

Máster Universitario en Prevención de Riesgos Laborales



Evaluación de Riesgos Laborales En Residencia de Personas Mayores Cáritas Parroquial

Autora: Beatriz F. Ros Muñoz

Tutor: D. Antonio Cardona Llorens

Curso 2015/2016



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
JUSTIFICACIÓN.....	5
OBJETIVOS.....	5
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	5
METODOLOGÍA	5
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	6
SEVERIDAD DEL DAÑO	6
PROBABILIDAD DE QUE OCURRA EL DAÑO.....	7
CRITERIO PARA LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS.....	7
IDENTIFICACIÓN DEL CENTRO	8
DESCRIPCIÓN DEL CENTRO	8
ACCIDENTES DE TRABAJO.....	9
IDENTIFICACIÓN Y CUANTIFICACIÓN DEL PERSONAL.....	10
GESTION Y ORGANIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN.....	11
TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.....	16
RESULTADOS.....	21
Riesgo referidos al área de trabajo: Instalaciones generales.	21
Riesgos referidos al puesto de trabajo : Limpiadora.....	32
Riesgos referidos al puesto de trabajo: Personal de atención psicosocial.	41
Riesgos referidos al puesto de trabajo: Gerocultora.....	46
Riesgos referidos al área de trabajo: Enfermería.....	55
Riesgos referidos a puesto de trabajo: Personal de atención sanitaria	61
Riesgos referidos al área de trabajo: Cocina.....	68
Riesgos referidos al puesto de trabajo: Cocinera	74
Riesgos referidos al área de trabajo: Administración.....	86
Riesgos referidos al puesto de trabajo: Personal de oficinas y despachos.	92
DISCUSIÓN.....	99
CONCLUSIONES	104
BIBLIOGRAFÍA.....	105

INTRODUCCIÓN

La evaluación de riesgos tiene por objeto identificar y valorar los riesgos o deficiencias en materia de seguridad y salud existentes en los distintos puestos, lo que permite una adecuada planificación de las actuaciones preventivas e iniciar un proceso de mejora continuada de las condiciones de trabajo (Ley 31/1995) según lo dispuesto en la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.

Los riesgos detectados en este trabajo se basan en las condiciones de la empresa y en las observaciones realizadas en el momento de la visita, teniendo en cuenta las informaciones facilitadas por la empresa.

El empresario deberá notificar inmediatamente al Servicio de Prevención las condiciones de trabajo existentes que hubieran podido no estar reflejadas, para que puedan ser convenientemente analizadas y evaluadas, en su caso.

Es pertinente tener en cuenta el contenido del artículo 33 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, en el que se especifica la obligatoriedad por parte del empresario, de consultar a los representantes de los trabajadores, o a los propios trabajadores en ausencia de representantes, acerca del procedimiento de evaluación de riesgos laborales a utilizar en la empresa. (Ley 31/1995)

La finalidad de este análisis es proporcionar la información necesaria para que por parte del empresario se adopten las decisiones apropiadas en cuanto a la necesidad y tipo de medidas preventivas que deben llevarse a cabo, realizando para ello el plan de actuaciones preventivas, de acuerdo con lo dispuesto en el art. 8 del R.D. 39/97 de 17 de enero del reglamento de los Servicios de Prevención. (R.D. 39/97)

La normativa aplicable es:

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre por el que se aprueba la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.
- Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- RD 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- RD 485/1997, de 14 de abril sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud laboral.
- RD 486/1997, de 14 de abril por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- RD 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de Ley 31/1995, de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.

JUSTIFICACIÓN

La finalidad de este trabajo es la de realizar una Evaluación de Riesgos de los puesto de trabajo de la Residencia de Ancianos "El Amparo" que pertenece a Caritas Parroquial San Francisco, cumpliendo así con la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, lo establece como obligación para el empresario.

La evaluación de los riesgos laborales se realiza para estimar la magnitud de los riesgos que no se hayan podido evitar, obteniendo la información necesaria para que el empresario esté en condiciones de poder tomar la decisión apropiada en cuanto a la necesidad de adoptar medidas preventivas y el tipo de medidas que deben ser adoptadas.

La seguridad del trabajador se fundamenta en la prevención de los riesgos inherentes al trabajo que desempeña, y para poder hacer la prevención hay primero que evaluar esos riesgos, esto junto con la importancia que, dentro del trabajo de técnico de prevención, conlleva el tema elegido, ha sido lo que me ha impulsado a la realización de este trabajo.

OBJETIVOS

- Identificar los riesgos derivados del trabajo y evaluar los riesgos asociados al trabajo.
- Planificar las medidas que sean necesarias para proteger la salud y la seguridad de los trabajadores, según los riesgos detectados.
- Verificar que las medidas adoptadas son las correctas.
- Identificar las necesidades formativas de los trabajadores.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

METODOLOGÍA

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

Para cada puesto de trabajo y también de forma global, se procede a la identificación, estimación y valoración de los riesgos existentes en la empresa.

Se hacen constar los riesgos identificados para los cuales se recomiendan mejoras específicas encaminadas a disminuirlas o eliminarlas. Se indican las medidas preventivas ya existentes en

el centro para los riesgos detectados y las posibles medidas que se debe llevar a cabo en el caso de que hubiera que modificarlas.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación de riesgo se ha hecho de acuerdo con el método desarrollado por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene. En la tabla adjunta podemos ver el método de evaluación, teniendo en cuenta las consecuencias del riesgo y la probabilidad o frecuencia de ocasión de riesgo.

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

SEVERIDAD DEL DAÑO

Para determinar la potencial severidad del daño, debe considerarse:

- partes del cuerpo que se verán afectadas
- naturaleza del daño, graduándolo desde ligeramente dañino a extremadamente dañino.

Ejemplos de ligeramente dañino:

- Daños superficiales: cortes y magulladuras pequeñas, irritación de los ojos por polvo.
- Molestias e irritación, por ejemplo: dolor de cabeza, disconfort.

Ejemplos de dañino:

- Laceraciones, quemaduras, conmociones, torceduras importantes, fracturas menores.

- Sordera, dermatitis, asma, trastornos músculo-esqueléticos, enfermedad que conduce a una incapacidad menor.

Ejemplos de extremadamente dañino:

- Amputaciones, fracturas mayores, intoxicaciones, lesiones múltiples, lesiones fatales.
- Cáncer y otras enfermedades crónicas que acorten severamente la vida.

PROBABILIDAD DE QUE OCURRA EL DAÑO

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

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

A la hora de establecer la probabilidad del daño, se debe considerar si las medidas de control ya implantadas son adecuadas. Los requisitos legales y los códigos de buena práctica para medidas específicas de control, también juegan un papel importante.

CRITERIO PARA LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS

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

RIESGO	ACCIÓN Y TEMPORIZACIÓN
TRIVIAL (T)	No se requiere acción específica.
TOLERABLE (TO)	No se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se deben considerar soluciones más rentables o mejoras que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medias de control

MODERADO (M)	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado Cuando el riesgo moderado este asociado con consecuencias extremadamente dañinas, se precisará de acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.
IMPORTANTE (I)	No debe comenzarse el trabajo hasta que no se hay reducido el riesgo. Puede que se precisen recursos considerables para controlar el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a un trabajo que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de los riesgo moderados
INTOLERABLE (IN)	No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, con incluso recursos ilimitados, debe prohibirse el trabajo

IDENTIFICACIÓN DEL CENTRO

Denominación del centro: Caritas Parroquial San Francisco Javier.

Domicilio: Calle Del Cerro 16 30151 Santo Ángel (Murcia).

Actividad que realiza: Centro asistencial, residencia geriátrica.

Número de trabajadores: 31 trabajadores y 50 residentes

Número de puestos de trabajo: 6 (Limpiadora, Personal de atención psicosocial, Gerocultora, Personal de atención sanitaria, Cocinera y Personal de oficinas y despachos)

Fecha de visitas: Abril 2016

Técnico que realiza la visita: Beatriz Florentina Ros Muñoz, alumna del Máster en PRL

Personas que acompañan al técnico en las visitas: Trabajadores presentes en la residencia.

DESCRIPCIÓN DEL CENTRO

Instalaciones generales: La Residencia de Ancianos "El Amparo" es un edificio de tres plantas de altura y con una superficie útil por planta de aproximadamente 450m². En la planta baja se encuentran ubicadas las estancias comunes: comedor, sala de juegos y TV, y zonas como la lavandería, el almacén, la sala de calderas y la capilla, además de aseos y vestuarios. En las plantas superiores se encuentran las habitaciones para los residentes, todas ellas con cuarto de baño.

Área de enfermería: Zona de las instalaciones, ubicada en la planta baja, donde se realiza la atención a los residentes.

Área de cocina: Zona de las instalaciones, ubicada en la planta baja, donde se elaboran los desayunos, comidas y cenas para los residentes y trabajadores de la residencia.

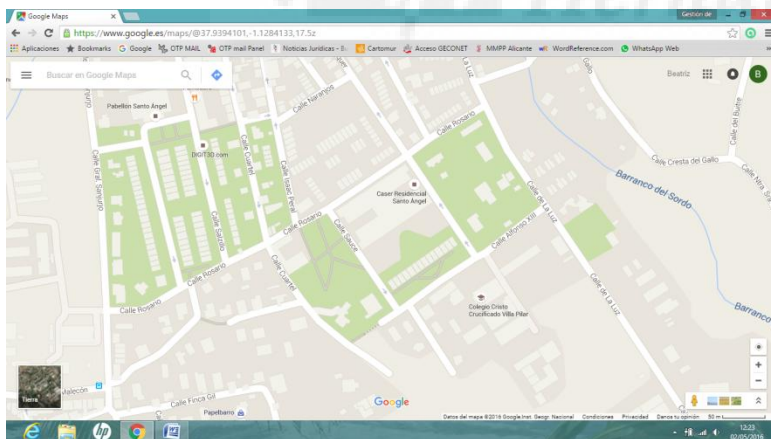
Área de administración: Zona de las instalaciones, ubicada en la planta primera, donde se realizan las tareas de gestión de documentación, facturación, atención a familiares, etc.

La empresa cuenta con edificio principal en parcela delimitada perimetralmente por vallado rígido cuyo uso principal es el de residencia geriátrica, con todos los servicios y dependencias que esta actividad conlleva, tales como: habitaciones, salón, comedor, capilla, gimnasio, cocina, enfermería, peluquería, botiquín, etc. El edificio dispone de 24,90m de fachada y 13,25m de fondo, contando con 3 alturas..

Las instalaciones de la empresa cuentan además con zonas ajardinadas rodeando el edificio. La vía pública de acceso a la parcela está asfaltada y es accesible para los vehículos, ya sean ligeros o pesados.

La parcela cuenta con 1.790 m² . Cuenta con dos accesos a la parcela situados a diferentes alturas, uno de ellos permite el acceso directo a la parcela y el otro, la entrada principal, que permite el acceso a la primera planta.

