS.

Mantener las etiquetas en buen estado de conservación, evitando su caída y manchado.

Leer las instrucciones de seguridad del etiquetado de los productos, antes de su utilización.

No sobrecargues las estanterías.

Respetar la carga máxima señalada en el plan de carga de las estanterías.

Evita almacenar objetos, especialmente los pesados, donde sea difícil alcanzarlos o donde se puedan caer.

Coloca los materiales más pesados en la parte inferior, y los menos pesados en la parte superior.

Si detectas algún elemento deteriorado de la estantería informa de ello a tu responsable.

Nunca intentes sujetar una estantería o armario que se cae.

Formar e informar al trabajador acerca de los riesgos derivados de su puesto de trabajo y, en particular, de lo establecido en la Orden ESS/1451/2013 de prevención de lesiones causadas por instrumentos cortantes y punzantes en el sector sanitario y hospitalario. Realizar un procedimiento seguro para la utilización y eliminación del instrumental sanitario cortopunzante y de los residuos contaminados, así como formar e informar al trabajador sobre el mismo y su obligado cumplimiento.

El suelo permanecerá seco, recogiendo inmediatamente cualquier vertido o derrame que se haya producido de manera accidental.

No corras, ni andes demasiado deprisa, presentando atención para evitar el riesgo de tropezar o caer.

Mantén el espacio de trabajo lo más limpio y despejado posible, recogiendo de inmediato cualquier elemento caído que pueda provocar resbalones o tropiezos.

Mantén en todo momento las zonas de paso del local despejadas y libres de obstáculos tales como papeleras, cajas de materiales, productos apilados, cables de aparatos, etc.

No conectar varios aparatos juntos a la misma toma-corriente, pues la sobrecarga puede producir cortocircuitos.

Procura no utilizar alargaderas. En caso de que sea necesaria su utilización, deberán tener las mismas características, en cuanto a sección, que el que alimenta al equipo.

Nunca debes llevar a cabo instalaciones caseras. La instalación eléctrica debe realizarla personal cualificado.

Desconecta inmediatamente la corriente eléctrica en caso de fallo o anomalía e informa inmediatamente de ello a tu responsable.

Tabla 12. CONDICIONES DE SEGURIDAD. MEDIDAS PREVENTIVAS.

Para desconectar cualquier aparato tira del enchufe, nunca del cable.

No utilices nunca aparatos eléctricos con las manos mojadas o con el suelo húmedo.

En caso de electrocución, no toques al accidentado antes de desconectar la electricidad.

No usar nunca cables pelados, deteriorados o sin enchufe.

Los equipos de lucha contra incendios y las vías de evacuación deberán estar siempre accesibles y libres de obstáculos. Si observa cualquier deficiencia o anomalía en las instalaciones y medios de lucha y detección de incendios, avise al personal responsable de mantenimiento para que quede subsanada.

En el caso de emergencia siga las consignas e instrucciones que hayan previsto para estos casos en el plan de emergencia.

No intente apagar el fuego si no está expresamente adiestrado y autorizado para ello.

MANEJO EXTINTORES:

- 1.- Descuelgue el extintor asiéndolo por el asa fija y dejarlo sobre el suelo.
- 2.- Agarre la boquilla de la manguera del extintor y saque el pasador de seguridad tirando de su anilla.
- 3.- Presione la palanca de la cabeza del extintor realizando una pequeña descarga de comprobación.
- 4.- Dirija el chorro a la base de las llamas con movimiento de barrido.
- 5.- En caso de incendio de líquidos proyecte superficialmente el agente extintor.
- 6.- Aproxímese lentamente al fuego, a favor del viento, hasta un máximo de un metro.

Si en la zona de trabajo existe, aunque sea de forma temporal, algún obstáculo que dificulte el paso y que no pueda ser eliminado de forma inmediata, debe señalizarse.

P: Probabilidad; A: Alta; **M:** Media; **B:** Baja

C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; **D:** Dañino; **ED:** Extremadamente dañino.

VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.

Tabla 13. CONDICIONES DE HIGIENE. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
Exposición a contaminantes biológicos	Contaminantes biológicos	<ul style="list-style-type: none"> • Se utilizan guantes de latex para realizar los trabajos de punción seca con agujas. • Las agujas utilizadas para acupuntura se guardan en contenedores especiales para evitar pinchazos fortuitos. • El trabajador está expuesto a posibles enfermedades infecciosas transmitidas por los clientes. • Las agujas vienen en paquetes individuales y tras su uso se introducen en un contenedor para residuos de riesgo biológico de 1 litro de capacidad. Se dispone de contrato con empresa de recogida de residuos biológicos (CONSENU). 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Exposición al ruido	Ruido	<ul style="list-style-type: none"> • Durante la visita a las instalaciones el técnico observo que no existe fuentes de ruido externas significativas, apreciándose un nivel diario equivalente inferior a 80 dB(A). 	B	D	RIESGO TOLERABLE

Tabla 14. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	TAREA	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
Fatiga visual	Iluminación	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • El nivel de iluminación es adecuado a las tareas realizadas. • La distribución de la iluminación es uniforme, se evitan los cambios bruscos de iluminación. • Se realizan luxometrías en las diferentes salas del centro obteniendo unos valores adecuados para la realización de las tareas (consulta 1= 225 lux y consulta 2=310 lux) 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Deslumbramientos	Iluminación	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • En el puesto se evitan los deslumbramientos, no manifestando problemas con la luz natural o artificial. (por medio de estores, etc.) • En el puesto se evitan los deslumbramientos, no manifestando problemas con la luz artificial. (ubicación luminarias o disposición de las mesas, etc.) 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
<i>Discomfort</i>	Temperatura y humedad	- Condiciones ambientales	<ul style="list-style-type: none"> • Se dispone de equipos de calefacción y climatización que mantienen una humedad relativa en las instalaciones de entre 30% y 70%. • Se dispone de equipos de calefacción y climatización que mantienen una temperatura en las instalaciones de entre 17° y 27 °C. 	B	LD	RIESGO TRIVIAL
Estrés	Aspectos organizacionales	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • El trabajador puede elegir el ritmo o la cadencia de trabajo. • El trabajador puede elegir los periodos de descanso. • Las tareas son variadas y/o no repetitivas. • La tarea tiene entidad propia (supone la realización de un 	B	LD	RIESGO TRIVIAL

P: Probabilidad; A: Alta; M: Media; B: Baja; C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; D: Dañino; ED: Extremadamente dañino.

VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.

Tabla 14. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	TAREA	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
			<p>producto o servicio completa)</p> <ul style="list-style-type: none"> • La tarea permite tener iniciativa. • Los trabajadores son informados sobre el resultado del trabajo que realizan. • En la empresa existe un sistema de consulta para discutir los problemas relacionados con el trabajo. • La empresa proporciona información al trabajador sobre distintos aspectos de su trabajo (objetivos a cumplir, objetivos parciales, calidad del trabajo realizado, etc.) • En la empresa existen posibilidades de promoción. • En el puesto de trabajo, habitualmente se mantiene contacto con otras personas. • Son infrecuentes o inexistentes los conflictos entre el personal. 			
Fatiga mental	Carga mental	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • El trabajo no se basa en el tratamiento de la información (transcripción de datos, puestos de informática, control de procesos automatizados, puestos de clasificado siguiendo información recibida por ordenador, etc) • El nivel de atención requerido para la ejecución de la tarea no es elevado. • El trabajo tiene contenido y no es muy repetitivo. • Los errores, averías u otros incidentes que pueden presentarse en el puesto de trabajo, no se dan frecuentemente. 	M	LD	RIESGO TOLERABLE

Tabla 14. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	TAREA	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
			<ul style="list-style-type: none"> • La información manejada es sencilla. • El trabajo no requiere tomar decisiones rápidas. • El trabajo implica mucha responsabilidad. Decisiones erróneas con llevan consecuencias graves. • La tarea suele realizarse sin interrupciones molestas (averías, llamadas telefónicas, etc.) • Por las características de la actividad a desarrollar, el trabajador no está frecuentemente expuesto a situaciones que le puedan afectar emocionalmente. • Debido a la actividad desarrollada o al entorno, los actos de violencia hacia el trabajador no son frecuentes o son inexistentes. 			
Trastornos musculoesqueléticos	Movimientos repetitivos de las extremidades superiores	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • La tarea se define por ciclos, o se repiten los mismos gestos o movimientos con los brazos (hombro, codo, muñeca o mano), durante más de la mitad del tiempo de la tarea. • La tarea repetitiva dura 1 hora o más de la jornada de trabajo. • Las extremidades superiores están activas el 50% o más del tiempo total de trabajo repetitivo. • Los brazos no trabajan con el codo casi a la altura del hombro durante más del 10% del tiempo de trabajo repetitivo. • La fuerza necesaria para realizar el trabajo es siempre ligera, o bien moderada durante no más del 25% del tiempo de 	A	LD	RIESGO MODERADO

P: Probabilidad; A: Alta; M: Media; B: Baja; C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; D: Dañino; ED: Extremadamente dañino.

VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.

