

TRABAJO FIN DE MÁSTER

Título Oficial de Máster Universitario en Prevención de Riesgos Laborales



“PLAN DE PREVENCIÓN DE PROFESIONALES Y RESIDENTES DE LA RESIDENCIA HOGAR DE LA SABIDURÍA”

Autor:

Reinaldos López, Pablo

Tutor-Director:

CARDONA LLORENS, ANTONIO FRANCISCO J.



RESUMEN

Existen varios profesionales que asumen el buen funcionamiento de las residencias de tercera edad. Las prestaciones ofrecidas a los mayores, se incluyen bajo tres perspectivas de atención bio-psico-social. Cada profesional lleva a cabo una serie de funciones para lograr una mayor integración del usuario a su nuevo entorno, cubriendo necesidades tanto sanitarias, como psicológicas, sin olvidar la atención social prestada.

El presente trabajo final de master trata de la evaluación de riesgos completa de cada puesto de trabajo de la residencia de ancianos “Hogar De La Sabiduría” y de los residentes. Entre estos puestos encontramos: DUE, auxiliar de enfermería, trabajadora social, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, secretaria, administrativa, jefe de cocina, pinche, jefe de mantenimiento, limpiadoras, administrativa/limpiadora, y residentes independientes y dependientes.

Nos centraremos en describir la función de cada puesto y los posibles riesgos que entrañan las actividades diarias que estos profesionales llevan a cabo. En definitiva, vamos a realizar un plan de prevención de riesgos laborales. Para ello será necesario que todo el personal que antes hemos nombrado, incluya prevención de riesgos en cualquier actividad que realicen, en las ordenes que emitan y en todas las decisiones que adopten.

Palabras clave: Residencia, prevención, profesionales, residentes.

ABSTRACT

There are several professionals who assume the good working of the residences for the elderly. The services offered to the elders are included in three perspectives of bio-psycho-social attention. Each professional implement several tasks for achieve a better integration of the user in her/his new environment, covering physiological and health needs and including social attention.

This report evaluates all the risks of each job in the residence for the elderly “Hogar de la Sabiduría”. We can find jobs like: DUE, nursing assistant, social worker, physiotherapist, occupational therapist, secretary, administrative, kitchen chief and assistants, chief of maintenance, cleaning.

This report will focus in the description of every task of the jobs and the potential risks that could happen to the professionals who carry trough these tasks daily.

In conclusion, this report is a plan for prevent occupational hazards. It is necessary for the staff to included prevention of occupational hazards in every task that they will carry through in their daily work activities, orders and decisions.

Keywords: Residence, prevention, professionals, residents.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS	3
3. MATERIAL Y MÉTODOS	5
3.1. DESCRIPCIÓN Y CARACTERISTICAS GENERALES DE LA EMPRESA	5
3.1.1. SECCIONES IDENTIFICADAS	6
3.1.2. PUESTOS DE TRABAJO Y DESCRIPCIONES	6
3.1.3. MÁQUINAS-EQUIPOS DE TRABAJO UTILIZADAS POR LOS TRABAJADORES	11
3.2 MODALIDAD PREVENTIVA ELEGIDA POR LA RESIDENCIA SEGÚN LAS 4 ESPECIALIDADES	15
3.3 TRABAJADOR DESIGNADO	18
3.4 METODOLOGÍA. EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES.	20
3.4.1 NIVELES DE RIESGO	20
3.4.2 CLASIFICACIÓN DE LOS RIESGOS DE UN ACCIDENTE	21
3.5 PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA	26
4. RESULTADOS	29
4.1 ESQUEMA DE IDENTIFICACIÓN DE CÓDIGOS PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS Y PLAN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA	29

4.2 EVALUACIÓN DE RIESGOS Y PLAN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA	32
4.2.1 SECCIÓN: INSTALACIONES GENERALES	32
4.2.2 PUESTOS DE TRABAJO	40
4.2.3 MÁQUINAS-EQUIPOS DE TRABAJO UTILIZADAS POR LOS TRABAJADORES	108
5. DISCURSIÓN	145
6. CONCLUSIONES	149
7. BIBLIOGRAFÍA	151



1. INTRODUCCIÓN

Comenzamos el presente trabajo presentando la ley que ampara todo proyecto dirigido a la prevención de riesgos en el ámbito laboral. Hablamos de la **Ley 54/2003, de 12 de diciembre**, de Reforma del Marco Normativo de la Prevención de Riesgos Laborales. Atendiendo al deber de integrar la prevención en el sistema de gestión, todas las empresas han de llevar a cabo la implantación y aplicación de un Plan de Prevención.

Para la elaboración y ejecución de un plan de prevención, se expondrá la evaluación de riesgos y la planificación de la actividad preventiva que el empresario deberá realizar en la forma que se determina en el **artículo 16 de la Ley 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, y en los artículos siguientes de la presente disposición.

QUÉ ES UN PLAN DE PREVENCIÓN. QUÉ OBJETIVOS BUSCA.

El Plan de Prevención es un documento que recoge y formaliza la política de prevención integrando la estructura organizativa, prácticas, procedimientos, métodos y recursos para alcanzar los objetivos de la prevención y la atribución de responsabilidades y funciones en los diferentes procesos de producción y jerarquías de la empresa en lo relativo a la prevención de riesgos laborales.

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, recoge en su artículo 5 que: *“La política en materia de prevención tiene por objeto la promoción de la mejora de las condiciones de trabajo, con el fin de elevar el nivel de protección, la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo”.*

A través de esta política de Prevención Integral se busca especialmente asegurar la salud, la seguridad y el bienestar de todos sus empleados, visitas y todas las personas que de un modo u otro estén integradas en las actividades realizadas por parte de la Empresa. La responsabilidad en la gestión de la Prevención de Riesgos Laborales recae en toda la empresa, y en por tanto, la Dirección y el resto de la Organización obtienen el compromiso de la Gestión de la Prevención de Riesgos Laborales

La inclusión de este valor preventivo en el centro de la empresa y su mejora continuada, sólo puede lograrse mediante la información, consulta e involucración del personal, en todos los niveles de la Organización. En definitiva, cada empleado es

responsable de su propia seguridad y de la seguridad de sus compañeros. No podemos olvidar que la prevención es cosa de todos.

ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES PREVENTIVAS. EMPRESARIO Y TRABAJADORES

El **EMPRESARIO** debe realizar la prevención de los riesgos laborales mediante la adopción de cuantas medidas sean necesarias para la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores. Para la realización de todas estas actividades preventivas, el empresario debe constituir una organización compuesta de medios humanos y materiales.

El real decreto 39/1997 de 17 de enero por el que se aprueba el reglamento de los servicios de prevención (RSP) establece en su artículo 10, que la organización de las actividades preventivas se realizará por el empresario con arreglo a alguna de las modalidades siguientes:

- a) Asumiendo personalmente la actividad
- b) designando a uno o varios trabajadores para llevarla a cabo
- c) constituyendo un Servicio de Prevención Propio(SPP)
- d) Recurriendo a un Servicio de Prevención Ajeno

En relación a los **TRABAJADORES**, según el artículo 18 de la Ley 31/95, el Empresario deberá consultar a los trabajadores, y permitir su participación, en el marco de todas las cuestiones que afecten a la seguridad y a la salud en el trabajo.

Los trabajadores, tendrán derecho a efectuar propuestas al empresario, así como a los órganos de participación y representación previstos en el capítulo V de esta Ley, dirigidas a la mejora de los niveles de protección de la seguridad y la salud en la Empresa.

El empresario puede encomendar a uno o varios trabajadores el desarrollo de la actividad preventiva en la empresa. Si ello resultase insuficiente debido a la índole de la misma, tales actuaciones deben ser desarrolladas a través de uno o más servicios de prevención propios o ajenos.

Una vez designados dichos trabajadores, éstos cuentan con la garantía de la independencia técnica ya que no pueden sufrir ningún perjuicio derivado de sus actividades de protección y prevención de los riesgos profesionales en la empresa.

2. JUSTIFICACIÓN/ OBJETIVOS

El presente Trabajo pretende cumplir con lo explicitado en el Master de Prevención de Riesgos Laborales, haciendo referencia al carácter integrador de las competencias formativas, conjugando los intereses personales, estudios realizados y experiencia profesional.

Mi relación con el tema de estudio se debe a la gran vocación que tengo desde que inicie mis estudios de Diplomado Universitario en Enfermería (DUE) sobre la Enfermería Geriátrica, este trabajo me permite llevar a la práctica los conocimientos adquiridos a través de la teoría, ya que he tenido que aplicar lo aprendido a un caso real y concreto como es la evaluación de riesgos y la planificación preventiva de una residencia geriátrica.

Quiero que los contenidos de este trabajo tengan la finalidad esencial de la formación e información al colectivo de trabajadores que desarrollan su actividad en los centros de atención a personas mayores en situaciones de dependencia, presentándoles los riesgos más frecuentes de su actividad laboral, su etiología más usual, y las medidas preventivas que pueden establecerse para evitarlos o reducirlos. Así mismo quiero participar en la tarea de crear espacios de trabajos más seguros, fomentar políticas de prevención eficientes con el fin último de reducir la siniestralidad laboral en el sector sanitario.

A continuación presentamos los OBJETIVOS propuestos en función de la evaluación de riesgos realizada en la residencia HOGAR DE LA SABIDURÍA.

- 1) Informar a los trabajadores de los riesgos en su puesto de trabajo y animar e involucrar a los empleados en temas de prevención de riesgos laborales.
- 2) Seleccionar y dotar de equipos de protección individual para los trabajadores y familiares.
- 3) Velar y adoptar cuantas medidas sean necesarias para la protección y salud de los todos sus trabajadores
- 4) Disminuir los niveles de riesgo recogidos en las futuras evaluaciones con inspecciones anuales de seguridad.
- 5) Detallar las necesidades de formación en materia de prevención de riesgos laborales de todo el personal.



3. MATERIAL Y MÉTODOS

3.1 DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA EMPRESA

HOGAR DE LA SABIDURIA, es una residencia para la tercera edad, entendida como centro de convivencia, destinado a servir de vivienda permanente y común, en el que se presta una atención integral y continua a las personas mayores.

Razón Social:	Hogar de la sabiduría				
Actividad:	Residencia de 3ª edad	CIF:	R2900088H		
Domicilio:	Calle virgen de Lourdes, 21	Provincia:	Málaga		
Localidad:	Rincón Taurino	Cod. Postal:	29007		
Persona de contacto:	M. Belén Caballero Guerrero				
Dirección de email:	M.belen@hogardelasabiduria.es				
Teléfono de contacto:	952880808/667674020				
Trabajadores totales:	35				
Nº de residentes totales	62	Dependientes	18	Independientes	44

El centro de trabajo dispone de 3 plantas y tiene una superficie de:

- Exterior: 6.352 m2,
- Planta baja: 5.315m2
- Primera planta: 4.689m2
- Segunda planta: 3.126m2.

Descripción de plantas y exterior:

✓ Exterior: caseta de mantenimiento, utensilios de jardinería y de mantenimiento, jardines con bancos y sillas.

- ✓ La planta baja dispone de una recepción con zona administrativa, cafetería (con maquinaria de autoservicio), un comedor llamado “mixto”, un salón de actos, cocina (cuarto frigorífico y otro cuarto independiente frigorífico), lavandería, almacén de limpieza, un mortuario, despacho de la terapeuta ocupacional, despacho de trabajadora social, 10 habitaciones de residentes (cada habitación tiene su cuarto de baño), capilla, 6 cuartos de baños (3 hombres y 3 mujeres), ascensor.

- ✓ La primera planta, denominada “no validos o dependientes” dispone del ala de hombres con 10 habitaciones (cada habitación tiene su cuarto de baño), ala de mujeres con 10 habitaciones (cada habitación tiene su cuarto de baño), 6 habitaciones de matrimonios, un comedor, farmacia, consulta médica, consulta enfermería, sala del fisioterapeuta 2 cuartos de baños (1 hombres y 1 mujeres), ascensor.

- ✓ La segunda planta, denominada “validos o independientes” dispone del ala de hombres con 10 habitaciones (cada habitación tiene su cuarto de baño), ala de mujeres con 10 habitaciones (cada habitación tiene su cuarto de baño), 6 habitaciones de matrimonios, 2 cuartos de baños (1 hombres y 1 mujeres), ascensor.

3.1.1 SECCIONES IDENTIFICADAS

Solo vamos a identificar una única sección denominada INSTALACIONES GENERALES en todo la residencia dado a que todo el personal accede a todas las instalaciones, con denominación sección instalaciones generales.

3.1.2 PUESTOS DE TRABAJO Y DESCRIPCIONES

PUESTO N°1: DIRECTOR/A

Labores de supervisar, controlar y dirigir el funcionamiento y relación entre los diferentes servicios del centro, definir, programar, dirigir, controlar y evaluar los objetivos y funciones de la Residencia de Ancianos, proponer y dirigir las diferentes comisiones del centro, dirigir la elaboración del presupuesto económico y proponer su aprobación, proponer las medidas

necesarias para aumentar la optimización de los recursos humanos, materiales y financieros asignados, definir y planificar las estrategias más adecuadas para lograr el mejor clima laboral posible, contribuyendo a la realización profesional del personal, en función del residente y proyecto de centro, asumir la guarda y custodia y garantizar la preservación de los derechos de los residentes, supervisar y programar las comisiones de valoración de ingresos, gestionar y dirigir el personal y los recursos materiales y financieros del centro, colaborar en las actividades del Programa de Animación Sociocultural del Centro dirigidas al residente, cualquier función de carácter análogo que se le encomiende.

Nº de puestos de trabajo: uno.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

PUESTO N°2: MÉDICO

Es el encargado de realizar el reconocimiento médico a cada nuevo residente y rellenar el correspondiente historial médico. Atiende las necesidades asistenciales de los residentes que lo solicitan. Realiza exámenes médicos, diagnóstico y los tratamientos adecuados en cada caso. Programa y supervisa los menús y dietas alimentarias de los residentes. Es el encargado de realizar las vacunas correspondientes a los residentes.

Utilizan PVD pero no se consideran usuarios.

Nº de puestos de trabajo: uno y localizado.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: Ropa de trabajo (pijama), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante.

PUESTO N°3: DUE

Realiza el cuidado integral del paciente: educación sanitaria, aplicación de tratamientos médicos, realización de curas, obtención de muestras biológicas, preparación de medicación oral y no oral para los residentes, cambios de sondas, atención a urgencias médicas, pasar ordenes médicas a cuaderno de medicación, etc. Durante los fines de semana son responsables del centro.

Nº de puestos de trabajo: dos (uno de mañanas, otro de tardes).

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: Ropa de trabajo (pijama), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante.

PUESTO N°4: AUXILIAR DE CLÍNICA (GEROCULTOR/A)

Es el personal que tiene como función asistir al usuario de la residencia en la realización de las tareas de la vida diaria que este no puede realizar debido a su incapacidad, efectúa aquellas tareas encaminadas a su atención personal y entorno como: - Levantar a los residentes. - Realizar la higiene diaria a los residentes. - Darles de comer. - Cambio de pañales y cuidados generales y desplazamientos de los residentes. En el turno de noche suministra medicación (pastillas para dormir). Dar yogures para los residentes diabéticos. Atender timbre. Limpia sillas de ruedas. Prepara el comedor para el desayuno. Cambio de pañales.

N° de puestos de trabajo: doce (tres por la mañana, tres por la tardes. Dos grupos de dos personas que se turnan cada noche. Dos correturnos.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: Ropa de trabajo (pijama), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante.

PUESTO N°5: FISIOTERAPEUTA

Gimnasia de Grupo. Realiza los tratamientos y técnicas rehabilitadoras de forma individualizada a aquellos residentes que se les prescriba a consecuencia de diferentes patologías traumatológicas. Seguimiento y evaluación de la aplicación del tratamiento que se realice. La evolución del paciente se anota en su historial. Uso ocasional del ordenador.

N° de puestos de trabajo: uno de mañanas.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: Ropa de trabajo (pijama), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante.

PUESTO N°6: TERAPEUTA OCUPACIONAL

Se encarga de la rehabilitación física y psíquica de los residentes mediante la realización de actividades como: ejercicios de memoria, atención, coordinación, orientación, ocio y tiempo

libre. Ocasionalmente traslada a los residentes que necesitan atención hospitalaria o ambulatoria en una furgoneta propiedad de la empresa.

Nº de puestos de trabajo: uno de mañanas.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: Ropa de trabajo (pijama), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante.

PUESTO N°7: TRABAJADOR/A SOCIAL

Realiza un seguimiento de los residentes que entran consistente en una acogida inicial, acomodación y adaptación. Trata con los familiares de los residentes, se encarga de las gestiones relacionadas con recetas médicas y ayudas económicas, de organizar las fiestas del centro y de gestionar las salidas al exterior de los residentes.

Nº de puestos de trabajo: uno de mañanas.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

PUESTO N°8: JEFE/A DE COCINA

Se encargan de administrar el aprovisionamiento y controlar consumos, manipular en crudo y conservar toda clase de alimentos, preparar y presentar elaboraciones básicas y platos elementales, utilizar equipos de cocina, utilizando las fuentes de energía necesarias, usar cuchillos, peladores, batería de cocina, paletas, pinzas, etc.

Recogida y limpieza de equipos de cocina, preparar y presentar diferentes tipos de platos, delega tareas en los ayudantes de cocina.

Nº de puestos de trabajo: uno de mañanas.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs que pondrán ir utilizando según la zona de trabajo y la maquinaria: Ropa de trabajo (pijama de cocina), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante, delantal, abrigo, gorro.

PUESTO N°9: AYUDANTE/A DE COCINA

Ayudan en las tareas propiamente dichas del jefe de cocina.

Nº de puestos de trabajo: dos (uno de mañanas siempre que se turna con otro para la tarde).

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs que pondrán ir utilizando según la zona de trabajo y la maquinaria: Ropa de trabajo (pijama de cocina), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante, delantal, abrigo, gorro.

PUESTO N°10: LIMPIADORA

Efectúa las tareas propias de limpieza de suelos, instalaciones, mobiliario, recogida de contenedores de basura, lavabos, habitaciones y dos de ellas serán las encargadas de llevar a cabo las tareas propias de la lavandería, como el lavado, secado y planchado de las prendas de la residencia.

N° de puestos de trabajo: once (Diez de mañanas y uno de tardes).

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: Ropa de trabajo (pijama), guantes de látex y calzado de seguridad cerrado con suela antideslizante.

PUESTO N°11: JEFE DE MANTENIMIENTO / JARDINERÍA

Realiza tareas de mantenimiento y conservación de todo la residencia, o cualquier otra que le sea encomendada o delegadas en función de su ámbito de responsabilidad, y mantenimiento de zonas verdes.

N° de puestos de trabajo: uno y localizado.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs que pondrán ir utilizando según la zona de trabajo y la maquinaria: Ropa de trabajo (de dos prendas, batas y monos), gafas de montura universal, guantes para trabajos eléctricos, guantes de protección contra agresiones mecánicas.

PUESTO N°12: ADMINISTRATIVO/A / RECEPCIONISTA

Administrativo: Se realizan tareas administrativas diversas utilizando como herramientas principal ordenadores, impresoras, teléfonos, fax, y otros equipos propios de oficinas. La mayor parte de su jornada laboral se desarrolla en posición de sedestación, aunque se combina periódicamente con desplazamientos cortos como archivar o realizar consultas, etc.

Recepcionista: Atención de clientes. Procesa y transmite información oral y escrita mediante la adecuada atención telefónica, comunicación personal interna y utilización del correo y los medios de teletransmisión en general.

Nº de puestos de trabajo: uno en el turno de mañanas.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

Es la persona encargada de la prevención de la prevención.

PACIENTES:

■ RESIDENTE Nº1: DEPENDIENTE

El consejo de Europa, en su recomendación No R (98)9, define la dependencia (Querejeta Gonzalez M, 2004) como el “estado en el que personas, debido a una pérdida física, psíquica o en su autonomía intelectual, necesitan asistencia o ayuda significativa para manejarse en las actividades diarias” y para la residencia es el que necesita ayuda de manera total o parcial en las actividades diarias de autocuidado personal.

Nº de residentes: dieciocho.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: no utilizan.

■ RESIDENTE Nº2: INDEPENDIENTE

Independiente es el termino contrario “estado en el que personas, no necesitan asistencia o ayuda significativa para manejarse en las actividades diarias” y para la residencia es el que no necesita ayuda de manera total o parcial en las actividades diarias de autocuidado personal.

Nº de residentes: cuarenta y cuatro.

Secciones en las que habitualmente efectúa sus trabajos: Instalaciones generales.

EPIs utilizados: no utilizan.

3.1.3 MAQUINAS-EQUIPOS DE TRABAJO UTILIZADAS POR LOS TRABAJADORES.

MANTENIMIENTO Y JARDINERÍA

MÁQUINA 1: CORTA CESPED

Máquina cortadora de césped que funciona a motor de gasoil en este caso. (Marín López, B, 2007)

MÁQUINA 2: DESBROZADORA

Máquina muy usada en jardinería para cortar los filos del césped (perfilear). También para eliminar malas hierbas (Marín López, B, 2007)

MÁQUINA 3: ESCALERA MANUAL TIPO DOBLE TIJERA

La escalera manual es un aparato portátil que consiste en dos piezas paralelas o ligeramente convergentes unidas a intervalos por travesaños y que sirve para subir o bajar una persona de un nivel a otro. Pueden ser de madera, aluminio o fibra de vidrio. En este caso se trata de una escalera doble de tijera: La unión de las secciones se realiza mediante un dispositivo metálico de articulación que permite su plegado (*NTP 239: Escaleras manuales, INSHT*).

MÁQUINA 4: AMOLADORAS ANGULARES

Se trata de máquinas portátiles, accionadas normalmente por energía eléctrica o aire comprimido, que, utilizando distintas herramientas de inserción, ejecutan trabajos como: tronzado, rebarbado, desbaste, ranurado, lijado, desoxidado, pulido, etc. Las herramientas de inserción que utilizan son: discos de desbastar y tronzar, platos de goma con hojas de lijador, cepillos planos y de vaso, muelas de vaso, esponjas o fundas de pulir, discos de trapo, etc. La elección de uno u otro modelo de amoladora estará en función de los trabajos a realizar, materiales, potencia requerida, entorno de trabajo, etc. (*NTP 281: Amoladoras angulares, INSHT*).

MÁQUINA 5: TALADRO PORTÁTIL

Instrumento punzante y en espiral, que nos permite hacer agujeros debido al movimiento de rotación (en ocasiones combinados con percusión) que adquiere la broca sujeta en su cabeza (*Ficha de prevención: el taladro. Descripción.*, Junta de Extremadura Consejería de Educación y Empleo)

MÁQUINA 6: HERRAMIENTAS MANUALES

Las herramientas manuales son unos utensilios de trabajo utilizados generalmente de forma individual que únicamente requieren para su accionamiento la fuerza motriz humana y que se utilizan en una infinidad de actividades laborales (*NTP 391: Herramientas manuales, INSHT*).

MÁQUINA 7: CORTA SETOS

Herramienta de corte motorizada que funciona a gran velocidad, destinada a cortar arbustos y setos (Marín López, B, 2007).

JEFE DE COCINA Y PINCHE

MÁQUINA 1: CÁMARAS FRIGORÍFICAS

Habitáculo diseñado para producir y mantener en su interior bajas temperaturas, dicho efecto se consigue mediante un fluido refrigerante que circula por un circuito, produciendo un intercambio de calor, extrayéndolo del interior de la cámara y por tanto bajando la temperatura y expulsándolo al exterior. De acuerdo a la información suministrada el día de la visita de control, la empresa cuenta con cuatro cámaras de frío con las siguientes temperaturas: 3°C, 2°C, 2°C y -16°C, esta última cuenta con su correspondiente hacha dentro de la cámara, para situaciones de atrapamiento. (Según *NTP 462: estrés por frío: evaluación de las exposiciones laborales, INSHT y el Real Decreto 168/1985*).

MÁQUINA 2: FREIDORA

Máquinas especializadas para freír en aceites especiales o grasas animales, por medio de inmersión de una cubeta en el líquido hirviendo. Para ello se dispone en el interior de una rejilla en la que se depositan los alimentos para ser introducidos y extraídos del interior del aceite hirviendo (de Juan Morón, J).

MÁQUINA 3: HORNO

Máquina destinada al cocinado de comida al insertarse esta en una atmósfera caliente, para ello se genera calor en el interior de una cámara cerrada, dicho calor puede ser generado por gas, con los riesgos inherentes al uso de estos, o por radiación o microondas. Se dispone en su

interior de rejillas y/o bandejas extraíbles, también se dispone de termo-ventiladores para distribuir el calor por el interior del horno (de Juan Morón, J).

MÁQUINA 4: ARCÓN DE FRÍO

Se trata de una máquina de frío que se utiliza para guardar las mercancías perecederas en estado de congelación, generalmente entre -3°C y -17°C. (Según *NTP 462: estrés por frío: evaluación de las exposiciones laborales*, INSHT y el Real Decreto 168/1985).

AUXILIARES DE CLÍNICA (GEROCULTOR/A) Y DUE

MÁQUINA 1: GRUA PARA MOVILIZAR PACIENTES

Elemento auxiliar del que dispone el personal sanitario para movilizar al enfermo dependiente con la mayor seguridad y menor riesgo de lesiones para él y para sus cuidadores (Gavilanes Blanco, M.C).

LIMPIADORAS

MAQUINA 1: ESCALERA MIXTA CON RÓTULA (CON 2 PELDAÑOS)

En este tipo de escalera manual la unión de las secciones se realiza mediante un dispositivo metálico de articulación que permite su plegado (*NTP 239: Escaleras manuales*, INSHT).

MAQUINA 2: MÁQUINAS DE PLANCHAR

Se trata de máquinas eléctricas utilizadas para realizar el planchado de la ropa de los residentes como así también de la ropa de cama y de mesa.

MAQUINA 3: LAVADORA INDUSTRIAL

Máquina que se utiliza para realizar la limpieza, mediante lavado, de sábanas, ropa de cama, prendas en general, etc.

MAQUINA 4: SECADORA INDUSTRIAL

Son máquinas utilizadas para secar la ropa una vez salida de la lavadora, son de apariencia similar a la lavadora pero en vez de suministrar agua, producen aire caliente ya sea mediante un calentador de gas o eléctrico.

PACIENTES INDEPENDIENTES

MÁQUINA 1: BASTÓN

Vara, por lo común con puño y contera y más o menos pulimento, que sirve para apoyarse al andar (Real Academia Española).