Emplazamiento:



ACCIDENTES DE TRABAJO

Causa	Gravedad	Año natural	Baja
Caída al mismo nivel	leve	2013	Si

Quemadura por lejía	leve	2013	Si
Accidente circulación (in itinere)	leve	2015	Si
Sobreesfuerzo (movilidad paciente)	leve	2014	Si

IDENTIFICACIÓN Y CUANTIFICACIÓN DEL PERSONAL

DEPENDENCIA	Nº	DESCRIPCION	TURNO
Empleados	29	XXX Cocinera	Mañana
		XXX Gerocultora	Noche
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Limpiadora	Mañana
		XXX Personal de atención sanitaria	Tarde
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Gerocultora	Noche
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Limpiadora	Mañana
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Personal de atención sanitaria	Mañana
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Directora	Mañana
		XXX Personal de atención psicosocial	Mañana
		XXX Cocinera	Mañana
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Gerocultor	Mañana
		XXX Gerocultora	Mañana
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Personal de atención sanitaria	Tarde
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Gerocultora	Noche
		XXX Gerocultora	Noche
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Gerocultora	Tarde
		XXX Gerocultora	Noche
Subcontratos	4	XXX Fisioterapeuta	Mañana
		XXX Médico	Mañana
		XXX Peluquero/a	Mañana
		XXX Podólogo	Mañana

Residentes	50	Residentes	Todo el día
------------	----	------------	-------------

GESTION Y ORGANIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN

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

1. Revisión de la evaluación:

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

2. Documentación:

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

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

3. Investigación de accidentes:

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

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

El encargado de la sección donde se produzca el accidente podrá realizar, por sí mismo o con auxilio de personal técnico especializado, la investigación de las causas que hayan originado algún daño derivado del trabajo en el ejercicio de las misiones de los distintos trabajadores de

la empresa. Del resultado de dicha investigación informará el empresario con objeto de que se adopten inmediatamente las medidas preventivas necesarias para corregir las situaciones que hayan ocasionado dicho daño.

4. Vigilancia de la salud:

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

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

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

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

5. Plan de información:

Con arreglo a lo dispuesto en el artículo 18 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, el empresario adoptará las medidas necesarias para que los trabajadores reciban todas las informaciones necesarias en relación con:

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

6. Trabajo de menores y aprendices:

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

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

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

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

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

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

7. Relaciones de empresas principales con empresas subcontratadas:

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

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

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

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

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

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

La empresa principal responderá solidariamente con los contratistas y subcontratistas a que se refiere el apartado 3 del Artículo 24 de esta Ley del cumplimiento, durante el periodo de la contrata, de las obligaciones impuestas por esta Ley en relación con los trabajadores que aquellos ocupen en los centros de trabajo de dicho empresario principal.

8. Delegados de prevención:

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

Las funciones del Delegado de Prevención son:

- Colaborar con la dirección de la empresa en la mejora de la acción preventiva.
- Promover y fomentar la cooperación de los trabajadores en la ejecución de la normativa sobre prevención de riesgos laborales.
- Ser consultados por el empresario, con carácter previo a su ejecución, acerca de las decisiones a que se refiere el artículo 33 de la presente Ley.
- Ejercer una labor de vigilancia y control sobre el cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales.

9. Protección de la maternidad:

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

poder tomar las medidas necesarias para su protección y su correspondiente evaluación de riesgos.

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

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

10. Presencia de recursos preventivos:

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

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

- Cuando los riesgos puedan verse agravados o modificados en el desarrollo del proceso o la actividad, por la concurrencia de operaciones diversas que se desarrollan sucesiva o simultáneamente y que hagan preciso el control de la correcta aplicación de los métodos de trabajo.
- Cuando se realicen las siguientes actividades o procesos peligrosos o con riesgos especiales:
 - Trabajos con riesgos especialmente graves de caída desde altura, por las particulares características de la actividad desarrollada, los procedimientos aplicados, o el entorno del puesto de trabajo.
 - Trabajos con riesgo de sepultamiento o hundimiento.
 - Actividades en las que se utilicen máquinas que carezcan de declaración CE de conformidad por ser su fecha de comercialización anterior a la exigencia de tal declaración con carácter obligatorio, que sean del mismo tipo que aquellas para las que la normativa sobre comercialización de máquinas requiere la intervención de un organismo notificado en el procedimiento de certificación,

cuando la protección del trabajador no esté suficientemente garantizada no obstante haberse adoptado las medidas reglamentarias de aplicación.

- Trabajos en espacios confinados. A estos efectos, se entiende por espacio confinado el recinto con aberturas limitadas de entrada y salida y ventilación natural desfavorable, en el que pueden acumularse contaminantes tóxicos o inflamables o puede haber una atmósfera deficiente de oxígeno, y que no está concebido para su ocupación continuada por los trabajadores.
- Trabajos con riesgo de ahogamiento por inmersión, salvo lo referido a los trabajos en inmersión con equipo subacuático.
- Cuando la necesidad de dicha presencia sea requerida por la Inspección de Trabajo y Seguridad Social, si las circunstancias del caso así lo exigieran debido a las condiciones de trabajo detectadas.

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

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

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

TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

En el momento de realizar la visita, la empresa cuenta con una trabajadora especialmente sensible por estar en estado de gestación.

Las tareas que realiza la trabajadora en el puesto de Gerocultora son las siguientes:

- Higiene personal del residente.
- Limpieza y mantenimiento de los utensilios del residente: hacer las camas, recoger la ropa y llevarlas a la lavandería, colaborar en el mantenimiento de las habitaciones.
- Dar de comer a aquellos residentes que no puedan hacerlo por sí mismos.
- Realizar cambios de postura y servicios auxiliares a los residentes.
- Limpiar y preparar mobiliario y materiales.

- Acompañar a los residentes en salidas, paseos, excursiones. Apoyo en el camino.

El horario de la trabajadora es de lunes a sábados de 07:00 a 14:00 y un domingo de cada mes, de 07:30 a 20:00 (tiene un día de descanso a la semana).

Condiciones del puesto de trabajo:

- Trabajo en bipedestación prolongada.
- Manutención de ancianos (manipulación manual de cargas) en el levantamiento de residentes, movilización y acomodación, baño y aseo de los mismos y en el acompañamiento en el camino.
- Riesgos biológicos por enfermedades de los residentes y por la realización de tareas como curas de heridas o aseo personal.
- Posturas forzadas por compresión abdominal, giros, agacharse, baño de los residentes, dar la comida a aquellos que no pueden por sí solos.
- Accidente in itinere por desplazamiento de su casa al trabajo.
- Vibraciones a baja frecuencia cuerpo entero, por desplazamiento en vehículo.
- La jornada laboral de la trabajadora es de lunes a domingo, en horario de 07:30 a 14:30 (libra un día a la semana).

Riesgos identificados en el puesto de trabajo teniendo en cuenta la condición especial de gestación.

Se considera que el puesto de trabajo es incompatible con el estado de la trabajadora por presentar los siguientes riesgos:

- Sobreesfuerzos por manutención de residentes, en las tareas de levantamiento, movilización, acomodación, aseo e higiene de los mismos, y en los acompañamientos en paseos y salidas. En muchos casos son grandes, debido al peso de los residentes, y la necesidad de aguantar y mantener parte del mismo.
- Trabajo en bipedestación, por alteración en el retorno venoso de la embarazada produciéndose edemas y dolor en miembros inferiores. Torsiones e inclinaciones por debajo de la rodilla, produciendo aumento de la presión intra-abdominal.
- Exposición a agentes químicos por enfermedades de los residentes y en tareas de curas y aseo de los mismos.
- Riesgo de caídas al mismo nivel por resbalones con alimentos o fluidos que pueden caer al suelo.
- Posturas forzadas con compresión abdominal y exposición a vibraciones de baja frecuencia por trayecto desde su vivienda hasta el lugar de trabajo, con el consiguiente riesgo de desprendimiento de placenta, mayor probabilidad de parto pre-término y abortos espontáneos.

Medidas preventivas propuestas en función de los riesgos descritos:

- Debe alternar la bipedestación con la posición sentado frecuentemente y siempre que lo necesite la trabajadora.
- Ha de hacer descansos en zonas habilitadas para ello, donde la trabajadora pueda elevar los miembros inferiores.
- No debe mantener posturas donde se produzca compresión abdominal, torsión o inclinación prolongada de la columna.
- No debe realizar en ningún momento sobreesfuerzos.
- No someterse a las vibraciones de baja frecuencia producidas por desplazamientos en vehículos.
- No debe realizar desplazamientos en vehículos que puedan emitir vibraciones.
- Formar e informar a las mujeres embarazadas a adoptar una postura correcta y evitar posturas forzadas o extremas al realizar la tarea.
- La protección de las trabajadoras exige evitar la exposición los riesgos anteriormente descritos, adaptando las condiciones y el tiempo de trabajo, o buscar otro puesto compatible con su estado que no suponga una exposición a los mismos.

Mediciones y estudios realizados:

Condiciones ambientales.

Fecha: 15/04/2016

Hora: 10:30-11:30

Dependencia	Temperatura °C	Humedad %	Observaciones
Recepción	24	47	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Vestíbulo	25.3	48	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Cocina	27	53	Adecuado
Lavandería	27.2	50	Adecuado
Almacén	24.3	48	Adecuado
Sala de calderas	28.7	51	Adecuado
Comedor	25.2	47	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará

			comprendida entre 14 y 25°C
Sala de estar/juegos	24.4	48	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Despacho dirección	24	48	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Enfermería	25.3	49	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Sala rehabilitación	23.8	48	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Baño adaptado	26.3	50.1	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Vestuario empleados	25	47.4	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
Oficina 1ª planta	24.1	47	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
14 habitaciones con 14 baños (1ª planta)	24-25.6	49	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C
16 habitaciones con 16 baños (2ª planta)	24-25.6	49	La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C

Los valores límite se encuentran recogidos en el Real Decreto 486/1997 sobre condiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

Iluminación.

Fecha:14/04/2016

Hora:11:00-12:00

Dependencia	Puesto	Tarea	Iluminación existente (Lux)	Iluminación requerida	Observaciones
Recepción	PVD	Lectura, escritura, PVD	584	500	Iluminación correcta
Vestíbulo	Zona de paso	Vía de circulación	203	100-200	Iluminación correcta
Cocina	Cocinero	Preparación alimentos, cocinar	314	200-500	Iluminación suficiente
Despacho Dirección	PVD	Lectura, escritura, proceso de datos, PVD	612	500	Iluminación suficiente
Enfermería	Enfermera	Curas, preparación y aplicación de medicación	632 sin flexo auxiliar 1140 con flexo	500-1000	Iluminación suficiente
30 habitaciones	Cama Paciente	Reconocimiento, curas, aseos, limpieza habitación	500-750	300-500	Iluminación suficiente

Los valores límite se recogen en el Real decreto 486/1997 sobre condiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

Las mediciones de iluminación se han realizado a la altura donde se realiza la tarea, en caso de zonas de uso general a 85cm del suelo y en el de las vías de circulación a nivel del suelo.

Ruido.

Según el Artículo 6.1. del Real Decreto 286/2006, de 10 de marzo, sobre protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos derivados con la exposición al ruido: "La medición no será necesaria en los casos en que la directa apreciación profesional acreditada permita llegar a una conclusión sin necesidad de la misma".

RESULTADOS

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

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

Riesgo referidos al área de trabajo: Instalaciones generales.