Tabla 14. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	TAREA	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
			trabajo repetitivo. <ul style="list-style-type: none"> • No hay picos de fuerza (más que moderada) durante el tiempo de trabajo repetitivo. • Cada dos horas se realizan pausas de, al menos, ocho minutos de duración. • Las tareas de trabajo repetitivo se realizan durante menos de 8 horas al día. • Ninguno de los brazos trabaja con el codo casi a la altura del hombro la mitad o más del tiempo de trabajo repetitivo. • Los picos de fuerza intensa o superior en la escala de Borg no existen o duran menos del 5% del tiempo de trabajo repetitivo. • No hay agarre de objetos con los dedos (agarre de precisión) o éste no supera el 80% del tiempo de trabajo repetitivo. • El turno dura menos de 6 horas, o hay más de una pausa en turnos de mayor duración. • El tiempo de trabajo repetitivo es inferior o igual a 8 horas en el turno. 			
Trastornos musculoesqueléticos	Posturas y movimientos forzados. Estática	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • Hay presencia de alguna postura forzada estática del tronco y/o de las extremidades, incluidas aquellas con un mínimo de esfuerzo de fuerza externa. • El tronco está erguido o bien flexionado o en extensión un ángulo inferior a 20 grados. • El cuello está recto o bien flexionado o en extensión un 	M	LD	RIESGO TOLERABLE

Tabla 14. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	TAREA	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
			<ul style="list-style-type: none"> ángulo inferior a 25 grados. • La cabeza está recta o inclinada lateralmente un ángulo inferior a 25 grados. • El brazo, sin apoyo completo, está flexionado un ángulo inferior a 20 grados. • El codo realiza flexo-extensiones o pronosupinaciones no extremas. • La muñeca está en posición neutra o realiza pequeñas desviaciones (flexión, extensión, desviación radial o ulnar). • No hay presencia de flexiones extremas de rodilla. • No hay presencia de dorsiflexiones ni flexiones plantares de tobillo extremas. • No hay presencia de posturas de rodillas y cuclillas. 			
Trastornos musculoesqueléticos	Posturas y movimientos forzados. Dinámica	-Tareas propias del puesto	<ul style="list-style-type: none"> • Se realizan posturas extremas de trabajo dinámicas del tronco y/o de los brazos y/o de la cabeza y/o del cuello y/o de otras partes del cuerpo. • El tronco está erguido o bien en flexión o extensión un ángulo inferior a 20 grados. • El tronco está erguido o bien inclinado lateralmente o en torsión un ángulo inferior a 10 grados. • La cabeza está recta o realiza inclinaciones laterales sin superar un ángulo de 10 grados. • La cabeza está recta o realiza torsión del cuello un ángulo inferior a 45 grados. 	M	LD	RIESGO TOLERABLE

P: Probabilidad; A: Alta; M: Media; B: Baja; C: Consecuencias; LD: Ligeramente dañino; D: Dañino; ED: Extremadamente dañino.

VALORACIÓN: TRIVIAL; TOLERABLE; MODERADO; IMPORTANTE; INTOLERABLE.

Tabla 14. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. RIESGOS.

RIESGO	FACTOR	TAREA	CONDICIONES	P	C	VALORACIÓN
--------	--------	-------	-------------	---	---	------------

- El cuello está recto o realiza flexiones entre 0 y 40 grados.
- Los brazos están neutros o realizan flexión o abducción un ángulo inferior a 20 grados.
- Cada consulta dispone de sillas y camillas regulables en altura para realizar los trabajos a la altura adecuada.

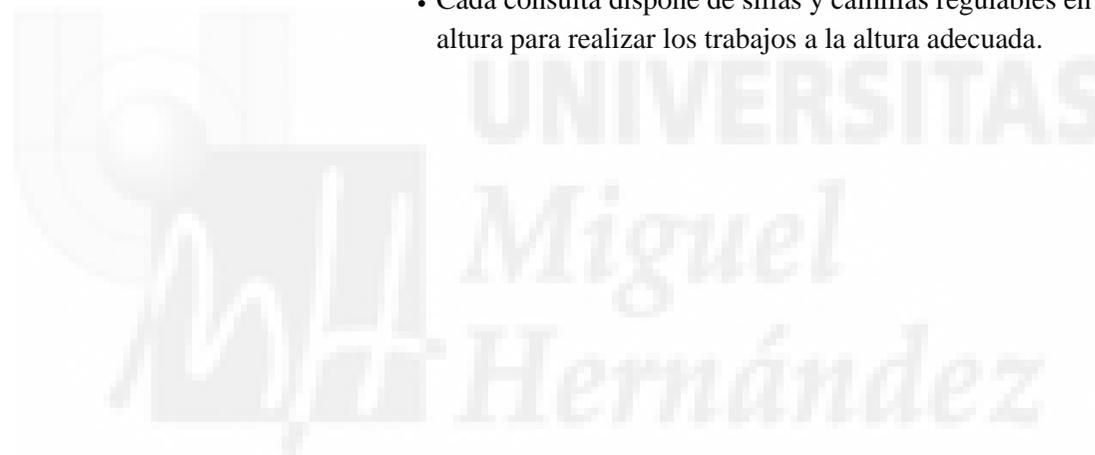


Tabla 15. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. MEJORAS.**Mejoras del puesto**

Formación a los trabajadores en los riesgos derivados de la exposición a posturas y movimientos forzados.

Realizar un estudio específico de movimientos repetitivos que facilite la planificación de un programa de medidas de mejora de cara a un rediseño del puesto de trabajo.

Información a los trabajadores en los riesgos derivados de la exposición a movimientos repetitivos de las extremidades superiores.

Información a los trabajadores en los riesgos derivados de la exposición a posturas y movimientos forzados.

Formación a los trabajadores en los riesgos derivados de la exposición a movimientos repetitivos de las extremidades superiores.

Tabla 16. CONDICIONES DE ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA. MEDIDAS PREVENTIVAS.

Medidas preventivas del puesto

Ilumina la tarea de la forma más uniforme posible.

Mantener unos niveles y contrastes adecuados entre los objetos, las fuentes de luz y la zona de operaciones.

Regula la temperatura a niveles confortables (calefacción / aire acondicionado).

Evita corrientes de aire.

Realizar ejercicios de calentamiento al inicio de la actividad y ejercicios de estiramiento periódicamente durante el turno de trabajo.

El ritmo de trabajo debe adecuarse al impuesto por el proceso productivo, respetando el tiempo de inactividad de las extremidades superiores en el ciclo

Utiliza la luz natural (ventanas) siempre que sea posible.

Utiliza iluminación auxiliar artificial, incluso de día, cuando los niveles de iluminación no sean los adecuados.

Evita la presencia de las lámparas fluorescentes deterioradas ya que pueden producir parpadeos muy acusados. Si observa cualquier deficiencia o anomalía en las luminarias avisa a tu responsable.

Debes seguir tu propio ritmo de trabajo y hacer pausas de forma espontánea para relajar la vista.

Las pausas las harán antes de que llegue la fatiga. Es recomendable hacer una pausa de 5 a 10 minutos por cada hora de trabajo.

Durante las pausas tiende a mirar de lejos para relajar la vista.

Si tienes molestias debes graduarte la vista, y en caso de padecer algún error de refracción usa la corrección apropiada.

Para prevenir la aparición de fatiga es recomendable hacer unos ejercicios durante las pausas.

- La mejor forma de descansar la vista es mirar de lejos. Lo mejor es mirar por una ventana tan lejos como sea posible. Si no disponemos de ventana, miraremos al fondo de un pasillo, o a un cuadro o dibujo situado al otro lado de la habitación. Después, ir fijando la mirada en objetos situados a diferentes distancias, cada vez más cercanos a la pantalla.

- La oscuridad también sirve para descansar la vista. Sentados, con los codos apoyados en la mesa, tapamos los ojos con las palmas de las manos, sin presionarlos, pero de forma que no entre nada de luz. Permanecemos así de 15 a 30 segundos mientras respiramos profundamente.

Tabla 17. PROCESOS

ESTRUCTURA ORGANIZATIVA Y RECURSOS
NECESARIOS

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
	Modalidad organizativa de la prevención.	Coordinador de Prevención		Concierto Servicio de Prevención.
	Designación representante en materia preventiva.	Coordinador de Prevención	Coordinador de Prevención	Anexo concierto Servicio de Prevención.
	Constitución del Comité de Seguridad y Salud; y delegados de Prevención.	-	-	Acta constitución Comité y acta nombramiento Delegados de Prevención.
	Personal de emergencia y evacuación.	Coordinador de Prevención	Equipos: EPI/EAE/EPA	Plan de emergencia
	Determinación de los recursos preventivos y medios de coordinación actividades empresariales.	Coordinador de Prevención		Registros de nombramiento de recurso preventivo y protocolos de coordinación.
	Revisiones y mantenimiento de la infraestructura (equipos, instalaciones...).	Coordinador de Prevención		Libro registro de revisiones y mantenimientos.
	Control de la documentación en materia de prevención.	Coordinador de Prevención		Carpeta de gestión de la prevención.

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
Tabla 17. PROCESOS EVALUACIÓN DE RIESGOS	Determinación Metodología.	Coordinador de Prevención		Informe de evaluación de riesgos.
	Comunicación e información sobre: - Situaciones de emergencia y riesgo grave. - Actividades objeto de coordinación o de presencia de recursos preventivos. - Supuestos específicos protección.	Coordinador de Prevención		Registros de: Comunicación de riesgo grave, nombramiento recurso preventivo y coordinación.
	Determinación prioridades en la ejecución de medidas preventivas.	Coordinador de Prevención		Planificación de la actividad preventiva.