MÁQUINA 2: MULETA

Apoyo de madera, metal u otra materia, con su parte superior dispuesta para que estribe en ella la axila o el codo, y que en su parte media suele llevar un agarradero. Sirve para cargar el cuerpo en él, evitando o aliviando el empleo de una o ambas piernas a quien tiene dificultad para caminar (Real Academia Española).

MÁQUINA 3: ANDADORES

Aparato consistente en una armazón con patas, generalmente rematadas con ruedas, útil para aprender a andar los niños o para ayudar a desplazarse quien tiene dificultad para ello (Real Academia Española).

PACIENTES DEPENDIENTES

MAQUINA 1: SILLAS DE RUEDAS

Silla que, con ruedas laterales grandes, permite que se desplace una persona imposibilitada y en este caso no serán utilizadas por los propios residentes sino por personal sanitario (Real Academia Española).

**3.2 MODALIDAD PREVENTIVA ELEGIDA POR LA RESIDENCIA
SEGÚN LAS 4 ESPECIALIDADES**

SEGURIDAD EN EL TRABAJO:

- Asunción por parte del empresario
- Trabajador Designado
-

Servicio de Prevención Propio

Servicio de Prevención Ajeno

HIGIENE INDUSTRIAL

Asunción por parte del empresario

Trabajador Designado

Servicio de Prevención Propio

Servicio de Prevención Ajeno

ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA

Asunción por parte del empresario

Trabajador Designado

Servicio de Prevención Propio

Servicio de Prevención Ajeno

VIGILANCIA DE LA SALUD

Asunción por parte del empresario

Trabajador Designado

Servicio de Prevención Propio

Servicio de Prevención Ajeno

Cuando recurrir y obligaciones del Servicio de Prevención Ajeno (SPA):

El empresario deberá requerir a uno o varios SPA, que colaborarán entre sí cuando sea necesario, cuando concurra alguna de las siguientes circunstancias:

- a) Que la designación de uno o varios trabajadores sea insuficiente para la realización de la actividad de prevención y no concurren las circunstancias que determinan la obligación de constituir un servicio de prevención propio.
- b) Cuando por decisión de la autoridad laboral se obligue a la empresa a la constitución de un servicio de prevención propio, pero esta opte por concertar en su totalidad las actividades preventivas con uno ajeno.
- c) Que se haya producido una asunción parcial de la actividad preventiva tanto por parte del empresario, como por parte de los servicios de prevención propio.

Los representantes de los trabajadores deberán ser consultados por el empresario con carácter previo a la adopción de la decisión de concertar la actividad preventiva con uno o varios servicios de prevención ajenos.

Los criterios a tener en cuenta para la selección de la entidad con la que se vaya a concertar dicho servicio, así como las características técnicas del concierto, se debatirán, y en su caso se acordarán, en el seno del Comité de Seguridad y Salud de la empresa.

Como actividades a realizar por el SPA son:

- La realización de las actividades que están presentes en el Plan de Prevención:
 - Evaluación de Riesgos.
 - Planificación de la actividad preventiva.
 - Información y formación de los trabajadores.
 - Elaboración de normas de emergencia.
 - Vigilancia de la salud.
- El asesoramiento y apoyo que precise en función de los tipos de riesgos o ambas actuaciones conjuntamente. (Agún González J.J, Alfonso Mellado C L, Barba Morán MC, Estardid Colom F, Fabregat Monfort G, García González G, 2012)

3.3 TRABAJADOR DESIGNADO

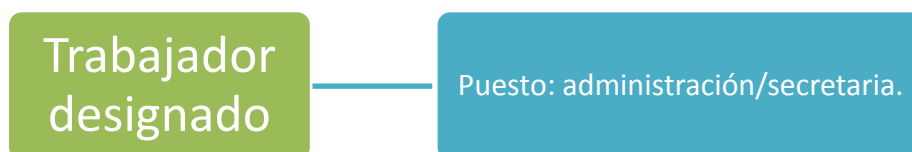
El empresario puede encomendar a uno o varios trabajadores el desarrollo de la actividad preventiva en la empresa. Si ello resultase insuficiente debido a la índole de la misma, tales actuaciones deben ser desarrolladas a través de uno o más servicios de prevención propios o ajenos.

En cuanto al número de trabajadores designados, se establece que deben ser los necesarios para desarrollar adecuadamente sus funciones dependiendo de:

- a) **Funciones preventivas** asumidas directamente con el propio personal.
- b) **Actividad** intrínseca de la empresa.
- c) **Dimensión** de la empresa.
- d) El **tipo de actividad** desarrollada y la distinta significación o dimensión de sus riesgos.

Estos trabajadores designados deberán tener una capacidad suficiente, disponer de los medios necesarios y ser suficientes en número para vigilar el cumplimiento de las actividades preventivas, debiendo permanecer en el centro de trabajo durante el tiempo en que se mantenga la situación que determine su presencia

Una vez designados dichos trabajadores, éstos cuentan con la garantía de la independencia técnica ya que no pueden sufrir ningún perjuicio derivado de sus actividades de protección y prevención de los riesgos profesionales en la empresa.



Actividades y Competencias de los Trabajadores Designados:

1. Realizar visitas a los lugares de trabajo para ejercer una labor de vigilancia y control del estado de las condiciones de trabajo, así como para poder efectuar la evaluación de riesgos en su caso.

2. Accede a cualquier zona de trabajo y entrevistar a los trabajadores, para el ejercicio de su actividad preventiva, en cualquier turno de trabajo si ello puede incidir en la evaluación de riesgos.
3. Recabar información de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales producidas, incluyendo la investigación sobre el lugar de los hechos, por si ello puede motivar la necesidad de una nueva evaluación de riesgos, así como la de implantar nuevas medidas preventivas.
4. Acompañar a los técnicos de servicios de prevención externos concertados determinadas actividades en sus visitas, así como mantener las reuniones de intercambio de información necesarias.
5. Asistir, en su caso, como asesores, con voz pero sin voto, si no están incluidos entre sus componentes, a las reuniones del comité de seguridad y salud.
6. Mantener reuniones de asesoramiento y apoyo técnico, tanto con el empresario como con los delegados de prevención designados por los trabajadores y sus representantes.
7. Acompañar en sus visitas a los Inspectores de Trabajo y Seguridad Social, o técnicos de otros organismos públicos relacionados con la prevención de riesgos laborales, cuando sean requeridos para ello por aquellos, o así lo decida el empresario.
8. Preparar los informes técnicos necesarios para asesorar al empresario (siempre que tales funciones no hayan sido concertadas total o parcialmente con un servicio de prevención externo) sobre:
 - Diseño de planes y programas preventivos.
 - Evaluación de riesgos.
 - Elección de equipos y su impacto sobre la seguridad y selección de equipos de protección individual.
 - Determinación de prioridades en las acciones preventivas.
 - Información y formación de trabajadores en esta materia.
 - Prestación de primeros auxilios y participación en planes de emergencia. (Agún González J.J., Alfonso Mellado C L, Barba Morán MC, Estardid Colom F, Fabregat Monfort G, García González G, 2012).

3.4 METODOLOGÍA. EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES.

Para realizar el presente trabajo he adoptado el método establecido por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). Esta obligación ha sido desarrollada en el capítulo II, artículos 3 al 7 del Real Decreto 39/1997, Reglamento de los Servicios de Prevención.

Actualmente se reconoce que la evaluación de riesgos es la base para una gestión activa de la seguridad y la salud en el trabajo. De hecho la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, que traspone la Directiva Marco 89/391/CEE, establece como una obligación del empresario:

- Planificar la acción preventiva a partir de una evaluación inicial de riesgos.
- Evaluar los riesgos a la hora de elegir los equipos de trabajo.

La evaluación de los riesgos laborales es el proceso dirigido a estimar la magnitud de aquellos riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo la información necesaria para que el empresario esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la necesidad de adoptar medidas preventivas y, en tal caso, sobre el tipo de medidas que deben adoptarse.

3.4.1 NIVELES DE RIESGO

		Consecuencias		
		Ligeramente Dañino (LD)	Dañino (D)	Extremadamente Dañino (ED)
Probabilidad	Baja (B)	Riesgo trivial (T)	Riesgo tolerable (TO)	Riesgo moderado (MO) (*)
	Media (M)	Riesgo tolerable (TO)	Riesgo moderado (MO) (*)	Riesgo importante (I)

	Alta (A)	Riesgo moderado (MO)	Riesgo importante (I)	Riesgo intolerable (IN)
--	-------------	-------------------------	--------------------------	----------------------------

(Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 1996)

3.4.2 CLASIFICACIÓN DE LOS RIESGOS DE UN ACCIDENTE

Se refiere al suceso que ha tenido como resultado directo la lesión, es decir, la manera con que el objeto o sustancia causante ha entrado en contacto con el accidentado.

CÓDIGO	IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS	DESCRIPCIÓN
1	Caída de personas a diferente nivel	Este peligro existe cuando se realizan trabajos, aunque sea muy ocasionalmente, en zonas elevadas sin protección adecuada, como barandilla, barrera, etc., En los accesos a estas zonas y en huecos que hay en pisos y zonas de trabajo.
2	Caída de personas al mismo nivel	Este riesgo se presenta cuando existen en el suelo obstáculos o sustancias que pueden provocar una caída por tropiezo o resbalón.
3	Caída de objetos por desplome o derrumbamiento	Comprende los desplomes de edificios, muros, andamios, etc,... y hundimientos de masas de tierra, roca, aludes, ...
4	Caída de objetos por manipulación	Comprende las caídas de herramientas, materiales,... sobre un trabajador, siempre que el accidentado sea la misma persona a la cual le ha caído el objeto que estaba manipulando.
5	Caída de objetos desprendidos	Incluye las caídas de herramientas, materiales, ..., sobre un trabajador, siempre que éste no los estuviera manipulando.

6	Pisadas sobre objetos	Incluye los accidentes que dan lugar a lesiones como consecuencia de pisadas sobre objetos cortantes y punzantes.
7	Golpes contra objetos inmóviles	Considera al trabajador como parte dinámica, es decir, que interviene de una forma directa y activa, golpeándose contra un objeto que no estaba en movimiento.
8	Golpes y contactos contra objetos móviles	El trabajador sufre golpes, cortes, rasguños, etc. ocasionados por elementos móviles de las máquinas e instalaciones. No se incluyen los atrapamientos. Por ejemplo, cortes con una sierra de disco.
9	Golpes por objetos o herramientas	El trabajador es lesionado por un objeto o herramienta que se mueve por fuerzas diferentes a la gravedad. Se incluirán martillazos, golpes con otras herramientas o objetos. No se incluyen golpes por caída de objetos.
10	Proyección de fragmentos o partículas	Comprende los accidentes debidos a la proyección sobre el trabajador de partículas o fragmentos voladores procedentes de máquinas o herramientas.
11	Atrapamientos por o entre objetos	Elementos de máquinas, diversos materiales, etc.
12	Atrapamientos por vuelco de máquinas	Incluye atrapamientos debidos a vuelcos de tractores, carretillas u otros vehículos que dejan atrapado al trabajador.
13	Sobreesfuerzos, posturas inadecuadas o movimientos repetitivos	Accidentes originados por manipulación manual de cargas o por movimientos mal realizados.

14	Exposición a temperaturas ambientales extremas	Accidentes causados por alteraciones fisiológicas al hallarse los trabajadores en un ambiente excesivamente frío o caliente.
15	Contactos térmicos	Accidentes debidos a las temperaturas extremas que tienen los objetos que entran en contacto con cualquier parte del cuerpo (líquidos o sólidos). Si este caso se da a la vez que el 14, prevalece el 14.
16	Contactos eléctricos	Se incluyen todos los accidentes, la causa de los cuales sea la electricidad.
17	Inhalación o ingestión de sustancias nocivas o tóxicas	Accidentes causados por la estancia en una atmósfera tóxica o por ingestión de productos nocivos. Se incluyen las asfixias y ahogos.
18	Contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas	Accidentes por contactos con sustancias y productos que dan lugar a lesiones externas.
19	Exposición a radiaciones	Se incluyen tanto las ionizantes como las no ionizantes.
20	Explosiones	Acciones que dan lugar a lesiones causadas por la onda expansiva o sus efectos secundarios.
21	Incendios	Accidentes producidos por efectos del fuego o sus consecuencias.
22	Causados por seres vivos	Se incluyen los accidentes causados directamente por personas y animales, como agresiones, coces, mordeduras, picaduras, etc.
23	Atropellos, golpes y choques con o contra vehículos	Comprende los atropellos de personas por vehículos, así como los accidentes de vehículos en que el trabajador lesionado va sobre el vehículo. No se incluirán los accidentes de tráfico.
24	Accidentes de tránsito	Accidentes de tráfico incluidos dentro del horario laboral, independientemente de que se trate del

		trabajo habitual o no.
25	Causas naturales (infarto, embolia, etc.).	Se incluyen los accidentes sufridos en el centro de trabajo, que no son consecuencia del propio trabajo, sino que se deben a causas naturales que también pueden darse fuera.
26	Otros peligros no especificados.	Cualquier otra forma de accidente no incluida en los apartados anteriores.
27	Exposición a agentes químicos	Están constituidos por materia inerte (no viva) y pueden estar presentes en el aire en forma de polvo, gas, vapor, humo, niebla, etc.
28	Exposición a agentes físicos	Están constituidos por diversas manifestaciones energéticas, como ruido, vibraciones, radiaciones ionizantes, radiaciones térmicas, etc.
29	Exposición a agentes biológicos	Están constituidos por seres vivos, como virus, bacterias, hongos o parásitos.
30	Exposición a otras circunstancias	Cualquier otra enfermedad no incluida en los siguientes apartados.
31	Fatiga física	Se debe al excesivo y continuado requerimiento físico de la tarea, teniendo en cuenta el esfuerzo muscular, el manejo de cargas y la repetitividad que se realiza. El primer síntoma de la fatiga física consiste en la disminución de la capacidad. Después si no hay reposos, el segundo síntoma es la aparición de dolores que, finalmente, conducen a la extenuación y al cese de la actividad.
32	Fatiga postural	Se debe a posiciones del cuerpo fijas o restringidas, las posturas que sobrecargan los músculos y los tendones, las posturas que cargan las articulaciones de una manera asimétrica, y

		las posturas que producen carga estática en la musculatura. Aparición de dolencias músculo esqueléticas.
33	Fatiga visual	Es una modificación funcional, de carácter reversible debida a un esfuerzo excesivo del aparato visual al utilizar pantallas de visualización de datos. Síntomas: molestias oculares, trastornos visuales y síntomas extraoculares (cefaleas, vértigos, molestias en la nuca,... etc.
34	Fatiga mental	Se debe al mantenimiento de un esfuerzo mental prolongado que se debe realizar para conseguir un resultado concreto; este proceso exige un estado de atención (capacidad de estar alerta) y de concentración (capacidad de permanecer pendiente de una actividad o un conjunto de ellas durante un período de tiempo.

(Agún González J.J,Alfonso Mellado C L, Barba Morán MC, Estardid Colom F, Fabregat Monfort G, García González G, et al, 2012).

El servicio de prevención realizará controles periódicos anuales de las condiciones de trabajo y de la actividad de los trabajadores en la prestación de sus servicios, para revisar si han surgido nuevos riesgos o si han cambiado las condiciones de trabajo o se han introducido nuevos puestos o equipos y en su caso evaluarlos.

La evaluación será actualizada cuando cambien las condiciones de trabajo y, en todo caso, se someterá a consideración y se revisará, si fuera necesario, con ocasión de los daños para la salud que se hayan producido. Si no se produce ningún cambio, se actualizará cada tres años”. (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 1996).

3.5 PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA

En función de los niveles de riesgo obtenidos en el cuadro anterior HOGAR DE LA SABIDURÍA, implantará las medidas preventivas según la prioridad del riesgo y establecerá el plazo de ejecución y responsable de la acción correctiva.

Una vez identificados y valorados los riesgos de todas las actividades y puestos de trabajo, y en función de su calificación, se programa la actuación preventiva necesaria para eliminarlos, reducirlos o controlarlos. Posteriormente se establece la planificación de la actividad preventiva más eficaz, debiendo la empresa fijar los plazos y siendo la responsabilidad de su ejecución a plena potestad de la propia empresa, así como la asignación de los recursos económicos previstos para cada acción.

En la tabla siguiente, se adjunta una orientación sobre los plazos (técnica y razonablemente posibles) de actuación preventiva en función del resultado de la valoración de los riesgos presentes en la empresa.

VALORACIÓN DEL RIESGO	PRIORIDAD	ACTIVIDADES Y PLAZOS
TRIVIAL (T)	BAJA	Requiere actuaciones preventivas cuya ejecución no supere los 2 años .
TOLERABLE (TO)	MEDIA	Requiere actuaciones preventivas cuya ejecución no supere los 18 meses .
MODERADO (MO)	MEDIA – ALTA	Requiere actuaciones preventivas cuya ejecución no supere los 9 meses .
IMPORTANTE (I)	ALTA	Requiere actuaciones preventivas cuya ejecución no supere el mes .
INTOLERABLE (IN)	INMEDIATA	Requiere actuación preventiva de carácter inmediato .

El servicio de prevención seguimiento anual de la consecución de la planificación de medidas preventivas, así como controles periódicos anuales de las condiciones de trabajo y de la actividad de los trabajadores en la prestación de sus servicios, para revisar si han surgido nuevos riesgos o si han cambiado las condiciones de trabajo o se han introducido nuevos puestos o equipos y en su caso evaluarlos.

La evaluación y planificación de medidas preventivas será actualizada, cuando cambien las condiciones de trabajo o los riesgos existentes y, en todo caso, se someterá a consideración y se revisará, si fuera necesario, con ocasión de los daños para la salud que se hayan producido. Si no se produce ningún cambio, se actualizará cada tres años. (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 1996).





4. RESULTADOS

A continuación voy a describir los hallazgos encontrados en el estudio, utilizando la metodología del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene del Trabajo a través de la Evaluación de Riesgos de las instalaciones generales, puestos de trabajo y maquinaria y propondré también el Plan de la Actividad Preventiva para prevenir dichos riesgos.

4.1 ESQUEMA DE IDENTIFICACIÓN DE CÓDIGOS PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS Y PLAN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA

SECCION	SEGURIDAD																										HIGIENE				ERGONOMIA			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
Instalaciones generales	X	X	X				X								X					X	X					X			X					

PUESTOS DE TRABAJO	SEGURIDAD																										HIGIENE				ERGONOMIA				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
Director		X		X			X		X						X									X		X						X	X	X	
Médico								X	X			X														X			X			X	X	X	
DUE y Auxiliar de clínica (Gerocultor/a)	X			X					X	X			X		X	X	X					X					X		X			X	X	X	
Fisioterapeuta		X					X		X				X		X												X	X		X			X		X

Terapeuta ocupacional				X						X																	X				X				X			X		
Trabajador social		X	X					X	X																							X			X			X	X	X
Jefe de cocina y ayudante de cocina		X	X	X				X	X	X		X	X	X	X	X	X																				X			
Limpiador	X	X		X				X	X	X				X			X																X				X			
Jefe de mantenimiento/Jardinería	X	X		X				X	X	X	X			X			X	X																X			X			
Administrativo/Recepcionista	X	X		X				X	X					X			X															X				X	X	X		

RESIDENTES	SEGURIDAD																										HIGIENE				ERGONOMIA					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		
Independientes y dependientes	X	X					X																					X				X				

MÁQUINA	SEGURIDAD																										HIGIENE				ERGONOMIA						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34			
Corta césped							X																						X								
Desbrozadora							X	X							X																						

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por posibles tropezones y/o resbalones en las mismas. Existencia de obstáculos como cajas, tubos de oxígeno y cables sueltos en los pasillos de la sala botiquín, con los que se puede tropezar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas y vías de circulación previstas para la evacuación en casos de emergencia, deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento. - No se tenderán cables eléctricos en zonas de paso, o en su caso se protegerán con regletas, para evitar posibles tropiezos. - Mantener el orden y limpieza en el lugar de trabajo. • Se cuidará el orden y limpieza en los lugares de trabajo y zonas de paso, que deberán estar libres de obstáculos que pudieran provocar tropiezos. • El orden y la limpieza es una máxima por la que deben velar todos los trabajadores. No basta con la limpieza periódica, sino que se llevará a cabo dicha tarea siempre que sea necesario. • No acumular material en las zonas de paso para evitar tropiezos. • Utilizar calzado con suela antideslizante sujeto a los pies. 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaría. Plazo: 18 meses		
<p>2) Debido a posibles resbalones, sobre todo durante el fregado del suelo, al circular por el área cuando éste se encuentra húmedo, andar deprisa y sin control, etc...</p> <ul style="list-style-type: none"> - Advertir los suelos recién fregados con un cartel de "suelo mojado". • Respeta las señales de suelo mojado. No correr ni transitar de forma descuidada por la zona de trabajo. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA Responsable: administración/secretaría. Plazo: 2 años		

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por desplome Cod: 003		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Se puede producir la caída de objetos almacenados en altura o sobre estanterías, o las propias estanterías, en caso de falta de estabilidad de éstas, o de los materiales almacenados.</p> <p>- Se deberá verificar periódicamente el buen estado de estabilidad de las estanterías. - Se deben arriostrar aquellas estanterías que aún no lo estén. Recordar que los arrastramientos deben hacerse hacia paramentos estructurales.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		
<p>2) Debido a un posible fallo de los ascensores y montacargas existentes.</p> <p>- Se cumplirán las disposiciones establecidas en el Real Decreto 57/2005, de 21 de enero, por el que se establecen prescripciones para el incremento de la seguridad de ascensores existente y el Real Decreto 1314/1997, de 1 de agosto por el que se modifica el Reglamento de Aparatos de Elevación y Manutención aprobado por Real Decreto 2291/1985, de 8 noviembre.</p> <p>- El propietario de un aparato de elevación ha de cuidar que éste se mantenga en perfecto estado de funcionamiento, así como impedir su utilización cuando no ofrezca las debidas garantías de seguridad para las personas o las cosas. A estos efectos, tendrá que cumplir las siguientes obligaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Contratar el mantenimiento y revisiones de la instalación con Empresa inscrita en el Registro de Empresas Conservadoras existente en el correspondiente Órgano Territorial competente de la Administración Pública. ✓ Solicitar a su debido tiempo la realización de las inspecciones periódicas establecidas. Tener debidamente atendido el servicio de las instalaciones. ✓ Impedir el funcionamiento de la instalación cuando, directa o indirectamente, tenga conocimiento de que la misma no reúne las debidas condiciones de seguridad. ✓ Facilitar a la Empresa conservadora la realización de las revisiones y comprobaciones que está obligada a efectuar en su aparato elevador o de manutención. En caso de accidente, vendrá obligado a ponerlo en conocimiento del Órgano territorial competente de la Administración Pública y de la Empresa 		

<p>conservadora y a no reanudar el servicio hasta que, previos los reconocimientos y pruebas pertinentes, lo autorice este Órgano competente.</p> <p>✓ Facilitar a la Empresa conservadora la realización de las revisiones y comprobaciones que está obligada a efectuar en su aparato elevador o de manutención.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) A causa de posibles cajones o puertas de armarios sin cerrar, esquinas del mobiliario, silla de ruedas de los pacientes, camas, etc.</p> <p>- Es recomendable que los muebles dispongan de aristas redondeadas. En las adquisiciones de mobiliario en el futuro se tendrán en cuenta estas características.</p> <p>· Evitar dejar abiertos los cajones y puertas del mobiliario para evitar golpes y tropiezos con los mismos.</p> <p>· Mantén los pasillos libres de obstáculos (sillas de ruedas, carritos de limpieza, etc...).</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 2 años		

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Contactos eléctricos directos, por posibles pérdidas de aislamiento en alguno de los equipos eléctricos que se emplean. Contactos eléctricos indirectos, por derivaciones de corriente en los equipos eléctricos y un posible fallo en los interruptores diferenciales, o falta de eficacia de la toma a tierra del establecimiento.</p> <p>- Se prohibirá la conexión a la red de cualquier equipo mediante el uso de cables pelados o cualquier otro dispositivo que no cumpla con las condiciones mínimas de seguridad.</p> <p>- Se deberán reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica.</p>		

- Comprobación anual de la instalación de puesta a tierra por personal técnico competente. Para ello se medirá la resistencia de tierra, y se repararán con carácter urgente los defectos que se encuentren. Dejar constancia documental de las revisiones realizadas.
- Se comprobará el correcto funcionamiento de los interruptores diferenciales con cierta periodicidad mediante el correspondiente botón de test.
- No manipule en ningún caso los cuadros eléctricos. La instalación eléctrica sólo será manipulada por personal cualificado.
- Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables y enchufes de los equipos eléctricos empleados.
- Se deberán reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica. Las reparaciones serán realizadas por personal cualificado.

2) Existencia de cuadros eléctricos desprovistos de la señalización de riesgo de contacto eléctrico.

- Los cuadros de distribución eléctrica deben estar señalizados con una señal de riesgo de contacto eléctrico. La señal será de forma triangular, con pictograma negro sobre fondo amarillo (el amarillo deberá cubrir como mínimo el 50% de la superficie de la señal). A estos cuadros de distribución eléctrica sólo accederá personal autorizado.
- Se recomienda se proceda a revisar los cuadros eléctricos de todo el centro a fin de comprobar todos ellos estén señalizados y debidamente cerrados.
- Solo accederán al cuadro eléctrico general el personal autorizado por la empresa.

Probabilidad: (B)

Severidad: (ED)

Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Explosiones Cod: 020

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) En caso de mal uso o mantenimiento inadecuado de las máquinas, equipos o instalaciones del establecimiento.

- Se llevará a cabo el mantenimiento de las instalaciones, la maquinaria y los equipos de trabajo, acorde a las instrucciones del fabricante y a la legislación específica establecida, así como el registro de los controles periódicos de mantenimiento realizados. Se comprueba se ha realizado el mantenimiento Preventivo de Calderas incluso la empresa facilita

documentación de dichas revisiones.

- Se utilizarán y mantendrán los equipos de trabajo de acuerdo con las instrucciones de uso del fabricante. Se deberán cumplir siempre las medidas de seguridad dadas por el fabricante de cada equipo. Los elementos de protección no deben retirarse ni modificarse.

2) Debido a una incorrecta manipulación, transporte y/o almacenamiento de las botellas de gas a presión. Se observaron botellas de gases a presión situadas sobre el suelo, en las salas de oficio de enfermería, sin ningún tipo de fijación.