C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	
ED	B	MO	01;Causa	Medidas Preventivas
Escaleras fijas de acceso a plantas superiores.				01; Las escaleras de acceso a las plantas superiores se mantendrán limpias y libres de obstáculos, no dejando ni de modo puntual objetos o materiales en éstas. Dispondrán de sistema antideslizante en los peldaños, y éste será objeto de mantenimiento periódico.
				02; Las escaleras fijas deben contar con barandilla de protección a partir de 60 cm de altura. Deben estar siempre protegidos todos los lados abiertos de las escaleras fijas, y los lados cerrados, siempre y cuando la escalera cuente con una anchura superior a 1,20 metros. Los escalones que no sean de servicio tendrán una huella comprendida entre 23 y 36 cm, y una contrahuella entre 13 y 20 cm. En caso de deterioro de los peldaños y suelo de los rellanos de las mismas serán reparados inmediatamente.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Materiales o sustancias resbaladizas en zonas de paso.				01; Las zonas de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizándose las limpiezas necesarias. Se deben evitar cables de aparatos en zonas de paso. Comprobar que las dimensiones de espacio permiten desplazamientos seguros.	
				02; Durante las limpieza de los suelos, se deberá señalar que el suelo ha sido fregado y se encuentra mojado. En caso de derrame de algún líquido o material que pueda suponer resbalones, será retirado de manera inmediata.	
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Desperfectos y rotura de techos.				01; Se vigilarán las condiciones estructurales de las instalaciones, reparando inmediatamente cualquier anomalía que pueda provocar daños a los trabajadores o a terceras personas. En caso de roturas en techos, en partes altas de las paredes, de lámparas o mamparas, cuadros, etc, que puedan caer, se retirarán inmediatamente y se repararán. En caso de detectar deterioro de los elementos estructurales en la residencia o elementos decorativos, se repararán inmediatamente, en prevención de accidentes por caída de objetos.	
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas	
Estanterías para almacenamiento.				01; Comprobar en general que se mantiene arriostradas las estanterías, la estabilidad de éstas y el correcto almacenamiento de materiales en las mismas.	
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Colocación inadecuada de materiales.				01; En caso de apilar unos materiales sobre otros, se hará de forma segura y estable, vigilando los apilamientos periódicamente para comprobar que siguen siendo estables, y que no han perdido la verticalidad y los bultos no se han deformado.	

				02; Para alcanzar material que se encuentre en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo, podría caer sobre el trabajador. Se dejarán las lejas bajas de las estanterías para los materiales y artículos más pesados. Los artículos pequeños se almacenarán en contenedores o cajas. Los contenedores o cajas se almacenarán en lejas de fácil acceso. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Objetos, mobiliario (sillas , sillas de ruedas...) o materiales en zonas de paso.				01; Las zonas de trabajo, pasillos o zonas de paso, deberán permanecer libres de obstáculos, de modo que permitan desplazamientos seguros.
				02; Los cajones y puertas de armarios, tanto de las estancias comunes como de las habitaciones, despachos y mesillas, permanecerán siempre cerrados.
C	P	V		Riesgo: EXPLOSION
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Instalación de gas.				01; La empresa es responsable del mantenimiento, conservación y buen uso tanto de la instalación interior y de los aparatos de gas acoplados a ella como de la instalación exterior (desde el propio depósito hasta la primera llave de corte), para ello se requiere un contrato de mantenimiento con una empresa instaladora autorizada (cada 5 años. Cada 15 años se realizará el "retimbrado" del depósito (consiste en someter el depósito a una prueba hidráulica para comprobar su estanqueidad) esta prueba se realiza por su empresa instaladora y tiene que estar certificada por un organismo de control autorizado (OCA).

				02; Vigilar que no haya material combustible (gasolina, fuel-oil, aceites etc...) en el recinto del depósito. Mantener la señalización de prohibido fumar y encender fuego en las inmediaciones del depósito y respetarlas en todo momento. Mantener la señalización de riesgo de atmosferas explosivas. No utilizar móviles u otros aparatos eléctricos cerca del depósito.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Mantenimiento de caldera.				01; La empresa controlará que tras la inspección inicial de la misma, ésta sea sometida a las revisiones obligatorias de acuerdo al Reglamento de las Instalaciones Térmicas en los Edificios, RITE (Real Decreto 1027/2007) y a la ITC MIE-AP1.
				02; Señalizar en la puerta de entrada al cuarto de caldera prohibido el paso a persona no autorizada, y señalar el riesgo de explosión.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Factores de inicio
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Cortocircuitos.				01; Se revisara periódicamente la instalación eléctrica comprobando el adecuado funcionamiento de los diferenciales de los cuadros eléctricos. Los receptores eléctricos deberán estar protegidos contra cortocircuitos y contra sobrecargas en todas sus fases. La protección contra sobrecargas cubrirá el riesgo de falta de tensión en cada una de sus fases.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Sobrecarga de enchufes.				01; No hacer uso de prolongadores de varias tomas y ladrones para conectar varios equipos eléctricos en un mismo punto.
D	M	M O	03;Causa	Medidas Preventivas

Instalación de gas.				01; La empresa es responsable del mantenimiento, conservación y buen uso tanto de la instalación interior y de los aparatos de gas acoplados a ella como de la instalación exterior (desde el propio depósito hasta la primera llave de corte), para ello se requiere un contrato de mantenimiento con una empresa instaladora autorizada (cada 5 años. Cada 15 años se realizará el "retimbrado" del depósito (consiste en someter el depósito a una prueba hidráulica para comprobar su estanqueidad) esta prueba se realiza por su empresa instaladora y tiene que estar certificada por un organismo de control autorizado (OCA).	
				02; Vigilar que no haya material combustible (gasolina, fuel-oil, aceites etc...) en el recinto del depósito. Mantener la señalización de prohibido fumar y encender fuego en las inmediaciones del depósito y respetarlas en todo momento. Mantener la señalización de riesgo gases inflamables. No utilizar móviles u otros aparatos eléctricos cerca del depósito.	
D	M	M O	04;Causa	Medidas Preventivas	
Almacenamiento de productos químicos de lavandería.				01; Se recomienda reducir estocaje al mínimo. Se ubicarán los productos en un armario con ventilación y señalizada en la puerta el riego productos tóxicos. Se almacenarán por separado los productos incompatibles y se tendrá en cuenta las indicaciones de las fichas de seguridad de los productos.	
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Medios de lucha	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	

Ubicación.				01; La empresa comprobara periódicamente que los medios de lucha contra incendios se encuentran ubicados correctamente: en un lugar visible y accesible, a ser posible próximos a la salida de evacuación y sobre soportes fijados a paramentos verticales, de modo que la parte superior del extintor quede, como máximo, a 1,70 metros del suelo, y que nunca haya más de 15 metros entre extintor y extintor. La empresa verificará que las distribución de los medios de lucha contra incendios se mantiene.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Mantenimiento y revisión.				01; Comprobar periódicamente que se realiza mantenimiento adecuado de los medios de lucha contra incendios (extintores y BIES) y de los sistemas de detección y alarma, por empresa acreditada, de conformidad con lo establecido en la normativa vigente (R.D. 1942/1993 de 5 de noviembre) El mantenedor entregara una copia del documento al titular donde justifique que ha realizado las operaciones de mantenimiento, resultado o incidencias y la fecha en la que se realizarán las revisiones periódicas.
				02; Comprobar periódicamente que los medios de lucha contra incendios se encuentran libres de obstáculos y de objetos encima, de modo que sean fácilmente accesibles en todo momento.
				03; Operaciones a realizar (trimestralmente) sobre los extintores por el personal del titular de la instalación del equipo o sistema: - Comprobación de la accesibilidad, buen estado aparente de conservación, seguros, precintos, inscripciones, manguera, etc. - Comprobación del estado de carga (peso y presión) del extintor y del botellín de gas impulsor (si existe), estado de las parte mecánicas (boquilla, válvulas, manguera, etc.)

				04; Operaciones a realizar (anualmente) sobre los extintores por el personal especializado del fabricante o instalador del equipo o sistema: - Verificación del estado de carga (peso, presión) y en el caso de extintores de polvo con botellín de impulsión, estado del agente extintor. - Comprobación de la presión de impulsión del agente extintor. - Estado de la manguera, boquilla o lanza, válvulas y partes mecánicas.
				05; Operaciones a realizar (cada cinco años) sobre el extintor por el personal especializado del fabricante o instalador del equipo o sistema: - A partir de la fecha de timbrado del extintor (y por tres veces) se retimbrará el extintor de acuerdo con la ITC-MIE AP.5 del Reglamento de aparatos a presión sobre extintores de incendios.
				06; En cuanto al sistema manual de alarma de incendios, la empresa deberá revisar trimestralmente el funcionamiento de la instalación (con cada fuente de suministro); realizar mantenimiento de acumuladores: limpieza de bornas, reposición de agua destilada, etc.
				07; El sistema manual de alarma contra incendios, deberá ser revisado anualmente por empresa autorizada, realizando las siguientes comprobaciones: verificación integral de la instalación; limpieza del equipo de centrales y accesorios; verificación de uniones roscadas o soldadas; limpieza y reglaje de relés; regulación de tensiones e intensidades; verificación de los equipos de transmisión de alarma; prueba final de la instalación con cada fuente de suministro eléctrico.
D	B	TO	03;Causa	Medidas Preventivas
Señalización.				01; La empresa comprobara periódicamente que la señalización de los medios de lucha contra incendios se mantiene correctamente colocada sobre los extintores y pulsadores de alarma.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Evacuación
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Necesidad de evacuar la residencia.				01; Las vías y salidas de evacuación estarán libres de obstáculos. Las puertas de emergencia no deberán estar cerradas mientras permanezcan dentro de las instalaciones los trabajadores, en caso de que por motivos de seguridad de los usuarios se tengan que mantener cerradas, siempre se encontrará una copia de la llave junto a la misma.	
				02; Comprobar periódicamente que las salidas y vías de evacuación en todo el centro se mantienen debidamente señalizadas (R.D. 485/97 forma rectangular o cuadrada, pictograma en blanco sobre fondo verde).	
				03; La empresa comprobará el correcto funcionamiento del alumbrado de emergencia de todas las dependencias de la residencia.	
				04; Se seguirá el plan de autoprotección con el que cuenta la residencia, teniendo el mismo actualizado (nombramiento de personal que intervienen en las evacuaciones), informando en cada caso a los trabajadores sobre el mismo.	
C	P	V		Riesgo: ILUMINACION INADECUADA	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Niveles de iluminación.				01; Los lugares de trabajo, y cada una de las zonas del mismo, deben contar con suficiente iluminación de acuerdo con las tareas realizadas en la misma y sus exigencias visuales, así como con los riesgos a que se ven sometidos dichos trabajadores dependientes de dichas condiciones de visibilidad. La distribución de los niveles de iluminación será lo más uniforme posible. Se deberán evitar deslumbramientos directos por luz solar o artificial e indirectos producidos por superficies reflectantes.	
				C	P
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	

Sistemas de ventilación.				01; La empresa realizara correcto mantenimiento de los sistemas de ventilación/climatización realizado por personal especializado para eliminar las fuentes contaminantes. Para ello, se inspeccionará el equipo buscando señales de corrosión y humedades elevadas, se sustituirán las partes estropeadas, limpiándose a fondo el sistema, se usarán biocidas y desinfectantes. Se asegurará que los filtros estén completamente secos tras su limpieza, antes de su reinstalación.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Contacto con desechos orgánicos.				01; Los restos de desechos orgánicos (pañales,...), se desecharán en recipientes independientes de los demás restos tales como alimentarios. Los trabajadores guardarán y lavarán la ropa de trabajo de modo independiente a la de uso personal. Antes de salir de la residencia los trabajadores deberán quitarse la ropa de trabajo y los equipos de protección individual (EPI) que puedan estar contaminados por agentes biológicos.
C	P	V	Riesgo: OTROS REQUISITOS GENERALES	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Material de primeros auxilios.				01; La empresa mantendrá a disposición de todos los trabajadores material sanitario, de modo que repondrá el agotado y sustituirán el caducado. Todo lugar de trabajo deberá disponer, como mínimo, de un botiquín portátil que contenga desinfectantes y antisépticos autorizados, gasas estériles, algodón hidrófilo, venda, esparadrapo, apósitos adhesivos, tijeras, pinzas y guantes desechables.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Servicios higiénicos.				01; Se mantendrán en adecuado estado de orden y limpieza los servicios higiénicos con los que cuentan los trabajadores.
D	M	M O	03;Causa	Medidas Preventivas