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
INVESTIGACION Y NOTIFICACIÓN DE ACCIDENTES Y ENFERMEDADES PROFESIONALES	Procedimiento de comunicación interna de accidentes y enfermedades.	Coordinador de Prevención		
	Investigación de accidentes y enfermedades y propuesta de medidas a emprender para evitar la repetición.	Coordinador de Prevención		Informes de investigación de accidentes y enfermedades.
	Control de la ejecución de las medidas correctoras.	Coordinador de Prevención		Informes de investigación de accidentes y enfermedades.
	Notificación autoridad laboral de accidentes laborales y enfermedades profesionales.	Coordinador de Prevención		Registros DELTA ³¹ y CEPROSS ³² .
VIGILANCIA DE LA SALUD	Comunicación y control de realización de reconocimientos médicos.	Coordinador de Prevención		
	Registro y control certificados aptitud			Listados de reconocimientos médicos

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
Tabla 17. PROCESOS	INFORMACIÓN	<p>Información del puesto.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cambio de puesto de trabajo y/o condiciones de trabajo. - Supuestos específicos de protección. - ETT'S. - Actuaciones de coordinación. 	Coordinador de Prevención	Registros de información a trabajadores de riesgos específicos y generales.
	FORMACIÓN	<p>Coordinación de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formación de los riesgos del puesto. - Cambio de puesto de trabajo y/o condiciones de trabajo. - Supuestos específicos de protección ETT'S. 	Coordinador de Prevención	Certificados de formación de los trabajadores.
	COMPRAS	<p>Procedimiento de alquiler y adquisición de nuevos equipos y productos.</p> <p>Registro documental.</p>	Coordinador de Prevención	Registros de procedimiento de adquisición de máquinas y de productos químicos.

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
EPI'S	Adquisición de EPI's.	Coordinador de Prevención		Procedimiento de adquisición de EPI's
	Entrega de equipos y registro documental.	Coordinador de Prevención		Registro de entrega de EPI's a los trabajadores
	Utilización EPI's y vigilancia de uso.	Coordinador de Prevención		
SUPUESTOS ESPECIFICOS DE PROTECCION: TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES	Recepción de la información de sensibilidad.	Coordinador de Prevención		Informe específico de trabajador sensible.
	Coordinación para la comunicación del supuesto y análisis de los riesgos y valoración.	Coordinador de Prevención		Informe específico de trabajador sensible.
	Adopción de medidas prevención y protección: - Adaptación del puesto de trabajo	Coordinador de Prevención		

Tabla 17. PROCESOS

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
SUPUESTOS ESPECÍFICOS DE PROTECCIÓN: TRABAJADORAS EN SITUACIÓN DE MATERNIDAD Y PERÍODO DE LACTANCIA NATURAL	Recepción de la información de situación de maternidad.	Coordinador de Prevención		
	Coordinación para la comunicación del supuesto y análisis de los riesgos y valoración.	Coordinador de Prevención		Informe específico de riesgo para trabajadoras en situación de maternidad y durante el período de lactancia natural.
	Adopción de medidas prevención y protección, durante el embarazo:	Coordinador de Prevención		Informe específico de riesgo para trabajadoras en situación de maternidad y durante el período de lactancia natural.
SUPUESTOS ESPECÍFICOS DE PROTECCIÓN: TRABAJADORES MENORES DE 18 AÑOS	Coordinación y análisis de las operaciones del puesto y compatibilidad con su situación. Análisis de los riesgos y valoración.	Coordinador de Prevención		Evaluación de riesgos específica para menores.
	Adopción de medidas prevención y protección.	Coordinador de Prevención		Evaluación de riesgos específica para menores.
	Información sobre riesgos y medidas de prevención a tutores y menores.	Coordinador de Prevención		Procedimiento de contratación de trabajadores menores.

Tabla 17.

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Tabla 17. PROCESOS</p> <p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">SUPUESTOS ESPECIFICOS DE PROTECCION: TRABAJADORES de ETT'S.</p>	<p>EMPRESA USUARIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comunicación de los riesgos de la actividad, centro de trabajo y uso de equipos de protección a la ETT. - Registro documental del cumplimiento de las obligaciones de la ETT con el trabajador. <p>EMPRESA ETT:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Impartir información del puesto de trabajo. - Formación específica. - Vigilancia de la salud. 	<p>Coordinador de Prevención</p>		<p>Procedimiento de personal contratado mediante empresa de trabajo temporal.</p>

PROCEDIMIENTOS	FUNCIONES	CARGO RESPONSABLE	ÁREAS U ÓRGANOS IMPLICADOS	OBSERVACIONES (Registros, documentos, etc.)
Tabla 17. PROCESOS MEDICION, ANALISIS Y MEJORAS	Seguimiento permanente de la actividad preventiva. (Control periódico de la actividad preventiva).	Coordinador de Prevención		Planificación de la actividad preventiva e inspecciones de seguridad.
	Control Estadístico.	Coordinador de Prevención		Informe estadístico.
	Revisión del sistema de gestión: auditorías internas.	-	-	Informe de auditoría.
	Auditorías externas.	-	-	Informe de auditoría.

5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En función de la evaluación realizada del personal de fisioterapeuta de la Clínica de Fisioterapia, se realizan las siguientes consideraciones:

- 1.** En este informe, no se han considerado las operaciones realizadas por empresas en régimen de subcontratación que realizan su trabajo en las instalaciones de la empresa Clínica de Fisioterapia, a las cuales se les deberá exigir la cumplimentación de un contrato destinado exclusivamente para empresas subcontratadas, en el que también consten las distintas medidas de Seguridad que deberán cumplir en todo momento.
- 2.** La identificación y valoración de los riesgos en el personal de fisioterapeuta, objeto de este informe se ha obtenido considerando que el trabajador afectado no se encuentra encuadrados en ningún supuesto específico de protección. En el supuesto de existencia de trabajadores especialmente sensibles, el área de Vigilancia de la Salud del Servicio de Prevención evaluará los puestos de trabajo afectados cuyo resultado facilitará al representante de la empresa. Para poder tener en cuenta las características personales o el estado biológico del trabajador especialmente sensible en el informe de evaluación de riesgos, se requiere de forma ineludible para la empresa que envíe al trabajador a reconocimiento médico. Se considera una medida imprescindible para evaluar los efectos de las condiciones de trabajo sobre la salud del trabajador.
- 3.** La identificación y valoración de los mismos, así como la adopción de las medidas preventivas puede verse alteradas por las conclusiones emitidas por el área de Medicina Preventiva en el ejercicio y desarrollo de la actividad de Vigilancia de la Salud de los trabajadores en cumplimiento del artículo 22 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales¹ y artículo 37 del R.D. 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención².
- 4.** Las fichas específicas del puesto de trabajo, deberán actualizarse cada vez que se produzcan cambios que supongan modificaciones en las condiciones de trabajo y podrán ser utilizadas con dos objetivos:

- a) Establecer las mejoras y correcciones necesarias en el puesto de trabajo, elaborando el correspondiente programa de prevención.
- b) Informar al trabajador de los riesgos específicos de su puesto de trabajo, así como de las normas preventivas que, en todo momento, debe tener presentes.

5. RELACIÓN DE FICHAS DEL PUESTO DE TRABAJO QUE SE ENTREGA A LA EMPRESA.

Las presentes fichas indican riesgos existentes en las condiciones observadas durante los días que se realizaron las valoraciones.

6. LIMITACIONES PARA TRABAJADORES MENORES (R.D. de 26 de julio de 1957, por el que se regulan los trabajos prohibidos a la mujer y a los menores; Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales)^{1, 33}.

Queda prohibida la realización, por parte de trabajadores menores de edad, de:

- Cualquier operación (engrase, limpieza, manejo, etc.) con máquinas que por las operaciones que realicen, herramientas utilizadas, velocidades de trabajo, etc. represente un marcado peligro de accidente, salvo que se evite totalmente mediante los oportunos dispositivos de seguridad.
- Trabajos a más de 4 metros (2 metros según R.D. 486/1997) de altura salvo que existan pasarelas, plataformas, o medios análogos³⁴.
- El levantamiento y transporte de cargas a brazo con pesos unitarios superiores a 20 kilogramos.
- Trabajos en las actividades que se comprenden en las relaciones primera y segunda del R.D. de 26 de julio de 1957 (BOE 26/7/57)³³.

La empresa deberá comunicar al Servicio de Prevención la contratación de trabajadores menores para proceder a la evaluación de riesgos correspondiente.

7. RELACIÓN DE EQUIPOS DE MEDICIÓN UTILIZADOS.

EQUIPOS UTILIZADOS EN CONDICIONES AMBIENTALES

CÓDIGO	DESCRIPCIÓN	PROPIETARIO	MARCA	MODELO	SERIE	CALIBRACIÓN
L2.MU	LUXÓMETRO	SP	HAGNER	EC1	7554	L(EP).E.077.O

El luxómetro digital Hagner EC1 es un instrumento manual y fácil de utilizar para efectuar mediciones de iluminación en un rango de 0.1 – 200.000 luxes. Es de tamaño pequeño y posee diversos interruptores: encendido/apagado, de 4 posiciones para selección de rango y botón de retención para valores desplegados³⁵.

8. Se recuerda a la empresa el deber de dar información a los representantes de los trabajadores de los resultados del informe, así como la responsabilidad por parte de los trabajadores con sus obligaciones en materia preventiva porque trabajar con seguridad es condición de empleo.