- Se dispondrá de carros portabotellas para transportar las botellas y botellones de gases a presión en posición vertical. Todos los accesorios (manorreductores, manómetros, válvulas, mangueras, etc) deberán ser los adecuados para la presión y el gas a utilizar en cada aplicación. Hay que asegurarse que los acoplamientos en las conexiones sean coincidentes.

• El transporte y acopio de botellas y botellones de gas se realizará utilizando carros portabotellas y asegurándolas con una cadena. Se evitará el arrastre, deslizamiento o rodadura de las botellas en posición horizontal. Si no se dispone de dichos carros, el traslado debe efectuarse rodando las botellas en posición vertical sobre su base o peana.

• Las botellas estarán siempre en posición vertical, y sujetadas mediante cadenas o carros específicos para botellas, con el objeto de evitar su caída.

• Antes de transportar las botellas asegurarse que el grifo está cerrado y la caperuza de protección colocada. Las botellas con caperuza no fija no se asirán por ésta.

• Las botellas almacenadas, incluso las vacías, se mantendrán siempre con las válvulas cerradas y provistas de su caperuza o protector, caso de ser preceptivo su uso. En los restantes casos las válvulas deberán quedar al abrigo de posibles golpes o impactos.

• Durante todo desplazamiento, las botellas, incluso si están vacías, deben tener la válvula cerrada y la caperuza debidamente fijada. Se evitará todo tipo de agresión mecánica que pueda dañar a las botellas y no se permitirá que choquen entre sí ni contra superficies duras.

• Si como consecuencia de un choque o golpe accidental una botella quedase deformada, marcada o presentase alguna hendidura o corte, se devolverá al suministrador del gas, sin utilizarse. Dichas botellas presentan riesgo de explosión, al haber quedado disminuidas sus características mecánicas resistentes.

Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Existencia de planchas industriales en la lavandería. · Colocar las planchas en posición hacia abajo sobre superficies no inflamables.</p>		
<p>2) Por la posibles existencia de pacientes y/o familiares fumadores. - Se comunicará e informará a los pacientes y familiares acerca del riesgo de fumar en las instalaciones del centro.</p>		
<p>3) La salida de emergencia y entrada principal tienen puertas correderas automáticas. - Las puertas y portones mecánicos deberán funcionar sin riesgo para los trabajadores. Tendrán dispositivos de parada de emergencia de fácil identificación y acceso, y podrán abrirse de forma manual, salvo si se abren automáticamente en caso de avería del sistema de emergencia.</p>		
<p>4) El contenido del manual de autoprotección debe ser comunicado al personal del centro, para que en caso de emergencia, el personal sepa cómo actuar. - Formar e informar a los trabajadores en todo lo relacionado con medidas de emergencia, en base a lo establecido en el manual de autoprotección. - Se implantará el Plan de Autoprotección realizando simulacros anualmente.</p>		
<p>5) Por la ausencia de señalización de los recorridos de evacuación en la lavandería, pudiéndose producir situaciones de cierta inseguridad en caso de incendio. - Se deberán señalar e identificar las vías de evacuación mediante señales en forma de panel, de modo que desde cualquier punto del local se garantice la continuidad de la información hasta alcanzar el exterior en caso de incendio. - Las señales de salvamento y socorro deberán ser de forma rectangular o cuadrada. Pictograma blanco sobre fondo verde (el verde deberá cubrir como mínimo el 50% de la superficie de la señal).</p>		
<p>6) En la puerta de entrada de los ascensores y montacargas, no existe la señalización indicativa de prohibición de utilizar en caso de emergencias (incendio). - Colocar señalización de prohibición de utilizar los ascensores en caso de emergencia en las puertas de entrada a los ascensores de cada planta.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Coordinación de actividades preventivas (existen servicios subcontratados como el de mantenimiento y el de retirada de residuos biológicos).</p> <ul style="list-style-type: none"> - La empresa debe cumplir con el artículo 24 de la LPRL desarrollado por el RD 117/04. - Se creará un procedimiento para la coordinación de actividades empresariales. · Seguir las indicaciones efectuadas en el procedimiento de coordinación de actividades empresariales 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos Cod: 029		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Los centros sanitarios constituyen caldos de cultivo de infecciones, en los que cada paciente representa un riesgo potencial para los trabajadores sanitarios, el personal auxiliar y los profesionales de la salud, de contagio de enfermedades infecciosas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para evitar el riesgo de contagio de enfermedades infecciosas, medidas importantes son la identificación de las áreas y el etiquetado de los materiales que entrañen un mayor riesgo de infección, así como el suministro de guantes, batas, máscaras, fórceps y otros dispositivos de protección. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses
<p>Todas estas medidas preventivas y procedimientos están sacados del INSHT de la bibliografía número (Orden de 9 de marzo de 1971 por la que se aprueba la Ordenanza General de Seguridad e Higiene en el Trabajo).</p>		

4.2.2 PUESTOS DE TRABAJO

PUESTO N°1: DIRECTOR

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel **Cod:** 002

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))

1) En caso de cruce de cables informáticos por zonas de paso de trabajadores.

- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas y vías de circulación previstas para la evacuación en casos de emergencia, deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento.

- Se evitará el cruce de cables por zonas de paso.

- Los cables que crucen vías de circulación de trabajadores estarán debidamente protegidos mediante canaletas.

· Se cuidará el orden y limpieza en los lugares de trabajo y zonas de paso, que deberán estar libres de obstáculos que pudieran provocar tropiezos. El orden y la limpieza es una máxima por la que deben velar todos los trabajadores. No basta con la limpieza periódica, sino que se llevará a cabo dicha tarea siempre que sea necesario.

2) Posibles resbalones por la existencia de suelos mojados.

- En caso de existencia de suelos mojados debido a labores de limpieza, se debe señalar convenientemente.

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA

Responsable: administración/secretaria.

Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación **Cod:** 004

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Durante la manipulación de carpetas, archivadores y otros materiales, colocados en estanterías.

· Se mantendrá orden y limpieza, y se establecerán normas de almacenamiento para el material situado en las estanterías. Se distribuirá el material de forma que esté accesible, y en caso de que no se alcance algún objeto, se utilizarán escaleras de mano. No subirse a sillas u

otros muebles.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) A causa de posibles cajones sin cerrar o esquinas de las mesas de trabajo y resto del mobiliario.		
<ul style="list-style-type: none"> - Emplear si es posible muebles con aristas redondeadas. · Mantener las zonas de paso libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento. No dejar abiertos cajones u otros elementos del mobiliario. Cierra los cajones después de utilizarlos y siempre antes de abrir otro 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante el manejo de papel, sobres, grapadoras, tijeras, etc.		
<ul style="list-style-type: none"> · Deberán extremarse las precauciones con los filos de las hojas, sobres, grapadoras, etc. Todos los objetos punzantes o de corte (abrecartas, grapas, tijeras...) deberán permanecer en los lugares destinados al efecto (cajones, etc.) de forma que no se abandonen en las sillas, encima de las mesas, suelo, etc. Los objetos de corte o punzantes deben mantenerse afilados. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Directos, por posibles pérdidas de aislamiento en alguno de los equipos eléctricos de oficina (ordenadores, fotocopiadora, impresoras, ect) que se emplean o indirectos por		

posibles derivaciones de corriente que se puedan producir.		
<ul style="list-style-type: none"> - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. - Se deberá reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica por personal cualificado. • No permitas las conexiones de los equipos sin clavija (usando los cables pelados) u otro tipo de improvisación. • No utilices enchufes intermedios (ladrones) o alargaderas sin toma de tierra para conectar equipos; en caso de necesitarlos, asegúrate de no sobrecargar la instalación. • Respeta la señalización de riesgo eléctrico. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Accidentes de tránsito Cod: 024
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))
<p>1) Durante los desplazamientos que realiza para realizar gestiones fuera de la residencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar el mantenimiento adecuado de los vehículos, procediendo según lo especificado en el manual suministrado por el fabricante. Realizar las I.T.V. cuando corresponda, según la antigüedad de los vehículos. Mantener en vigor los seguros exigibles a los vehículos considerados. Permitir el empleo de los vehículos únicamente a trabajadores en posesión del permiso de conducción pertinente. • Extremar la precaución durante los desplazamientos. Cumplimiento estricto del código de circulación, respetando especialmente la limitación de velocidad que impere en cada lugar. Se adecuará el modo de conducción a las circunstancias imperantes en las vías de circulación, especialmente bajo condiciones climatológicas adversas o altas densidades de circulación de vehículos. No ingerir drogas, ni bebidas alcohólicas, ni medicamentos contraindicados cuando se vayan a realizar labores de conducción de vehículos. Cuando se proceda a introducir algún vehículo en alguna nave, asegurarse de que no existen personas en las proximidades. Evite las comidas copiosas, ya que producen efectos negativos como amodorramiento y digestiones pesadas. No se debe hablar por teléfono mientras se conduce

si no se dispone de un dispositivo de manos libres.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los residentes y/o sus familiares.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda elaborar e implantar protocolos de actuación donde se definan las pautas a seguir frente a situaciones de riesgo. - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. · En caso de observar actitudes, tanto del paciente como de sus familiares, de ira y frustración, así como gestos amenazadores, se recomienda: · Adoptar una actitud empática, es decir, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. · No responder a las amenazas con amenazas. · Evitar cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moviéndose rápidamente, acercándose demasiado, tocando, o hablando en voz alta). · Reconocer los sentimientos de la persona. · Evitar dar órdenes. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) En caso de pasar periodos prolongados en el puesto de trabajo, en posición sedente, se pueden adoptar posturas estáticas durante la jornada laboral que pueden resultar forzadas e inadecuadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - De acuerdo con el RD 488/1997 de Pantallas de Visualización de Datos se deberán cumplir las siguientes condiciones, respecto a la silla de trabajo: 		

- El asiento debe propiciar confort en posiciones estáticas y posibilitar el libre movimiento. La altura del asiento debe permitir al usuario situar los pies firmemente sobre la superficie de apoyo para proporcionar estabilidad a la postura de sentado y apoyo a la pierna. El asiento debe disponer de cinco puntos de apoyo. El respaldo del asiento debe permitir mantener la espalda recta durante la realización del trabajo, por lo que la silla deberá ser reclinable y el respaldo ajustable en altura.

- Alternar en la medida de lo posible, los trabajos de pie/sentado.
- Realizar pausas para proporcionar descanso muscular.
- Adoptar posturas adecuadas al trabajo que se está realizando en cada momento.
- Mantener la espalda recta cuando estés en posición sentado.
- Evitar realizar giros del tronco si mantienes una posición sedente.
- Ajustar la altura de la silla, tal que tu posición a mantener sea cómoda.
- Cambiar la posición del cuerpo periódicamente.
- Realizar estiramientos de los miembros que hayan permanecido durante largo tiempo en la misma posición.

Probabilidad: (B) Severidad: (ED) Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga visual Cod: 033

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) En caso de permanecer durante más de 4 horas de la jornada laboral, frente a la pantalla de visualización de datos y no estar ésta colocada correctamente.

- La pantalla, teclado y documentos deben ser orientables e inclinables a voluntad y con facilidad, a fin de evitar la constante acomodación del ojo, y los frecuentes giros de ojos.

- Mantener la pantalla, el teclado y los documentos a una distancia entre 45 y 55 cm. La línea de visión del operador a la pantalla debería estar por debajo de la horizontal. Descansa 10 min aproximadamente cada 50 min de trabajo continuo delante de una pantalla de visualización de datos, para evitar una carga visual excesiva, realizando otras tareas que no requieran el uso forzado de la vista. O unos 20 min cada dos horas de trabajo continuo.
- Parpadear permanentemente y masajear los ojos cerrados hacia el extremo superior externo, donde se ubican las glándulas lagrimales, al menos 4 o 5 veces al día; más que todo al

terminar las jornadas. Descansar los ojos enfocando algo a la distancia por 10 o 20 segundos, varias veces al día, pues los ojos hiperacomodan en la pantalla y se relajan fijando lejos; tener en cuenta que las imágenes se notifiquen en 1 o 2 segundos cuando miramos de lejos a cerca o al revés.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))
<p>1) Como consecuencia de la carga de trabajo, la responsabilidad y en ocasiones, el alargamiento de la jornada laboral.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El diseño de las tareas debe ser el adecuado, con el objeto de evitar un exceso de las exigencias. - Se deberá fomentar la comunicación fluida con los compañeros y superiores, como método para evitar situaciones de descontento, temores, inquietudes, desmotivaciones, etc. · Organizar el tiempo de trabajo de manera de evitar, en la medida de lo posible, la sobrecarga de tareas. · Alternar las tareas distintas, variadas o que impliquen nuevos desafíos, con aquellas que sean monótonas o con poco contenido. · Definir de manera flexible las metas y objetivos de rendimiento en el puesto, procurando que los plazos / tiempos de ejecución no sean demasiado justos. · Realizar pausas breves a lo largo de la jornada laboral, con el objeto de prevenir la aparición de la fatiga mental. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Tratar de adoptar hábitos saludables como por ejemplo: ✓ Una alimentación variada, para prevenir la aparición de la fatiga, tanto física como mental. ✓ Adoptar un patrón de descanso, se considera necesario para las personas adultas, dormir una media de ocho horas seguidas. La cantidad y calidad del patrón de descanso afectan a la capacidad de resistencia frente a la fatiga. ✓ El ejercicio físico de intensidad moderada y practicado con regularidad está recomendado para todas aquellas personas cuyas exigencias laborales son

<p>mayoritariamente de tipo sedentario. El ejercicio físico, además de mejorar el tono muscular, ayuda a afrontar las tensiones emocionales y a mejorar el potencial reparador que tiene el descanso.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		
<p>2) Posturas incorrectas y estáticas, trabajo monótono, etc... puede dar lugar a situaciones de estrés muy comunes en puestos de administración.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización de ejercicios de relajación con cabeza, hombros, espalda, cintura, brazo, etc. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

PUESTO N°2: MÉDICO

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Utilización de útiles de consulta o instrumental médico que pueden causar cortes o pinchazos como agujas, tijeras, bisturís...</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se proporcionará material de bioseguridad. - Se informará y formará al personal en buenas prácticas periódicamente. • Siempre que se manipule instrumental médico se realizará según las normas universales de prevención. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Proyección de fluidos procedentes de los pacientes (sangre, heces, ..).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seguir proporcionando pantallas faciales, mascarillas, guantes y ropa de trabajo. - Los equipos de protección deberán tener marcado CE de conformidad y folleto informativo de instrucciones. • Cuando se produzcan situaciones de riesgo se empleará lo equipos de protección 		

suministrados por la empresa.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) En la manipulación de equipos (botellas de gas,..) y los propios pacientes de forma muy ocasional.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda la elaboración de un estudio específico de manipulación de pacientes. - Informar y formar a personal en la manipulación de pacientes. <ul style="list-style-type: none"> · Evitar en la medida de lo posible adoptar posturas forzadas o estáticas durante mucho tiempo. - Establecer pausas periódicas para descansar. <ul style="list-style-type: none"> · Hacer pausas periódicas según lo establecido por la empresa. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles agresiones en el desempeño de las tareas propias del puesto de trabajo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. <ul style="list-style-type: none"> · Actuar según lo establecido en el procedimiento interno de actuación en estos casos. · En caso de observar actitudes del paciente / familiar de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: ¿ Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. ¿ No respondas a las amenazas con amenazas. ¿ No des órdenes. ¿ Reconoce los sentimientos de la persona. ¿Evita cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moviéndose rápidamente, acercándose demasiado, tocando ?, o hablando en voz alta) 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos **Cod: 029**

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Exposición que surge de la actividad laboral, pero dicha actividad no implica la manipulación, ni el trabajo en contacto directo o el uso deliberado del agente biológico. La exposición es incidental al propósito principal del trabajo. Los agentes con los que se puede entrar en contacto con mayor probabilidad son: Hepatitis A, Hepatitis B , Hepatitis C y VIH. El modo de transmisión de estos virus es por contacto directo con sangre o fluidos corporales (saliva, secreciones nasofaríngeas, heces, orina,..). La vía de entrada sería a través de la piel(heridas) o pinchazos.

- Se recomienda crear un registro vacunal de todo el personal.
- Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto.
- Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa.
- Una vez realizados los protocolos se ha de informar/formar al personal de contacto directo con los residentes, de las medidas preventivas adoptadas en estos protocolos.
- Proporcionar mascarilla quirúrgico, guantes de un solo uso quirúrgico y gafas frente a salpicaduras y proyecciones.
- Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa.
- Utilizar los equipos de protección personal, como mascarillas, guantes, bata y protección ocular cuando pueda existir proyecciones.
- Cuando sufras salpicaduras de sangre se realizará un lavado inmediato con abundante agua y jabón.
- Estará prohibido reencapsular las agujas.
- Lavado de manos antes y después de atender al residente.

2) Exposición a microorganismos (virus, bacterias, etc..) por vía de entrada respiratoria.

- Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa.

<ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda crear un registro vacunal de todo el personal. - Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto. - Proporcionar mascarilla. • Utiliza los equipos de protección personal como mascarillas. • Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. 		
<p>3) Exposición a microorganismos (virus, bacterias, etc..) por vía de entrada digestiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa. • Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. • No comer ni beber cuando nos encontremos en un lugar con exposición o atendiendo un paciente. • Lavado de manos antes y después de atender al paciente. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

<p>Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))</p>		
<p>1) Utilización de pantalla de visualización de datos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seguir las recomendaciones y consignas para tareas frente a pantallas de visualización de datos. • Realiza pausas o descansos, alternando diversas tareas donde el nivel de exigencia atención o de concentración sea diferentes, a los largo de la jornada laboral, de manera genérica se recomienda descansar 5 minutos cada hora o 10 cada dos 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		
<p>2) Postura fija.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda hacer un estudio ergonómico específico sobre posturas forzadas. - Formación e información en higiene postural. - Proporcionar los dispositivos necesarios para regular la altura del plano de trabajo (sillones 		

regulables, camillas, mesas y taburetes) <ul style="list-style-type: none"> • Aprovecha las ventajas que ofrecen los dispositivos regulables, colocándolos a la altura adecuada cambios posturales, cambios de cama etc.. Efectúa cambios, rompiendo la continuidad en la misma postura. 		
3) Por una bipedestación continuada durante toda la jornada laboral (entre 6 y 7 horas al día). <ul style="list-style-type: none"> - Se han de establecer pausas a lo largo de la jornada. • Siempre que sea posible se realizarán pequeñas pausas para apoyarse y relajar la musculatura de las piernas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga visual Cod: 033		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Utilización de pantalla de visualización de datos. <ul style="list-style-type: none"> • Seguir las recomendaciones y consignas para tareas frente a pantallas de visualización de datos. • Realiza pausas o descansos, alternando diversas tareas donde el nivel de exigencia atención o de concentración sea diferentes, a los largo de la jornada laboral, de manera genérica se recomienda descansar 5 minutos cada hora o 10 cada dos 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		
Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Fatiga mental derivada de las exigencias propias de la tarea, de la atención a los pacientes o de la carga emocional derivada de la atención.. <ul style="list-style-type: none"> - Dotar de mecanismos y procedimientos de trabajo que permitan organizar las tareas y exigencias del puesto en función de las necesidades propias del centro, las circunstancias o de las características o aptitudes del trabajador. • Organiza tu trabajo de manera que evites la acumulación de tareas en momentos puntuales. 		

Realiza pausas o descansos a los largo de tu jornada laboral		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

PUESTOS N°3,4: DUE Y AUXILIAR DE CLÍNICA (GEROCULTOR/A)

Identificación de Riesgo: Caída de personas a diferente nivel Cod: 001		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Ocasionalmente cuando el personal utilice escaleras manuales o acceda a zonas altas. · Utiliza siempre escaleras manuales o medios adecuados, nunca utilices sillas mesas u otros objetos que no se han diseñado para ese fin.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Manipulación de materiales ubicados en las estanterías y zonas elevadas. · No bajar y subir de las escaleras con material en las manos. Se recomienda no sobrecargar las baldas de los archivos y/o estanterías.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Utilización de útiles de consulta o instrumental médico que pueden causar cortes o pinchazos como agujas, tijeras, bisturís... - Se proporcionará material de bioseguridad. - Se informará y formará al personal en buenas prácticas periódicamente. · Siempre que se manipule instrumental médico se realizará según las normas universales de prevención.		

2) Golpes involuntarios de residentes.		
· Evitar pacientes especialmente conflictivos.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		
3) Golpes con el mobiliario.		
- Disponer del aparataje imprescindible en el área de trabajo, eliminando aquello que no se emplee. Debes mantener cerrados los cajones y puertas del mobiliario, escritorios, archivadores, etc. para evitar golpes y tropiezos con los mismos.		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Proyección de fluidos procedentes de los pacientes (sangre, heces,...).		
- Seguir proporcionando mascarillas, guantes y ropa de trabajo.		
- Los equipos de protección deberán tener marcado CE de conformidad y folleto informativo de instrucciones.		
· Cuando se produzcan situaciones de riesgo se empleará lo equipos de protección suministrados por la empresa.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) En la manipulación de residentes.		
- Informar y formar a personal en la manipulación de residentes.		
· Evitar en la medida de lo posible adoptar posturas forzadas o estáticas durante mucho tiempo.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 9 meses**

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos **Cod:** 016

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Posibles contactos producidos por las instalaciones eléctricas y cualquier dispositivo eléctrico con tensión. Manipulación inadecuada o fallos de equipos.

• Antes de utilizar cualquier aparato o equipo asegurarse de su correcto estado, informándose de las precauciones o de las medidas a adoptar y actuando con precaución, siguiendo en todo momento los procedimientos de trabajo establecidos y las instrucciones de los manuales. En caso de avería o mal funcionamiento, no intentar manipular el equipo. Nunca se deberá manipular elementos eléctricos con las manos mojadas o en ambientes húmedos. En el caso de observar desperfectos en la instalación o aparatos eléctricos se informará de inmediato y se evitará el contacto. Cuando procedas a quitar el enchufe de la corriente nunca se debe tirar del cable.

Probabilidad: (B) Severidad: (ED) Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 9 meses**

Identificación de Riesgo: Inhalación o ingestión de sustancias nocivas **Cod:** 017

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Debido al uso de productos químicos.

- Se deberá disponer de las fichas de seguridad de los productos químicos a disposición de los trabajadores.

• En las operaciones de limpieza y desinfección del material o en el uso de productos químicos se deberán seguir las instrucciones de uso y almacenamiento especificadas en la ficha de datos de seguridad

Probabilidad: (B) Severidad: (ED) Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 9 meses**

Identificación de Riesgo: Contacto con sustancias cáusticas/ corrosivas Cod: 018		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Contacto con productos químicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se deberá disponer de las fichas de seguridad de los productos químicos a disposición de los trabajadores. • Cuando manipules este tipo de productos se llevarán a cabo buenas prácticas de higiene y seguridad: no se deberá comer ni beber, una vez acabada su manipulación se procederá al lavado de manos y brazos. Utiliza guantes y gafas de protección. Lee las instrucciones de uso y almacenamiento de los productos que utilices establecidas en las fichas de datos de seguridad 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Causados por seres vivos Cod: 022		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles agresiones en el desempeño de las tareas propias del puesto de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. • En caso de observar actitudes del paciente / familiar de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: ¿Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente? ¿No respondas a las amenazas con amenazas? ¿No des órdenes? ¿Reconoce los sentimientos de la persona? ¿Evita cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moviéndose rápidamente, acercándose demasiado? ¿Tocando?, o hablando en voz alta) • Actuar según lo establecido en el procedimiento interno de actuación en estos casos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes químicos Cod: 027		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por el desarrollo de alergias por contacto con guantes de látex.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En caso de detectar alguna reacción alérgica al látex se proporcionarán guantes de nitrilo y se velará por su uso. · Uso preferiblemente de guantes de nitrilo. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos Cod: 029		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Exposición que surge de la actividad laboral, pero dicha actividad no implica la manipulación, ni el trabajo en contacto directo o el uso deliberado del agente biológico. La exposición es incidental al propósito principal del trabajo. Los agentes con los que se puede entrar en contacto con mayor probabilidad son: Hepatitis A, Hepatitis B , Hepatitis C y VIH. El modo de transmisión de estos virus es por contacto directo con sangre o fluidos corporales (saliva, secreciones nasofaríngeas, heces, orina,..). La vía de entrada sería a través de la piel(heridas) o pinchazos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda crear un registro vacunal de todo el personal. - Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto. - Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa. - Una vez realizados los protocolos se ha de informar/formar al personal de contacto directo con los residentes, de las medidas preventivas adoptadas en estos protocolos. - Proporcionar mascarilla quirúrgica, guantes de un solo uso quirúrgico y gafas frente a salpicaduras y proyecciones. - Se informará y formará al personal en buenas prácticas periódicamente. · Siempre que se manipule instrumental médico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. · Utilizar los equipos de protección personal, como mascarillas, guantes, bata y protección 		

<p>ocular cuando pueda existir proyecciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando sufras salpicaduras de sangre se realizará un lavado inmediato con abundante agua y jabón. • Estará prohibido reencapsular las agujas. • Lavado de manos antes y después de atender al residente. 		
<p>2) Exposición a microorganismos (virus, bacterias, etc..) por vía de entrada respiratoria.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa. - Se recomienda crear un registro vacunal de todo el personal. - Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto. - Proporcionar mascarilla. • Utiliza los equipos de protección personal como mascarillas. • Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. 		
<p>3) Exposición a microorganismos (virus, bacterias, etc..) por vía de entrada digestiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa. • Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. • No comer ni beber cuando nos encontremos en un lugar con exposición o atendiendo un paciente. • Lavado de manos antes y después de atender al paciente. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))
<p>1) Postura fija.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formación e información en higiene postural. - Proporcionar los dispositivos necesarios para regular la altura del plano de trabajo (sillones

<p>regulables, camillas, mesas y taburetes).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprovecha las ventajas que ofrecen los dispositivos regulables, colocándolos a la altura adecuada cambios posturales, cambios de cama etc.. Efectúa cambios, rompiendo la continuidad en la misma postura. 		
<p>2) Por una bipedestación continuada durante toda la jornada laboral (entre 6 y 7 horas al día).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se han de establecer pausas a lo largo de la jornada. - Información y formación en el uso de pantallas de visualización. • Siempre que sea posible se realizarán pequeñas pausas para apoyarse y relajar la musculatura de las piernas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
<p>Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses</p>		
<p>3) Utilización de pantalla de visualización de datos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seguir las recomendaciones y consignas para tareas frente a pantallas de visualización de datos. • Realiza pausas o descansos, alternando diversas tareas donde el nivel de exigencia atención o de concentración sea diferentes, a lo largo de la jornada laboral, de manera genérica se recomienda descansar 5 minutos cada hora o 10 cada dos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
<p>Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses</p>		

<p>Identificación de Riesgo: Fatiga visual Cod: 033</p>
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))</p>
<p>1) Utilización de pantalla de visualización de datos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Información y formación en el uso de pantallas de visualización de datos. • Seguir las recomendaciones y consignas para tareas frente a pantallas de visualización de datos. • Realiza pausas o descansos, alternando diversas tareas donde el nivel de exigencia atención o de concentración sea diferentes, a lo largo de la jornada laboral, de manera genérica se recomienda descansar 5 minutos cada hora o 10 cada dos

Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Fatiga mental derivada de las exigencias propias de la tarea, de la atención a los pacientes o de la carga emocional derivada de la atención..</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda realizar un estudio de factores psicosociales. - Dotar de mecanismos y procedimientos de trabajo que permitan organizar las tareas y exigencias del puesto en función de las necesidades propias del centro, las circunstancias o de las características o aptitudes del trabajador. · Organiza tu trabajo de manera que evites la acumulación de tareas en momentos puntuales. <p>Realiza pausas o descansos a los largo de tu jornada laboral</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

PUESTO N°5: FISIOTERAPEUTA

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles objetos, material en zonas de paso y suelos mojados.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar calzado cerrado con suela antideslizante. -Se debe mantener el lugar de trabajo con un orden y limpieza adecuada. · No corra por las instalaciones, en caso de derrame de alguna sustancia se procederá inmediatamente a su recogida. <p>· Utilizar calzado cerrado con suela antideslizante.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Golpes con el mobiliario de las instalaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los cajones del escritorio, mostrador, archivadores y armarios deben disponer de topes para que estos no se salgan de su emplazamiento y puedan producir golpes y caída de objeto sobre los pies del trabajador. - La separación entre los elementos materiales existentes en el puesto de trabajo será suficiente para que los trabajadores puedan ejecutar su labor en condiciones de seguridad, salud y bienestar. · Debes mantener cerrados los cajones y puertas del mobiliario, escritorios, archivadores, etc. para evitar golpes y tropiezos con los mismos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Utilización de diversas herramientas manuales y materiales que pueden causar cortes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Establecer zonas específicas para el almacenamiento de herramientas cortantes, - Controlar el mantenimiento del correcto orden y limpieza de las instalaciones. · Mantén el orden en tu puesto de trabajo, y guarda las herramientas en su lugar adecuado. · Las herramientas se deberán usar para las tareas que fueron diseñadas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzo Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Al realizar la manipulación de pacientes (traspaso de las sillas a los diferentes equipos de gimnasia, al ayudarles a utilizar la rampa, etc...)</p>		

<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar ayudas mecánicas. - Mantener las superficies y el entorno de trabajo, libre de obstáculos. • Siempre que se ha posible realiza la manipulación entre dos personas. • Explica a los usuarios los movimientos a realizar para poder pedir su colaboración 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles contactos producidos por las instalaciones eléctricas, y cualquier dispositivo eléctrico con tensión.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La instalación eléctrica tiene que disponer de los mecanismos de protección adecuados, interruptores magnetotérmicos e interruptor diferencial. - Realizar revisiones periódicas por personal cualificado. • Nunca se deberá manipular elementos eléctricos con las manos mojadas o en ambientes húmedos. • En el caso de observar desperfectos en la instalación o aparatos eléctricos se informará de inmediato y se evitará el contacto. • Cuando procedas a quitar el enchufe de la corriente nunca se debe tirar del cable. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los residentes y familiares.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. Elaborar un protocolo de actuación para saber cómo actuar ante posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los residentes. • En caso de observar actitudes del paciente / familiar de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: Adopta una actitud empática, o sea, 		

identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. No respondas a las amenazas con amenazas. No des órdenes. Reconoce los sentimientos de la persona.