Documentación de equipos de trabajo a disposición de trabajadores.				01; Es obligación del empresario que sus máquinas en uso se ajusten a los requisitos de la normativa vigente y es, a su vez, derecho y deber de los trabajadores exigir el cumplimiento de tales requisitos, concretamente el Real Decreto 1215/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo. Toda la maquinaria debe disponer de Marcado CE, Declaración de conformidad y Manual de Instrucciones en castellano, dónde se informe de la forma de efectuar sin riesgo todas y cada una de las operaciones usuales u ocasionales que en las máquinas se deban realizar: reglaje, utilización, limpieza, mantenimiento, etc.
D	B	TO	04;Causa	Medidas Preventivas
Trabajadores especialmente sensibles (embarazadas, menores, disminuidos...)				01; Cuando la empresa contrate o cuente en plantilla con personal especialmente sensible (independientemente del puesto que ocupe o vaya a ocupar), avisará inmediatamente al servicio de prevención para evaluar específicamente el puesto de trabajo.
D	B	TO	05;Causa	Medidas Preventivas
Coordinación de actividades empresariales con empresas externas.				01; En cumplimiento del artículo 24 de la Ley 31/1995 de 8 de Noviembre de Prevención de riesgos laborales y su desarrollo según Real Decreto 171/2004, de 30 de enero, la empresa debe de llevar a cabo un procedimiento de coordinación de actividades empresariales y establecer los medios con esta finalidad en materia de prevención de riesgos laborales, ya que todas las empresas que accedan a las instalaciones, deben de presentar y recibir la documentación reglamentaría en PRL.

				02; Las empresas solicitará a las empresas contratadas para ciertos trabajos dentro de las instalaciones de la residencia, que cuenten con contrato de prevención, listado de trabajadores que accederán a las instalaciones, justificante de formación del art.19 LPRL, información, registro de entrega de EPIS, los informes de aptitud y maquinaria de acuerdo al R.D.1215/1997. Los trabajadores ajenos a la empresa que accedan a las instalaciones (para tareas de mantenimiento, obras del centro, reparaciones,...), deberán entrar con la debida autorización por parte de la empresa.
D	M	M O	06;Causa	Medidas Preventivas
Almacenamiento de productos de limpieza.				01; Los productos de limpieza deben guardarse en un armario específico para ellos; se señalará el peligro productos tóxicos, se mantendrá cerrado y ventilado. Los productos se almacenarán teniendo en cuenta las incompatibilidades entre ellos.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Deficiencias en la instalación eléctrica.				01; La instalación eléctrica estará equipada con protección diferencial. La protección diferencial se comprobará periódicamente, accionando el pulsador "test", certificando su eficacia y validez.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO DIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Partes activas al descubierto (defectos de aislamiento)				01; Mantener alejadas las conexiones de las zonas de paso y de las fuentes de agua. Garantizar el aislamiento eléctrico, de todos los cables activos. Todas las clavijas de conexión estarán bien sujetas, limpias y no presentaran partes activas accesibles. Manipular siempre la instalación eléctrica con la instalación desconectada. Los cuadros eléctricos se mantendrán siempre cerrados y se indicará la zona que conecta cada uno de los interruptores.
ED	B	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Señalización de riesgo eléctrico.				01; Mantener la señalización de peligro eléctrico en todos los cuadros y elementos bajo posible tensión.

Riegos referidos al puesto de trabajo : Limpiadora

C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Utilización de escaleras manuales.				01; Las escaleras de mano tendrán la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para que su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de las mismas. Las escaleras de mano se utilizarán de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante. El ascenso, descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán de frente a las mismas.
				02; Antes de que los trabajadores utilicen la escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad. Las escaleras de mano deben tener calzos, que permitan que la base de la misma quede sólidamente asentada. Las escaleras de mano se revisarán periódicamente. Se prohíbe la utilización de escaleras de madera pintadas, por la dificultad que ello supone para la detección de sus posibles defectos.

				03; Las escaleras de mano no se utilizarán por dos o más trabajadores simultáneamente. Las escaleras de mano se revisarán periódicamente. Las escaleras de tijera estarán compuestas de zapatas antideslizantes y sistema limitador de apertura.
				04; No se emplearán escaleras de mano de cuya resistencia no se tengan garantías. Antes de que los trabajadores utilicen la escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de silla para acceder a lugares elevados.				01; Los trabajadores no harán uso de las silla para acceder a lugares elevados. Para ello harán uso de escaleras de mano apropiadas u otros medios homologados.
D	M	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Hacer uso de escaleras fijas para acceder a plantas superiores o limpieza de éstas.				01; No subir las escaleras cargando cubos o elementos de limpieza, éstos serán subidos por el ascensor.
				02; Extremar las precauciones durante la limpieza de la escalera, estando prohibido bajar los escalones de espaldas incluso en las tareas de fregado de los mismos. Se planificará la limpieza de la escalera de modo que los trabajadores no tengan que pisar los escalones mojados durante el desarrollo de las tareas.
				03; Subir o bajar las escaleras tranquilamente y sin prisas, evitando correr, haciendo uso de la barandilla con la que cuenta. No subir o bajar de dos en dos los peldaños.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Objetos o sustancias en zonas de paso.				01; No se dejará el material de limpieza en zonas de paso, retirando los objetos y obstáculos que se encuentren en las mismas. Los cables de máquinas que se utilicen durante las tareas de limpieza se colocarán sin que atraviesen lugares o zonas de paso, recogiénolos cuando no se usen las máquinas.
				02; La trabajadora hará uso de calzado con suela antideslizante.
LD	M	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Suelo mojado.				01; En las tareas de limpieza de los suelos, extremar las precauciones durante el fregado de los mismos y evitar pasar por zonas con el suelo mojado. La trabajadora usará calzado cerrado con suela antideslizante.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Levantar o mover el mobiliario.				01; Los trabajadores no intentarán mover o levantar solos los equipos informáticos de las oficinas, ni el mobiliario de la residencia en general (mesas, muebles, estanterías, camas...) durante las tareas de limpieza, lo harán siempre entre dos o más trabajadores.
				02; La trabajadora hará uso de calzado que le cubra la totalidad del pie.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Colocación inadecuada de material.				01; Se dejarán las lejas bajas de las estanterías para los materiales y artículos más pesados. Los artículos pequeños se almacenarán en contenedores o cajas. Los contenedores o cajas se almacenarán en lejas de fácil acceso. En caso de apilar unos materiales sobre otros hacerlo de forma segura y estable. Vigilar las pilas periódicamente para comprobar que siguen siendo estables y que no han perdido la verticalidad y los bultos no se han deformado.

				02; Para alcanzar material que se encuentre en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo, podría caer sobre el trabajador. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Objetos en zonas de paso.				01; No se almacenarán cajas ni materiales en zonas de paso. Los cajones, puertas de armarios... permanecerán cerrados siempre.
C	P	V		Riesgo: PROYECCION DE FRAGMENTOS O PARTICULAS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Proyección de productos de limpieza durante su vertido.				01; La empresa proporcionará a la trabajadora para aquellas tareas que haya posibilidad de proyectar líquidos (trasvase o vertido de productos), gafas de protección ocular con montura integral o universal con protección lateral con marcado CE. 02; Las botellas de productos se mantendrán en todo momento cerradas, solo abriéndolas en el momento en que se necesite el producto, y no dejándolas nunca abiertas.
C	P	V		Riesgo: SOBRESFUERZOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Manipulación de los utensilios de limpieza.				01; Según los datos obtenidos con la aplicación del listado de identificación inicial de riesgos del INSHT, no existe riesgo de sobreesfuerzo por lo que no se necesita estudio ergonómico específico. Durante la realización del listado del INSHT se encontraba presente el responsable de prevención de la empresa, por lo que se avisará al Servicio de Prevención si cambiaran las condiciones de trabajo de las que se dieron dicho día.	
				02; Los trabajadores harán siempre uso del carro con el que cuentan para transporte de utensilios y materiales de limpieza, y utilizarán el escurridor de fregona ergonómico, tipo "prensa", para reducir el esfuerzo realizado al fregar suelos, en caso de rotura del mismo la empresa lo sustituirá por otro de igual sistema. Dichos carros los usaran en todas las instalaciones, para plantas superiores acceder con el mismo por el ascensor.	
				03; Para limpiar las plantas superiores, seguir con la medida establecida por la empresa de subir los utensilios por el ascensor. En caso de fregado de escalera no llenar los cubos al máximo, aunque suponga cambio de agua más frecuente. Para tareas de limpieza donde sea necesario mover mobiliario, se realizará siempre con ayuda de un compañero.	
C	P	V		Riesgo: CONTACTO TERMICO	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Limpieza en zonas con presencia de equipos a elevada temperatura.				01; No se realizarán tareas de limpieza sobre o cerca de equipos cuyo funcionamiento pueda suponerles estar a elevada temperatura. Para la limpieza, deberán estar parados y en frío.	
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A SUSTANCIAS QUIMICAS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	

Uso de productos de limpieza.				01; La empresa hace uso de productos de uso domestico, tras consultar la información sobre los productos se recomienda durante las tareas de limpieza, que la trabajadora haga uso de guantes de látex, evitando en todo momento el contacto de la piel con los productos de limpieza al tratarse de sustancias irritantes. Limpiarse y secarse bien las manos antes y después del uso de los guantes.	
				02; A la hora del uso de productos de limpieza comprobar las indicaciones del fabricante de la etiqueta. No realizar mezclas de productos de limpieza.	
				03; Al efectuar diluciones con agua, verter el ácido (agua fuerte, p. ej.) sobre el agua. Utilizar los productos en sus envases originales. Mantener las etiquetas en buen estado de conservación, evitando su rotura, caída y/o manchado. Mantener los recipientes cerrados.	
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas	
Manipulación de productos de limpieza.				01; No realizar trasvases de productos de limpieza de sus envases originales a otros. En caso de comprar los productos en grandes recipientes y ser estrictamente necesario el trasvase, se hará siempre a recipientes adecuados, correctamente etiquetados (igual al envase original), y haciendo uso de gafas de protección ocular y guantes. Bajo ningún concepto se podrá hacer uso de envases de uso alimentario.	
C	P	V		Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Desplazamientos por motivos de trabajo, ida y vuelta del centro de trabajo.				01; La empresa cuidará que la presión de tiempos no resulte excesiva e induzca a infringir el código de la circulación. El vehículo y conductor deberán de cumplir todos los requisitos exigidos por la Dirección General de Tráfico: ficha técnica, ITV, carnet de conducir adecuado al tipo de vehículo.	

			02; El trabajador hará uso de casco en caso de desplazamientos en motocicleta y del cinturón de seguridad en el caso de coche. Se someterá el vehículo a las revisiones obligatorias. En caso de condiciones atmosféricas desfavorables (lluvia, viento, niebla,...), extremar las precauciones.
			03; En caso de encontrarse mal físicamente o incapacitado para coger el vehículo, el trabajador avisará a la empresa y pospondrá su llegada o salida de la misma.
C	P	V	Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS
D	M	M O	01;Causa
			Medidas Preventivas
Contacto con fluidos o material sanitario.			01; Los trabajadores no podrán comer, beber o fumar en las áreas de trabajo El empresario se responsabilizará del lavado y, en caso necesario, descontaminación de la ropa de trabajo y los equipos de protección, quedando rigurosamente prohibido que los trabajadores se lleven los mismos a su domicilio para tal fin.
			02; Los trabajadores cubrirán las heridas o lesiones con las que cuenten con apósitos impermeables y sobre éstos harán uso de guantes. Se realizarán lavado frecuente y riguroso de las manos, sobre todo después de quitarse los guantes, antes y después de comer, beber o fumar. Los trabajadores harán uso de uniforme adecuado, el cual será lavado en el centro de trabajo y separado de la ropa de calle.