6. BIBLIOGRAFÍA Y ANEXOS

1. Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales. BOE nº 269, de 10 de noviembre de 1995.
2. Real Decreto 39/1997, de 17 de Enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención. BOE nº 27, 31 enero 1997.
3. Real Decreto 604/2006, de 29 de mayo, por el que se modifican el Real Decreto 39/1997, de 17 de Enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, y el Real Decreto 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción. BOE nº 127, 29 mayo 2006.
4. INSHT: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo [Internet]. Madrid: Ministerio de Empleo y Seguridad Social. Disponible en: <http://www.insht.es/portal/site/Insht/>
5. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 0. Gestión preventiva. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion00.pdf
6. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 1. Lugares de trabajo. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion01.pdf
7. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 6. Instalación eléctrica. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion06.pdf
8. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 8. Incendios y explosivos. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion08.pdf

9. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 12. Ventilación-climatización. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion12.pdf
10. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 15. Iluminación. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion10.pdf
11. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 11. Agentes biológicos. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion11.pdf
12. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 19. Carga física. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion19.pdf
13. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 20. Carga mental. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion20.pdf
14. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 22. Factores de organización. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion22.pdf
15. INSHT [Internet]. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. Cuestionario 21. Trabajo a turnos. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/cuestion21.pdf

16. Bestratén, M. et al; 2010. Evaluación de las condiciones de trabajo en pequeñas y medianas empresas. [Internet]. Barcelona: INSHT; 2000. Disponible en: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Condiciones_trabajo_PYMES/Condiciones_trabajo_PYMES.pdf
17. Arias-González M. Integración de los Sistemas de Gestión de Calidad, el Medio Ambiente y la Seguridad y Salud del Trabajo. *Ciencias Holguín*. 2014. 20 (2): 39-48.
18. Norma UNE-EN 1005-2: 2004 + A1: 2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 2: manejo de las máquinas y de sus partes componentes; 2014.
19. Norma ISO 11228-1. Manipulación Manual. Parte 1. Levantamiento y transporte; Parte 2. Empuje y tracción; 2003.
20. Norma ISO/NP TR 12295. Actualización sobre las normas ISO 11228-1 y 11228-3.
21. Real Decreto 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores. BOE nº 97, 23 abril 1997.
22. Norma ISO 11228-2. Manipulación Manual. Parte 2. Empuje y tracción; 2007.
23. UNE – EN 1005-5 Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 5: Evaluación del riesgo por manipulación repetitiva de alta frecuencia. 2007.
24. Norma ISO 11228-3. Manipulación Manual. Parte 3. Manipulación de pequeñas cargas a elevadas frecuencias. 2007.
25. Norma UNE-EN 1005-4: 2005 +A1: 2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 4: Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas. 2009.
26. Norma ISO 11226. Ergonomics – Evaluation of static working postures. Evaluar las posturas de trabajo estáticas. 2000.
27. Norma UNE-EN 1005-3: 2002 +A1: 2009. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 3: Límites de fuerza recomendados para la utilización de máquinas. 2009.

28. Real Decreto 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo que incluye pantallas de visualización de datos. B.O.E. nº 97, 23 abril de 1997.
29. Villaplana M et al. Salud laboral y prevención de riesgos laborales. 1ª Ed. Murcia: DM. 2015.
30. Alfonso CL, Salcedo C, Rosat I et al. Prevención de Riesgos Laborales. Instrumentos de aplicación. 3ª Ed. Valencia: Tirant Lo Blanch. 2012.
31. Sistema DELTA: Declaración Electrónica de Trabajadores Accidentados. Ministerio de Empleo y Seguridad Social. Disponible en: <http://delta.empleo.gob.es>
32. Sistema CEPROSS: Comunicación de Enfermedades Profesionales en la Seguridad Social. Ministerio de Empleo y Seguridad Social. Disponible en: http://www.seg-social.es/Internet_1/Estadistica/Est/Observatorio_de_las_Enfermedades_Profesionales/cepross2k11/index.htm
33. Real Decreto de 26 de julio de 1957, sobre Industrias y trabajos prohibidos a mujeres y menores por peligrosos e insalubres. BOE nº 2017, 26 agosto 1957.
34. Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo. BOE nº 97, de 23 abril 1997.
35. Hagner Measures Light. Digital Luxmeter EC1 – EC1-X. [Internet]. Sweden. Disponible en: <http://www.hagner.se/>

ANEXO 1.

GESTIÓN PREVENTIVA		
Fecha <input type="text"/>	Personas afectadas <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/>
Cumplimentado por <input type="text"/>		
1. La dirección de la empresa muestra con su comportamiento cotidiano, su preocupación por las condiciones de trabajo del personal.	SI	NO Es importante mostrar interés, visitando los lugares de trabajo, analizando accidentes y tratando estos temas en las reuniones.
2. Están definidas las funciones y responsabilidades del personal con mando para prevenir riesgos laborales.	SI	NO Es necesario que toda la estructura de la empresa ejerza funciones preventivas y que se exija su cumplimiento.
3. Se efectúan evaluaciones de los riesgos y de las condiciones de trabajo existentes en la empresa para aplicar las mejoras más convenientes.	SI	NO Evaluar los factores de riesgo, las causas y los daños previsibles, aplicando las técnicas de diagnóstico más idóneas a cada caso.
4. Se fijan y controlan periódicamente objetivos concretos para mejorar las condiciones de trabajo.	SI	NO Fijar objetivos. Aportar los medios necesarios para alcanzarlos y controlar los resultados. Elaborar un programa al respecto.
5. Los trabajadores reciben formación y adiestramiento para realizar su trabajo de forma correcta y segura.	SI	NO La formación debe realizarse de acuerdo a las exigencias de cada puesto y los mandos deben participar en un plan de acción continuada.
6. Los trabajadores son informados de los riesgos existentes en los puestos de trabajo y de la manera de prevenirlos.	SI	NO Los trabajadores serán debidamente informados verbalmente y, cuando sea necesario, también con instrucciones escritas.
7. Se consulta a los trabajadores afectados sobre modificaciones y cambios en sus puestos de trabajo.	SI	NO Es necesario hacerlo, ya que el trabajador es quien mejor conoce lo que sucede en su lugar de trabajo.
8. Los trabajadores o sus representantes participan o son consultados sobre acciones que puedan tener efectos sustanciales sobre su seguridad.	SI	NO Es totalmente necesario establecer los criterios para que la participación de los trabajadores sea posible y efectiva.
9. Existe un sistema interno de comunicaciones de riesgos o deficiencias para su eliminación.	SI	NO Establecer un sistema ágil para la identificación y comunicación de deficiencias que implique a los mandos en su eliminación.
10. Hay establecido algún sistema de participación de los trabajadores en la mejora de la forma de realizar su trabajo.	SI	NO Debería incentivarse el aporte de ideas de mejora y su estudio y aplicación, preferentemente mediante trabajo en grupo.
11. Están formalmente establecidos los órganos de prevención legalmente exigibles en la empresa; aportándoles los medios necesarios.	SI	NO En función del tamaño de la empresa, se exige la creación de servicios de prevención, comités y delegados de prevención.
12. Existen procedimientos escritos de trabajo en aquellas tareas que pueden ser críticas por sus consecuencias.	SI	NO Cuidar que se elaboren procedimientos de trabajo y velar para que el personal afectado los cumpla. Actualizarlos periódicamente.
13. Están programadas las revisiones de instalaciones, máquinas y equipos para controlar su funcionamiento seguro.	SI	NO Todos los elementos clave con funciones de seguridad deben ser revisados periódicamente para asegurar su fiabilidad.
14. Se investigan los accidentes de trabajo para eliminar las causas que los han generado.	SI	NO Es necesario investigar el mayor número posible, con la participación de los mandos implicados. Registrar la siniestralidad.

15. Se efectúan observaciones planeadas en los lugares de trabajo para velar por la correcta realización de las tareas.	SI	NO	Establecer un sistema para que los mandos intermedios efectúen periódicamente observaciones de las tareas del personal a su cargo.
16. Se facilitan equipos de protección individual certificados a los trabajadores que los requieren, exigiéndoles su uso.	SI	NO	Asignar de forma personalizada, cuidando que los trabajadores participen en su selección. Elaborar norma al respecto.
17. Se vigila el cumplimiento de las especificaciones de seguridad en la adquisición de máquinas, equipos y productos químicos peligrosos.	SI	NO	Velar para que las compras se efectúen con los estándares de calidad y seguridad exigibles.
18. Se controla que los trabajos a subcontrata se realicen en condiciones seguras.	SI	NO	Cuidar que en los contratos figuren especificaciones para que los trabajos se realicen de forma segura. Vigilar su cumplimiento.
19. Se aplica de forma generalizada la legislación vigente sobre señalización en los lugares de trabajo.	SI	NO	Cumplir lo legislado, utilizando señales de prohibición, advertencia de peligro o informaciones de uso obligatorio u otras.
20. Existe personal adiestrado en primeros auxilios e intervenciones ante posibles emergencias, existiendo procedimiento al respecto.	SI	NO	Debe haber personal adiestrado para actuar con celeridad en accidentes y emergencias. Elaborar planes de emergencia.
21. Las actividades preventivas que se realizan están recogidas documentalmente.	SI	NO	Toda la información generada debería estar documentada y a disposición de la autoridad laboral.
22. Los trabajadores con relaciones de trabajo temporales tienen el mismo nivel de protección que los restantes trabajadores.	SI	NO	Deben recibir atención especial respecto a la información y formación para la realización segura de sus tareas.
23. Se garantiza la vigilancia periódica de la salud de los trabajadores.	SI	NO	Se realizará en función de los riesgos inherentes al trabajo, y con el consentimiento y respetando la intimidad de los trabajadores.

CRITERIOS DE VALORACIÓN		
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE
Seis o más deficientes.	2, 3, 5, 6, 8, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 21, 22.	1, 4, 7, 9, 10, 13, 15, 19, 20, 23.

RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS

ANEXO 2.

CONDICIONES DE SEGURIDAD			
1. LUGARES DE TRABAJO		Personas afectadas <input type="text"/>	
Área de trabajo <input type="text"/>		Fecha <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/>
Cumplimentado por <input type="text"/>			
1. Son correctas las características del suelo y se mantiene limpio.	SI	NO	El pavimento será consistente no resbaladizo y de fácil limpieza. Constituirá un conjunto homogéneo llano y liso y se mantendrá limpio.
2. Están delimitadas y libres de obstáculos las zonas de paso.	SI	NO	Determinar lugares de disposición de materiales fuera de las zonas de paso y señalizar.
3. Se garantiza totalmente la visibilidad de los vehículos en las zonas de paso.	SI	NO	Colocar espejos reflectores y señalizar o cambiar rutas, cuando sea necesario.
4. La anchura de las vías de circulación de personas o materiales es suficiente.	SI	NO	Respetar las medidas mínimas necesarias. Como mínimo un pasillo peatonal tendrá una anchura de un metro.
5. Los pasillos por los que circulan vehículos permiten el paso de personas sin interferencias.	SI	NO	Diferenciar en lo posible tales zonas. En todo caso, aumentar la anchura y señalizar.
6. Los portones destinados a la circulación de vehículos son usados por los peatones sin riesgos para su seguridad.	SI	NO	Disponer en su proximidad inmediata de puertas destinadas a tal fin, expeditas y totalmente identificadas.
7. Están protegidas las aberturas en el suelo, los pasos y las plataformas de trabajo elevadas.	SI	NO	Instalar barandillas de 90 cm de altura y rodapiés seguros y señalizados.
8. Están protegidas las zonas de paso junto a instalaciones peligrosas.	SI	NO	Proteger hasta una altura mínima de 2,5 m.
9. Se respetan las medidas mínimas del área de trabajo: 3 m de altura (en oficinas 2,5 m.), 2 m ² de superficie libre y 10 m ³ de volumen.	SI	NO	Ampliar el ámbito físico
10. Las dimensiones adoptadas permiten realizar movimientos seguros.	SI	NO	La movilidad del personal se efectuará en condiciones seguras.
11. El espacio de trabajo está limpio y ordenado, libre de obstáculos y con el equipamiento necesario.	SI	NO	Disponer de lugares de almacenamiento y disposición de materiales y equipos. Mejorar los hábitos y la organización del trabajo.
12. Los espacios de trabajo están suficientemente protegidos de posibles riesgos externos a cada puesto (caídas, salpicaduras, etc.).	SI	NO	Proteger adecuadamente el espacio de trabajo frente a interferencias o agentes externos.
13. El acceso, permanencia y salida de trabajadores a espacios confinados y a zonas con riesgo de caída, caída de objetos y contacto o exposición a agentes agresivos está controlado.	SI	NO	Implantar procedimientos redactados de autorizaciones a trabajadores para estos lugares de trabajo.
14. Las escaleras fijas de cuatro peldaños o más disponen de barandillas de 90 cm de altura, rodapiés y barras verticales o listón intermedio.	SI	NO	Instalar barandillas normalizadas.

15. Los peldaños son uniformes y antideslizantes.	SI	NO	Corregir, instalando en su defecto bandas anti-deslizantes.
16. Están bien construidas y concebidas para los fines que se utilizan.	SI	NO	Deben resistir una carga móvil de 500 kg/cm ² . y con un coeficiente de seguridad de cuatro.
17. Las escalas fijas y medios de acceso metálicos (plataformas, barandillas...), sometidos a la intemperie, se encuentran en buenas condiciones de uso.	SI	NO	Repararlas y establecer un programa de mantenimiento.
18. Se utilizan escaleras de mano solo para accesos ocasionales y en condiciones de uso aceptables.	SI	NO	Vigilar sus características constructivas y establecer un plan de revisiones.
19. Están bien calzadas en su base o llevan ganchos de sujeción en el extremo superior de apoyo.	SI	NO	Evitar su uso en trabajos y accesos sistemáticos y vigilar las características constructivas y el plan de revisiones.
20. Tienen longitud menor de 5 m, salvo que tengan resistencia garantizada.	SI	NO	Utilizar escaleras de resistencia garantizada cuando sean de más de cinco metros.
21. Se observan hábitos correctos de trabajo en el uso de escaleras manuales.	SI	NO	Adiestrar en su utilización. Tanto el ascenso como el descenso se hará siempre de frente a las mismas.
22. Las cargas trasladadas por las escaleras son de pequeño peso y permiten las manos libres.	SI	NO	Las manos estarán libres para sujetarse a las escaleras.
23. Disponen las escaleras de tijera de tirante de enlace en perfecto estado.	SI	NO	Colocar tirante.
24. Es adecuada la iluminación de cada zona (pasillos, espacios de trabajo, escaleras), a su cometido específico.	SI	NO	Iluminar respetando los mínimos establecidos. Mínimo en zonas de paso de uso habitual = 50 lux.

CRITERIOS DE VALORACIÓN		
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE
Cinco o más deficientes.	5, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 18, 23.	1, 2, 3, 4, 9, 10, 11, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 24.

RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS

ANEXO 3.

CONDICIONES DE SEGURIDAD		
6. INSTALACIÓN ELÉCTRICA	Personas afectadas <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
Área de trabajo <input type="text"/>	Fecha <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por <input type="text"/>		
1. En los trabajos en instalaciones eléctricas se verifica el cumplimiento de las "5 reglas de oro" (Art. 62 y 67 de la OGSHT).	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Es obligatorio su cumplimiento excepto si se realizan por personal especializado ajeno a la empresa.
2. El personal que realiza trabajos en alta tensión está cualificado y autorizado para su realización	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Contratar personal especializado y ajeno a la empresa o establecer un plan de formación y cualificación para el personal propio.
3. En trabajos en proximidad de líneas eléctricas de alta tensión se adoptan medidas antes del trabajo para evitar el posible contacto accidental.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Señalizar y delimitar de la zona peligrosa. Si subsiste el peligro cumplir las normas de trabajos en alta tensión.
4. Los cuadros eléctricos y los receptores confieren un grado de protección igual o superior a IP 2x (no pueden tocarse con los dedos partes en tensión).	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Aislar o resguardar las partes bajo tensión.
5. Las clavijas y bases de enchufes son correctas y sus partes en tensión son inaccesibles cuando la clavija está parcial o totalmente introducida.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Sustituirlas por otras normalizadas.
6. Los conductores eléctricos mantienen su aislamiento en todo el recorrido y los empalmes y conexiones se realizan de manera adecuada.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Eliminar empalmes y clavijas inadecuadas. Usar conductores de doble aislamiento, regletas, cajas o dispositivos equivalentes.
7. Los trabajos de mantenimiento se realizan por personal formado y con experiencia y se dispone de los elementos de protección exigibles.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Realizarlos con personal especializado ajeno a la empresa o establecer un plan de formación y cualificación para personal propio.
8. Se carece de puesta a neutro de las masas (TN) y dispositivos de corte por intensidad de defecto (magnetotérmicos, interruptores diferenciales).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO Pasar a la cuestión 11.
9. Se carece del sistema de neutro aislado (IT) y dispositivos de corte automático (fusibles o mag-neto térmicos, interruptor diferencial).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO Pasar a la cuestión 11.
10. La instalación general dispone de puesta a tierra (TT) revisado anualmente e interruptores diferenciales dispuestos por sectores.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Revisar la instalación por un especialista y adaptarla al Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión MIBT. 021. (ITC-BT-24 del nuevo Reglamento).
11. Los receptores que no dispongan de alguno de los tres sistemas anteriores, disponen de doble aislamiento, separación de circuitos o uso de tensiones de seguridad	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Adoptar uno de los mencionados sistemas de protección. <input type="checkbox"/> NO Pasar a la cuestión 15.
12. El emplazamiento está mojado (impregnado de humedad, duchas, cámaras frigoríficas, lavanderías, e instalaciones a la intemperie).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/>
13. Los equipos eléctricos, receptores fijos y tomas de corriente están protegidos contra "proyecciones de agua" (IP x 4).	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	Sustituírlas o instalarlos en local no mojado. <input type="checkbox"/> NO Sustituírlas.
14. Las canalizaciones son estancas.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/>

15. Las lámparas portátiles y otros receptores móviles utilizan protección por "pequeñas tensiones de seguridad" o "separación de circuitos".	SI	NO	Instalar uno de los dos sistemas.
16. El local presenta riesgo de incendio y explosión al existir sustancias susceptibles de inflamarse o explotar.	SI	NO	Pasar a la cuestión 20.
17. La instalación eléctrica dispone del dictamen favorable de la entidad competente y Boletín de Reconocimiento de las revisiones anuales de instalador.	SI	NO	Cumplir estrictamente lo reglamentado.
18. La instalación o los receptores se ajustan a MIBT. 026 (ITC-BT- 29 del nuevo Reglamento Electro-técnico de Baja Tensión).	SI	NO	Sustituir por las protecciones correctas normalizadas.
19. Es adecuado el mantenimiento (cajas cerradas, sin roturas, todos los tornillos puestos, canalizaciones bien montadas, etc.)	SI	NO	Establecer un programa de mantenimiento preventivo estricto.
20. Se trata de una obra de construcción.	SI	NO	Pasar a otro cuestionario.
21. Las canalizaciones fijas por el suelo disponen de protección mecánica	SI	NO	Dotar de la suficiente protección mecánica.
22. Las tomas de corriente, clavijas, etc. disponen de una protección adecuada para las condiciones de utilización.	SI	NO	Cambiarlos por otros adecuados (Ej.: Intemperie y mojado IPx4)
23. Las lámparas portátiles son de doble aislamiento y protección contra agua o se usa transformador de seguridad o separación de circuitos.	SI	NO	Instalar uno de los 3 sistemas.
24. Todas las máquinas portátiles están alimentadas por transformadores de seguridad o tienen doble aislamiento.	SI	NO	Dotarlas de uno de los dos sistemas.