2) Factores emocionales del personal de atención directa: La tarea de asistencia continuada con usuarios y familias de usuarios, puede generar una importante carga mental y psicológica.

- Disponer de herramientas de trabajo para poder dar respuesta a situaciones conflictivas. Planes e intervención frente a estas situaciones. Disponer de medios ágiles de formación y preparación psicológica para la tarea a desarrollar.

Probabilidad: (B) Severidad: (D) Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes químicos Cod: 027

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Por la posibilidad de desarrollar alergias por contacto con guantes de látex.

- Uso preferiblemente de guantes de nitrilo. En caso de detectar alguna reacción alérgica al látex se proporcionarán guantes de nitrilo y se velará por su uso.
· Uso preferiblemente de guantes de nitrilo

Probabilidad: (B) Severidad: (D) Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos Cod: 029

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Riesgo biológico durante el contacto con el paciente cuando se efectúan tratamientos y técnicas de rehabilitación.

- Se recomienda crear un registro vacunal de todo el personal.
- Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto.
- Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación para los casos en los que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa.
- Una vez realizados los protocolos se ha de informar/formar al personal de contacto directo con los residentes, de las medidas preventivas adoptadas en estos protocolos.

<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar lo EPIs adecuados: ropa de trabajo, mascarilla, guantes. • Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se ejecutarán según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. • Utilizar y cuidar los equipos de protección individual, como mascarillas, guantes, bata. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Postura fija, posturas para movilizar miembros de los pacientes, realización de masajes, etc..</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar los dispositivos necesarios para regular la altura del plano de trabajo para el desarrollo de técnicas de fisioterapia (sillones regulables, camillas, mesas y taburetes). • Aprovecha las ventajas que ofrecen los dispositivos regulables, colocándolos a la altura adecuada para el desarrollo de técnicas de fisioterapia (sillones regulables, camillas, mesas y taburetes) • Efectúa cambios, rompiendo la continuidad en la misma postura. 		
<p>2) Utilización de pantalla de visualización de datos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adecuar los puestos de trabajo situando la pantalla y el teclado alineados con el operador. - La pantalla deberá ser regulable en altura, giro e inclinación. • Es preferible situarte en frente de la pantalla a una distancia acorde con su agudeza visual (entre 40 - 80 cm) y la parte superior de la pantalla deberá estar alineada con los ojos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años
<p>3) Debido a la necesidad de permanecer periodos prolongados de pie en el puesto de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formar e Informar a los trabajadores sobre los riesgos derivados de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar. • Para no mantener una postura estática es recomendable alternar en la medida de lo posible trabajos de pie - sentado, así como realizar pausas para proporcionar descanso muscular. Realiza pausas para proporcionar descanso muscular. Adopta posturas adecuadas al trabajo 		

que se esté realizando en cada momento. - Mantén, en posición sentado, la espalda recta. - No realices giros del tronco manteniendo la posición sedente. - Ajusta la altura de la silla, tal que la posición a mantener sea cómoda para ti. - Cambia la posición del cuerpo periódicamente. - Realiza estiramientos de los miembros que hayan permanecido durante largo tiempo en la misma posición. - No estés de pie si puede estar andando. - Si tienes que trabajar con tus brazos mientras estás de pie, hazlo a una altura adecuada; evita tener que estar constantemente agachado o con la espalda doblada.

4) Posible manipulación de aparatos y elementos de gimnasia.

- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos derivados de la manipulación manual de cargas y de las medidas preventivas a adoptar.

• Adopta las siguientes medidas preventivas: - Aproxímate a la carga. El centro de gravedad del hombre tiene que estar lo más próximo posible al de la carga. - Busca el equilibrio. Los pies deben estar: Enmarcando a la carga; Ligeramente separados y Ligeramente adelantado uno del otro. - Asegura la carga con las manos. Para coger un peso debes hacerlo con la palma de la mano y la base de los dedos. - Fija la columna vertebral. Las cargas deben levantarse manteniendo la columna recta y alineada. - Aprovecha la fuerza de las piernas. Levanta las cargas con las piernas, flexionándolas y doblando las rodillas sin llegar a sentarte sobre los talones.

• Trabaja con los brazos estirados. - No gires el tronco mientras levantes la carga. - Para aprovechar mejor tu fuerza, utiliza siempre todo el peso del cuerpo para empujar objetos. - Utiliza el propio impulso y el peso de la carga para elevarla o moverla. - No manipules cargas superiores a 25 Kg. a nivel manual. Si se superara, deberás hacerlo con la ayuda de otros empleados o a través de medios auxiliares. - En el caso de mujeres, no manipularás manualmente cargas superiores a 15 Kg.

Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))
1) Posible manifestación del estrés debido al trato con el paciente (residente).
- Los trabajadores dedicados a la atención directa a pacientes tendrán una formación

adecuada a la actividad y responsabilidad de su trabajo. Se promoverá la interacción constante entre los trabajadores, de manera que no se sientan aislados. Se establecerán pautas que favorezcan el apoyo y comunicación entre los trabajadores, y se fomentará su formación continua, para que conozcan y valoren el rendimiento de su trabajo, y mejore su motivación.

- Se planificara convenientemente el trabajo, alternado tareas que impliquen gran atención con otras de menor contenido.
- Realizar un reparto adecuado de la actividad.
- Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. No respondas a las amenazas con amenazas. Evita cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moverte rápidamente, acercarte demasiado, hablar con un volumen demasiado elevado). No te quedes solo/a con una persona que pudiera tornarse violenta o que mantenga una actitud violenta cada vez que se le atiende. En caso de no resolverse la situación y empeorar, aléjate de la situación e inmediatamente y pide ayuda.

Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

PUESTO N°6: TERAPEUTA OCUPACIONAL

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación **Cod: 004**

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Manipulación de materiales ubicados en las estanterías y archivos.

- Las estanterías y archivos deben estar suficientemente sujetos a la pared y/o suelo. Con objeto de evitar un posible accidente ocasionado por el desprendimiento o caída del bloque.
- Se recomienda que no sobrecargues las baldas de los archivos y/o estanterías.

Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas **Cod: 009**

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Utilización de diversas herramientas manuales y materiales que pueden causar

cortes.		
<ul style="list-style-type: none"> - Establecer zonas específicas para el almacenamiento de herramientas cortantes, - Controlar el mantenimiento del correcto orden y limpieza de las instalaciones. • Mantén el orden en tu puesto de trabajo, y guarda las herramientas en su lugar adecuado. • Las herramientas se deberán usar para las tareas que fueron diseñadas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzo Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Al realizar la manipulación de pacientes (traspaso de camilla a la cama, etc...)		
<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar ayudas mecánicas. - Mejorar la superficie y el entorno de trabajo. • Siempre que se ha posible realiza la manipulación entre dos personas. • Aprovecha las ventajas que ofrecen las camas regulables, colocándolas a la altura adecuada para hacer la higiene del paciente, cambios posturales, cambios de cama etc. • Explica a los usuarios los movimientos a realizar para poder pedir su colaboración 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los residentes (con Alzheimer y otras demencias) y familiares.		
<ul style="list-style-type: none"> - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. Elaborar un protocolo de actuación para saber cómo actuar ante posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los residentes. • En caso de observar actitudes del paciente / familiar de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. No respondas a las 		

amenazas con amenazas. No des órdenes. Reconoce los sentimientos de la persona.		
2) Factores emocionales del personal de atención directa: La tarea de asistencia continuada con usuarios y familias de usuarios, puede generar una importante carga mental y psicológica.		
- Disponer de herramientas de trabajo para poder dar respuesta a situaciones conflictivas. Planes e intervención frente a estas situaciones. Disponer de medios ágiles de formación y preparación psicológica para la tarea a desarrollar.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos Cod: 029		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante el trato con los residentes cuando efectúan tareas de rehabilitación con los pacientes.		
- Se recomienda crear un registro vacunal de todo el personal.		
- Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto.		
- Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa.		
- Una vez realizados los protocolos se ha de informar/formar al personal de contacto directo con los residentes, de las medidas preventivas adoptadas en estos protocolos.		
- Proporcionar lo epis adecuados: ropa de trabajo, mascarilla, guantes.		
• Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa.		
• Utilizar los equipos de protección personal, como mascarillas, guantes, bata y protección ocular cuando pueda existir proyecciones.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Postura fija, posturas para movilizar miembros de los pacientes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar los dispositivos necesarios para regular la altura del plano de trabajo para el desarrollo de técnicas de enfermería (sillones regulables, camillas, mesas y taburetes). · Aprovecha las ventajas que ofrecen los dispositivos regulables, colocandolos a la altura adecuada para hacer la higiene del paciente, cambios posturales, cambios de cama etc.. · Efectúa cambios, rompiendo la continuidad en la misma postura. 		
<p>2) Utilización de pantalla de visualización de datos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adecuar los puestos de trabajo situando la pantalla y el teclado alineados con el operador. - La pantalla deberá ser regulable en altura, giro e inclinación. · Es preferible situarte en frente de la pantalla a una distancia acorde con su agudeza visual (entre 40 - 80 cm) y la parte superior de la pantalla deberá estar alineada con los ojos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posible manifestación del estrés debido al trato con el paciente (residente).</p> <ul style="list-style-type: none"> -Los trabajadores dedicados a la atención directa a pacientes tendrán una formación adecuada a la actividad y responsabilidad de su trabajo. Se promoverá la interacción constante entre los trabajadores, de manera que no se sientan aislados. Se establecerán pautas que favorezcan el apoyo y comunicación entre los trabajadores, y se fomentará su formación continua, para que conozcan y valoren el rendimiento de su trabajo, y mejore su motivación. -Se planificara convenientemente el trabajo, alternado tareas que impliquen gran atención con otras de menor contenido. - Realizar un reparto adecuado de la actividad. · Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. No respondas a las amenazas con amenazas. Evita cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moverte rápidamente, acercarte 		

demasiado, hablar con un volumen demasiado elevado). No te quedes solo/a con una persona que pudiera tornarse violenta o que mantenga una actitud violenta cada vez que se le atiende. En caso de no resolverse la situación y empeorar, aléjate de la situación e inmediatamente y pide ayuda (si fuera posible a seguridad del centro si tuviere).		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

PUESTO N°7: TRABAJADOR/A SOCIAL

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) En caso de cruce de cables informáticos por zonas de paso de trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas y vías de circulación previstas para la evacuación en casos de emergencia, deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento. - Se evitará el cruce de cables por zonas de paso. Así, se deben llevar los cables por medio de canaletas pegadas a las paredes. - Los cables que crucen vías de circulación de trabajadores estarán debidamente protegidos. • Se cuidará el orden y limpieza en los lugares de trabajo y zonas de paso, que deberán estar libres de obstáculos que pudieran provocar tropiezos. El orden y la limpieza es una máxima por la que deben de velar todos los trabajadores. No basta con la limpieza periódica, sino que se llevará a cabo dicha tarea siempre que sea necesario. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Durante la manipulación de carpetas, archivadores y otros materiales, colocados en estanterías.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se mantendrá orden y limpieza, y se establecerán normas de almacenamiento para el 		

material situado en las estanterías. Se distribuirá el material de forma que esté accesible, y en caso de que no se alcance algún objeto, se utilizarán escaleras de mano. No subirse a sillas u otros muebles.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) A causa de posibles cajones sin cerrar o esquinas de las mesas y demás mobiliario de la oficina.		
<ul style="list-style-type: none"> - Emplear si es posible muebles con aristas redondeadas. - En caso de adquirir nuevo mobiliario, se tendrá esto en cuenta. Entre tanto, colocar protectores de goma en las esquinas del mobiliario que no cumpla estos requisitos, con el fin de amortiguar posibles golpes. • Mantener las zonas de paso libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento. Evite correr por las instalaciones. No dejar abiertos cajones u otros elementos del mobiliario. Cierra los cajones después de utilizarlos y siempre antes de abrir otro. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante el manejo de papel, sobres, grapadoras, tijeras, etc.		
<ul style="list-style-type: none"> • Deberán extremarse las precauciones con los filos de las hojas, sobres, grapadoras, etc. Todos los objetos punzantes o de corte (abrecartas, grapas, tijeras...) deberán permanecer en los lugares destinados al efecto (cajones, etc.) de forma que no se abandonen en las sillas, encima de las mesas, suelo, etc. Los objetos de corte o punzantes deben mantenerse afilados. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Directos, por posibles pérdidas de aislamiento en alguno de los equipos eléctricos de oficina (ordenadores, fotocopiadora, impresoras, etc.), que se emplean; o indirectos por posibles derivaciones de corriente que se puedan producir.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. - Se deberá reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica por personal cualificado. • No permitas las conexiones de los equipos sin clavija (usando los cables pelados) u otro tipo de improvisación. No utilices enchufes intermedios (ladrones) o alargaderas sin toma de tierra para conectar equipos que la necesiten, en caso de necesitarlos, asegúrate de no sobrecargar la instalación. Respeta la señalización de riesgo eléctrico 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles agresiones en el desempeño de las tareas propias del puesto de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. Realización e implantación de protocolos de actuación donde se definan las pautas a seguir frente a situaciones de riesgos. • En caso de observar actitudes del paciente / familiar de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: <ul style="list-style-type: none"> • Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. • No respondas a las amenazas con amenazas. • No des órdenes. • Reconoce los sentimientos de la persona. 		

<ul style="list-style-type: none"> · Evita cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moviéndose rápidamente, acercándose demasiado, tocando, o hablando en voz alta). 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos desplome Cod: 029		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Exposición a agentes Biológicos durante el trato con los residentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda crear e implantar protocolos de actuación por escrito para los casos que se atiende a residentes con alguna enfermedad infecto-contagiosa. Una vez realizados los protocolos se ha de informar/formar al personal de contacto directo con los residentes, de las medidas preventivas adoptadas en estos protocolos. - Proporcionar los epis adecuados. · Siempre que se realicen tareas con riesgo biológico se realizará según las normas universales de prevención y los protocolos establecidos por la empresa. · Utilizar los equipos de protección personal, suministrados por la empresa, cuando sea necesario. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Debido a la posible adopción de posturas inadecuadas durante el trabajo con PVD.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La superficie de trabajo debe disponer de espacio suficiente para colocar el equipo y el resto de material. A nivel orientativo, se recomienda un ancho de 160 cm por 85 cm de profundidad. - La superficie de la mesa debe ser no reflectante (mate). - Se recomienda que la altura de la mesa sea regulable. Si es fija, debe oscilar entre 72 y 75 cm de altura. - La mesa debe contar con un ¿hueco para las piernas¿ adecuado. Se recomienda que la 		

distancia entre los muslos y la mesa sea al menos de 6 cm.

- La silla de trabajo debe tener una base estable, recomendable de 5 patas. La altura de la silla debe ser regulable. El respaldo debe ser regulable y en altura e inclinación. El borde delantero de la silla debe ser redondeado. Es recomendable que la silla disponga de brazos regulables.

- Se pondrá a disposición de los trabajadores que lo soliciten atril portadocumentos.

- Se pondrá a disposición de los trabajadores que lo soliciten reposapiés.

- Se situará la pantalla del ordenador a una distancia entorno a 60 cm. La parte superior de la pantalla debe encontrarse al mismo nivel de los ojos o ligeramente por debajo. La posición ideal de la pantalla es perpendicular a la línea de visión. Si utilizas atril, debe encontrarse a la misma distancia de sus ojos de la pantalla. A la hora de utilizar el teclado, se deben mantener las muñecas derechas y apoyadas sobre la superficie de la mesa o dispositivo habilitado para tal fin. Ajuste la silla según sus necesidades. Si no llegas con los pies al suelo, solicita reposapiés. Mantenga la espalda recta o ligeramente inclinada hacia atrás y apoyada en el respaldo. Los brazos deben permanecer relajados y sueltos. Los muslos deben permanecer en posición horizontal o ligeramente inclinados hacia delante. La cabeza debe permanecer derecha o ligeramente inclinada hacia delante. Se debe cambiar de posición con frecuencia. Realice ejercicios de estiramiento de manos, brazos, hombros, cuello y espalda.

2) Debido a la necesidad de pasar periodos prolongados en el puesto de trabajo, en posición sedente, se pueden adoptar posturas estáticas durante la jornada laboral que pueden resultar forzadas e inadecuadas.

- De acuerdo con el RD 488/97 de Pantallas de Visualización de Datos se deberán cumplir las siguientes condiciones, respecto a la silla de trabajo:

- El asiento debe propiciar confort en posiciones estáticas y posibilitar el libre movimiento. La altura del asiento debe permitir al usuario situar los pies firmemente sobre la superficie de apoyo para proporcionar estabilidad a la postura de sentado y apoyo a la pierna. El asiento debe de disponer de cinco puntos de apoyo.

- El respaldo del asiento debe permitir mantener la espalda recta durante la realización del trabajo, por lo que la silla deberá ser reclinable y el respaldo ajustable en altura.

- Alterna en la medida de lo posible trabajos de pie sentado. Realiza pausas para proporcionar descanso muscular. Adopta posturas adecuadas al trabajo que se está realizando en cada momento. Mantén la espalda recta cuando estés en posición sentado. No realices

giros del tronco si mantienes una posición sedente. Ajusta la altura de la silla, tal que tu posición a mantener sea cómoda. Cambia tu posición del cuerpo periódicamente. Realiza estiramientos de los miembros que hayan permanecido durante largo tiempo en la misma posición.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga visual Cod: 033		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por permanecer periodos prolongados de tiempo (más de 4 horas de la jornada) frente a la pantalla de visualización de datos y debido a una posible incorrecta colocación.</p> <p>- Los elementos de comunicación (pantalla, teclado y documento) deben ser orientables e inclinables a voluntad y con facilidad a fin de evitar la constante acomodación del ojo, y los frecuentes giros de ojos.</p> <p>· Mantener la pantalla, el teclado y los documentos a una distancia similar de lejos (entre 45 y 55 cm). La línea de visión del operador a la pantalla debería estar por debajo de la horizontal. Descansa 10 min cuando estés alrededor de 50min trabajando delante de una pantalla de visualización de datos para que no te produzca una carga visual excesiva realizando otras tareas que no requieran su uso, o cada dos horas 20 minutos.</p> <p>· Parpadear permanentemente y masajear los ojos cerrados hacia el extremo superior externo, donde se ubican las glándulas lagrimales, al menos 4 o 5 veces al día; más que todo al terminar las jornadas. Descansar los ojos enfocando algo a la distancia por 10 o 20 segundos, varias veces al día, pues los ojos hiperacomodan en la pantalla y se relajan fijando lejos; tener en cuenta que las imágenes se notifiquen en 1 o 2 segundos cuando miramos de lejos a cerca o al revés.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Factores emocionales del personal de atención directa: La tarea de asistencia continuada con usuarios y familias de usuarios, puede generar una importante carga mental y psicológica.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponer de herramientas de trabajo para poder dar respuesta a situaciones conflictivas. Planes de intervención frente a estas situaciones. Disponer de medios ágiles de formación y preparación psicológica para la tarea a desarrollar. • Procurar organizar el tiempo de trabajo evitando las sobrecargas de tareas. Alternancia de tareas que impliquen mucha alteración continuada con otras que sean monótonas o sin contenido. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

PUESTO N°8 y 9: JEFE DE COCINA Y AYUDANTE DE COCINA

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Debido a sustancias resbaladizas como aceite que se hayan podido derramar en el suelo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La empresa debe proporcionar calzado de seguridad con suela antideslizante y que sujete completamente el pie. • En el momento del derrame de productos al suelo, éste debe limpiarse inmediatamente con la finalidad de evitar caídas posteriores. • Debes usar calzado que sujete completamente el pie, con suela de goma o similar para evitar resbalones; calzado con suela antideslizante y con refuerzo en la puntera. • Debes mantener el correcto orden y limpieza de las zonas de paso a fin de evitar éste riesgo: Eliminar de los lugares de paso, cajas, botes, etc... 		
<p>2) Por posibles obstáculos en zonas de paso (materiales, carros, etc.) o alrededor del puesto de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mantener en orden las inmediaciones de los puestos de trabajo: Recoger siempre el 		

material utilizado, no acumular material, objetos innecesarios, etc., de modo que se mantengan libres las zonas de paso para evitar tropiezos.		
<ul style="list-style-type: none"> • No correr ni transitar de forma descuidada por la zona de trabajo. • No transportar cargas que reduzcan o impidan la visibilidad. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por desplome Cod: 003		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Existencia de estanterías metálicas para el almacenamiento de mercancía.		
<ul style="list-style-type: none"> • No se deberán sobrecargar estanterías. Comprobar que las mercancías están bien colocadas en las baldas. • Colocar la mercancía más pesada en la parte inferior de las estanterías. ¿ Se deberá colocar el material de forma que conserve la estabilidad y no sobresalga de la base de la estantería sobre la que se apoya. • Se eliminará todo aquello inservible o que no utilice. • Si detectas algún deterioro tanto en el anclaje de los estantes, estanterías y armarios de la cocina como en su estado en general comunícalo a tu superior. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Caída de productos manipulados (paquetes de comida, herramientas de trabajo utilizadas, sartenes, ollas y cacerolas, cuchillos, bandejas, platos...).		
<ul style="list-style-type: none"> - Dar a los trabajadores calzado de seguridad. El calzado constituirá un soporte adecuado para los pies, será estable, con la suela no deslizante, y proporcionará una protección adecuada del pie contra la caída de objetos. - Dar a los trabajadores guantes contra riesgo mecánico para su uso durante la manipulación de cargas difíciles de agarrar para evitar su caída sobre el trabajador o que puedan producir 		

cortes o rasguños.

- Realizar la manipulación de objetos extremando la precaución, efectuando buenos agarres.
- Utiliza de forma permanente el calzado de seguridad facilitado por la empresa.
- Utiliza los guantes contra riesgos mecánicos facilitados por la empresa cuando se manipulen cargas para evitar cortes, rasguños, etc.
- Planifica el levantamiento: decide el punto o puntos de agarre más adecuados, dónde hay que depositar la carga y aparta del trayecto cualquier elemento que pueda interferir en el movimiento.
- Examina la carga antes de manipularla: localiza las zonas que pueden resultar peligrosas en el momento de su agarre y manipulación (aristas, bordes afilados, etc.).
- Planifica el levantamiento: decide el punto o puntos de agarre más adecuados, dónde hay que depositar la carga y aparta del trayecto cualquier elemento que pueda interferir en el movimiento.
- Examina la carga antes de manipularla: localiza las zonas que pueden resultar peligrosas en el momento de su agarre y manipulación (aristas, bordes afilados, etc.).
- Aplicar las técnicas de manipulación de cargas y en caso de que sean pesados valerse de medios auxiliares y/o pedir ayuda a un compañero para realizar la manipulación del objeto.

Probabilidad: (B) Severidad: (D) Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaría. Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Contra el mobiliario del propio área.