				03; El personal de limpieza no manipulará los materiales utilizados por el personal de atención sanitaria, éstos deberán ser recogidos por dicho personal en contenedores especiales con tapa de seguridad. En caso de encontrar restos de éste material en alguna habitación o estancia de la residencia, se tomarán las máximas precauciones para evitar heridas por causa de agujas, o instrumentos cortantes, por ello NO hay que reencapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas, habrá que depositarlas en los contenedores específicos para ello.
				04; En caso de pinchazo o corte accidental con material utilizado se avisará inmediatamente a la empresa y se acudirán inmediatamente al centro sanitario correspondiente para seguir el protocolo de actuación establecido en estos casos.
C	P	V		Riesgo: TRASTORNOS MUSCULOESQUELETICOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Realizar movimientos repetitivos y mantenimiento de postura forzada con extremidades superiores, cuello y espalda.				01; La trabajadora planificará sus tareas de modo que las alterne, no realizando la misma tarea que suponga repetitividad, sobre todo en las articulaciones de los miembros superiores durante un periodo de tiempo prolongado.
				02; Los trabajadores deberán contar con fregonas tipo prensa, de modos que solo harán uso de este tipo de fregona y en caso de rotura del mismo la empresa lo sustituirá por otro de igual sistema.
C	P	V		Riesgo: FATIGA FISICA
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Adquisición de posturas forzadas durante las tareas de limpieza.				01; La trabajadora tendrá en cuenta que debe realizar descansos y alternar unas tareas de limpieza con otras, de modo que alterne la limpieza de las zonas elevadas (encima de armarios, ventanas...) con tareas de limpieza de suelos y de mobiliario, para poder descansar grupos musculares.

D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Desplazamiento con utensilios de limpieza.				01; Los trabajadores harán siempre uso de los carros con los que cuentan para transportar todos los materiales y utensilios de trabajo que utilizan. Para limpieza de plantas superiores, se subirán los carros con los utensilios haciendo uso del ascensor.
C	P	V	Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Golpes/cortes con útiles o material de limpieza o por material de uso sanitario.				01; Elección adecuada de los utensilios de limpieza en función del trabajo a realizar. Cuando el material de limpieza este deteriorado o en malas condiciones será sustituido por nuevo. 02; El personal de limpieza no limpiará ni manipulará los materiales utilizados por el personal de atención sanitaria, éstos deberán ser recogidos por dicho personal en contenedores especiales con tapa de seguridad. En caso de encontrar restos de éste material en alguna habitación o estancia de la residencia, se tomarán las máximas precauciones para evitar heridas por causa de agujas, o instrumentos cortantes, por ello NO hay que reencapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas, habrá que depositarlas en los contenedores específicos para ello.
C	P	V	Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Acciones inseguras de trabajadores				01; Los trabajadores no manipularán los equipos eléctricos ni la instalación eléctrica con las manos mojadas.
C	P	V	Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Contenido, organización y entorno de trabajo				01; Se seguirán las medidas establecidas en el informe psicosocial realizado a la empresa.

Riesgos referidos al puesto de trabajo: Personal de atención psicosocial.

C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras de mano				01; Aunque el uso de escaleras de mano no es frecuente, es por ello por lo que antes de su uso se debe revisar que tengan la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para que su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de la misma. Las escaleras de mano se utilizarán de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante. Queda prohibido el uso de escaleras de mano de construcción improvisada.
				02; Antes de utilizar una escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad. La base de la escalera deberá quedar sólidamente asentada y contar con zapatas antideslizantes. En el caso de escaleras simples la parte superior se sujetará, si es necesario al paramento sobre el que se apoya. Las escaleras de tijera contarán con cadena limitadora de apertura.
				03; Las escaleras de mano simples se colocarán, en la medida de lo posible, formando un ángulo aproximado de 75 grados con la horizontal.
				04; La escalera no será utilizada por más de un trabajador a la vez, el ascenso y descenso se hará de frente a la misma y siempre con las manos libres. Evitar situar la escalera detrás de puertas, a no ser que se señalice.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de sillas para acceder a zonas elevadas.				01; Para acceder a una zona elevada no se hará uso de sillas y mucho menos con ruedas, para ello utilizarán escaleras de mano seguras u otros equipos homologados.

ED	B	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras fijas.				01; Cuando se acceda a las plantas superiores por la escalera fija, los trabajadores tendrán en cuenta que deben subir o bajar las escaleras tranquilamente y sin prisas, evitando correr y haciendo uso de la barandilla con la que cuenta. No subir o bajar de dos en dos los peldaños
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Presencia de obstáculos, sustancias o suelos resbaladizos.				01; Los lugares de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizando las tareas de limpieza necesarias. El suelo deberá estar siempre limpio de restos de productos tanto sólidos como líquidos. Utilizar calzado adecuado a las funciones que realiza con suela antideslizante. Poner en conocimiento del beneficiario o de la propia empresa, los defectos que pudiesen encontrarse en los suelos y pavimentos de la empresa.
				02; Cuando se caiga cualquier alimento (sólido o líquido) o sustancias al suelo será limpiador inmediatamente.
				03; No acceder a las áreas de las instalaciones que están siendo limpiadas, evitando pasar por zonas con suelo mojado.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Manipulación y colocación de material.				01; Los trabajadores no manipularán manualmente objetos o materiales pesados. Antes de transportar o colocar materiales y objetos, se deberá comprobar que se puede hacer un agarre seguro de los mismos, y se planificará el recorrido para comprobar que no hay objetos obstaculizando el desplazamiento.

				02; Los trabajadores harán uso de calzado que cubra todo el pie, sujeto al tobillo, no pudiendo usar sandalias, zuecos o calzado que deje parte del pie al descubierto.
				03; Cuando los materiales y objetos sean almacenados se comprobará que han sido correctamente colocados y se asegurará la estabilidad de los apilamientos. Para alcanzar materiales que se encuentren en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agárralo. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Existencia de mobiliario, estanterías, camillas				01; Los trabajadores comprobarán que el espacio para realizar desplazamientos está libre de objetos o de obstáculos. Los trabajadores cerrarán las puertas de armarios y cajones cuando no estén haciendo uso de los mismos, para evitar golpearse con ellos. No se colocarán camas, camillas, sillas ... en pasillos y zonas de paso.
C	P	V		Riesgo: SOBRESFUERZOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Caída de un anciano.				01; Aun teniendo en cuenta que es una situación accidental, si un anciano cayera al suelo, su levantamiento se realizará de manera mecánica con ayuda de la grúa, nunca se intentará levantar por un solo trabajador.
C	P	V		Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Desplazamientos por motivos de trabajo, ida y vuelta del centro de trabajo.				01; La empresa cuidará que la presión de tiempos no resulte excesiva e induzca a infringir el código de la circulación. El vehículo y conductor deberán de cumplir todos los requisitos exigidos por la Dirección General de Tráfico: ficha técnica, ITV, carnet de conducir adecuado al tipo de vehículo.	
				02; El trabajador hará uso de casco en caso de desplazamientos en motocicleta y del cinturón de seguridad en el caso de coche. Se someterá el vehículo a las revisiones obligatorias. En caso de condiciones atmosféricas desfavorables (lluvia, viento, niebla,...), extremar las precauciones.	
				03; En caso de encontrarse mal físicamente o incapacitado para coger el vehículo, el trabajador avisará a la empresa y pospondrá su llegada o salida de la misma.	
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Contacto con usuarios enfermos.				01; Los trabajadores están expuestas a diversos tipos de enfermedades tales como gripe, por ello se recomienda la vacunación de los mismos.	
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas	
Contacto con fluidos				01; Se realizarán lavado frecuente y riguroso de las manos, sobre todo antes y después de la jornada laboral. Los trabajadores no podrán comer, beber o fumar en las zonas de trabajo en las que exista riesgo biológico.	

				02; El personal de atención psicosocial no manipulará los materiales utilizados por el personal de atención sanitaria, éstos deberán ser recogidos por dicho personal en contenedores especiales con tapa de seguridad. En caso de encontrar restos de dicho material se tomarán las máximas precauciones para evitar heridas por causa de agujas, o instrumentos cortantes, por ello NO hay que reencapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas, habrá que depositarlas en los contenedores específicos para ello.
C	P	V		Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de equipo informático.				01; El equipo informático se ubicará de tal manera que sea posible sentarse de frente a la pantalla, evitando giros del cuello (ángulo de giro inferior a 35°). La distancia mínima entre los ojos y la pantalla debe ser de 55 cm. Una vez ajustada la altura de la mesa, se comprobará que el borde superior de la pantalla queda a la altura de sus ojos o algo por debajo. Los trabajadores contarán con asiento ergonómico y a aquellos que lo soliciten se les facilitará reposapiés.
C	P	V		Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de tijeras, cuters,...				01; las tijeras abiertas no se transportarán en los bolsillos, sino en estuches o fundas, el cutter debe ser transportado con la cuchilla guardada; lo correcto es utilizar tijeras con mangos anatómicos que impidan que la mano resbale; cuanto mejor sea el filo, más seguro será su empleo, ya que se tendrá que hacer menos esfuerzo y habrá menos probabilidades de que se escape sin control; no se dejarán las tijeras ni el cutter abandonados en lugares donde puedan caerse o tropezar con ellos; se afilarán periódicamente.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO

D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Acciones inseguras de trabajadores				01; Los trabajadores no manipularán los equipos eléctricos ni la instalación eléctrica con las manos mojadas. En caso de detectar defectos de aislamiento (enchufes en mal estado, cables pelados), los trabajadores no los repararán y avisarán a dirección para que se solvete cuanto antes (hasta entonces el aparato permanecerá desenchufado).
C	P	V	Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Contenido, organización y entorno de trabajo				01; Se seguirán las medidas establecidas en el estudio psicosocial.

Riesgos referidos al puesto de trabajo: Gerocultora

C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras de mano				01; Aunque el uso de escaleras de mano no es frecuente, es por ello por lo que antes de su uso se debe revisar que tengan la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para que su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de la misma. Las escaleras de mano se utilizarán de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante. Queda prohibido el uso de escaleras de mano de construcción improvisada.
				02; Antes de utilizar una escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad. La base de la escalera deberá quedar sólidamente asentada y contar con zapatas antideslizantes. En el caso de escaleras simples la parte superior se sujetará, si es necesario al paramento sobre el que se apoya.

				03; Las escaleras de mano simples se colocarán, en la medida de lo posible, formando un ángulo aproximado de 75 grados con la horizontal. Las escaleras de tijera contarán con cadena limitadora de apertura.
				04; La escalera no será utilizada por más de un trabajador a la vez, el ascenso y descenso se hará de frente a la misma y siempre con las manos libres. Evitar situar la escalera detrás de puertas, a no ser que se señalice.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de sillas para acceder a zonas elevadas.				01; Para acceder a una zona elevada no se hará uso de sillas y mucho menos con ruedas, para ello utilizarán escaleras de mano seguras o equipos homologados para ello.
ED	B	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras fijas.				01; Cuando se acceda a las plantas superiores por la escalera fija, los trabajadores tendrán en cuenta que deben subir o bajar las escaleras tranquilamente y sin prisas, evitando hacerlo corriendo o empujando a la persona que le preceda, haciendo uso de la barandilla con la que cuenta. No subir o bajar de dos en dos los peldaños
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Presencia de obstáculos, sustancias o suelos resbaladizos.				01; Los lugares de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizando las tareas de limpieza necesarias. El suelo deberá estar siempre limpio de restos de productos tanto sólidos como líquidos. Utilizar calzado adecuado a las funciones que realiza con suela antideslizante. Poner en conocimiento del beneficiario o de la propia empresa, los defectos que pudiesen encontrarse en los suelos y pavimentos de la empresa.