CRITERIOS DE VALORACIÓN		
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE
2, 10, 11, o más de seis deficientes.	1, 3, 4, 5, 6, 7, 13, 15, 17, 18, 21, 22, 23, 24.	14, 19.

RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS

ANEXO 4.

CONDICIONES DE SEGURIDAD			
8. INCENDIOS Y EXPLOSIONES		Personas afectadas <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
Área de trabajo <input type="text"/>		Fecha <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por <input type="text"/>			
1. Se conocen las cantidades de materias y productos inflamables presentes actualmente en la empresa.	SI	NO	Minimizar las cantidades en los lugares de trabajo. La Norma Básica NBE-CPI-96 establece cómo clasificar el nivel de riesgo intrínseco.
2. El almacenamiento de materias y productos inflamables se realiza en armarios o en locales protegidos.	SI	NO	Prever áreas de almacenamiento aisladas, ventiladas y con medios de extinción.
3. Los residuos combustibles (retales, trapos de limpieza, virutas, serrín, etc.) se limpian periódicamente y se depositan en lugares seguros.	SI	NO	Clasificar los residuos en contenedores cerrados. Eliminarlos diariamente.
4. Están identificados los posibles focos de ignición.	SI	NO	Los focos de ignición de cualquier tipo (mecánicos, térmicos, eléctricos, químicos) deben estar totalmente controlados.
5. Las operaciones de trasvase y manipulación de líquidos inflamables se realizan en condiciones de seguridad.	SI	NO	Trasvasar en lugares específicos y con los medios necesarios. Usar equipos de bombeo protegidos y controlar posibles derrames.
6. Las tareas de encolado o limpieza con disolventes se realizan de forma segura.	SI	NO	La limpieza o encolado se realizará con productos no inflamables, y bajo métodos seguros en ambientes bien ventilados.
7. Está prohibido fumar en zonas donde se almacenan o manejan productos combustibles e inflamables.	SI	NO	Deben dictarse normas escritas de prohibición y señalizarlo en las áreas afectadas.
8. Las materias y productos inflamables están separados de equipos con llama o al rojo vivo (estufas, hornos, calderas, etc.).	SI	NO	Alejar y separar las materias peligrosas de tales focos caloríficos.
9. Está garantizado que un incendio producido en cualquier zona del local no se propagará libremente al resto de la planta o edificio.	SI	NO	Los elementos estructurales o delimitadores de las áreas de riesgo deben garantizar una RF preferiblemente superior a 120 minutos.
10. Un incendio producido en cualquier zona del local se detectaría con prontitud a cualquier hora y se transmitiría a los equipos de intervención.	SI	NO	Debe garantizarse una detección rápida y su transmisión eficaz, sea a través de medios humanos o técnicos.
11. Existen extintores en número suficiente, distribución correcta y de la eficacia requerida.	SI	NO	Vigilar que los extintores, además de ser adecuados, estén en correcto estado y revisados periódicamente, según normativa.
12. Existen BIE's (Bocas de Incendio Equipadas) en número y distribución suficientes para garantizar la cobertura de toda el área del local.	SI	NO	Vigilar que estén en condiciones de uso y se realice periódicamente su despliegado y verificación de su correcto estado.
13. Hay trabajadores formados y adiestrados en el manejo de los medios de lucha contra incendios.	SI	NO	Deben seleccionarse, formarse y adiestrarse trabajadores, a fin de optimizar la eficacia de los medios de extinción.
14. Los centros de trabajo con riesgo de incendio disponen al menos de dos salidas al exterior de anchura suficiente.	SI	NO	Las vías de evacuación y salidas serán conocidas y estarán libres de obstáculos y señalizadas. Anchura mínima 0,80 m.

15. Existen cuando se precisa rótulos de señalización y alumbrado de emergencia para facilitar el acceso al exterior.	SI	NO	La iluminación de emergencia estará garantizada. Utilizar señalización normalizada.
16. La empresa tiene un Plan de Emergencia contra Incendios y de Evacuación.	SI	NO	Elaborar un plan de emergencia y evacuación. Formar al personal y realizar simulacros periódicos.
17. Se utilizan permisos de trabajo en operaciones ocasionales con riesgo de incendio.	SI	NO	Implementar un sistema de autorizaciones escritas para asegurar un control de las operaciones peligrosas.
18. Se mantienen los accesos a los bomberos libres de obstáculos de forma permanente.	SI	NO	Cualquier edificio debe disponer de un espacio exterior, para facilitar el acceso de los vehículos del Servicio de Extinción de Incendios.



UNIVERSITAS
Miguel
Hernández

CRITERIOS DE VALORACIÓN			
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE	
Cuatro o más deficientes.	2, 5, 6, 7, 8, 15, 17.	1, 3, 4, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 18.	

RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS

ANEXO 5.

CONDICIONES MEDIOAMBIENTALES			
12. VENTILACIÓN Y CLIMATIZACIÓN		Personas afectadas <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
Área de trabajo	<input type="text"/>	Fecha	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por	<input type="text"/>		
1. Se utilizan sustancias químicas tóxicas o nocivas, o existen focos de generación de contaminantes (polvo, humo, nieblas, gases o vapores).	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Pase a la cuestión 12.
2. Se han instalado extracciones localizadas en las zonas o puntos donde se puede producir la generación y dispersión de contaminantes ambientales.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Es necesario instalar extracciones localizadas en los puntos de generación de contaminantes. Cumplimentar cuestionarios 9 y 10.
3. Estas extracciones disponen de campanas de captación de forma y tamaño adecuados a las características de los focos de generación.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Las campanas deben encerrar todo lo posible el foco de generación, o bien encontrarse muy cerca del mismo.
4. Se han adoptado precauciones para evitar corrientes de aire transversales que puedan afectar a los sistemas de extracción localizada.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Las corrientes de aire transversales que puedan afectar al funcionamiento de los sistemas de extracción localizada deben evitarse.
5. Se comprueba periódicamente el funcionamiento de los sistemas de extracción localizada.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Comprobar periódicamente el caudal, la velocidad del aire en las campanas y la presión estática en la garganta de las campanas. Como mínimo, visualizar el flujo de aire mediante tubos de humo.
6. El caudal del sistema de extracción localizada es suficiente para capturar los contaminantes.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	El ventilador debe suministrar un caudal suficiente para conseguir la captura de los contaminantes venciendo las pérdidas de carga.
7. Se lleva a cabo una limpieza y un mantenimiento periódicos de los elementos de la instalación de extracción localizada.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Es necesario el mantenimiento y limpieza de todos los componentes (campanas, conductos, depurador y ventilador).
8. Se comprueba por inspección visual la integridad física de los elementos del sistema.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	No deben existir grietas, roturas, abolladuras, tubos desconectados, bridas sueltas, etc.
9. Se miden periódicamente las emisiones atmosféricas de los sistemas de extracción localizada para verificar el cumplimiento de lo legislado.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Es preciso comprobar que las emisiones atmosféricas respeten las limitaciones impuestas por la reglamentación.
10. Los sistemas de extracción tiene depuradores o filtros.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Pase a la cuestión 12
11. Se realiza una adecuada gestión de los residuos recogidos y/o generados en la limpieza y mantenimiento de los elementos de depuración.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	La legislación sobre residuos requiere la caracterización previa de los residuos para proceder a su tratamiento y eliminación.
12. Se dispone de un sistema de ventilación general (natural o forzada) de los locales de trabajo.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Independientemente de la actividad laboral que se realice o de la existencia de elementos de extracción localizada, los locales de trabajo deben disponer de ventilación.
13. En todos los locales hay suministro de aire limpio y extracción de aire viciado.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Para que el sistema de ventilación funcione correctamente estos dos aspectos deben asegurarse en todos y cada uno de los locales en los que se haya compartimentado el lugar de trabajo.
14. Se ha comprobado, mediante medición, que el sistema proporciona los caudales de aire exterior mínimos exigidos.	<input type="text"/> SI	<input type="text"/> NO	Ver Anexo III del RD 486/1997 sobre lugares de trabajo y el RD 1751/1998 Reglamento de instalaciones térmicas en edificios.

15. Es posible regular el sistema de modo que en todo momento (para toda actividad y/o nivel de ocupación) proporcione la ventilación necesaria.	SI	NO	El uso de la ventilación general para reducir la presencia de agentes contaminantes en el ambiente requiere cálculos específicos.
16. El número de elementos para el suministro y extracción de aire, así como su distribución, permiten asegurar la eficacia del sistema de ventilación.	SI	NO	La carencia de alguno de estos elementos o un número insuficiente y/o una inadecuada distribución puede favorecer la creación de zonas mal ventiladas.
17. Las tomas de aire exterior se encuentran suficientemente alejadas de los puntos de descarga del aire contaminado.	SI	NO	La situación de la entrada de aire exterior debe estar alejada de los puntos de descarga para evitar el reintroducción de los contaminantes al local.
18. Se dispone de sistemas (independientes o integrados en el sistema de ventilación) para la climatización de los locales.	SI	NO	El RD 486/1997 establece los intervalos de temperatura, humedad relativa y velocidad de aire, que permiten evitar los riesgos para la seguridad y salud de las personas.
19. El programa de mantenimiento de la instalación incluye las operaciones de limpieza del equipo y sustitución de filtros.	SI	NO	La limpieza de los equipos es fundamental, puesto que contribuye a evitar la formación de focos de contaminación y su dispersión.
20. Se realiza, si existen, el mantenimiento preventivo de instalaciones tales como los humidificadores o las torres de refrigeración.	SI	NO	El mantenimiento preventivo (limpieza y desinfección) de estos equipos es fundamental para evitar la formación de focos de contaminación microbiológica.