- No correr ni transitar de forma descuidada por la zona de trabajo.
- Se evitará disponer ningún equipo o material o en su caso se recogerán todas las mercancías que estén colocadas en los pasillos y demás zonas de paso, de forma que por estas se pueda transitar en condiciones de seguridad.
- Se mantendrán cerradas las puertas de los muebles para evitar golpes contra ellas.

Probabilidad: (B) Severidad: (LD) Valoración: (T)

Prioridad: BAJA Responsable: administración/secretaría. Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas **Cod:** 008

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Cortes con la máquina cortafiambres, batidoras, picadoras de carne, sierra (corte de chuletas), ... durante su uso o la limpieza de las mismas.

- Toda la maquinaria dispondrá de los resguardos y protecciones adecuados en las máquinas para evitar las acciones atrapantes, lacerantes, punzantes, prensantes, abrasivas y proyectistas (NTP 882: *Guantes de protección contra riesgos mecánico*, 2010).

- Estarán presentes en las instalaciones el manual de instrucciones de las herramientas eléctricas presentes (picadora, peladora de patatas,...).

- Se revisará periódicamente el estado y uso de las protecciones de las herramientas de trabajo (rejillas, empujadores,...); Avisar al servicio técnico en caso necesario.

- Señalizar todas las partes de la máquina que pueden producir cortes, e informar al trabajador de éste peligro.

• Debes seguir las instrucciones de uso del fabricante. Solicita el manual de instrucciones de las máquinas presentes en la cocina.

• Debes cumplir las obligaciones indicadas en los pictogramas que aparecen en cada máquina.

• No puedes retirar ni anular los dispositivos de seguridad ni las protecciones de las máquinas presentes en la cocina.

• Utiliza las protecciones necesarias para evitar el contacto con partes móviles. (empujador para corta fiambres).

• Cuando utilices éste tipo de máquinas debes de trabajar sin prisas ni presiones.

• Desconectar los equipos del suministro eléctrico siempre que se vayan a realizar labores de limpieza, reparación o mantenimiento, asegurándose de que no cabe la posibilidad de una conexión accidental.

• La ropa de trabajo debe de ser cómoda y prescindir de llevar colgantes y adornos sueltos que puedan quedar atrapados en las máquinas.

• Está prohibido eliminar las protecciones de la máquina cortafiambres y sierra o utilizarla sin las mismas.

• Es OBLIGATORIO el uso de los empujadores de la máquina cortafiambres y sierra (chuletas); No empujar nunca los alimentos a cortar con las manos. En caso de que la pieza a

cortar oblique a quitar el empujador, se utilizarán guantes de malla metálica.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))
<p>1) Riesgo de cortes por el uso de herramientas manuales cortantes (ej. cuchillos) y de máquinas (ej. cortadora de fiambres).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se controlará que los trabajadores realizan todas las operaciones de corte con cuchillo y hacha con guantes de malla metálica. - Se llevará control periódico de los útiles de corte (debidamente afilados, con mangos o empuñaduras adecuadas, etc.) que incluya la sustitución de los mismos cuando estén defectuosos. • Las operaciones de corte con cuchillo y hacha se realizarán siempre con guantes de malla metálica en la mano contraria a la que maneja el cuchillo. • En operaciones de corte rápidas y continuas (verduras, deshuese de pollo...) se utilizarán guantes contra riesgo mecánico. • Utiliza siempre los cuchillos y útiles de corte con las manos secas y libres de grasas. • Las operaciones de corte y troceado las realizarás sobre la superficie de una tabla y nunca en la mano. Realiza siempre el corte en dirección contraria al cuerpo. • Cortar las partes duras de los alimentos con especial precaución ya que es posible que el cuchillo desvíe su trayectoria. • Todos los objetos punzantes o de corte deberán permanecer en los lugares destinados al efecto (cajones, banda magnética, etc.) no dejándose sobre cualquier lugar cuando no sean usados. • En el caso de que se te caiga algún cuchillo u otra herramienta cortante, retírate dando un paso hacia atrás; no intentes cogerla ni pararla con los pies u otra partes del cuerpo. • Realizar las tareas de corte en zonas bien iluminadas. • Limpie frecuentemente los cuchillos; Los cuchillos no deben limpiarse con el delantal u otra prenda, sino con una toalla, trapo o similar, manteniendo el filo de corte girado hacia fuera de la mano que lo limpia.

<ul style="list-style-type: none"> • No dejar los cuchillos dentro de los fregaderos, especialmente cuando están llenos de agua y/o es posible que no se vean. Se dejarán fuera o se lavarán al instante y se colocarán en su sitio. 		
<p>2) Cortes o pinchazos provocados por loza, vidrios rotos, etc. al recogerlos o al comprimir las bolsas de basura.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observaciones: Se recomienda colocar un contenedor para vidrios y loza rotos e informar a los trabajadores sobre la obligatoriedad de su uso. • Antes de extraer las bolsas de basura de sus recipientes ciérralas. Las bolsas se han de mover siempre cerradas. • Recoge las bolsas de basura siempre por la parte superior de cierre. • No pongas las manos debajo de las bolsas o las aplastes (ni con el pie ni con la mano) ya que puede haber objetos punzantes o cortantes en su interior. • Mantén alejadas las bolsas del cuerpo en su transporte al contenedor. • Recoge los cristales de la vajilla con una escoba y un recogedor en el momento de romperse, nunca con las manos ni empujando con los pies. Antes de depositarlos en la bolsa de basura envuélvelos en papel de diario 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

<p>Identificación de Riesgo: Atrapamientos por o entre objetos Cod: 011</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))</p>		
<p>1) Golpes o atrapamiento de las extremidades superiores durante las operaciones de apertura y cierre de frigoríficos, congeladores, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prestar atención durante la apertura y cierre de frigoríficos, congeladores y lavavajillas, etc. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

<p>Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos Cod: 013</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))</p>		
<p>1) Riesgo de lesiones dorsolumbares por un manejo y/o transporte inadecuado</p>		

alimentos y cargas en general; Las cargas pueden suponer peso o tamaño excesivo, pueden ser difíciles de sujetar, el esfuerzo físico necesario puede ser en posición inestable, con torsión o flexión del tronco, o con movimientos bruscos.

- Formar e Informar a los trabajadores sobre manipulación manual de cargas.
- Se evitará al máximo la manipulación manual de cargas, ayudándose siempre que se pueda de medios mecánicos (carros de dos ruedas, etc.).
- El peso máximo que se recomienda no sobrepasar es de 25 Kg. por trabajador.
- Se recomienda que antes de comenzar a manipular cargas, se realice un pequeño calentamiento muscular.
- Cuando la manipulación de cargas deba realizarse manualmente, se tendrán en cuenta las siguientes normas:
 - Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros. Estarán firmemente apoyados.
 - Doblar las rodillas para levantar la carga del suelo, manteniendo la espalda recta.
 - Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.
 - Levantar el peso gradualmente.
 - No levantar la carga por encima de la cintura en un solo movimiento.
 - No girar el cuerpo mientras se está elevando o se transporta la carga.
 - Mantener la carga cercana al cuerpo, así como los brazos, y éstos lo más tensos posible.
 - Si la carga es excesiva, pedir ayuda a un compañero.

Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a temperaturas extremas **Cod:** 014

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Exposición a bajas temperaturas debido a atrapamiento en las cámaras frigoríficas.

- Colocar chaquetones fuera de las cámaras frigoríficas para que estén a disposición de los trabajadores cuando tengan que acceder a las mismas.
- Se nombrará a un encargado con la obligación de comprobar en cambios de turno y al finalizar la jornada que no hay ningún trabajador en las cámaras frigoríficas.
- Debes usar ropa de abrigo para entrar en la cámara frigorífica.

Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

<p>2) Exposición a bajas temperaturas en la sala fría de preparación de comidas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dar al personal que trabaje en la sala de frío ropa de protección frente al frío (chalecos, chaquetones, bragas para la garganta, guantes, etc.). • Utiliza la ropa de protección frente al frío facilitada por la empresa cuando trabajes en la sala de frío (chaleco para el frío, braga, etc.) 		
<p>3) Exposición a temperaturas de mucho calor en la zona de cocinas y de frío en las cámaras frigoríficas. Continuos cambios de temperatura al pasar de una zona a otra.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Intentar organizar el trabajo de forma que las entradas a las cámaras frigoríficas se concentren en el tiempo para evitar continuos cambios bruscos de temperatura y de modo que se realicen entre varios trabajadores para que el tiempo invertido por cada trabajador dentro de las cámaras sea el mínimo. - Se colocarán los medios necesarios para mantener lo más constante posible la temperatura de la cocina, que deberá estar entre 14 y 25 °C. - Observaciones: Las cocinas deben tener un buen sistema de ventilación que evite la acumulación excesiva de calor. • Cuando organices tu trabajo disminuye al máximo los viajes a las cámaras frigoríficas. • Siempre que entres en las cámaras frigoríficas deberás usar chaquetón para el frío. • Viste ropa ligera y transpirable (Ej. algodón) y bebe agua continuamente para evitar la deshidratación cuando trabajes en ambientes calurosos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

<p>Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015</p>
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))</p>
<p>1) Por contacto con los hornillos y/o los útiles de cocinado de alimentos calientes. Contactos térmicos al sacar la vajilla del lavaplatos sin esperar a que se enfríe. Disponen de guantes antitérmicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Establecer un lugar (recipiente, plato) para dejar paletas, etc. mientras no se están utilizando durante el cocinado. • Usa los lugares seguros (carritos) donde puedan reposar las comidas calientes sin peligro de caer sobre personas.

- Extremar precauciones cuando se saque el menaje caliente de la máquina lavaplatos.
- Utiliza manoplas o guantes contra contactos térmicos siempre que muevas, cojas, manejes, transportes, etc. recipientes o útiles calientes, saques objetos calientes del horno, etc
- Vigila los recorridos por donde se va a manipular ollas o cazuelas de comida caliente, deben de estar libres de obstáculos.
- Limpia bien los microondas y asegúrate de que la puerta y las juntas están en buen estado de conservación y cierran herméticamente. Si detectas algún deterioro de los microondas comunícalo a tu superior.
- Para introducir o sacar los alimentos cocinados de los hornos, se debe dejar primero la puerta entreabierta con el fin de que salgan los vapores del mismo

2) Con partes calientes de los hornos al manipularlos.

- Es obligatorio el uso de los guantes contra riesgo térmico siempre que se accede a las zonas calientes del horno.

3) Por salpicaduras de aceite, agua hirviendo, vapor o alimentos calientes.

- Orienta las asas y mangos de los recipientes hacia el interior de los fuegos para evitar chocar contra ellos y que el interior te salpique.
- Utiliza recipientes de tamaño adecuado teniendo en cuenta que al llegar a la ebullición, los líquidos pueden rebosar o salpicar.
- Jamás eches agua sobre aceite caliente.
- Evita que el aceite se caliente en exceso y se incendie.
- Antes de introducir los alimentos en la freidora, comprueba la temperatura indicada en el termostato.
- Cambia los aceites cuando estén fríos.
- No se acerque demasiado cuando destape un recipiente con alimentos en ebullición; Los vapores producen quemaduras.
- Para introducir o sacar los alimentos cocinados de los hornos, se debe dejar primero la puerta entreabierta con el fin de que salgan los vapores del mismo.
- No llenes hasta arriba las ollas, sartenes freidoras...

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA

Responsable: administración/secretaría.

Plazo: 18 meses

4) Durante la limpieza de hornillos, freidoras, planchas, hornos, etc.

- Las operaciones de limpieza de los diferentes equipos se realizarán cuando los elementos

calientes se hayan enfriado totalmente.		
5) Posibles contactos con elementos en frío del interior del congelador durante la extracción o colocación de productos en su interior.		
<ul style="list-style-type: none"> - Dar a los trabajadores guantes para el frío para su uso durante la introducción y extracción de productos del interior de la cámara congeladora. • Prestar atención durante la introducción y extracción de productos del interior de la cámara congeladora. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Se manejan equipos alimentados por electricidad (220 - 240 V).		
<ul style="list-style-type: none"> • Mantener los cuadros eléctricos cerrados para protegerlos frente al polvo y grasa. • En caso de avería o se observe el calentamiento anormal o funcionamiento incorrecto de algún aparato eléctrico, desconectar inmediatamente y mandar su revisión a personal especializado. • No emplear máquinas eléctricas ni alargaderas que presenten empalmes en los conductores. • No utilices los aparatos eléctricos con manos húmedas o mojadas. • Nunca se conectará un aparato cuando la toma de corriente presente defectos o no sea la adecuada. • No satures los enchufes con ladrones y/o regletas. • Cuando termines de usar las bases de enchufe de la cocina, repón la tapadera para evitar las salpicaduras. • Respeta la señalización de riesgo eléctrico. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Inhalación o ingestión de sustancias nocivas Cod: 017		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Inhalación y/o ingestión de productos químicos de limpieza por uso inadecuado o desconocimiento de las características, riesgos y medidas de prevención.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evitar el trasvase; si se realiza, el nuevo recipiente deberá estar perfectamente etiquetado. • Mantén los envases cerrados tras su uso. • Almacena, manipula y utiliza los productos conforme determine el fabricante en sus fichas de seguridad correspondientes. Almacena la cantidad de productos imprescindible y sin mezclar los de distinto tipo (sólo se almacenarán juntos los que tienen riesgos comunes)- • Está prohibido comer, beber, fumar y hacer fuego en las zonas donde se almacenen, manipulen o utilicen productos químicos. • Si al entrar en una estancia hay un fuerte olor a amoníaco o lejía, se ventilará y se saldrá inmediatamente de la habitación. • Está prohibido mezclar diferentes productos de limpieza, salvo indicación del fabricante. No mezclar NUNCA lejía y amoníaco, ya que se desprenden vapores tóxicos. • Los productos químicos se almacenarán cerrados y en posición vertical, lejos de alimentos, zonas de comidas y de descanso. Hacer fuego en las zonas donde se almacenen, manipulen o utilicen productos químicos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contacto con sustancias cáusticas/ corrosivas Cod: 018		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Contacto con productos de limpieza al no utilizar guantes. Posibilidad de padecer afecciones cutáneas (dermatosis) producidas por el contacto con productos corrosivos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar a los trabajadores guantes desechables e impermeables de látex o vinilo (en caso de alergia al látex) con marcado CE de conformidad. • Deberás utilizar guantes de protección en todas las operaciones realizadas en las que se manipulen productos que sean cáusticos o corrosivos. Respeta las normas de seguridad indicadas por el fabricante en el etiquetado de los productos y en sus fichas de seguridad 		

correspondientes.		
<ul style="list-style-type: none"> • El trasvase de productos corrosivos o irritantes no se ha de realizar por caída libre para evitar salpicaduras. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Por acumulación de grasa alrededor de los fuegos.		
<ul style="list-style-type: none"> • Cualquier derrame de grasa o líquidos deberá ser recogido inmediatamente • Lleva una limpieza exhaustiva de los fogones, y de la cocina en general para evitar que se acumulen grasas, aceites, que generan fuegos. 		
2) Por prendido de la grasa emulsionada al cocinar.		
<ul style="list-style-type: none"> • Si se incendia un recipiente con aceite, no se deberá apagar echando agua, deberá apagarse por sofocación, utilizando para ello cualquier utensilio adecuado (tapadera, etc.). 		
3) Por prendido de los paños de cocina al colocarse cerca de los fuegos.		
<ul style="list-style-type: none"> • Mantener los paños de cocina y cualquier material combustible (cajas, plásticos, etc.) fuera del alcance de los fuegos. • Aleja de los puntos de calor materiales que puedan ser combustibles (papeles, plásticos, trapos,...). 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Debido a posiciones estáticas o posturas inadecuadas durante el desarrollo de sus funciones.		
<ul style="list-style-type: none"> - Dar información a los trabajadores sobre el riesgo de fatiga postural. • Adopta posturas adecuadas al trabajo que se esté realizando en cada momento, alternando tareas y posturas, y realizando pausas de modo que no se trabaje en la misma posición 		

<p>durante mucho tiempo para proporcionar descanso muscular.</p> <ul style="list-style-type: none"> • No trabajos con los codos completamente extendidos o doblados. • La altura de trabajo debe estar entre 87 y 97 cm. • Realiza ejercicios de estiramiento para disminuir la carga física que se puede acumular en la zona de dorsolumbar y cervical. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		
<p>2) Debido a una bipedestación continuada a lo largo de la jornada laboral.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utiliza calzado bajo (sin tacón) cómodo y plano. • En la posición de pie, mantén los pies separados de forma que uno esté algo avanzado con respecto al otro. Si se alternan los pies, la carga del peso del cuerpo se reparte entre ambas extremidades. • No dobles la espalda, no camines apresuradamente, y mantén los hombros nivelados y la espalda derecha. • El cuerpo debe permanecer erguido procurando mantener las manos lo más cerca posible del cuerpo el máximo tiempo. • Haz movimientos con los pies y levanta alternativamente las pantorrillas doblándolas por las rodillas para mejorar la circulación de las piernas. • Siempre que puedas agáchate doblando rodillas y manteniendo la espalda recta en lugar de hacerlo doblando el cuerpo por la cintura. • Duerme con las piernas a un nivel más elevado (Ej. colocar almohada en rodillas y pies) que el resto del cuerpo. 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

PUESTO N°10: LIMPIADORA

Identificación de Riesgo: Caída de personas a diferente nivel **Cod:** 001

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Durante la utilización de escaleras de mano cuando se procede a la limpieza de zonas elevadas.

- Siempre que sea posible se utilizarán palos telescópicos en lugar de escaleras de mano.
- Disponer siempre de escaleras metálicas o de maderas bien trabadas y sin empalmes. Debe sobrepasar la cota de desembarco en 1 metro. La escalera no tendrá suplementos y menos soldados. Las escaleras deben tener zapatas antideslizantes.
- Realizar revisiones periódicas de las escaleras manuales, sustituyendo las defectuosas.
- El ascenso y descenso se realizará mirando a los peldaños y sin ir cargado. Se prohíbe el transporte y manipulación de cargas por o desde las escaleras de mano cuando por su peso o dimensiones puedan comprometer la seguridad. Utilice siempre las escaleras proporcionadas por la empresa y si advierte alguna anomalía o defecto en las mismas, comuníquese a su superior.

Probabilidad: (B) Severidad: (D) Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Riesgo de resbalones por líquidos o falta de orden y limpieza.

- Debe mantenerse un correcto orden y limpieza del puesto de trabajo evitando tropiezos con objetos, materiales descuidados en el suelo, clasificando aquello que sea útil y desechando todo aquello que no lo sea.
- Dotar de calzado de seguridad antideslizante (con puntera resistente preferentemente)
- Los líquidos y productos caídos en el suelo deben de ser limpiados inmediatamente para evitar resbalones y caídas.

Probabilidad: (B) Severidad: (ED) Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Posibilidad de caída de los objetos transportados o manipulados (utensilios de limpieza, cubos, escobas, etc.).

- Proporcione a los trabajadores calzado adecuado.

• Utilice el calzado de seguridad adecuado.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Riesgo de golpes contra el mobiliario y por falta de orden y limpieza. (contra los carritos de: la limpieza, de la ropa, de basura...).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mantener en la medida de lo posible cada mobiliario y objetos en su sitio, en caso de tener que moverlos para limpiar solicitar ayuda. - Establecer un procedimiento de orden y limpieza conocido y entendido por todo el personal y controlar que se respeta. - Siempre inmediatamente después de cualquier incidente. Se creará una normativa interna para el control mínimo del mantenimiento general. • Mantén libre de todo obstáculo los pasillos de circulación de cajas y objetos de limpieza (cubos, fregonas, aspiradoras..). • No almacenes materiales como cajas vacías, material desechable etc., en los pasillos de circulación ni en las puertas. • No dejes las bolsas de basura en los lugares de paso. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibilidad de cortarse con cristales rotos, hojas de afeitar usadas y otros desechos que pueda haber en las habitaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se utilizarán bolsas en las papeleras y se colocarán en los cuartos de baño recipientes especiales para deshacerse de estos instrumentos, con el fin de evitar la manipulación manual de los mismos. - Proporcionar guantes de goma para efectuar la limpieza. 		

<ul style="list-style-type: none"> • Antes de extraer las bolsas de basura de sus recipientes ciérralas. Las bolsas se han de mover siempre cerradas. • No repletas las bolsas de basuras (ni con el pie ni con la mano), coge las bolsas de basura siempre por arriba y mantenlas separadas del cuerpo. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Salpicaduras de partículas cuando se pulverizan los productos de limpieza.		
<ul style="list-style-type: none"> • Nunca pulverice los productos de limpieza en contra de la corriente del aire 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 2 años		

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzo Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante el transporte de los cubos llenos de agua y de los utensilios de limpieza (escobas, fregonas, mopas, etc.) que implican por su número y tamaño una dificultad añadida en su manipulación, agarre y estabilidad de la carga. Uso de carros que las trabajadoras indican son pesados.		
<ul style="list-style-type: none"> - Se deberá disponer de carros más ligeros. • Procura no manipular cargas de forma manual superiores a 25 kg. • Cuando tengas que transportar cargas superiores a 25 kg, ayúdate de otros trabajadores, lo disminuirá el peso de la carga. Si existe un medio mecánico utilízalo adecuadamente. • Las reglas a seguir para el levantamiento de cargas son las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> • Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros. • Doblar las rodillas. • Acercar el máximo el objeto al centro del cuerpo. 		

<ul style="list-style-type: none"> • Levantar el peso gradualmente. • No girar el tronco mientras se está levantando la carga. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Contactos eléctricos al manipular aparatos y equipos.		
<ul style="list-style-type: none"> • Evita la manipulación de aparatos con las manos mojadas, especialmente cables y enchufes. <p>No limpies enchufes u otras partes eléctricas con paños mojados.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Contacto con sustancias cáusticas/ corrosivas Cod: 018		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Contacto con productos de limpieza debido a la no utilización de guantes durante las diferentes operaciones realizadas. Posibilidad de padecer afecciones cutáneas (dermatosis) producidas por el contacto con productos de naturaleza corrosiva.		
<ul style="list-style-type: none"> - Se ha de disponer de métodos de trabajo seguros. A tales efectos, se recomienda tener por escrito y a disposición de los trabajadores, procedimientos de seguridad de las distintas tareas. - Proporcionar guantes de goma y sustituirlos cuando estén deteriorados. • Utiliza guantes de goma impermeables en todas las operaciones realizadas en las que se manipulen productos químicos y que exista la posibilidad de contacto. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Contactos con posibles focos de inicio y propagación de contaminantes biológicos durante la manipulación de residuos y basuras.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se deberá disponer de guantes de protección. • Realice el lavado de manos con agua y jabón al inicio de la jornada, descansos, final de la jornada. Si tienes heridas o lesiones en las manos, protégete continuamente con guantes o dediles. Utiliza guantes de goma para manipular residuos contaminados o sospechosos de estarlo. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Derivada del trabajo de pie y los continuos cambios de postura, por la propia actividad (limpiar lavabos, bañeras, cambiar la ropa de las camas, aspirar por debajo de las camas...).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Establecer descansos puntuales en el puesto. - Los trabajadores deberán recibir formación sobre aspectos de ergonomía y de cómo levantar correctamente pesos. También deberán conocer los factores de riesgo de las lesiones por esfuerzo repetitivo derivado de su trabajo. • Realiza pequeñas pausas discrecionales, organizando las tareas de forma que se vayan alternando. • Utiliza un calzado cómodo, transpirante y recomendable con alzas de 2 o 3 cm que permitan descansar la musculatura de los gemelos. • Cambia de postura ante mismas tareas de limpieza, manteniendo en todo momento la espalda erguida, y flexionando las piernas para desarrollo de las tareas con higiene postural. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses
2) Posibilidad de problemas musculoesqueléticos en muñecas cuando se realiza la tarea		

de escurrir la fregona.		
- Se estudiará la posibilidad de disponer de cubos exprimidores, que faciliten el escurrido de la fregona.		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

PUESTO N°11: JEFE DE MANTENIMIENTO/ JARDINERÍA

Identificación de Riesgo: Caída de personas a diferente nivel Cod: 001		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Riesgo de caída a diferente nivel debido a la utilización de escaleras de manos, para llegar a zonas o planos de trabajo elevados.		
- Seguir realizando el mantenimiento preventivo de las escaleras periódicamente. En caso de detectar algún defecto se sustituirá o reparará inmediatamente.		
- Recordar que para los trabajos a más de dos metros de altura con peligro eventual de caída, se utilizará cinturón de seguridad anclado a punto sólido. Será obligatorio el uso de cinturón para trabajos con escaleras de mano a más de 3,5 metros de altura.		
- Recordar que solo se deben utilizar medios adecuados, estables y seguros para acceder a los planos de trabajo elevados, no utilizar cajas o maderas inestables.		
- Las escaleras de mano a utilizar estarán dotadas en su extremo inferior de zapatas antideslizantes de seguridad y de tirante de seguridad las de tipo tijeras, con el objetivo de impedir su total apertura.		
- Se prohíbe apoyar la base de las escaleras de mano sobre lugares u objetos poco firmes que puedan mermar la estabilidad de este medio auxiliar.		
• Seguir realizando el mantenimiento preventivo de las escaleras periódicamente. En caso de detectar algún defecto se sustituirá o reparará inmediatamente.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles objetos, material en zonas de paso y suelos mojados.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar a los trabajadores calzado cerrado (no abierto por detrás) con velcro o cordones, con suela antideslizante. - Facilitar panel informativo advirtiendo suelo mojado. - Se debe mantener el lugar de trabajo con un orden y limpieza adecuado • No corras por las instalaciones, utiliza calzado cerrado con suela antideslizante. • Al realizar la limpieza del suelo y quede mojado se deberá advertir del riesgo mediante un panel informativo. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Manipulación de materiales ubicados en las estanterías.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las estanterías deben estar suficientemente sujetos a la pared y/o suelo. Con objeto de evitar un posible accidente ocasionado por el desprendimiento o caída del bloque. • Se recomienda que no sobrecargues las baldas de las estanterías. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas		
Cod: 008		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por el contacto con herramientas, como en la utilización del taladro, equipos de trabajo de jardinería.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando se realicen operaciones de reparación o de mantenimiento se desconectará previamente la máquina de todas las fuentes de energía y se bloquearán los dispositivos de 		

<p>alimentación de energía evitando así conexiones imprevistas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todas las máquinas estarán protegidas para evitar contactos con las partes móviles. - Los riesgos persistentes en las máquinas una vez tomadas las adecuadas medidas de protección, estarán señalizados con pictogramas fácilmente perceptibles y comprensibles. - Los controles de operación deben estar protegidos contra acciones involuntarias. • Cuando se realicen operaciones de reparación o de mantenimiento se desconectará previamente la máquina de todas las fuentes de energía y se bloquearán los dispositivos de alimentación de energía evitando así conexiones imprevistas 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

<p>Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))</p>		
<p>1) Golpes por trabajos con herramientas manuales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las herramientas manuales serán las adecuadas para el trabajo a realizar y su estado general será correcto, desechando las que presenten deformaciones o desperfectos, o no estén correctamente aisladas. - Utilización de guantes de seguridad. - El almacenamiento correcto de las herramientas cuando no se utilizan será en portaherramientas o estanterías. - Para trabajar sobre escaleras o en altura se deberán llevar las herramientas en cinturones portaherramientas. • Las herramientas manuales serán las adecuadas para el trabajo a realizar y su estado general será correcto, desechando las que presenten deformaciones o desperfectos, o no estén correctamente aisladas. Utilización de guantes de seguridad. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Proyección de fragmentos a los ojos durante el uso de herramientas con riesgo a proyección de partículas.		
<ul style="list-style-type: none"> - En los trabajos con maquinaria con riesgo de proyección de fragmentos o partículas como taladros, sierras, etc. el trabajador deberá utilizar gafas o pantalla facial de protección. - Asegurarse de que no hay personas próximas a la zona de trabajo cuando se realicen operaciones con proyección de partículas. · En los trabajos con maquinaria con riesgo de proyección de fragmentos o partículas como taladros, sierras, etc. el trabajador deberá utilizar gafas o pantalla facial de protección. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Atrapamientos por o entre objetos Cod: 011		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Atrapamientos con las partes móviles de la máquina (zonas de corte, etc)		
<ul style="list-style-type: none"> - El uniforme debe ceñirse al cuerpo o bien, utilizar chaquetas con las mangas ajustadas sin dejar vuelo. No llevar colgantes, pulseras, anillos, corbatas, etc. · El uniforme debe ceñirse al cuerpo o bien, utilizar chaquetas con las mangas ajustadas sin dejar vuelo. No llevar colgantes, pulseras, anillos, corbatas, etc 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Manipulación manual de cargas al realizar las tareas propias del puesto de trabajo.		
<ul style="list-style-type: none"> - Uso adecuado de carritos manuales para el transporte de productos y utensilios de jardinería. · Utiliza carrito para transportar los productos y utensilios de jardinería. 		