				02; Cuando se caiga cualquier alimento (solido o liquido) o sustancias al suelo será limpiado inmediatamente.
				03; No acceder a las áreas de las instalaciones que están siendo limpiadas, evitando pasar por zonas con suelo mojado.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Manipulación y colocación de material.				01; Los trabajadores no manipularán manualmente objetos o materiales pesados. Antes de transportar o colocar materiales y objetos, se deberá comprobar que se puede hacer un agarre seguro de los mismos, y se planificará el recorrido para comprobar que no hay objetos obstaculizando el desplazamiento.
				02; Los trabajadores harán uso de calzado que cubra todo el pie, sujeto al tobillo, no pudiendo usar sandalias o calzado que deje parte del pie al descubierto.
				03; Cuando los materiales y objetos sean almacenados se comprobará que han sido correctamente colocados y se asegurará la estabilidad de los apilamientos. Para alcanzar materiales que se encuentren en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agárralo. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Existencia de mobiliario, estanterías, camillas				01; Los trabajadores comprobarán que el espacio para realizar desplazamientos está libre de objetos o de obstáculos. Los trabajadores cerrarán las puertas de armarios y cajones cuando no estén haciendo uso de los mismos, para evitar golpearse con ellos. No se colocarán camas, camillas, sillas ... en pasillos y zonas de paso.

C	P	V		Riesgo: SOBRESFUERZOS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
			Movilización de ancianos	<p>01; La empresa seguirá las medidas preventivas establecidas en el estudio ergonómico con el que cuenta del puesto de gerocultor.</p> <p>02; Los gerocultores harán uso siempre de la grúa para incorporar ancianos con movilidad reducida o nula, moverlos o trasladarlos de la cama a la silla de ruedas, o de una silla a otra. De igual manera, aun teniendo en cuenta que es una situación accidental, si un anciano cayera al suelo, su levantamiento se realizará también de manera mecánica con ayuda de la grúa.</p> <p>03; Cualquier tarea de acomodación de los ancianos, ya sea sentados sobre sillas o en la cama, o apoyo cuando el anciano está caminando, se realizará siempre como mínimo entre dos personas, aún cuando los usuarios tengan movilidad y posibilidad de colaborar. Antes de realizar cualquier movimiento se planificará como se va a realizar y el recorrido o trayecto más conveniente a seguir. Los movimientos serán suaves y seguros.</p> <p>04; Establecer pausas periódicas que permitan al trabajador relajar la tensión, y dado que existen otro tipo de tareas dentro del puesto de trabajo de gerocultora, se favorecerá la rotación de tareas dentro del mismo.</p>
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A SUSTANCIAS QUIMICAS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
			Tareas puntuales donde hagan uso de productos de limpieza.	01; Aunque las tareas de limpieza no forman parte de las funciones de las gerocultoras, en los momentos puntuales o esporádicos que tengan que hacer uso de productos de estos productos, al tratarse de sustancias irritantes, los trabajadores siempre llevaran guantes.
C	P	V		Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Desplazamientos por motivos de trabajo, ida y vuelta del centro de trabajo.				01; La empresa cuidará que la presión de tiempos no resulte excesiva e induzca a infringir el código de la circulación. El vehículo y conductor deberán de cumplir todos los requisitos exigidos por la Dirección General de Tráfico: ficha técnica, ITV, carnet de conducir adecuado al tipo de vehículo.	
				02; El trabajador hará uso de casco en caso de desplazamientos en motocicleta y del cinturón de seguridad en el caso de coche. Se someterá el vehículo a las revisiones obligatorias. En caso de condiciones atmosféricas desfavorables (lluvia, viento, niebla,...), extremar las precauciones.	
				03; En caso de encontrarse mal físicamente o incapacitado para coger el vehículo, el trabajador avisará a la empresa y pospondrá su llegada o salida de la misma.	
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Contacto con usuarios enfermos.				01; Los trabajadores están expuestas a diversos tipos de enfermedades tales como: Gripe, hepatitis, etc, por ello se recomienda la vacunación de los mismos y la obligación de la utilización de equipos de protección tales como mascarillas y guantes cuando se proceda al aseo de los ancianos o cuando se encuentren enfermos	
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas	
Contacto con fluidos				01; Los trabajadores cubrirán las heridas o lesiones con las que cuenten con apósitos impermeables y sobre éstos harán uso de guantes. Se realizarán lavado frecuente y riguroso de las manos, sobre todo después de quitarse los guantes, antes y después de comer, beber o fumar. Los trabajadores harán uso de uniforme adecuado, el cual será lavado en el centro de trabajo y separado de la ropa de calle. Hacer uso de las protecciones tales como guantes de látex y mascarilla.	

				<p>02; Los trabajadores no podrán comer, beber o fumar en las zonas de trabajo en las que exista riesgo biológico. El empresario se responsabilizará del lavado, y en su caso, descontaminación de la ropa de trabajo y los equipos de protección, quedando rigurosamente prohibido que los trabajadores se lleven los mismos a su domicilio para tal fin. Se procederá de manera inmediata a la descontaminación de superficies y residuos sólidos y líquidos. Utilizar contenedores adecuados para objetos contaminantes.</p>
				<p>03; Los gerocultores no manipularán los materiales utilizados por el personal de atención sanitaria, éstos deberán ser recogidos por dicho personal en contenedores especiales con tapa de seguridad. En caso de encontrar restos de dicho material en alguna habitación o estancia de la residencia se tomarán las máximas precauciones para evitar heridas por causa de agujas, o instrumentos cortantes, por ello NO hay que reencapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas, habrá que depositarlas en los contenedores específicos para ello.</p>
				<p>04; En caso de pinchazo o corte accidental con material utilizado se avisará inmediatamente a la empresa y se acudirán inmediatamente al centro sanitario correspondiente para seguir el protocolo de actuación establecido en estos casos.</p>
C	P	V		Riesgo: FATIGA FISICA
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Movilización de ancianos.				01; La empresa seguirá las medidas preventivas establecidas en el estudio ergonómico con el que cuenta del puesto de gerocultor.

				02; Los gerocultores harán uso siempre de la grúa para incorporar ancianos con movilidad reducida o nula, moverlos o trasladarlos de la cama a la silla de ruedas, o de una silla a otra. De igual manera, aun teniendo en cuenta que es una situación accidental, si un anciano cayera al suelo, su levantamiento se realizará también de manera mecánica con ayuda de la grúa.
				03; Cualquier tarea de acomodación de los ancianos, ya sea sentados sobre sillas o en la cama, o apoyo cuando el anciano está caminando, se realizará siempre como mínimo entre dos personas, aún cuando los usuarios tengan movilidad y posibilidad de colaborar. Antes de realizar cualquier movimiento se planificará como se va a realizar y el recorrido o trayecto más conveniente a seguir. Los movimientos serán suaves y seguros.
				04; Establecer pausas periódicas que permitan al trabajador relajar la tensión, y dado que existen otro tipo de tareas dentro del puesto de trabajo de gerocultora, se favorecerá la rotación de tareas dentro del mismo.
C	P	V		Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de elementos punzantes				01; Los gerocultores no manipularán instrumentos punzo-cortantes, agujas y jeringas, que pueden haber utilizado el médico o la enfermera, deben ser colocados en recipientes resistentes para su descontaminación previa al descarte, o al lavado en caso de elementos reutilizables. Estos recipientes deben ser preferentemente amplios, de paredes rígidas o semirrígidas resistentes a la rotura, con tapa asegurada para su posterior descarte, y contener en su interior una solución de hipoclorito de sodio al 1%, preparada diariamente y estar ubicados lo más cerca posible del lugar de uso de los instrumentos.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO

D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
			Acciones inseguras de trabajadores	01; Los trabajadores no manipularán los equipos eléctricos ni la instalación eléctrica con las manos mojadas. En caso de detectar defectos de aislamiento (enchufes en mal estado, cables pelados), los trabajadores no los repararán y avisarán a dirección para que se solvete cuanto antes (hasta entonces el aparato permanecerá desenchufado).
C	P	V	Cod.0045 0	Riesgo: TRASTORNOS BIOPSIOSOMATICOS
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
			Realizar trabajo nocturno.	<p>01; Aunque los trabajadores rotan en sus turnos, el trabajo de noche tiene una serie de efectos negativos para la salud. Por una parte se ve alterado el equilibrio biológico, por el desfase de los ritmos corporales y por los cambios en los hábitos alimentarios. También se dan perturbaciones en la vida familiar y social. Por ello se deberán seguir una serie de recomendaciones que reduzcan los efectos negativos del trabajo nocturno: - Por disposición legal Art.36.3 párrafo segundo Del Estatuto de los trabajadores , establece que no deberá trabajarse en turno de noche más de dos semanas seguidas, salvo voluntariamente</p> <p>02; - Dar a conocer con antelación el calendario con la organización de los turnos. - La elección de los turnos será discutida por los interesados sobre la base de una información completa y precisa que permita tomar decisiones de acuerdo con las necesidades individuales. - Mantener los mismos miembros en un grupo de manera que se faciliten las relaciones estables. - Aumentar el número de períodos en los que se puede dormir de noche: posibilidad de descanso después de hacer el turno de noche, acumular días de descanso y ciclos de rotación distintos a lo largo del año.</p>

	<p>03; - Los turnos deberán respetar al máximo el ciclo de sueño, evitando que el turno de mañana empiece a una hora demasiado temprana. Los cambios de turno pueden situarse, por ejemplo, entre las 6 y las 7h. las 14 y las 15h. y las 22 y alrededor de las 23h. Una variable que se debe tener en cuenta es la distancia entre el centro de trabajo y el domicilio de los trabajadores</p>
	<p>04; - Los turnos de noche y de tarde nunca serán más largos que los de mañana, preferiblemente serán más cortos. - Reducir, en lo posible, la carga de trabajo en el turno de noche. Programar aquellas actividades que se consideran imprescindibles, intentando evitar tareas que supongan una elevada atención en la franja horaria entre las 3 y las 6h. de la madrugada.</p>
	<p>05; - En cuanto a la duración de cada ciclo, actualmente se tiende a realizar ciclos cortos (se recomienda cambiar de turno cada dos o tres días), pues parece ser que, de esta manera, los ritmos circadianos apenas llegan a alterarse. Sin embargo, la vida de relación se hace más difícil con un ritmo de rotación tan cambiante, por lo que puede existir una contradicción entre el punto de vista fisiológico y las necesidades psicosociales de los individuos. Este es uno de los aspectos por los que el problema de la rotación es tan complejo y por lo que es necesario adaptarlo a las necesidades individuales y contar con la participación de los interesados.</p>
	<p>06; - Sentido de la rotación. Es posible establecer la rotación en dos sentidos: uno natural: mañana-tarde-noche, y uno inverso: noche-tarde- mañana. Sobre este punto no parece haber acuerdo, pues mientras unos autores defienden que con la rotación inversa se favorece el descanso (Barton) otros autores (Knauth; Folkard) defienden que una rotación natural es mejor para la recuperación de la fatiga.</p>

				07; - Después de dos o tres turnos de noche consecutivos dar al menos una jornada completa de descanso. - Toda organización de turnos debe prever fines de semana libres de al menos dos días consecutivos. - Disminución del número de años que el individuo realiza turnos, limitación de edad, etc. La OIT recomienda que a partir de los 40 años el trabajo nocturno continuado sea voluntario.
				08; - Establecer un sistema de vigilancia médica que detecte la falta de adaptación y pueda prevenir situaciones irreversibles.
				09; - Desarrollar una estrategia de adaptación. Conseguir el soporte de familiares y amigos. - Intentar conseguir espacios oscuros y silenciosos para dormir. - Mantener un horario regular de comidas. - Se recomienda, que los trabajadores aligeren el tipo de comida, disminuyendo la cantidad de lípidos y reemplazando los embutidos y fiambres por pollo frío, queso y fruta fresca - Facilitar comida caliente y equilibrada, instalar espacios adecuados, prever tiempo suficiente para comer.
				10; - Prever una pausa lo suficientemente larga que permita tomar al menos una comida caliente durante las horas de trabajo - Evitar ingerir comidas pesadas antes de acostarse. - Evitar tomar alcohol, cafeína y estimulantes en general dos o tres horas antes de acostarse. - Hacer ejercicio regularmente.
C	P	V		Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Contenido, organización y entorno de trabajo				01; Se seguirán las medidas establecidas en el estudio psicosocial.