CRITERIOS DE VALORACIÓN				
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE		MEJORABLE	
Más de tres deficientes	2, 3, 6, 11, 12.		4, 5, 7, 8, 9, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20.	
RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS				

ANEXO 6.

CONDICIONES MEDIOAMBIENTALES			
15. ILUMINACIÓN		Personas afectadas	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Área de trabajo	<input type="text"/>	Fecha	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por	<input type="text"/>		
1. Se han emprendido acciones para conocer si las condiciones de iluminación de la empresa se ajustan a las diferentes tareas visuales que se realizan.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Para mejorar las condiciones de trabajo, deberían planificarse acciones para conseguir los mínimos especificados en la legislación.
2. Los niveles de iluminación existentes (general y localizada) son los adecuados, en función del tipo de tarea, en todos los lugares de trabajo o paso.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	La normativa recoge los niveles de iluminación requeridos para diferentes tareas.
3. Se ha comprobado que el número y la potencia de los focos luminosos instalados son suficientes.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Una instalación de iluminación debe disponer de suficientes puntos de luz que proporcionen los niveles de iluminación requeridos.
4. Hay establecido un programa de mantenimiento de las luminancias para asegurar los niveles de iluminación.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	El establecimiento y cumplimiento de estos programas es fundamental para asegurar el mantenimiento de los niveles de iluminación.
5. Entre las actuaciones previstas en el programa de mantenimiento, está contemplada la sustitución rápida de los focos luminosos fundidos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Es de utilidad organizar un sistema ágil de comunicación y resolución de deficiencias y disponer de una reserva de focos luminosos.
6. El programa de mantenimiento contempla la limpieza regular de focos luminosos, luminarias, difusores, paredes, etc.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	La acumulación de polvo y suciedad en estos puntos reduce notablemente el rendimiento de la instalación.
7. El programa de mantenimiento prevé la renovación de la pintura de paredes, techos, etc. y la utilización de colores claros y materiales mates.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	La atención prestada a estos aspectos permite obtener un mayor aprovechamiento del sistema de iluminación.
8. Todos los focos luminosos tienen elementos difusores de la luz y/o protectores antideslumbrantes.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	La visión directa de focos luminosos descubiertos puede producir deslumbramientos. Corrija esa situación.
9. La posición de las personas evita que éstas trabajen de forma continuada frente a las ventanas.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	La visión directa de grandes superficies luminosas puede producir deslumbramientos. Modifique la orientación o coloque persianas.
10. Los puestos de trabajo están orientados de modo que se eviten los reflejos en las superficies de trabajo y PVD's.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Reorganice los puestos de trabajo para que la luz incida lateralmente sobre el plano de trabajo.

CRITERIOS DE VALORACIÓN				
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE			MEJORABLE
Más de una respuesta considerada deficiente.	2, 8.			1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10.
RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS				



ANEXO 7.

CONDICIONES MEDIOAMBIENTALES		
11. AGENTES BIOLÓGICOS	Personas afectadas <input type="text"/>	
Área de trabajo <input type="text"/>	Fecha <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/>
Cumplimentado por <input type="text"/>		
1. El trabajo implica la manipulación de contaminantes biológicos o el contacto con personas, animales o productos que pueden estar infectados.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Pasará al siguiente cuestionario.
2. Los trabajadores conocen el grado de peligrosidad de los contaminantes biológicos que "están o pueden estar" presentes en el lugar de trabajo.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> La normativa española clasifica los contaminantes biológicos en cuatro grupos según su peligrosidad y el riesgo de infección.
3. Existen zonas de trabajo diferenciadas que reúnan los requisitos recomendables para manipular los distintos contaminantes biológicos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> La normativa española establece tres niveles de contención que llevan asociadas una serie de medidas preventivas aplicables.
4. Los procedimientos de trabajo, evitan o minimizan la liberación de agentes biológicos en el lugar de trabajo.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Toda medida aplicable al foco de emisión del contaminante tiene una incidencia significativa en la reducción del riesgo.
5. Se evita la posibilidad de que los trabajadores puedan sufrir cortes, pinchazos, arañazos, mordeduras, etc.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Extremar las medidas de seguridad. Establecer programas de control de plagas.
6. Está establecido y se cumple un programa de gestión de todos los residuos generados en el lugar de trabajo.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Todo programa de gestión de residuos peligrosos debe contemplar la clasificación, señalización, y tratamiento de los mismos.
7. Está establecido y se cumple un programa para la limpieza, desinfección y desinsectación de los locales.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Se debe establecer. La utilización de materiales lisos, impermeables y resistentes a los productos empleados, facilita esta tarea.
8. Los trabajadores reciben vacunación específica expuestos a estos riesgos o los animales.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Siempre que se disponga de vacunas eficaces y los trabajadores lo deseen, se debe contemplar la aplicación de las mismas.
9. Los trabajadores tienen, usan y conocen las características de los equipos de protección individual en las operaciones que las requieran.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> El empresario es el responsable de proporcionar las prendas y equipos de protección individual y controlar su correcta utilización.
10. Todos los trabajadores expuestos reciben formación adecuada a sus responsabilidades, que les permita desarrollar sus tareas correctamente.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Para la prevención de riesgos es fundamental conocerlos. Planifique acciones formativas a todos los niveles.
11. Se dispone de suficientes instalaciones sanitarias (lavabos, duchas, vestuarios, etc.) y de áreas de descanso (comedor, zona de fumadores, etc.).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Debe mejorar esta situación.
12. Está definido un protocolo de primeros auxilios y disponen de medios para llevarlo a cabo.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Contemple esta posibilidad y cuide de su mantenimiento.
13. Está establecido un plan de emergencia que haga frente a accidentes en los que están implicados los agentes biológicos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> Contemple esta posibilidad. Según la peligrosidad del agente biológico, se puede generar un grave peligro para la comunidad.

CRITERIOS DE VALORACIÓN				
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE			MEJORABLE
Cuatro o más respuestas consideradas deficientes.	2, 4, 5, 9, 10, 11, 13.			3, 6, 7, 8, 12.
RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS				



ANEXO 8.

CARGA DE TRABAJO			
19. CARGA FÍSICA		Personas afectadas	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Área de trabajo	<input type="text"/>	Fecha	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por	<input type="text"/>		
1. El trabajo permite combinar la posición de pie-sentado.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> NO	Establecer pausas y proporcionar apoyos.
2. Se mantiene la columna en posición recta.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> NO	Se debe evitar realizar torsiones e inclinaciones superiores a 20°.
3. Se mantienen los brazos por debajo del nivel de los hombros.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> NO	Adecuar y rediseñar el puesto de trabajo.
4. La tarea exige desplazamientos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a la cuestión 7.
5. Los desplazamientos ocupan un tiempo inferior al 25% de la jornada laboral.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Reducir el tiempo de los desplazamientos y realizar pausas.
6. Se realizan desplazamientos con cargas inferiores a 2 kg.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Reducir las cargas y realizar desplazamientos inferiores a 2 metros.
7. El trabajo exige realizar un esfuerzo muscular.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a la cuestión 10.
8. Para realizar las tareas se utiliza solo la fuerza de las manos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	La fuerza necesaria para realizar la tarea será tal que no requerirá utilizar las del cuerpo y las piernas.
9. Los ciclos de trabajo son superiores a medio minuto.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> NO	Se debe evitar el hacer movimientos continuos y repetitivos.
10. Si se manipulan cargas éstas son inferiores a 3 kilos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a la siguiente cuestión.
11. Los pesos que deben manipularse son inferiores a 25 kg.	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> NO	Reducir los pesos y/o las condiciones de su manejo.
12. La forma y volumen de la carga permiten asirla con facilidad.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Se deben manejar manualmente las cargas sólo si son de dimensiones reducidas y se pueden asir fácilmente.
13. El peso y el tamaño de la carga permite asirla con facilidad.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Considerar edad, sexo, constitución, embarazo, etc. de los trabajadores o reducir la carga.
14. El entorno se adapta al tipo de esfuerzo que debe realizarse.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Considerar la temperatura, humedad y espacio del entorno del trabajo.

15. Se ha formado al personal sobre la correcta manipulación de cargas.

SI

NO

Se debe formar al trabajador sobre la correcta manipulación de cargas.

16. Se controla que se manejen las cargas de forma correcta.

SI

NO

Se debe corregir. Posteriormente a la formación hay que establecer un programa de seguimiento.



CRITERIOS DE VALORACIÓN

MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE
Dos o más deficientes.	2, 3, 9, 11.	1, 5, 6, 8, 12, 13, 14, 15, 16.

RESULTADO DE LA VALORACIÓN

	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS

ANEXO 9.