<p>• Las reglas a seguir para el levantamiento de cargas son las siguientes:1. Disponer los pies de tal forma que la base de la sustentación permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.2. Flexionar las rodillas.3. Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.4. Levantar el peso gradualmente haciendo uso de las piernas. 5. No girar el tronco mientras se está levantando la carga</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Riesgo de contacto con partes calientes de la maquinaria.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evitar el contacto con las partes calientes de la maquinaria e instalaciones a reparar. - Utilizar guantes protectores cuando se hayan de manipular estas partes calientes. • Evitar el contacto con las partes calientes de la maquinaria e instalaciones a reparar. Utilizar guantes protectores cuando se hayan de manipular estas partes calientes. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles contactos producidos por las instalaciones eléctricas, y cualquier dispositivo eléctrico con tensión.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La instalación eléctrica tiene que disponer de los mecanismos de protección adecuados, interruptores magnetotermicos e interruptor diferencial. - Realizar revisiones periódicas por personal cualificado. • Nunca se deberá manipular elementos eléctricos con las manos mojadas o en ambientes húmedos. • En el caso de observar desperfectos en la instalación o aparatos eléctricos se informará de inmediato y se evitará el contacto. 		

• Cuando se proceda a quitar el enchufe de la corriente nunca se debe tirar del cable.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos Cod: 029		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Exposición a organismos por vía de entrada dérmica.		
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar las vacunaciones necesarias al personal expuesto. - Proporcionar equipos de protección personal como mascarillas, guantes y ropa. • Utilizar los equipos de protección personal, como mascarillas, guantes y ropa. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante la realización de trabajos de mantenimiento se mantienen posturas forzadas (espalda doblada, etc.,)		
<ul style="list-style-type: none"> - Evitar trabajar de forma continuada en una misma postura, se recomienda la alternancia de tareas y la realización de pausas, que se establecerán en función de cada persona y del esfuerzo que exija el puesto de trabajo. - Deben evitarse los giros e inclinaciones frontales o laterales del tronco. • Evitar trabajar de forma continuada en una misma postura, se recomienda la alternancia de tareas y la realización de pausas, que se establecerán en función de cada persona y del esfuerzo que exija el puesto de trabajo. Deben evitarse los giros e inclinaciones frontales o laterales del tronco. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

PUESTO N°12: ADMINISTRATIVO/RECEPCIONISTA

Identificación de Riesgo: Caída de personas a diferente nivel **Cod:** 001

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Posibles caídas en caso de acceder a zonas elevadas utilizando medios no adecuados para este fin.

- Las escaleras de mano estarán dotadas en su extremo inferior de zapatas antideslizantes de seguridad en buen estado y de cadenilla u otro medio que limite la apertura de la misma.
- Informar al trabajador de la obligación de hacer uso de escaleras portátiles o medios equivalentes siempre que sea necesario acceder a zonas elevadas, desechando otras soluciones improvisadas (p.ej. subirse a baldas inferiores de estanterías, sillas, cajas de materiales.).
- Utiliza solamente escaleras en buen estado de conservación.
- No apoyar la base de las escaleras de mano sobre lugares u objetos poco firmes que puedan mermar su estabilidad.
- Efectúa el ascenso y descenso a través de escaleras de mano frontalmente, es decir, mira directamente hacia los peldaños que se están utilizando.
- Procura no llevar cargas (cajas, archivadores, etc) que te impidan la visión.
- Desechar soluciones improvisadas como subirse a baldas inferiores de estanterías, sillas, cajas de materiales, etc.

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA

Responsable: administración/secretaria.

Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de personas del mismo nivel **Cod:** 002

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Por posibles obstáculos alrededor del puesto de trabajo y en las vías de paso, como cajas, alargaderas, cables, etc

- Mantén el buen nivel de orden y limpieza, evitando la acumulación de obstáculos en zonas de paso.
- Agrupa aquellos cables que se encuentren en zonas de paso y cubre y señalizar los que no se puedan colocar de este modo

Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Durante la manipulación de carpetas, archivadores, bien como fruto de su inadecuada colocación o como resultado de la manipulación que pudiera hacer algún trabajador.</p> <p>- Establecer normas de almacenamiento para el material situado en las estanterías, de forma que el material más pesado se encuentre en los estantes más bajos.</p> <ul style="list-style-type: none"> · Consulta con tu responsable inmediato la posibilidad de fijar los armarios y estanterías al suelo o a la pared. · No abrir más de un cajón de los archivadores a la vez para evitar la caída del mismo. No sobrecargar las estanterías o armarios, ni colocar los materiales pesados en los estantes superiores. · Si precisa manipular cargas, es preferible mantenerlas cerca del cuerpo, a una altura comprendida entre la altura de los codos y los nudillos, ya que de esta forma disminuye la tensión en la zona lumbar. Si las cargas se encuentran en el suelo, se mantendrá la espalda recta y sólo se doblarán las piernas para recoger y levantar la carga. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Choques por causa de posibles cajones sin cerrar o esquinas de mesas y de otros muebles.</p> <p>- Emplear si es posible muebles con aristas redondeadas y de cajones con dispositivos de bloqueo que impidan salirse de sus guías.</p> <ul style="list-style-type: none"> · No dejar abiertos cajones u otros elementos del mobiliario. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)

Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años
------------------------	--	----------------------

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Principalmente durante el manejo de papel, sobres, grapadoras, tijeras, etc. Aunque suelen ser de carácter leve pueden darse en este tipo de actividad.</p> <p>· Deberás tener cuidado con los filos de las hojas, sobres, grapadoras, etc. Todos los objetos punzantes o de corte (abrecartas, grapas, tijeras...) deberás guardarlos en los lugares destinados al efecto (cajones, etc.) y no los dejes abandonados en las sillas, encima de las mesas, suelo, etc.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable:	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / · Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) La manipulación manual de cargas puede presentar distintas situaciones de riesgo al ejecutar las diversas actividades de su trabajo, manipulación cajas de folios, et: las cargas pueden suponer peso o tamaño excesivo, pueden ser difíciles de sujetar, el esfuerzo físico necesario puede ser en posición inestable, con torsión o flexión del tronco, o con movimientos bruscos.</p> <p>- Los trabajadores deben estar formados e informados sobre como realizar correctamente la manipulación de cargas y sobre los riesgos derivados de esta manipulación.</p> <p>· Cuando la manipulación de cargas deba realizarse manualmente, se deberá evitar realizar flexiones o torsiones del tronco durante la carga de material, no se levantará la carga por encima de la cintura en un solo movimiento, se mantendrá la carga cercana al cuerpo, así como los brazos, y éstos lo más tensos posible.</p> <p>· El peso máximo que se recomienda no sobrepasar es de 25 kg por trabajador. Levanta correctamente las cargas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Posición estable. Separa las piernas doblando las caderas y rodillas. 2. Mantén la espalda recta antes de iniciar el levantamiento. 3. Cuando levantes la carga, mantén la espalda recta, extiende las piernas y seguidamente la parte superior del cuerpo. 4. Realiza un levantamiento suave, con la carga próxima al cuerpo 		

Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Directos, por posibles pérdidas de aislamiento en alguno de los equipos eléctricos de oficina (ordenadores, fotocopiadora, impresoras, etc) que se emplean o indirectos por posibles derivaciones de corriente que se puedan producir.</p> <ul style="list-style-type: none"> • No permitas las conexiones de los equipos sin clavija (usando los cables pelados) u otro tipo de improvisación. • No utilices enchufes intermedios (ladrones) o alargaderas sin toma de tierra para conectar equipos que la necesiten, en caso de necesitarlos, asegúrate de no sobrecargar la instalación • Respeta la señalización de riesgo eléctrico. • Evita la manipulación de aparatos eléctricos con las manos mojadas, especialmente cables y enchufes. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles agresiones en el desempeño de las tareas propias del puesto de trabajo, por la atención directa con el residente geriátrico y sus familiares.</p> <p>- Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda ante una posible agresión. Elaborar e implementar un protocolo de actuación para saber cómo actuar ante posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los residentes y/o sus familiares.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En caso de observar actitudes del paciente / familiar de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: Adoptar una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. No respondas a las amenazas con amenazas. No des órdenes. Reconocer los sentimientos de la persona. Evita cualquier conducta que pudiera interpretarse como agresiva (por ejemplo, moviéndose 		

rápidamente, acercándose demasiado, tocando o hablando en voz alta).		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))
<p>1) Dolencias músculo-esqueléticas derivadas de la adopción de posturas incorrectas de trabajo durante la utilización del ordenador de sobremesa o portátil, debido a una incorrecta ubicación de la pantalla.</p> <p>- En aplicación del RD 488/1997, la distribución de los equipos informáticos en oficinas deben seguir las siguientes recomendaciones: La pantalla se ubicará enfrente de la misma línea que los ojos y el teclado (alineado), a una distancia comprendida entre 40 cm y 55 cm respecto a los ojos del usuario y a una altura tal que pueda ser visualizada dentro del espacio comprendido entre la línea de visión horizontal y la trazada a 60° bajo la horizontal, para ello deberemos de tomar como referencia que la altura de los ojos sea coincidente con el borde superior de la pantalla. Distribuir correctamente los elementos de trabajo para evitar excesivos movimientos de cuello y posturas forzadas en general.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se recomienda realizar pausas periódicas a lo largo de la jornada de trabajo o alternar este con actividades que no requieran el uso del ordenador. • Coloca la pantalla delante la línea de los ojos y el teclado de forma alineada, dejando el espacio suficiente para colocar el antebrazo.
<p>2) Por carecer de sillas ergonómicas en despacho dirección y en primer puesto despacho comercial.</p> <p>- Según el anexo del Real Decreto 488/1997 de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo que incluye pantallas de visualización, las sillas destinadas a los puestos de trabajo con pantallas de visualización deberían cumplir los siguientes requisitos de diseño: Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios. Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación. Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento presione las piernas. Mecanismos de ajuste fácilmente manejables en posición sentado y</p>

construidos a prueba de cambios no intencionados. Se recomienda la utilización de sillas dotadas de 5 apoyos para el suelo.

- También deberían incluir ruedas, especialmente cuando se trabaje sobre superficies muy amplias. Las ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios en suelos lisos y con actividades de tecleo intensivo.
- El reposapiés se hace necesario en los casos donde no se puede regular la altura de la mesa y la altura del asiento no permite al usuario descansar sus pies en el suelo.

3) Reposapiés en puestos de trabajo con PVD.

- El reposapiés se hace necesario en los casos donde no se puede regular la altura de la mesa y la altura del asiento no permite al usuario descansar sus pies en el suelo. Para el resto de casos es recomendable. Deberá reunir las siguientes características:- Inclinación ajustable entre 0º y 15º sobre el plano horizontal.- Dimensiones mínimas de 45 cm. de ancho por 35 cm. de profundidad.- Tener superficies antideslizantes, tanto en la zona superior para los pies como en sus apoyos para el suelo.
- Puedes solicitar un reposapiés si lo necesitas, ya sea por la ubicación del puesto de trabajo o por comodidad.

4) Uso continuado del teléfono para la atención de llamadas.

- Ante el uso continuado del teléfono para la atención de llamadas, se recomienda dotar a este puesto de trabajo de auriculares para evitar malas posturas y posible fatiga.
- Utilizar los auriculares que proporcione la empresa para evitar malas posturas cuando se atienden las llamadas de teléfono.

Probabilidad: (M) Severidad: (LD) Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga visual Cod: 033

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Fatiga visual por permanecer periodos prolongados de tiempo (más de 4 horas de la jornada) frente a la pantalla de visualización de datos y no estar ésta colocada correctamente.

- Los elementos de trabajo (pantalla, teclado y documento) deben ser orientables e inclinables a voluntad y con facilidad a fin de evitar la constante acomodación del ojo, y los

<p>frecuentes giros de ojos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mantener la pantalla, el teclado y los documentos a una distancia similar de lejos (entre 45 y 55 cm). La línea de visión del operador a la pantalla debería estar por debajo de la horizontal. • Descansa 10 min cuando estés alrededor de 50min trabajando delante de una pantalla de visualización de datos para que no te produzca una carga visual excesiva realizando otras tareas que no requieran su uso, o cada dos horas 20 minutos. 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Fatiga mental Cod: 034		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Como consecuencia de la carga y tipo de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formar e informar a los trabajadores acerca de los riesgos y medidas preventivas en el puesto de recepcionista. - Permitir la realización de pausas a lo largo de la jornada laboral, para prevenir la aparición de la fatiga. - Diseñar las tareas con el objeto de evitar o al menos prevenir, un exceso de las exigencias. - Se deberá fomentar la comunicación fluida con los compañeros y superiores, como método para minimizar las consecuencias derivadas de situaciones molestas, desmotivaciones, agresiones, etc. • Organizar el tiempo de trabajo de manera de evitar, en la medida de lo posible, la sobrecarga de tareas. • Realizar pausas breves a lo largo de la jornada laboral, con el objeto de prevenir la aparición de la fatiga mental. • Tratar de adoptar hábitos saludables como por ejemplo: una alimentación variada, dormir una media de ocho horas seguidas, realizar periódicamente ejercicio físico de intensidad moderada. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

RESIDENTES INDEPENDIENTES Y DEPENDIENTES

Identificación de Riesgo: Caída de personas a diferente nivel **Cod:** 001

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))

1) Posibles caídas en caso de acceder a zonas elevadas utilizando medios no adecuados para este fin.

- Las herramientas de ayuda de pacientes dependientes como andadores y bastones estarán dotadas en su extremo inferior de zapatas antideslizantes de seguridad en buen estado.
- Informar a los pacientes dependientes con herramientas de ayuda para su deambulación, como bastones, andadores y sillas de ruedas, de la obligación de utilizar el ascensor provisto también de barandillas en cada uno de los lados.
- Utiliza solamente escaleras en buen estado de conservación en el caso de los pacientes independientes.
- Efectúa el ascenso y descenso a través de escaleras utilizando las barandillas de mano de los laterales y mirar directamente hacia los escalones que se están subiendo o bajando.

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA

Responsable: administración/secretaría.

Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel **Cod:** 002

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))

1) Existencia de obstáculos en zonas de paso con los que se puede tropezar y suelos mojados

- Debe mantenerse un correcto orden y limpieza del centro evitando tropiezos con materiales descuidados en el suelo, clasificando aquello que sea útil y desechando todo aquello que no lo sea.
- Facilitar panel informativo advirtiendo suelo mojado.
- Los líquidos y productos caídos en el suelo deben de ser limpiados inmediatamente para evitar resbalones y caídas.
- Al realizar la limpieza del suelo y quede mojado se deberá advertir del riesgo mediante un panel informativo.

<p>2) Durante el tránsito por las escaleras del centro, por posibles tropezones y/o resbalones en las mismas.</p> <p>- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas y vías de circulación previstas para la evacuación en casos de emergencia, deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
<p>Prioridad: MEDIO</p> <p>ALTA Responsable: administración/secretaría. Plazo: 9 meses</p>		

<p>Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))</p>		
<p>1) A causa de posibles cajones o puertas de armarios sin cerrar, esquinas del mobiliario, silla de ruedas de los pacientes, camas, etc.</p> <p>- Es recomendable que los muebles de las instalaciones y de las habitaciones dispongan de aristas redondeadas. En las adquisiciones de mobiliario en el futuro se tendrán en cuenta estas características.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evitar dejar abiertos los cajones y puertas del mobiliario de las habitaciones y comedores para evitar golpes y tropiezos con los mismos. • Mantén los pasillos libres de obstáculos (sillas de ruedas, andadores, bastones). 		
<p>2) Contra el mobiliario del propio área.</p> <ul style="list-style-type: none"> • No transitar de forma descuidada por las instalaciones. • Se mantendrán cerradas las puertas de los muebles para evitar golpes contra ellas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Posibles agresiones verbales y/o físicas por parte de los otros residentes (con Alzheimer y otras demencias)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponer de los canales de comunicación necesarios para avisar y reclamar ayuda delante de una posible agresión. • En caso de observar actitudes de los otros residentes de ira y frustración expresadas verbalmente, gestos amenazadores, se recomienda: Adopta una actitud empática, o sea, identificarse mental y afectivamente con el estado de ánimo del paciente. No respondas a las amenazas con amenazas. Reconoce los sentimientos de la persona. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes biológicos Cod: 029		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Exposición a organismos por vía de entrada dérmica, respiratoria y/o digestiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar las vacunaciones necesarias a los residentes inmunodeprimidos que puedan estar expuestos si existe dicha vacuna. - La higiene personal, disponiendo de los servicios adecuados a las necesidades de aseo personal y descanso. • Mantener a los residentes con aislamiento en el caso en habitaciones especialmente acondicionadas, debido a las características del proceso. • En el caso de visita lavado de manos antes y después de estar en contacto con el familiar y suministro de guantes, batas, mascarillas fuera de la habitación. • contenedor de riesgo biológico fuera habitación del paciente para desechar el material expuesto al enfermo. • Contenedor de riesgo biológico dentro de la habitación del paciente para desechar material manipulado por el residente si se da el caso. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

4.2.3 MÁQUINAS- EQUIPOS DE TRABAJO UTILIZADAS POR LOS TRABAJADORES

MANTENIMIENTO/JARDINERÍA

MÁQUINA 1: CORTA CESPED

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas Cod: 008		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<ul style="list-style-type: none"> - No se eliminarán los dispositivos de seguridad de la máquina - Antes de iniciar la tarea: <ul style="list-style-type: none"> - Inspeccionar el cortacésped y el estado de la zona de corte. Utilice los guantes en esta operación. - Comprobar los niveles de gasolina, de aceite del motor, filtro de aire, el reglaje de la altura de corte y el estado de los silenciadores de escape. - Comprobar el estado de los silenciadores de escape. -No dejarse arrastrar por el cortacésped, andar. En las pendientes ande transversalmente, no cortar ladera de más de 20° de pendiente. - Inspeccionar la zona a trabajar y elimine los objetos que pueda impedir nuestro trabajo. - Se deberá parar el motor cuando tenga que: <ul style="list-style-type: none"> - Poner y quitar el recogedor. - Antes de ajustar la altura de corte. Cuidado puede quemarse con el tubo de escape. - Pare el motor y desconecte la bujía para iniciar la reparación: - Ante cualquier intervención debajo del cárter de corte o dentro del túnel de eyección. - Cuando choque con un objeto extraño o vibre de forma anormal. - Realizar un mantenimiento periódico de la máquina • Cualquier limpieza o pequeña reparación que se realice se hará con el motor parado • Hacer uso en todo momento del calzado de seguridad 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Por el combustible de la máquina.		
<ul style="list-style-type: none"> - La reposición de combustible se realizará con el motor parado - No se fumará ni se colocará el motor próximos a las fuentes de calor . 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes físicos Cod: 028		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Ruido durante la utilización de la máquina.		
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar un mantenimiento periódico de la máquina - Entregar a los trabajadores protección auditiva que deberán utilizar durante la manipulación del corta césped. • Hacer uso de protección auditiva 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

MÁQUINA 2: DESBROZADORA

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas		
Cod: 008		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante el manejo de la cortadora, por el carácter cortante de la misma.		
<ul style="list-style-type: none"> - La cortadora dispondrá de carcasa de protección del disco de forma que se impida la posibilidad de cortarse o golpearse con el mismo. Dicho elemento de protección no debe retirarse ni modificarse. - Se deberán mantener los discos y elementos de corte en perfecto estado, para evitar la rotura durante su uso. - Entregar a los trabajadores guantes de seguridad contra riesgos mecánicos. - Los guantes deberán ser adecuados al trabajo a realizar, dotados de marcado CE y estar acompañados de folleto informativo. - Deberá existir un programa de mantenimiento y sustitución de los equipos de protección 		

<p>individual utilizados.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se deberá poner a disposición de los trabajadores el manual de instrucciones de la cortadora. - Llevar un programa de mantenimiento y revisión de la cortadora. - Las operaciones de mantenimiento, revisión o limpieza deberán realizarse con la cortadora desconectada. • Se utilizarán siempre guantes de seguridad frente a riesgos mecánicos. • Los guantes se mantendrán en condiciones adecuadas y se sustituirán cuando sea necesario y según indiquen las instrucciones dadas por el fabricante. • No retirar ni modificar los elementos de protección de la cortadora. Comprobar que las protecciones se encuentren en buen estado y en su sitio cuando se use la cortadora. • Mantener las manos alejadas del disco. Se utilizarán siempre los asideros para sujetar la cortadora según se indique en las instrucciones, así como mordazas para sujetar las piezas a trabajar en vez de sujetarla con la mano o pisarla con el pie. • Al cambiar el disco o elementos cortantes se deben tomar precauciones contra los cortes en manos y brazos. Se deberán realizar estas operaciones con la cortadora parada. • No retirar los desechos con la mano. Usar elementos auxiliares (cepillos, brochas, etc.) • Seguir las indicaciones sobre el manejo seguro de la cortadora establecidas en el manual de instrucciones de la misma. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por falta de carcasa protectora que limite la proyección de fragmentos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La cortadora irá provista de carcasa que impida o limite la proyección de fragmentos. • Se utilizarán pantallas faciales para partículas a gran velocidad y baja o media energía durante la utilización de la cortadora. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por contacto con partes móviles de la máquina que sufre gran rozamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las partes que sean susceptibles de sufrir gran rozamiento o que se calienten en exceso deberán manipularse con guantes. • Una vez acabado el trabajo con la cortadora, ésta se colocará con el elemento de protección contra proyecciones hacia arriba para evitar entrar en contacto por algún descuido. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

MÁQUINA 3: ESCALERA MANUAL

Identificación de Riesgo: Caída de personas a diferente nivel Cod: 001		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Cuando la escalera está colocada de forma inestable o carece de zapatas antideslizantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deberán disponer de zapatas antideslizantes en su base. - Las escaleras de tijera tendrán cadenilla que impida la apertura accidental. - Deben apoyarse en superficies planas, estables y sólidas, asegurando el buen estado de los pies antideslizantes y de los ganchos de sujeción de la parte superior. - No se utilizaran frente a puertas, junto a conductores eléctricos o apoyadas a tuberías. - No se utilizaran simultáneamente por dos trabajadores ni se transportaran cargas a no ser que se lleven cargadas en la espalda y se dejen las manos libres. • Colocación con una inclinación de 75° con respecto a la horizontal (relación 4:1). No utilizarlas para alturas superiores de 7 metros, siguiendo los consejos del fabricante. • No se utilizarán las escaleras de tijera directamente apoyadas en los muros y cerradas • Se comprobará el estado de las escaleras antes de su utilización. • La escalera debe ser de longitud suficiente para ofrecer, en todas las posiciones en las que deba ser utilizada, un apoyo a las manos y a los pies, para lo que, en caso de tener que trabajar sobre ella, deberá haber como mínimo cuatro escalones libres por encima de la posición de los pies. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 9 meses**

Identificación de Riesgo: Caída de objetos desprendidos **Cod:** 005

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Durante trabajos diversos y sobre el personal de ayuda o que circunstancialmente haya pasado por debajo o junto a la escalera.

- No trabajar simultáneamente en la misma vertical a niveles diferentes
- Señalizar e impedir el paso en los alrededores de los apoyos de las escaleras cuando se realicen trabajos simultáneos a distinta altura.

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 18 meses**

MÁQUINA 4: AMOLADORA ANGULARES

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas

Cod: 008

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Durante el manejo de la radial, por el carácter cortante de la misma.

- La radial dispondrá de carcasa de protección del disco de forma que se impida la posibilidad de cortarse o golpearse con el mismo. Dicho elemento de protección no debe retirarse ni modificarse.
- Se deberán mantener los discos de corte en perfecto estado, para evitar la rotura durante su uso.
- Disponer de guantes de seguridad contra riesgos mecánicos.
- Los guantes deberán ser adecuados al trabajo a realizar, dotados de marcado CE y estar acompañados de folleto informativo.
- Se deberá de disponer del manual de instrucciones de la radial
- Llevar un programa de mantenimiento y revisión de la radial.
- Las operaciones de mantenimiento, revisión o limpieza deberán realizarse con la radial desconectada.
- Se utilizarán siempre guantes de seguridad frente a riesgos mecánicos.
- Los guantes se mantendrán en condiciones adecuadas y se sustituirán cuando sea necesario y según indiquen las instrucciones dadas por el fabricante.