Riesgos referidos al área de trabajo: Enfermería.

C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL
----------	----------	----------	--	--

ED	B	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
			Uso de medios inadecuados para subir a alturas	01; Para acceder a una zona elevada no se hará uso de sillas y mucho menos con ruedas, para ello utilizarán escaleras de mano seguras u otro equipo homologado. En aquellos casos puntuales en los que el personal sanitario tenga que hacer uso de escaleras manuales, harán uso de escaleras con la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de la misma. Contará con zapatillas antideslizantes y sistema anti-apertura.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
			Materiales o sustancias resbaladizas en zonas de paso.	01; Las zonas de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizándose las limpiezas necesarias. Se deben evitar cables de aparatos en zonas de paso. Comprobar que las dimensiones de espacio permiten desplazamientos seguros. 02; Durante las limpiezas de los suelos, se deberá señalar que el suelo ha sido fregado y se encuentra mojado.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
			Desperfectos y rotura de techos.	01; Se vigilarán las condiciones estructurales de las instalaciones, reparando inmediatamente cualquier anomalía que pueda provocar daños a los trabajadores o a terceras personas. En caso de roturas en techos, en partes altas de las paredes, de lámparas o mamparas, cuadros, etc, que puedan caer, se retirarán inmediatamente y se repararán. En caso de detectar deterioro de los elementos estructurales en la residencia o elementos decorativos, se repararán inmediatamente, en prevención de accidentes por caída de objetos.

D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Estanterías para almacenamiento.				01; Comprobar en general que se mantiene arriostradas las estanterías, la estabilidad de éstas y el correcto almacenamiento de materiales en las mismas.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Colocación inadecuada de materiales.				01; En caso de apilar unos materiales sobre otros, se hará de forma segura y estable, vigilando los apilamientos periódicamente para comprobar que siguen siendo estables, y que no han perdido la verticalidad y los bultos no se han deformado.
				02; Para alcanzar material que se encuentre en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo, podría caer sobre el trabajador. Se dejarán las lejas bajas de las estanterías para los materiales y artículos más pesados. Los artículos pequeños se almacenarán en contenedores o cajas. Los contenedores o cajas se almacenarán en lejas de fácil acceso. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Utensilios de uso médico y de enfermería.				01; Los utensilios de uso por parte del personal de atención sanitaria (medico, enfermeros,...) será depositado siempre en los cajones y contenedores especiales, destinados a tal fin, evitando la presencia de objetos cortantes o punzantes sobre encimeras, camillas, mesas o sillas...
C	P	V	Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Objetos, mobiliario (sillas , sillas de ruedas...) o materiales en zonas de paso.				01; Las zonas de trabajo, pasillos o zonas de paso, deberán permanecer libres de obstáculos, de modo que permitan desplazamientos seguros.
				02; Los cajones y puertas de armarios de la sala de enfermería permanecerán siempre cerrados.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Factores de inicio
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Cortocircuitos.				01; Se revisara periódicamente la instalación eléctrica comprobando el adecuado funcionamiento de los diferenciales de los cuadros eléctricos. Los receptores eléctricos deberán estar protegidos contra cortocircuitos y contra sobrecargas en todas sus fases. La protección contra sobrecargas cubrirá el riesgo de falta de tensión en cada una de sus fases.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Sobrecarga de enchufes.				01; No hacer uso de prolongadores de varias tomas y ladrones para conectar varios equipos eléctricos en un mismo punto.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Medios de lucha
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Ubicación.				01; La empresa comprobara periódicamente que los medios de lucha contra incendios se encuentran ubicados correctamente: en un lugar visible y accesible, a ser posible próximos a la salida de evacuación y sobre soportes fijados a paramentos verticales, de modo que la parte superior del extintor quede, como máximo, a 1,70 metros del suelo.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas

Mantenimiento y revisión.				01; Comprobar periódicamente que se realiza mantenimiento adecuado de los medios de lucha contra incendios (extintores y pulsadores de alarma) por empresa acreditada, de conformidad con lo establecido en la normativa vigente (R.D. 1942/1993 de 5 de noviembre) El mantenedor entregara una copia del documento al titular donde justifique que ha realizado las operaciones de mantenimiento, resultado o incidencias y la fecha en la que se realizarán las revisiones periódicas.
D	B	TO	03;Causa	Medidas Preventivas
Señalización.				01; La empresa comprobara periódicamente que la señalización de los medios de lucha contra incendios se mantiene correctamente colocada sobre los extintores y pulsadores de alarma.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Evacuación
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Necesidad de evacuar la residencia.				01; Las vías y salidas de evacuación estarán libres de obstáculos y permanecerán siempre abiertas. Asegurar que desde la enfermería se encuentran correctamente señalizadas las vías de evacuación y son correctamente visibles y localizables.
				02; La empresa comprobará el correcto funcionamiento del alumbrado de emergencia de la zona de enfermería.
				03; Se seguirá el plan de autoprotección con el que cuenta la residencia, teniendo el mismo actualizado (nombramiento de personal que intervienen en las evacuaciones), informando en cada caso a los trabajadores sobre el mismo.
C	P	V		Riesgo: ILUMINACION INADECUADA
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Niveles de iluminación.				01; Los lugares de trabajo, y cada una de las zonas del mismo, deben contar con suficiente iluminación de acuerdo con las tareas realizadas en la misma y sus exigencias visuales, así como con los riesgos a que se ven sometidos dichos trabajadores dependientes de dichas condiciones de visibilidad. La distribución de los niveles de iluminación será lo más uniforme posible. Se deberán evitar deslumbramientos directos por luz solar o artificial e indirectos producidos por superficies reflectantes.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Sistemas de ventilación.				01; La empresa realizara correcto mantenimiento de los sistemas de ventilación/climatización realizado por personal especializado para eliminar las fuentes contaminantes. Para ello, se inspeccionará el equipo buscando señales de corrosión y humedades elevadas, se sustituirán las partes estropeadas, limpiándose a fondo el sistema, se usarán biocidas y desinfectantes. Se asegurará que los filtros estén completamente secos tras su limpieza, antes de su reinstalación.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Contacto con desechos orgánicos.				01; Los restos de desechos orgánicos (pañales,...), se colocarán en recipientes independientes de los demás restos tales como alimentarios. Los trabajadores guardarán y lavarán la ropa de trabajo de modo independiente a la de uso personal. Antes de salir de la residencia los trabajadores deberán quitarse la ropa de trabajo y los equipos de protección individual (EPI) que puedan estar contaminados por agentes biológicos.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Deficiencias en la instalación eléctrica.			01; La instalación eléctrica estará equipada con protección diferencial. La protección diferencial se comprobará periódicamente, accionando el pulsador "test", certificando su eficacia y validez.	
C	P	V	Riesgo: CONTACTO ELECTRICO DIRECTO	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Partes activas al descubierto (defectos de aislamiento)			01; Mantener alejadas las conexiones de las zonas de paso y de las fuentes de agua. Garantizar el aislamiento eléctrico, de todos los cables activos. Todas las clavijas de conexión estarán bien sujetas, limpias y no presentaran partes activas accesibles. Manipular siempre la instalación eléctrica con la instalación desconectada. Los cuadros eléctricos se mantendrán siempre cerrados y se indicará la zona que conecta cada uno de los interruptores.	
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Señalización de riesgo eléctrico.			01; Mantener la señalización de peligro eléctrico en todos los cuadros y elementos bajo posible tensión.	

Riesgos referidos a puesto de trabajo: Personal de atención sanitaria

C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras de mano.			01; Para aquellos casos puntuales en los que el personal sanitario tenga que hacer uso de escaleras manuales, harán uso de escaleras con la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de la misma.	

				02; Antes de subir a la escalera una vez colocada, asegurarse de su estabilidad. La base de la escalera debe quedar sólidamente asentada y cuenta con zapatas antideslizantes. En el caso de escaleras de tijera contarán con cadena limitadora de apertura. No subirán más de un trabajador a la vez a la escalera, el ascenso y descenso se realizará siempre de frente a la misma y con las manos libres. No situar la escalera detrás de una puerta que previamente no se haya cerrado evitando que pueda ser abierta y golpee la escalera.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de sillas para acceder a zonas elevadas.				01; Para acceder a una zona elevada no se hará uso de sillas y mucho menos con ruedas, para ello utilizarán escaleras de mano seguras u otro equipo homologado.
ED	B	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras fijas.				01; Cuando se acceda a las plantas superiores por la escalera fija, los trabajadores tendrán en cuenta que deben subir o bajar las escaleras tranquilamente y sin prisas, evitando correr, y haciendo uso de la barandilla con la que cuenta. No subir o bajar de dos en dos los peldaños
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Presencia de obstáculos, sustancias o suelos resbaladizos.				01; Los lugares de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizando las tareas de limpieza necesarias. El suelo deberá estar siempre limpio de restos de productos tanto sólidos como líquidos. Utilizar calzado adecuado, cerrado, sujeto al tobillo y con suela antideslizante (no se recomienda el uso de zuecos). Poner en conocimiento del beneficiario o de la propia empresa, los defectos que pudiesen encontrarse en los suelos y pavimentos de la empresa. Se deben evitar cables de aparatos en zonas de paso.