CARGA DE TRABAJO			
20. CARGA MENTAL	Personas afectadas <input type="text"/>		
Área de trabajo <input type="text"/>	Fecha <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/>	
Cumplimentado por <input type="text"/>			
1. El nivel de atención requerido para la ejecución de la tarea es elevado.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a la cuestión 4.
2. Debe mantenerse la atención menos de la mitad del tiempo o solo de forma parcial.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Alternar tareas con distintos grados de exigencia a fin de prevenir situaciones de fatiga, saturación o hipovigilancia.
3. Además de las pausas reglamentarias, el trabajo permite alguna pausa.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Prever pausas cortas y frecuentes para evitar la aparición de la fatiga.
4. Se puede cometer algún error sin que incida de forma crítica sobre instalaciones o personas (paros, rechazos de producción, accidentes, etc.).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Facilitar el proceso de toma de decisiones (información suficiente, simbología adecuada, tiempo de respuesta, etc.).
5. El ritmo de trabajo viene determinado por causas externas (cadena, público, etc.).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a la cuestión 7.
6. El ritmo de trabajo es fácilmente alcanzable por un trabajador con experiencia.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Alternar con otros puestos, establecer pausas cortas.
7. El trabajo se basa en el tratamiento de información (procesos automatizados, informática, etc.).	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a otro cuestionario.
8. La información se percibe correctamente.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Comprobar el diseño de las señales o indicadores (tamaño, forma, contraste, etc.) y su disposición.
9. Se entiende con facilidad.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Utilizar símbolos unívocos y claros.
10. La cantidad de información que se recibe es razonable. Se cuenta con la información necesaria para el desempeño de las tareas.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Evitar una sobrecarga de información; parcelar la información. Facilitar la información necesaria.
11. La información es sencilla, se evita la memorización excesiva de datos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Facilitar la consulta de datos con procedimientos escritos.
12. El diseño de los mandos o paneles es adecuado a la acción requerida.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Comprobar la adecuación de los mandos (función, posición, correspondencia mandos/señales).
13. El trabajador tiene experiencia o conoce el proceso y los equipos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Formar e informar.
14. El trabajo suele realizarse sin interrupciones.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Evitar lo máximo posible las interrupciones en la realización del trabajo.

15.El entorno físico facilita el desarrollo de la tarea.

SI

NO

Prestar atención a los factores del entorno físico, especialmente al ruido.



CRITERIOS DE VALORACIÓN

MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE
Tres o más deficientes.	2, 3, 8, 9, 10, 11.	4, 6, 12, 13, 14, 15.

RESULTADO DE LA VALORACIÓN

Muy deficiente			Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS

ANEXO 10.

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO			
21. TRABAJO A TURNOS		Personas afectadas <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
Área de trabajo <input type="text"/>		Fecha <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por <input type="text"/>			
1. El trabajo que se realiza es a turnos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a otro cuestionario.
2. El calendario de turnos se conoce con antelación.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Informar a los interesados con suficiente antelación, de manera que puedan organizarse sus actividades extralaborales.
3. Los trabajadores participan en la determinación de los equipos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Establecer los equipos teniendo en cuenta las necesidades de los trabajadores.
4. Los equipos de trabajo son estables.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Procurar que los miembros integrantes de cada grupo sean siempre los mismos.
5. Se facilita la posibilidad de una comida caliente y equilibrada.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Prever instalaciones adecuadas y tiempo suficiente para comer.
6. Se realiza una evaluación de la salud antes de la incorporación al trabajo nocturno y posteriormente a intervalos regulares.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Deben realizarse estos reconocimientos. El trabajador tiene derecho a un trabajo diurno si se reconocen problemas de salud ligados al trabajo nocturno.
7. El trabajo implica los turnos nocturnos.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Pasar a otro cuestionario.
8. Se respeta el ciclo sueño / vigilia.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Situar los cambios de turno entre las 6h y las 7h; las 14h y las 15h; y alrededor de las 23 h.
9. Se procura que el número de noches de trabajo consecutivas sea mínimo.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Replantear la organización de los turnos, aumentando el número de períodos en los que se pueda dormir de noche.
10. La adscripción continuada a un turno de noche es inferior a dos semanas.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	No se trabajará en turno de noche más de dos semanas seguidas, salvo voluntariamente.
11. Los servicios y medios de protección y prevención en materia de seguridad y salud son los mismos que los de día.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Deben facilitarse los mismos servicios.
12. La carga de trabajo es inferior en el turno de noche.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Siempre que sea posible se exigirá menor carga de trabajo.
13. Existe en la empresa una política de limitación para trabajar en turno nocturno.	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	Es recomendable limitar el nº de años que se trabaja a turnos (por ejemplo 15 años) y establecer limitaciones por edad (desaconsejarlo a menores de 20 años y a mayores de 45 años).

CRITERIOS DE VALORACIÓN				
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE		MEJORABLE	
Tres o más deficientes.	6, 8, 11, 13.		2, 3, 4, 5, 9, 10, 12.	
RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS				



ANEXO 11.

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO			
22. FACTORES DE ORGANIZACIÓN		Personas afectadas	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Área de trabajo	<input type="text"/>	Fecha	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> Fecha próxima revisión <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Cumplimentado por	<input type="text"/>		
1. El trabajo implica la realización continuada de tareas cortas, muy sencillas y repetitivas.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Pasar a la cuestión 4.
2. El trabajo permite la alternancia de tareas o la ejecución de varias tareas.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Evitar la repetición de tareas elementales, ampliando el ciclo o dando posibilidad de alternar con otras tareas.
3. Se realiza una tarea o subtarea con entidad propia (se incluyen tareas de preparación, ejecución y revisión).	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Aumentar el contenido del trabajo dando la posibilidad de efectuar tareas de preparación y control.
4. La preparación de los trabajadores está en consonancia con el trabajo que realizan.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Si es insuficiente, dar información. Si es demasiado elevada, ampliar el contenido del trabajo.
5. El trabajador conoce la totalidad del proceso.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Informar a los trabajadores del funcionamiento global de la empresa y de sus objetivos.
6. El trabajador sabe para qué sirve su trabajo en el conjunto final.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Informar de la importancia de la tarea desarrollada.
7. La organización de las tareas está previamente definida, sin posibilidad de intervención u opinión por el interesado.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Pasar a la cuestión 12.
8. El trabajador puede tener iniciativa en la resolución de incidencias.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Dar posibilidad de intervención.
9. Puede detener el trabajo o ausentarse cuando de necesite.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	El trabajador debe tener autonomía para determinar o variar el ritmo de trabajo, ausentarse del puesto y distribuir las pausas.
10. Puede elegir el método de trabajo.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Dar posibilidad de que el trabajador organice su propio trabajo.
11. Tiene posibilidad de controlar el trabajo realizado.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Dar posibilidad de que el trabajador organice su propio trabajo y controle el resultado del mismo.
12. Se carece de una definición exacta de las funciones que deben desarrollarse en cada puesto de trabajo.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Pasar a la cuestión 16.
13. Las consignas de ejecución (órdenes de trabajo, instrucciones, procedimientos...) están claramente definidas y se dan a conocer a los trabajadores.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Las personas deben saber cuáles son las funciones y responsabilidades de su puesto y las de sus compañeros.
14. Se evitan incongruencias, incompatibilidades o contradicciones entre órdenes o métodos de trabajo, exigencias temporales...	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Evitar situaciones en las que los trabajadores se encuentren ante exigencias contradictorias (órdenes contradictorias, falta de tiempo, de recursos...).

15. Se informa a los trabajadores sobre la calidad del trabajo realizado.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Informar a los trabajadores de los resultados del trabajo efectuado, de manera que puedan corregirlo si es necesario.
16. Generalmente se toman decisiones sin consultar a los trabajadores.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Pasar a la cuestión 20.
17. Para la asignación de tareas se tiene en cuenta la opinión de los interesados.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Tener en cuenta la opinión de los trabajadores para la asignación de tareas.
18. Existe un sistema de consulta. Suelen discutirse los problemas referidos al trabajo.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Establecer sistemas de participación: reuniones, grupos de trabajo, etc.
19. Cuando se introducen nuevos métodos o equipos se consultan o discuten con los trabajadores.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Informar de los cambios. Tener en cuenta la opinión de los trabajadores para su establecimiento.
20. La tarea facilita o permite el trabajo en grupo o la comunicación con otras personas.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Establecer sistemas que faciliten la comunicación entre los trabajadores.
21. Por regla general, el ambiente laboral permite una relación amistosa.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Facilitar la colaboración entre los miembros del grupo de trabajo.
22. El ambiente permite una relación amistosa. Cuando existe algún conflicto se asume y se buscan vías de solución, evitándose situaciones de acoso.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	En caso de detectar conflictos deben aceptarse y buscar vías de solución.
23. Si la tarea se realiza en un recinto aislado, cuenta con un sistema de comunicación con el exterior (teléfono, interfono, etc.).	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Facilitar la comunicación con el exterior.
24. En caso de existir riesgo de exposición a conductas violentas de personal externo (clientes, atraídos...) está establecido un programa de actuación.	<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO	Debe establecerse un programa de medidas preventivas.

CRITERIOS DE VALORACIÓN		
MUY DEFICIENTE	DEFICIENTE	MEJORABLE
4 ó mas deficientes.	2, 5, 9, 11, 13, 15, 18, 22.	3, 4, 6, 8, 10, 14, 17, 19, 20, 21, 23, 24.

RESULTADO DE LA VALORACIÓN				
	Muy deficiente	Deficiente	Mejorable	Correcta
OBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SUBJETIVA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACCIONES A TOMAR PARA CORREGIR LAS DEFICIENCIAS DETECTADAS