<ul style="list-style-type: none"> • No retirar ni modificar los elementos de protección de la radial. Comprobar que las protecciones se encuentren en buen estado y en su sitio cuando se use la radial. • Mantener las manos alejadas del disco. Se utilizarán siempre los asideros para sujetar la radial según se indique en las instrucciones, así como mordazas para sujetar las piezas a trabajar en vez de sujetarla con la mano o pisarla con el pie. • Al cambiar el disco se deben tomar precauciones contra los cortes en manos y brazos. Se deberán realizar estas operaciones con la radial parada. • No retirar los desechos con la mano. Usar elementos auxiliares (cepillos, brochas, etc.) • Seguir las indicaciones sobre el manejo seguro de la radial establecidas en el manual de instrucciones de la misma. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Proyección de partículas de gran tamaño producidas por una rotura accidental del disco.		
<ul style="list-style-type: none"> - Se dotará a los trabajadores de gafas de protección contra proyecciones, con marcado CE, declaración de conformidad y folleto informativo (EPI de categoría II, gafas de protección con montura integral). - Deberá existir un programa de mantenimiento y sustitución de los equipos de protección individual utilizados para trabajar con la radial. - Se deberá llevar un programa de mantenimiento y revisión de la radial. - Las radiales que no dispongan de declaración de conformidad deberán someterse a una adecuación al Real Decreto 1215/97. • No retire en ningún momento la carcasa de protección del disco. • Cuidar en todo momento el estado de los discos, sustituyendo aquellos que presenten defectos o estén en mal estado para evitar su rotura accidental. • Utilizar siempre discos adecuados a la máquina que se va a utilizar y a los requerimientos del trabajo a realizar. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 9 meses**

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos **Cod:** 015

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Por contacto con partes móviles de la máquina que sufre gran rozamiento

- Las partes que sean susceptibles de sufrir gran rozamiento o que se calienten en exceso deberán manipularse con guantes.
- Una vez acabado el trabajo con la radial, ésta se colocará con el elemento de protección contra proyecciones hacia arriba para evitar entrar en contacto por algún descuido.

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 18 meses**

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos **Cod:** 016

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Por contacto indirecto de las radiales que se alimentan con energía eléctrica y directos con posibles cables pelados o durante la conexión sin petaca a los cuadros.

- Sustituir las mangueras en mal estado de las radiales por otras que cumplan las condiciones de seguridad.
- Las máquinas a utilizar tendrán doble aislamiento. Se cuidará el buen estado de las mangueras de suministro de energía eléctrica. Serán aislantes a 1000 v. Las mangueras se protegerán contra aplastamientos, roces, etc. La toma de tierra y los diferenciales, estarán en perfecto estado. Cuando se trabaje con mucha humedad y sin doble aislamiento, la tensión será a 24 v.
- Antes del comienzo de las actividades con la máquina, se comprobará que las tomas de tierra, las mangueras y los diferenciales están en perfecto estado. Las reparaciones se realizarán con la máquina desconectada. Siempre que se acabe una actividad con la radial, ésta se deberá desenchufar.
- No se realizarán nunca la conexión de la radial a las tomas de corriente con los cables directamente.

Probabilidad: (B)

Severidad: (D)

Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. **Plazo: 18 meses**

MÁQUINA 5: TALADRO PORTÁTIL

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas

Cod: 008

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Durante el manejo de los taladros por contactos accidentales con la broca.

- El órgano de accionamiento del taladro será de pulsación continua, con lo que se garantiza que el taladro no funcione en vacío.
- Estos equipos deben ser adecuados al trabajo a realizar, dotados de marcado CE y estar acompañados de folleto informativo.
- Poner a disposición de los trabajadores el manual de instrucciones del taladro.
- Llevar un programa de mantenimiento y revisión del taladro.
- Las operaciones de mantenimiento, revisión o limpieza deberán realizarse con el taladro desconectado
- Mantener las manos alejadas de la broca. Se utilizarán siempre los asideros para sujetar el taladro según se indique en las instrucciones, así como mordazas para sujetar las piezas a trabajar en vez de sujetarla con la mano o pisarla con el pie.
- Para cambiar la broca se deberá realizar con el taladro parado.
- No retirar los desechos con la mano. Usar elementos auxiliares (cepillos, brochas, etc.)
- Seguir las indicaciones sobre el manejo seguro del taladro establecido en el manual de instrucciones del mismo.
- Se recomienda no utilizar guantes durante la operación de taladrado, o en todo caso, se deberían utilizar guantes de goma fina, con las puntas de los dedos recortadas hasta la segunda falange.
- Si no se está utilizando el taladro, deberá pararse y en todo caso, desconectarlo si se va a alejar del mismo.

Probabilidad: (B)

Severidad: (ED)

Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA **Responsable:** administración/secretaria. **Plazo:** 9 meses

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas **Cod:** 010

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Debido a la proyección de fragmentos o partículas del material a tratar

<p>perfecto estado. Cuando se trabaje con mucha humedad y sin doble aislamiento, la tensión será a 24 v.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antes del comienzo de las actividades con el taladro, se comprobará que las tomas de tierra, las mangueras y los diferenciales están en perfecto estado. Las reparaciones se realizarán con la máquina desconectada. Siempre que se acabe una actividad con la máquina se deberá desenchufar. • No se realizarán nunca la conexión del taladro a las tomas de corriente con los cables directamente. • Las reparaciones se realizarán con el taladro desconectado. Siempre que se acabe una actividad con la máquina se deberá desenchufar. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

MÁQUINA 6: HERRAMIENTAS MANUALES

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por la utilización manual de herramientas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entregar a los trabajadores que hagan uso de herramientas manuales de forma continuada cinturón portaherramientas. - Los mangos o empuñaduras de las herramientas manuales deberán ser de dimensiones adecuadas, sin bordes agudos ni superficies resbaladizas. - Entregar a los trabajadores calzados de seguridad con puntera reforzada • Los mangos de las herramientas deben estar exentos de grasas o sustancias resbaladizas. • Utilización de calzado con puntera reforzada y cinturón portaherramientas o similar • Las herramientas manuales no se deben transportar en los bolsillos, aunque éstas no sean punzantes o cortantes. • Cuando se deba subir escaleras o realizar maniobras de ascenso o descenso, las herramientas se llevarán de forma que las manos queden libres. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Producidos durante la utilización de herramientas manuales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entregar a los trabajadores guantes de seguridad contra riesgos mecánicos. - Los guantes entregados deben ser adecuados al trabajo a realizar, dotados de marcado CE y estar acompañados de folleto informativo. - Deberá existir un programa de mantenimiento y sustitución de los equipos de protección individual utilizados. - Se reemplazarán aquellas herramientas que no sean aptas para el trabajo a realizar o que estén desgastadas. - Asignación personalizada de las herramientas siempre que sea posible, adecuadas a las operaciones a realizar. • Se utilizarán guantes de seguridad contra agresiones mecánicas durante la manipulación de objetos y de equipos cortantes o que puedan producir atrapamientos. • Los guantes se mantendrán en condiciones adecuadas y se sustituirán cuando sea necesario y según indiquen las instrucciones dadas por el fabricante. • Utilizar las herramientas manuales con precaución y para el uso para el que estén destinadas. • No trabajar con herramientas estropeadas • Evitar un entorno que dificulte su uso correcto. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Debido a la proyección de fragmentos o partículas del material a tratar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entregar a los trabajadores gafas o pantallas de protección, certificadas y con marcado CE frente al riesgo de proyección de partículas para la realización de aquellas tareas que no hayan podido protegerse suficientemente mediante otro tipo de protecciones colectivas. - Deberá existir un programa de mantenimiento y sustitución de los equipos de protección 		

individual utilizados.		
<ul style="list-style-type: none"> • Emplear las gafas de protección facilitadas por la empresa, cuando se realicen labores que desprendan partículas y no se disponga de protecciones o dispositivos que eviten que éstas puedan dirigirse hacia el trabajador. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

MÁQUINA 7: CORTA SETOS

Identificación de Riesgo: Caída de objetos por manipulación Cod: 004		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Caída del cortasetos durante su manipulación.		
<ul style="list-style-type: none"> - Mantener los mangos limpios y secos en todo momento; es particularmente importante mantenerlos libres de aceite y resinas para garantizar que la máquina pueda empuñarse firmemente para mantenerla bajo control seguro. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas		
Cod: 008		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Durante el manejo de la cortadora, por el carácter cortante de la misma.		
<ul style="list-style-type: none"> - La cortadora dispondrá de carcasa de protección de las cuchillas de forma que se impida la posibilidad de cortarse o golpearse con el mismo. Dicho elemento de protección deberá colocarse cuando no esté en uso la cortadora. - Se deberán mantener las cuchillas de corte en perfecto estado, para evitar la rotura durante su uso. - Entregar a los trabajadores guantes de seguridad contra riesgos mecánicos. - Los guantes deberán ser adecuados al trabajo a realizar, dotados de marcado CE y estar acompañados de folleto informativo. - Deberá existir un programa de mantenimiento y sustitución de los equipos de protección individual utilizados. 		

- Se deberá poner a disposición de los trabajadores el manual de instrucciones de la cortadora.
- Llevar un programa de mantenimiento y revisión de la cortadora. Revisar el cortasetos para comprobar que está en buenas condiciones y que funciona correctamente antes de arrancarlo, en particular el gatillo de aceleración y su bloqueo, el interruptor de parada, la herramienta de corte y el bloqueo de arranque.
- Las operaciones de mantenimiento, revisión o limpieza deberán realizarse con la cortadora desconectada.
- Se utilizarán siempre guantes de seguridad frente a riesgos mecánicos.
- Los guantes se mantendrán en condiciones adecuadas y se sustituirán cuando sea necesario y según indiquen las instrucciones dadas por el fabricante.
- No retirar ni modificar los elementos de protección de la cortadora. Comprobar que las protecciones se encuentren en buen estado y en su sitio cuando se use la cortadora
- Mantener las manos alejadas de las cuchillas. Se utilizarán siempre los asideros para sujetar la cortadora según se indique en las instrucciones, así como mordazas para sujetar las piezas a trabajar en vez de sujetarla con la mano o pisarla con el pie.
- Al cambiar las cuchillas se deben tomar precauciones contra los cortes en manos y brazos. Se deberán realizar estas operaciones con la cortadora parada.
- No retirar los desechos con la mano. Usar elementos auxiliares (cepillos, brochas, etc.)
- Seguir las indicaciones sobre el manejo seguro de la cortadora establecidas en el manual de instrucciones de la misma.
- Nunca transportar el cortasetos con las cuchillas en marcha.
- Colocar el cortasetos sobre el suelo firme u otra superficie dura en una zona despejada. Siempre aplicar el bloqueo de arranque antes de arrancar el motor.

Probabilidad: (B) Severidad: (ED) Valoración: (MO)

Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas **Cod:** 010

Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))

1) Proyección de partículas de gran tamaño.

- Se dotará a los trabajadores de gafas de protección contra proyecciones y pantalla facial,

<p>con marcado CE, declaración de conformidad y folleto informativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deberá existir un programa de mantenimiento y sustitución de los equipos de protección individual utilizados para trabajar con el cortasetos. - Se deberá llevar un programa de mantenimiento y revisión de la cortadora. - Los cortasetos que no dispongan de declaración de conformidad deberán someterse a una adecuación al Real Decreto 1215/97. • No retire en ningún momento la carcasa de protección de las cuchillas. • Cuidar en todo momento el estado de las cuchillas, sustituyendo aquellas que presenten defectos o estén en mal estado para evitar su rotura accidental. • Utilizar siempre cuchillas adecuadas a la máquina que se va a utilizar y a los requerimientos del trabajo a realizar. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Por contacto con partes móviles de la máquina que sufre gran rozamiento		
<ul style="list-style-type: none"> • Las partes que sean susceptibles de sufrir gran rozamiento o que se calienten en exceso deberán manipularse con guantes. • Una vez acabado el trabajo con la cortadora, se colocará con el elemento de protección para evitar entrar en contacto con las cuchillas por algún descuido. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Inhalación o ingestión de sustancias nocivas Cod: 017		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Inhalación de vapores tóxicos al arrancar y usar el cortasetos.		
<ul style="list-style-type: none"> - Arrancar el cortasetos en lugares abiertos y bien ventilados. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) El cortasetos utiliza una mezcla de aceite-gasolina como combustible.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tener sumo cuidado cuando se manipule gasolina o la mezcla de combustible. - Llenar el cortasetos con combustible en lugares al aire libre bien ventilados. • No fumar cerca del combustible. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Exposición al ruido del motor del cortasetos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Usar amortiguadores de ruido (tapones u orejeras) para protegerse los oídos. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

JEFE DE COCINA Y PINCHE

MÁQUINA 1: CÁMARA FRIGORIFICA

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Debido a posibles resbalones que se pueden producir mientras se realizan tareas en el interior de las cámaras frigoríficas. Derrames de líquidos en el interior de las mismas en las operaciones de almacenamiento y distribución de la mercancía.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los suelos de las cámaras frigoríficas serán lisos y antideslizantes, se limpiarán y desinfectarán cada vez que sea necesario y deberá contarse con los medios adecuados para asegurar la eliminación de líquidos derramados eventualmente en ellos. 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Choques contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Golpes en diferentes partes del cuerpo debido a las reducidas dimensiones de las cámaras.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adoptar las medidas de protección necesarias para minimizar tanto la gravedad como la probabilidad de ocurrencia de golpes. - Advertir y concienciar al trabajador mediante la entrega de las fichas informativas para que extreme las precauciones con el fin de minimizar dicho riesgo. 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Debido al contacto con sustancias muy frías, llaves, grifos ... y demás elementos interiores de las cámaras.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A los trabajadores que hayan de entrar en contacto con sustancias muy frías, se les facilitará guantes o manoplas de material aislante. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Por derivación a través de cualquier parte metálica de la cámara, circuitos de iluminación interior, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todos los equipamientos eléctricos posibles estarán fuera de la cámara. - Los cuadros eléctricos tendrán siempre las puertas cerradas y solo manipularán el interior las personas autorizadas. - Los interruptores dispondrán de protección en la parte frontal con el fin de aumentar la resistencia eléctrica. - Las instalaciones cumplirán los preceptos del Reglamento Eléctrotecnico de Baja Tensión, Real Decreto 842/2002. 		

Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Riesgo de incendio derivado de la inflamación de los gases de la instalación, del material aislante térmico de las paredes.		
<ul style="list-style-type: none"> - Los agentes extintores utilizados, no deberán congelarse a la temperatura de funcionamiento de las instalaciones, serán compatibles con los refrigerantes empleados en ellas, y adecuados a para su uso sobre fuegos eléctricos y fuegos de aceites. • Los sistemas de extinción de incendios se revisarán periódicamente, encontrándose, en todo momento, en adecuadas condiciones de servicio. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Riesgo de atrapamiento en el interior de la cámara.		
<ul style="list-style-type: none"> - La cámara debe disponer de sistema de apertura desde el interior. - Todas las puertas isoterma llevarán dispositivos de cierre, que permitan su apertura tanto desde fuera como desde dentro, aunque desde el exterior se cierren con llave y candado. - Se deberá de disponer de los equipos de protección individual adecuados para el uso de las cámaras frigoríficas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Otros Cod: 026		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Por disconfort térmico debido a las bajas temperaturas en el interior de las cámaras así como por el contraste con la temperatura exterior.		
<ul style="list-style-type: none"> - La ropa de trabajo debe ser la adecuada según la temperatura de la zona de trabajo. 		

- Debe disponer del marcado CE de conformidad así como llevar el control de entrega de los mismos a los trabajadores afectados.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

MÁQUINA 2: FREIDORA

Identificación de Riesgo: Proyección de fragmentos o partículas Cod: 010		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Debido a las salpicaduras de aceite caliente cuando se utiliza la freidora.		
<ul style="list-style-type: none"> • Se deberá colocar tapa de protección en la freidora, para evitar las salpicaduras de aceite caliente. • También podrán utilizarse protecciones de manos o brazos (manga larga...). • Evitar introducir en el aceite caliente, elementos muy mojados pues el agua produce mayores salpicaduras. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Contactos con las partes calientes de la freidora o con el aceite hirviendo.		
<ul style="list-style-type: none"> - La manipulación de la freidora solo se realizará por los mangos adaptados para no transmitir altas temperaturas. - Se evitará permanecer en las proximidades de la freidora durante el proceso de fritura para no tener contacto con salpicaduras de aceite. - Se seleccionará la temperatura adecuada al alimento que se va a tratar. - No se realizarán labores de limpieza con el aceite todavía caliente, se esperará un tiempo prudencial tras la finalización de su uso para manipularla. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por pérdida de aislamiento de alguna de las partes de la freidora.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se cuidará el buen estado de las mangueras de suministro de energía eléctrica. Las mangueras se protegerán contra aplastamientos, roces, etc. - Se comprobará el estado de los cables al menos al iniciar la jornada para comprobar que no se ha perdido aislamiento en ninguna de sus partes, sobre todo en las uniones con la máquina y la clavija de conexión a la red. • En caso de anomalías en el funcionamiento se avisará al servicio técnico o de mantenimiento. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

MÁQUINA 3: HORNO

Identificación de Riesgo: Choques o contactos con elementos móviles máquinas		
Cod: 008		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Posible contacto con las partes móviles del horno, carros para las bandejas, puertas, termoventiladores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los elementos móviles de las máquinas deben disponer de total protección en la posición de reposo de la máquina. - Se deberá usar durante la manipulación en el horno manoplas de seguridad. - Las máquinas deberán tener protecciones y resguardos adecuados y/o dispositivos de seguridad que impidan la posibilidad de que el trabajador acceda a la parte en movimiento de la máquina y evitar así las acciones atrapantes, cortantes, lacerantes, punzantes, prensantes, abrasivas y proyectivas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Atrapamientos por o entre objetos Cod: 011		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Atrapamientos entre los distintos componentes del horno		
<ul style="list-style-type: none"> - Se deberá seguir las instrucciones del fabricante. - Solo serán de uso las bandejas y carros correspondientes a cada horno, que serán los suministrados por el fabricante. - Se deben usar las protecciones adecuadas. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Exposición a temperaturas extremas Cod: 014		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Se produce la exposición a temperaturas cuando se realizan las operaciones con el horno, entrada y salida de bandejas.		
<ul style="list-style-type: none"> - Se deberá instalar extracción localizada en la zona del horno con el fin de extraer el aire caliente que emane de él. - Limitar la duración de la exposición al calor, aumentando la frecuencia y duración de las pausas de trabajo. - Agrupar las tareas con el horno, reduciendo el número de veces que se tenga que abrir, evitando así continuas exposiciones. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Por tocar partes calientes de los hornos o de los carros		
<ul style="list-style-type: none"> - No tocar las partes señalizadas son riesgo de contacto térmico de los hornos. - Esperar un tiempo a que se enfríen los carros antes de tocar. Utilizar los empujadores existentes. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Directos, por posibles pérdidas de aislamiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables que alimentan la pesadora, así como las conexiones entre estos con la propia pesadora y las clavijas de conexión a la corriente eléctrica del edificio. - Se deberán reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica. - Se prohibirá la conexión a la red de cualquier equipo mediante el uso de cables pelados o cualquier otro dispositivo que no cumpla con las condiciones mínimas de seguridad. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Inhalación o ingestión de sustancias nocivas Cod: 017		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Posible inhalación de elementos procedentes de una mala combustión en el interior del horno o de algunos de los componentes que se estén horneando.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mantener una buena extracción en las zonas cercanas al horno. - Si es posible se eliminarán los productos que en su combustión desprendan gases contaminantes. - Si el horno dispone de filtros, estos se mantendrán en perfecto estado, reemplazándolos cuando sea preceptivo por el fabricante. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por exceso de temperatura que provoque la deflagración de los productos que se encuentren en el horno, restos de aceites, productos inflamables cercanos a este.</p> <ul style="list-style-type: none"> - No se pondrá en el interior del horno ningún producto que a la temperatura a la que se va 		

a trabajar se inflame.		
- En caso de que se derrame cualquier material en el interior del horno, se procederá inmediatamente a su limpieza sobre todo en el caso de aceites, que son fácilmente inflamables.		
- No se depositará ningún material que pueda inflamarse en las cercanías de los hornos ni de las salidas de sus válvulas de seguridad.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Exposición a agentes químicos Cod: 027		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Posible exposición a elementos procedentes de una mala combustión en el interior del horno o de algunos de los componentes que se estén horneando.		
- Mantener una buena extracción en las zonas cercanas al horno.		
- Si es posible se eliminarán los productos que en su combustión desprendan gases contaminantes.		
- Si el horno dispone de filtros, estos se mantendrán en perfecto estado, reemplazándolos cuando sea preceptivo por el fabricante.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		

MÁQUINA 4: ARCÓN DE FRÍO

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Contacto con elementos muy fríos como la cara interior de la puerta del arcón, paredes y estantes, como así también con las mercancías alojadas dentro del arcón.		
- Suministrar a los trabajadores que lo necesiten, guantes o manoplas de material aislante. Estos equipos de protección deberán poseer marcado CE e instrucciones de uso y cuidado al menos en idioma español.		
• Utilizar y cuidar los equipos de protección suministrados por la empresa.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)

Prioridad: MEDIA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 18 meses		
Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Posibles contactos eléctricos directos, por pérdidas de aislamiento.		
<ul style="list-style-type: none"> - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. - Se deberán reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica. - Se prohibirá la conexión a la red mediante el uso de cables pelados o cualquier otro dispositivo que no cumpla con las condiciones mínimas de seguridad. 		
2) Posibles contactos eléctricos indirectos por derivaciones de corriente debido a pérdidas de efectividad de la protección necesaria.		
<ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda revisar periódicamente la instalación eléctrica por un instalador autorizado. - Se realizará un mantenimiento anual de la toma de tierra comprobando la resistencia de puesta a tierra, dependiendo del interruptor diferencial, de forma que la tensión de contacto no supera la tensión de seguridad. Cada cinco años se revisará el estado de la pica. - Se recuerda que la toma de tierra del edificio es responsabilidad del dueño de éste o del arrendatario en su defecto, por tanto es a esta persona a quién corresponde contratar el mantenimiento de dicha instalación. - Se dejará constancia documental de las revisiones a disposición de la autoridad que lo solicite. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Posible incendio derivado de fallos eléctricos.		
<ul style="list-style-type: none"> - El arcón deberá someterse a un mantenimiento periódico y/o correctivo de acuerdo a las indicaciones de su fabricante. • Ante cualquier funcionamiento anormal, avisar inmediatamente al superior. 		

Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

AUXILIAR DE CLÍNICA (GEROCULTOR/A)

MÁQUINA 1: GRÚA

Identificación de Riesgo: Golpes y contactos contra objetos móviles Cod: 008		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Golpes con partes móviles de la máquina		
<ul style="list-style-type: none"> - No se eliminarán los dispositivos de seguridad de la máquina - Inspeccionar la zona a trabajar y elimine los objetos que pueda impedir nuestro trabajo. - Cuando se realicen operaciones de reparación o de mantenimiento se desconectará previamente la máquina de todas las fuentes de energía y se bloquearán los dispositivos de alimentación de energía evitando así conexiones imprevistas - Todas las máquinas estarán protegidas para evitar contactos con las partes móviles - Los riesgos persistentes en las máquinas una vez tomadas las adecuadas medidas de protección, estarán señalizados con pictogramas fácilmente perceptibles y comprensibles - Los controles de operación deben estar protegidos contra acciones involuntarias - Realizar un mantenimiento periódico de la máquina • Cualquier limpieza o pequeña reparación que se realice se hará con el motor parado • Hacer uso en todo momento del calzado de seguridad 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Atrapamientos por vuelco de máquinas Cod: 012		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
•1) A causa de las características de la persona a movilizar.		
-El protocolo de actuación variará según el sujeto o paciente se pueda clasificar como pasivo o inactivo, semidependiente o activo. No debemos obviar que bajo una adecuada motivación y dándole las instrucciones precisas, la persona que pueda colaborar en su movilización		

<p>facilitará en gran medida la tarea de manipulación de cargas por parte del trabajador.</p> <p>• Valorar peso y estatura para mantener el equilibrio por medio de los diferentes arneses de seguridad.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

<p>Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos, posturas inadecuadas o movimientos repetitivos Cod: 013</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))</p>		
<p>1) La carga de trabajo</p> <p>• Pedir ayuda siempre que sea posible, especialmente en el caso de movilización de personas totalmente dependientes, situaciones de especial riesgo o manejo de personas que pesen más de 50 kg.</p> <p>• Si la movilización se realiza entre varias personas, es conveniente que tengan una estatura similar para evitar posturas forzadas; una de ellas dirigirá la maniobra y en el inicio del movimiento, en tareas especialmente delicadas, los trabajadores pueden coordinarse contando a la voz de uno, dos, tres ¡ya!</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Debido a la posibilidad de contactos eléctricos indirectos por derivaciones de corriente en los equipos de trabajo por pérdidas de efectividad de la protección necesaria.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recomienda revisar periódicamente la instalación eléctrica por un instalador autorizado. - Se realizará un mantenimiento anual de la toma de tierra comprobando la resistencia de puesta a tierra, dependiendo del interruptor diferencial, de forma que la tensión de contacto no supera la tensión de seguridad. Cada cinco años se revisará el estado de la pica. - Se recuerda que la toma de tierra del edificio es responsabilidad del dueño de éste o del arrendatario en su defecto, por tanto es a esta persona a quién corresponde contratar el mantenimiento de dicha instalación. - Se dejará constancia documental de las revisiones a disposición de la autoridad que lo solicite. 		
<p>2) Directos, por posibles pérdidas de aislamiento en alguno de los equipos eléctricos que se emplean.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. - Se deberán reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica. - Se prohibirá la conexión a la red de cualquier equipo mediante el uso de cables pelados o cualquier otro dispositivo que no cumpla con las condiciones mínimas de seguridad. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Fatiga postural Cod: 032		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Posturas forzadas. -Dotar al personal sanitario medios y equipos de ayuda para la movilización como por ejemplos arnés de seguridad. -Implantar un programa de formación en el que se incluyan sesiones teórico-prácticas con el objeto de que los trabajadores conozcan los riesgos y las técnicas adecuadas en el trabajo de movilización de personas con grúa. •Mantener la espalda recta. •Procurar realizar el esfuerzo con muslos y piernas. •Evitar giros de espalda. •Utilizar el cuerpo de contrapeso.		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

LIMÑPIADORA

MÁQUINA 1: LAVADORA INDUSTRIAL

Identificación de Riesgo: Golpes por objetos o herramientas Cod: 009		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Golpes o cortes por la posibilidad de existencia objetos cortantes entre la ropa. • Revisar la ropa antes del lavado cuidadosamente.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Atrapamientos por o entre objetos Cod: 011		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Por llevar ropa no ajustada. • Usar ropa de trabajo adecuada, evitar el pelo suelto, cadenas, pulseras, anillos, etc..		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles contactos eléctricos directos por conexiones eléctricas no aisladas, exposición del trabajador a partes eléctricas en tensión, etc. o contactos eléctricos indirectos por posibles derivaciones de corriente que se puedan producir.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. Se deberá reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica por personal cualificado - Las conexiones se realizarán mediante regletas, cajas de derivación y aisladas. - Comprobar que el conjunto de la instalación disponga de la adecuada puesta a tierra. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable:	Plazo: 9 meses

MÁQUINA 2: SECADORA INDUSTRIAL

Identificación de Riesgo: Atrapamientos por o entre objetos Cod: 011		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por llevar ropa no ajustada.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Usar ropa de trabajo adecuada, evitar el pelo suelto, cadenas, pulseras, anillos, etc. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Contacto con partes calientes de la máquina.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La máquina deberá tener protecciones contra el contacto térmico. Se proporcionará a los trabajadores guantes de seguridad. • Se hará uso de los guantes proporcionados por la empresa. 		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posibles contactos eléctricos directos por conexiones eléctricas no aisladas, exposición del trabajador a partes eléctricas en tensión, etc. o contactos eléctricos indirectos por posibles derivaciones de corriente que se puedan producir.</p> <p>- Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. Se deberá reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica por personal cualificado Las conexiones se realizarán mediante regletas, cajas de derivación y aisladas. Comprobar que el conjunto de la instalación disponga de la adecuada puesta a tierra.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

Identificación de Riesgo: Incendios Cod: 021		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Posible incendio derivado de fallos eléctricos. Por un posible mantenimiento inadecuado.</p> <p>- Se cumplirá con la normativa vigente de aparatos a presión.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA Responsable: administración/secretaria. Plazo: 9 meses		

MÁQUINA 3: MAQUINAS DE PLANCHAR

Identificación de Riesgo: Caída de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
<p>1) Por la posible presencia de cableado de las planchas sobre el suelo.</p> <p>• Se procederá a evitar el cableado de las planchan invadan zonas de paso, mientras la plancha no se use el cableado se recogerá y guardará en el lugar destinado para ello.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Contactos térmicos Cod: 015		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Contactos con partes calientes de la máquina. - Proporcionar a los trabajadores guantes adecuados. • Hacer uso de los guantes facilitados por la empresa. • Se colocará la plancha siempre hacia abajo contra superficie no inflamable.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (D)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Contactos eléctricos Cod: 016		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo(PAP))		
1) Conexiones eléctricas no aisladas, exposición del trabajador a partes eléctricas en tensión por posibles pérdidas de aislamiento en el equipo que se emplea o indirectos por posibles derivaciones de corriente que se puedan producir. - Comprobar periódicamente el correcto estado de los cables de los equipos eléctricos empleados, así como de los enchufes y clavijas. Se deberá reparar inmediatamente los defectos que se encuentren en toda la instalación eléctrica por personal cualificado Las conexiones se realizarán mediante regletas, cajas de derivación y aisladas. Comprobar que el conjunto de la instalación disponga de la adecuada puesta a tierra		
Probabilidad: (B)	Severidad: (ED)	Valoración: (MO)
Prioridad: MEDIO-ALTA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 9 meses

PACIENTES INDEPENDIENTES

MÁQUINA 1: BASTÓN Y MULETA

Identificación de Riesgo: Caídas de personas a diferente nivel Cod: 001		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Las caídas por las escaleras pueden provocar la muerte en pacientes geriatricos por un posterior deterioro definitivo. -utilizar test validados para valorar el riesgo de caidas y asi poder proporcionarle a los		

pacientes bastón o muleta, si su médico lo aconseja o si se siente inseguro al caminar, porque así aumentará su base de apoyo.		
-Enseñar al paciente a utilizar un bastón o una muleta		
-Deberan disponer de zapatas antideslizantes en su base.		
-En el caso de que utilicen escaleras que estén bien iluminadas, que dispongan de barandillas, a ambos lados, y que sus peldaños sean antideslizantes.		
•Utilizar los ascensores y agarrarse a las barandillas laterales de seguridad de los ascensores.		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caídas de personas al mismo nivel Cod: 002
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))
<p>1) Las caídas provocan lesiones importantes y fracturas que en los pacientes de edad geriátrica conllevan una larga y difícil rehabilitación, pudiendo llegar a ser en ocasiones fatales; además traen consigo, por leves que sean, un aumento del deterioro físico y mental que a la larga a través de otras afecciones secundarias a ellas pueden provocar la muerte.</p> <p>-Utilizar test validados para valorar el riesgo de caídas y así poder proporcionarles a los pacientes bastón o muleta, si su médico lo aconseja o si se siente inseguro al caminar, porque así aumentará su base de apoyo.</p> <p>-Enseñar al paciente a utilizar un bastón o una muleta.</p> <p>-Reparar lo más rápidamente posible, baldosas levantadas y otros desperfectos en el suelo en los que se pueda tropezar.</p> <p>•Conviene utilizar siempre calzado cómodo y a la medida, de tacón bajo y con suelas antideslizantes.</p> <p>•Utilizar ropa cómoda que no dificulte los movimientos y que no pueda pisarse o engancharse.</p> <p>•Evite movimientos y cambios de postura bruscos</p>
Pasos para la utilización del bastón:

<p>•Sostén el bastón firmemente con tu mano más fuerte. Si eres diestro, usa tu mano derecha. Si eres zurdo, usa la izquierda. Tu mano debe agarrar la parte superior del bastón por sobre la almohadilla anti deslizante.</p> <p>•Da un paso pequeño hacia adelante con tu pierna sana. Agárrate del bastón para darte soporte.</p> <p>•Lentamente levanta tu pierna afectada y muévela hacia adelante para que esté alineada con tu pierna sana. Mueve tu bastón con el movimiento de tu pierna enferma. Avanza lentamente, dejando que el bastón siga el movimiento.</p>		
<p>Pasos para la utilización de la muleta:</p>		
<p>•Coloca cada muleta debajo de tu brazo, en tu axila. Las pequeñas almohadillas en la parte superior de cada muleta están hechas especialmente para caber cómodamente bajo tu brazo.</p> <p>•Estírate hacia abajo con ambas manos y sostén las pequeñas barras acolchadas en la mitad de las muletas. Asegúrate de que tus brazos están colocados sobre las muletas, no por debajo. Sostén las barras firmemente.</p> <p>•Pon un poco de peso sobre las muletas. Mueve tu pie sano hacia adelante y da un pequeño paso. Balancéate sobre ese pie mientras levantas tus muletas y las llevas hacia adelante a la misma vez. Colócalas sobre el piso a unas cuantas pulgadas frente a tu pie sano.</p> <p>•Mueve tu peso sobre las muletas mientras que mueves tu pie afectado hacia adelante para que esté alineado con ellas. Repite esta acción para caminar con tus muletas.</p>		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

<p>Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos, posturas inadecuadas o movimientos repetitivos Cod: 013</p>		
<p>Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))</p>		
<p>1) Accidentes originados por movimientos mal realizados. -Enseñar al paciente a utilizar un bastón o una muleta (expuesto en el anterior código de riesgo)</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Fatiga física Cod: 031		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Se debe al excesivo y continuado requerimiento físico de la tarea, teniendo en cuenta el esfuerzo muscular, y la repetitividad que se realiza.</p> <p>•apoyarse en barandillas o pararse en caso de cansancio.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

MÁQUINA 2: ANDADORES

Identificación de Riesgo: Caídas de personas a diferente nivel Cod: 001		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Las caídas por las escaleras pueden provocar la muerte en pacientes geriatricos por un posterior deterioro definitivo.</p> <p>-utilizar test validados para valorar el riesgo de caidas y asi poder proporcionarle a los pacientes andadores, si su médico lo aconseja o si se siente inseguro al caminar, porque así aumentará su base de apoyo.</p> <p>-Enseñar al paciente a utilizar un andador</p> <p>-deberan disponer de zapatitas antideslizantes en su base.</p> <p>•Utilizar los ascensores.</p>		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Caídas de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Este riesgo se presenta cuando hay riesgo de tropiezo o resbalón.</p> <p>-utilizar test validados para valorar el riesgo de caídas y así poder proporcionarle a los pacientes andadores, si su médico lo aconseja o si se siente inseguro al caminar, porque así aumentará su base de apoyo.</p> <p>-Enseñar al paciente a utilizar andadores.</p> <p>-Reparar lo más rápidamente posible, baldosas levantadas y otros desperfectos en el suelo en los que se pueda tropezar.</p> <p>•Conviene utilizar siempre calzado cómodo y a la medida, de tacón bajo y con suelas antideslizantes.</p> <p>•Utilice ropa cómoda que no dificulte los movimientos y que no pueda pisarse o engancharse.</p> <p>Pasos para la utilización de un andador:</p> <p>•Coloca tus manos sobre la cubierta de agarre en la parte superior del andador. Sostenla firmemente.</p> <p>•Mueve el andador hacia adelante ligeramente, no es necesario más de 6 pulgadas. •Mantén el andador quieto, revisando que las patas de atrás estén firmemente colocadas sobre el suelo.</p> <p>•Pisa hacia adelante con un pie. Coloca un poco de peso sobre la andadora y trae tu otro pie hacia adelante. Tu cuerpo siempre debe estar dentro del perímetro del andador.</p> <p>Repite este proceso mientras que te mueves hacia adelante con el andador. Ambos pies deben estar alineados antes de mover el andador hacia adelante.</p>		
Probabilidad: (M)	Severidad: (LD)	Valoración: (TO)
Prioridad: MEDIA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 18 meses

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos, posturas inadecuadas o movimientos repetitivos Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Accidentes originados por movimientos mal realizados.</p> <p>-Enseñar al paciente a utilizar el andador (expuesto en el anterior código de riesgo)</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Fatiga física Cod: 031		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Se debe al excesivo y continuado requerimiento físico de la tarea, teniendo en cuenta el esfuerzo muscular, y la repetitividad que se realiza.</p> <ul style="list-style-type: none"> •Pararse en caso de cansancio y apoyarse en el propio andador 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

PACIENTES DEPENDIENTES

MÁQUINA 1: SILLAS DE RUEDAS

Identificación de Riesgo: Caídas de personas a diferente nivel Cod: 001		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Caídas de las sillas de ruedas al subir o bajar las rampas, o peldaños.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Deberán disponer de ruedas antideslizantes sin desgastar. -Las rampas tienen que disponer de tiras antideslizantes para rampas. -Sillas de ruedas con sus respectivos frenos •Revisar las ruedas antideslizantes para comprobar que no estén desgastadas. •Como estos pacientes son dependientes para moverse en sillas de ruedas que los familiares, cuidadores o personal de enfermería y auxiliar bajen las rampas de espaldas. •Para subir se hará mirando al frente, se inclina la silla y empujar hacia delante. •Al subir un peldaño o escalón que el personal se ponga de espaldas al peldaño o escalón, agarre la parte trasera de la silla con su pie, se inclina la silla hacia atrás, acercar con cuidado al borde del escalón y avanzar las ruedas grandes sobre el borde, es importante emplear el cuerpo como contrapeso de la silla y su ocupante. 		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Caídas de personas al mismo nivel Cod: 002		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) Cuando se corre con la silla, están desgastadas las ruedas antideslizantes.</p> <p>-Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los pasillos y habitaciones deberán permanecer libres de obstáculos de forma que sea posible utilizarlas sin dificultades en todo momento.</p> <p>-Advertir los suelos recién fregados con un cartel de “suelo mojado”.</p> <p>•Respetar las señales de suelo mojado. No correr ni transitar de forma descuidada por los pasillos o habitaciones.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Golpes contra objetos inmóviles Cod: 007		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
<p>1) A causa de posibles cajones o puertas de armarios sin cerrar, esquinas del mobiliario.</p> <p>- Es recomendable que los muebles dispongan de aristas redondeadas. En las adquisiciones de mobiliario en el futuro se tendrán en cuenta estas características.</p> <p>• Evitar dejar abiertos los cajones y puertas del mobiliario para evitar golpes y tropiezos con los mismos.</p> <p>• Mantén los pasillos libres de obstáculos (carritos de limpieza, etc..).</p>		
<p>2) Por posibles golpes contra objetos dispuestos en las zonas de paso del centro.</p> <p>- Vigilar que las mercancías se coloquen en las correspondientes estanterías, no permitiendo que se coloquen en los pasillos entre estanterías ni en las zonas de paso.</p> <p>• No se debe almacenar nada en los pasillos de circulación.</p> <p>• Recoger todas las mercancías que estén colocadas en los pasillos y demás zonas de paso de la sala de enfermería, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional u otras zonas movibles por los pacientes en sillas de ruedas.</p>		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaría.	Plazo: 2 años

Identificación de Riesgo: Sobreesfuerzos, posturas inadecuadas o movimientos repetitivos Cod: 013		
Causa / Anomalía: (- Medida preventiva (ER) / • Procedimiento de trabajo (PAP))		
1) Tener que salvar barreras arquitectónicas. -Adecuación de todas las instalaciones para los pacientes con movilidad reducida con rampas donde hay peldaños y donde hay escaleras posibilidad de ascensores y rampas con barandillas.		
Probabilidad: (B)	Severidad: (LD)	Valoración: (T)
Prioridad: BAJA	Responsable: administración/secretaria.	Plazo: 2 años



5. DISCURSIÓN

A raíz de este trabajo se ha elaborado un plan de prevención, una evaluación de riesgos y un plan de la actividad preventiva sobre una residencia de ancianos y con todo esto se han establecido unos plazos de actuación máximos y un control periódico de cumplimiento de todas las medidas preventivas sugeridas.

El procedimiento y metodología utilizados han sido los propuestos por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo y se han planteado unos sistemas de intervención adecuados al tipo de riesgo hallado en las instalaciones generales así como para cada uno de los puestos de trabajo de la residencia y de la maquinaria que estos utilizan.

Hemos valorado que a pesar de que la Ley 31/95 de prevención de riesgos laborales, en su artículo 18 recoge el deber de los empresarios de consultar a los trabajadores y permitir su participación en el marco de todas las cuestiones que afecten a la seguridad y a la salud en el trabajo; en la mayoría de los casos todo esto se queda en un marco teórico y no se lleva a la práctica. Esto es debido a diversos motivos, especialmente los económicos, observando una falta de interés en este ámbito concreto de los trabajadores, primando la productividad a la propia seguridad de los mismos. En definitiva, la información y la participación del personal queda relegada a un segundo plano.

Para ello proponemos no obviar estas necesidades básicas y que el empresario adopte unas medidas reales en esta materia y como señalábamos en uno de nuestros objetivos, animar e involucrar a los empleados en temas de prevención de riesgos laborales, ya que desde la propia vivencia personal se puede avanzar mucho más en este campo.

Para llevar esto a cabo se pueden plantear rutinas en la empresa que permitan mejorar esta participación y que mejoren la relación empresario-trabajador. Hablamos de cuestionarios donde quede de manifiesto sus necesidades de manera anónima, buzón de sugerencias, asambleas mensuales donde la opinión del trabajador y su seguridad sea un tema a tratar, etc.

Por otro lado, y partiendo del objetivo “Detallar las necesidades de formación en materia de prevención de riesgos laborales de todo el personal”, en el artículo 19 de la Ley antes mencionada, se recoge la obligación del empresario de garantizar que cada trabajador reciba una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva, tanto en

el momento de su contratación, cualquiera que sea la modalidad o duración de ésta, como cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe o se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo.

La formación deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador, adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos y repetirse periódicamente, si fuera necesario.

Igualmente deberá impartirse, siempre que sea posible, dentro de la jornada de trabajo o, en su defecto, en otras horas pero con el descuento en aquélla del tiempo invertido en la misma. La formación en este caso será impartida por el SPA y su coste no recaerá en ningún caso sobre los trabajadores.

Otro de los objetivos que nos planteábamos y donde nos encontrábamos más necesidades es “Velar y adoptar cuantas medidas sean necesarias para la protección y salud de los todos sus trabajadores”. Se ha observado a través de la Evaluación de Riesgos que los puestos de trabajo de auxiliar de enfermería, DUE, fisioterapeuta, el terapeuta ocupacional y en ocasiones el médico, son los que más riesgos tienen de sufrir el código 13 (sobreesfuerzos) asociado a la mala manipulación de los residentes, pudiendo provocar lesiones osteo-articulares y osteo-musculares. Como sistemas de intervención se han planteado el uso de camas regulables colocándolas a la altura adecuada para hacer la higiene de los residentes dependientes, cambios posturales, y el uso de ayuda mecánicas por medio de grúas móviles.

Se propone nueva maquinaria para facilitar dicho trabajo como bipedestador o tablas de transferencia propios para mover a los pacientes en caso de traslado de ambulancias al hospital. Estas están siendo estudiadas y valoradas por el director de la residencia.

Hay un riesgo considerado igual de urgente sobre el cual también es necesario tomar medidas debido a su asiduidad. Nos referimos al código 34 (Fatiga mental) que corresponde con:

1) La atención directa con los residentes y en ocasiones con los familiares. Los puestos de trabajo afectados son el auxiliar de enfermería, DUE, Fisioterapeuta, el Terapeuta Ocupacional y el Trabajador Social. Ante este código se recomienda un estudio de factores psicosociales y una formación adecuada ante este tipo de casos con medidas de control que permitan manejar las situaciones conflictivas o de tensión como amenazas, agresiones,... Será fundamental saber cuándo pedir ayuda y no estar ante estos residentes con esta tendencia en soledad.

2) La sobrecarga de trabajo ante imprevistos, la falta de personal o por otras diversas cuestiones. Los puestos afectados son los del Director, Auxiliar de enfermería, DUE y el Administrativo/Recepcionista. Como medidas de control se recomiendan realizar pausas o descansos a lo largo de la jornada laboral, fomentar la comunicación con los compañeros y/o superiores y dar pautas para una correcta organización de las tareas.

Un riesgo presente en un gran número de puestos de trabajo y al cual no se le da la suficiente importancia es el código 32 (fatiga postural) especialmente sufrido por los que hacen uso en toda la jornada laboral de las pantallas de visualización de datos. Hacemos referencia a los riesgos osteo- musculares. Este peligro ergonómico es buenamente regulable mediante una correcta formación e información en higiene postural.

Por otro lado, partiendo del objetivo “Seleccionar y dotar de equipos de protección individual para los trabajadores y familiares”, consideramos necesario ofrecer un adecuado cuidado y atención ante el código 29 (exposición agentes biológicos). Este puede producirse a través de residentes que padezcan enfermedades contagiosas y los puestos especialmente afectados son los de médico, DUE y auxiliar de enfermería, fisioterapeuta, trabajador social y terapeuta ocupacional.

También existe el riesgo en el contagio de residentes a residentes, o en las visitas de los familiares. En este caso será obligatorio el uso de equipos de protección individual como guantes y mascarilla o bien un aislamiento según el caso de la enfermedad contagiosa.

Por último, en relación al objetivo “Disminuir los niveles de riesgo recogidos en las futuras evaluaciones con inspecciones anuales del SPA”, consideramos que es fundamental que

los resultados obtenidos en la evaluación de riesgos sean efectivos y se lleven a cabo, pues muchas veces no se realizan los cambios oportunos hasta la llegada del inspector con sus correspondientes sanciones.

También es fundamental, recordarles a las empresas que ante cualquier cambio de maquinaria, productos o equipos; se produzcan daños en la salud de los trabajadores o se aprecie que las medidas de prevención vuelven a ser inadecuadas o insuficientes; será necesario una nueva evaluación a expensas de que no coincida con las fechas preestablecidas.



6. CONCLUSIONES

En base a los objetivos planteados y los resultados obtenidos en el trabajo podemos concluir lo siguiente:

- 1) La necesidad de incrementar la información y formación de los trabajadores, especialmente en las nuevas incorporaciones e independientemente del tiempo contratado, siendo la empresa y el empresario los primeros que tienen que tomar en peso esta premisa e introducirla como prioritaria en la gestión de la empresa.
Consideramos que sería importante incluir en la propia formación del trabajador que su seguridad en el puesto de trabajo que desempeña así como en la maquinaria que utiliza es vital y necesaria.
- 2) Dar valor a la figura de un supervisor o responsable que gestione la adecuada protección individual de los trabajadores, tanto en lo que se refiere a las dotaciones del material (guantes, mascarillas, calzado antideslizante,...) buscando que estas no sean insuficientes así como por otro lado llamando al orden a aquel personal que no hace uso del mismo por comodidad o falta de interés.
- 3) Facilitar en la empresa un buen clima de confianza y sistemas de comunicación bidireccional (desde los altos cargos hasta los puestos intermedios y viceversa) donde, a través de diferentes métodos de registro se recojan las posibles incidencias diarias en materia de riesgo y salud en el trabajo y posteriormente puedan valorarse en una asamblea mensual.
- 4) Asumir de manera prioritaria y eficiente las necesidades relativas a la prevención de riesgos surgidas de la evaluación inicial de manera que en las posteriores evaluaciones y revisiones sea un objetivo de la empresa reducir el nivel de riesgo detectado en la inicial.
- 5) La necesidad de llevar a cabo evaluaciones anuales e incluso puntuales ante posibles cambios de maquinaria y/o nuevas incorporaciones; cumpliendo los plazos establecidos sin retrasar las mismas a la visita inesperada de un inspector.



7. BIBLIOGRAFIA

Agún González J.J, Alfonso Mellado C L, Barba Morán MC, Estardid Colom F, Fabregat Monfort G, García González G, et al, *Prevención de Riesgos Laborales : Instrumentos de Aplicación*, 3ª ed, Editorial Tirant Lo Blanch, S.L., 2012

Gavilanes Blanco, M.C, *Movilización de pacientes con grúa. Protocolo de actuación*, Zona de Salud. http://www.auxiliar-enfermeria.com/protocolo_grua.htm (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, *Evaluación de Riesgos Laborales*. 1996
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/Guias_Ev_Riesgos/Ficheros/Evaluacion_riesgos.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Junta de Extremadura Consejería de Educación y Empleo, Dirección General de Personal Docente, Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, *Ficha de prevención: el taladro. Descripción*.
http://www.educarex.es/pub/cont/com/0055/documentos/10_Informaci%C3%B3n/07_Herramientas/El_taladro.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Marín López, B, *Maquinaria de Jardinería*, Ciclo Superior de Gestión y Organización de los Recursos Naturales y Paisajísticos, I.E.S “D. Pedro García Aguilera” Moratalla, 2007.
http://servicios.educarm.es/templates/portal/ficheros/websDinamicas/20/1.practica_de_maquinaria_en_jardineria.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Querejeta González, M. *Discapacidad/Dependencia, Unificación de criterios de valoración y clasificación*, Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales; 2004. <http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0181.pdf> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Academia Española, *Diccionario de la Lengua Española*, Real Academia Española.

NTP 239: Escaleras manuales, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, Año 198.

http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/201a300/ntp_239.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

NTP 281: Amoladoras angulares, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Año 1992.

http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/201a300/ntp_281.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

NTP 391: herramientas manuales: condiciones generales de seguridad, Instituto nacional de seguridad e higiene en el trabajo, Año 199.

http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_391.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

NTP 462: estrés por frío: evaluación de las exposiciones laborales, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, Año 199.

http://www.insht.es/inshtweb/contenidos/documentacion/fichastecnicas/ntp/ficheros/401a500/ntp_462.pdf (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

NTP 882: Guantes de protección contra riesgos mecánicos, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, Año 2010.

<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/821a921/882w.pdf> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Orden de 9 de marzo de 1971 por la que se aprueba la Ordenanza General de Seguridad e Higiene en el Trabajo, *Boletín Oficial del Estado*, 16 de marzo 1971. 64: 4303-4314

https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-1971-380 (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 168/1985, de 6 febrero, por el que se aprueba la reglamentación técnico-sanitaria sobre condiciones generales de almacenamiento frigorífico, *Boletín Oficial del*

Estado, 13 abril 1985. 89: 9731. <http://www.saludcastillayleon.es/institucion/es/recopilacion-normativa/seguridad-alimentaria/envasado-etiquetado-almacenamiento-distribucion/real-decreto-168-1985-6-febrero-aprueba-reglamentacion-tecn> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 2291/1985, de 8 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Aparatos de Elevación y Manutención de los mismos, *Boletín Oficial del Estado*, 11 de diciembre del 1985. 296: 39103 - 39105.

<http://boe.es/boe/dias/1985/12/11/pdfs/A39103-39105.pdf> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales, *Boletín Oficial del Estado*, 10 de noviembre de 1995. 269:

<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1995-24292> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, *Boletín Oficial del Estado*, 31 de enero de 1997. 27:

<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1997-1853> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

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, *Boletín Oficial del Estado*, 23 de abril 1997. 97: 12918-12926

https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-1997-8669 (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización, *Boletín Oficial del Estado*, 23 de abril de 1997. 97: 1-7

<http://www.insht.es/portal/site/Insht/menuitem.1f1a3bc79ab34c578c2e8884060961ca/?vnextoid=62e817815b2d5110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD&vnextchannel=6e892a987c163110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD&tab=tabConsultaCompleta>

(Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 1314/1997, de 1 de agosto, por el que se dictan las disposiciones de aplicación de la Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo 95/16/CE, sobre ascensores, *Boletín oficial del estado*, 30 de septiembre de 1997, 234: 28451-28467.

<http://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-1997-20731> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 842/2002, de 2 de agosto, por el que se aprueba el Reglamento electrotécnico para baja tensión. *Boletín Oficial del Estado*, 18 de septiembre del 2002. 224: 33084 – 33086.

<https://www.boe.es/boe/dias/2002/09/18/pdfs/A33084-33086.pdf> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales. *Boletín Oficial del Estado*, 13 de diciembre del 2003. 298: 44408-44415.

<http://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2003-22861> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).

Real Decreto 57/2005, de 21 de enero, por el que se establecen prescripciones para el incremento de la seguridad del parque de ascensores existente, *Boletín oficial del estado*, 4 de febrero de 2005.30: 3908-3910.

<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2005-1790> (Último acceso el 10 de Junio del 2016).