				02; Cuando se caiga cualquier alimento o liquido al suelo, se avisará inmediatamente al personal de limpieza para que sea retirado y limpiada la zona.
				03; No acceder a las áreas de las instalaciones que están siendo limpiadas, evitando pasar por zonas con suelo mojado.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Manipulación y colocación de material.				01; Los trabajadores no manipularán manualmente objetos o materiales pesados. Antes de transportar o colocar materiales y objetos, se deberá comprobar que se puede hacer un agarre seguro de los mismos, y se planificará el recorrido para comprobar que no hay objetos obstaculizando el desplazamiento.
				02; Los trabajadores harán uso de calzado que cubra todo el pie, sujeto al tobillo, no pudiendo usar sandalias o calzado que deje parte del pie al descubierto.
				03; Cuando los materiales y objetos sean almacenados se comprobará que han sido correctamente colocados y se asegurará la estabilidad de los apilamientos. Para alcanzar materiales que se encuentren en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Existencia de mobiliario, estanterías, mesas, camillas, etc...				01; Las zonas de trabajo, pasillos o zonas de paso se mantendrán libres de objetos asegurando desplazamientos seguros de los trabajadores. Los trabajadores comprobarán que el espacio para realizar desplazamientos esta libre, cerraran puertas de armarios y cajones cuando no estén haciendo uso de los mismos, para evitar golpearse con ellos.	
C	P	V		Riesgo: SOBRESFUERZOS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Caída de un anciano durante su asistencia				01; Aun teniendo en cuenta que es una situación accidental, si un anciano cayera al suelo, su levantamiento se realizará de manera mecánica con ayuda de la grúa, nunca se hará por un solo trabajador.	
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A SUSTANCIAS QUIMICAS	
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Uso de sustancias sanitarias (alcohol, yodo,...)				01; Para el uso de sustancias tales como alcohol, yodo,... para evitar sensibilización de la piel de los trabajadores sanitarios, éstos harán siempre uso de guantes de látex.	
C	P	V		Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Desplazamientos por motivos de trabajo, ida y vuelta del centro de trabajo.				01; La empresa cuidará que la presión de tiempos no resulte excesiva e induzca a infringir el código de la circulación. El vehículo y conductor deberán de cumplir todos los requisitos exigidos por la Dirección General de Tráfico: ficha técnica, ITV, carnet de conducir adecuado al tipo de vehículo. 02; El trabajador hará uso de casco en caso de desplazamientos en motocicleta y del cinturón de seguridad en el caso de coche. Se someterá el vehículo a las revisiones obligatorias. En caso de condiciones atmosféricas desfavorables (lluvia, viento, niebla,...), extremar las precauciones.	

				03; En caso de encontrarse mal físicamente o incapacitado para coger el vehículo, el trabajador avisará a la empresa y pospondrá su llegada o salida de la misma.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Contacto con usuarios enfermos.				01; Los trabajadores están expuestas a diversos tipos de enfermedades tales como: Gripe, hepatitis, etc, por ello se recomienda la vacunación de los mismos.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Contacto con fluidos				01; Los trabajadores cubrirán las heridas o lesiones con las que cuenten con apósitos impermeables y sobre éstos harán uso de guantes. Se realizarán lavado frecuente y riguroso de las manos, sobre todo después de quitarse los guantes, antes y después de comer, beber o fumar. Los trabajadores harán uso de uniforme adecuado, el cual será lavado en el centro de trabajo y separado de la ropa de calle. En actividades donde se puedan generar salpicaduras de sangre u otros fluidos, hay que usar mascarillas y protectores oculares para evitar el contacto con las mucosas, y en el resto de tareas se hará siempre uso de guantes.
				02; Los trabajadores no podrán comer, beber o fumar en las zonas de trabajo en las que exista riesgo biológico. El empresario se responsabilizará del lavado y, en caso necesario, descontaminación de la ropa de trabajo y los equipos de protección, quedando rigurosamente prohibido que los trabajadores se lleven los mismos a su domicilio para tal fin. Se procederá de manera inmediata a la descontaminación de superficies y residuos sólidos y líquidos. Utilizar contenedores adecuados para objetos contaminantes.

				03; Se extremarán las precauciones durante el uso y desecho del material sanitario utilizado el cual será depositado en contenedores especiales con tapa de seguridad. Se tomarán las máximas precauciones para evitar heridas por causa de agujas, bisturís u otros instrumentos cortantes, durante la utilización, limpieza o eliminación de este material. No hay que reencapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas tras su uso.
				04; En caso de pinchazo o corte accidental con material utilizado se avisará inmediatamente a la empresa y se acudirá inmediatamente al centro sanitario correspondiente para seguir el protocolo de actuación establecido en estos casos.
D	B	TO	03;Causa	Medidas Preventivas
Tareas de rehabilitación con ancianos.				01; Si se realizasen tareas de masajes y ejercicios que requieran contacto directo con los ancianos, en aquellos casos en los que los ancianos tengan heridas abiertas o problemas de la piel harán uso de guantes y mascarilla.
C	P	V		Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Posición estática durante largos periodos de tiempo				01; Aún considerando el riesgo controlado, puesto que los trabajadores no permanecen largos periodos de tiempo, durante la jornada laboral en posición estática, ya que cambian de posición, postura y tarea frecuentemente a lo largo de la jornada, se recomienda de manera general evitar trabajos que requieran posturas forzadas o extremas de algún segmento corporal o el mantenimiento prolongado de cualquier postura. Las tareas, deben diseñarse de tal manera, que de ser posible permitan combinar la posición de pie-sentado, y en caso de tener que ser una de ellas, la de sentado preferentemente.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas

Tareas propias de oficina.				01; El equipo informático se ubicará de tal manera que sea posible sentarse de frente a la pantalla, evitando giros del cuello (ángulo de giro inferior a 35°). La distancia mínima entre los ojos y la pantalla debe ser de 55 cm. La pantalla será regulable en inclinación, luminosidad y contraste. Contarán con mesas de trabajo de dimensiones adecuadas y sillas ergonómicas. Para el personal sanitario que así lo soliciten se les proporcionará reposapiés.
C	P	V		Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de elementos punzantes y cortantes.				01; Tras usar los instrumentos punzo-cortantes y las agujas y jeringas deben ser colocados en recipientes resistentes para su descontaminación previa al descarte, o al lavado en caso de elementos reutilizables. Estos recipientes deben ser preferentemente amplios, de paredes rígidas o semirrígidas resistentes a la rotura, con tapa asegurada para su posterior descarte, y contener en su interior una solución de hipoclorito de sodio al 1%, preparada diariamente y estar ubicados lo más cerca posible del lugar de uso de los instrumentos.
				02; En el caso particular de las jeringas y agujas, no se debe intentar la extracción de éstas. No hay que reencapsular, doblar, romper o quitar manualmente las agujas de las jeringuillas tras su uso., ya que esta conducta produce aumento de la posibilidad de accidentes por pinchazos o salpicaduras. No usar tijera con puntas muy agudas.
				03; La extracción de sangre debe hacerse SIEMPRE CON GUANTES DE LATEX y debe ponerse especial cuidado en la manipulación posterior que puedan requerir las jeringas y agujas hasta que puedan depositarse en la solución descontaminante. En el caso de que sea imprescindible el separar la aguja de la jeringa, esta operación se realizará mediante el uso de pinzas.

C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Acciones inseguras de trabajadores				01; Los trabajadores no manipularán los equipos eléctricos ni la instalación eléctrica con las manos mojadas. En caso de detectar defectos de aislamiento (enchufes en mal estado, cables pelados), los trabajadores no los repararán y avisarán a dirección para que se solvante cuanto antes (hasta entonces el aparato permanecerá desenchufado).
C	P	V		Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Contenido, organización y entorno de trabajo				01; Se seguirán las medidas establecidas en el estudio psicosocial.

Riegos referidos al área de trabajo: Cocina

C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL
ED	B	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de medios inadecuados para subir a alturas				01; Para acceder a una zona elevada no se hará uso de sillas, cajas o mesas, para ello utilizarán escaleras de mano seguras u otro equipo homologado. En aquellos casos en los que haya que coger o colocar cosas en altura, se tendrá que hacer uso de escaleras manuales, harán uso de escaleras con la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de la misma. Contará con zapatillas antideslizantes y sistema anti-apertura.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Materiales o sustancias resbaladizas en zonas de paso.				01; Las zonas de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizándose las limpiezas necesarias. Se deben evitar cables de aparatos en zonas de paso. Comprobar que las dimensiones de espacio permiten desplazamientos seguros.	
				02; Al ser un suelo con alta probabilidad de presentar líquidos caídos al mismo (aceites, agua), se limpiarán de manera muy frecuente, y será de material no resbaladizo, pudiendo colocar en las zonas de mayor frecuencia de caída de líquidos, alfombrillas de material absorbente y no resbaladizo. Durante las limpieza de los suelos, se deberá señalar que el suelo ha sido fregado y se encuentra mojado.	
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Desperfectos y rotura de techos.				01; Se vigilarán las condiciones estructurales de las instalaciones, reparando inmediatamente cualquier anomalía que pueda provocar daños a los trabajadores o a terceras personas. En caso de roturas en techos, en partes altas de las paredes, de lámparas o mamparas, cuadros, etc, que puedan caer, se retirarán inmediatamente y se repararán. En caso de detectar deterioro de los elementos estructurales en la residencia o elementos decorativos, se repararán inmediatamente, en prevención de accidentes por caída de objetos.	
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas	
Estanterías para almacenamiento.				01; Comprobar en general que se mantiene arriostradas las estanterías, la estabilidad de éstas y el correcto almacenamiento de materiales en las mismas.	
				02; Utensilios tales como ollas, cacerolas, sartenes, etc. estarán correctamente colgadas. Si se dejan sobre estanterías, asegurar que no sobresalen del borde de las mismas, y que se colocan con una adecuada estabilidad.	
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS	

D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
			Colocación inadecuada de materiales.	<p>01; En caso de apilar unos materiales sobre otros, se hará de forma segura y estable, vigilando los apilamientos periódicamente para comprobar que siguen siendo estables, y que no han perdido la verticalidad y los bultos no se han deformado.</p> <p>02; Para alcanzar material que se encuentre en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo, podría caer sobre el trabajador. Se dejarán las lejas bajas de las estanterías para los materiales y artículos más pesados. Los artículos pequeños se almacenarán en contenedores o cajas. Los contenedores o cajas se almacenarán en lejas de fácil acceso. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.</p>
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
			Objetos en la encimera de la cocina.	01; Los objetos y utensilios de cocina serán colocados en soportes pegados a la pared o su correspondientes armarios y cajones siempre que no se estén utilizando, evitando colocarlos en el borde de la encimera o mesas de trabajo, debajo de trapos de cocina...
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
			Objetos, mobiliario (sillas , sillas de ruedas...) o materiales en zonas de paso.	<p>01; Las zonas de trabajo, pasillos o zonas de paso, deberán permanecer libres de obstáculos, de modo que permitan desplazamientos seguros.</p> <p>02; Los cajones y puertas de armarios en cocina permanecerán siempre cerrados.</p>
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Factores de inicio
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Cortocircuitos.				01; Se revisara periódicamente la instalación eléctrica comprobando el adecuado funcionamiento de los diferenciales de los cuadros eléctricos. Los receptores eléctricos deberán estar protegidos contra cortocircuitos y contra sobrecargas en todas sus fases. La protección contra sobrecargas cubrirá el riesgo de falta de tensión en cada una de sus fases.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Sobrecarga de enchufes.				01; No hacer uso de prolongadores de varias tomas y ladrones para conectar varios equipos eléctricos en un mismo punto.
ED	B	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Presencia de fuegos de cocina				01; Extremar la precaución de no dejar nunca trapos u otros elementos que puedan ser combustibles cercanos a los fuegos de la cocina. No dejar sin cuidado el aceite o cualquier otro elemento que se esté cocinando al fuego. Queda prohibido intentar apagar un posible fuego de aceite con agua. En caso de prenderse el aceite, se tapaná con alguna tapadera, o con un paño húmedo (que no gotee), para así eliminar el oxígeno y conseguir que el fuego se apague. Bandejas de hornos calientes se colocarán con precaución, no dejándolas sobre trapos, sino siempre sobre elementos resistentes al calor.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Medios de lucha
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Ubicación.				01; La empresa comprobara periódicamente que los medios de lucha contra incendios se encuentran ubicados correctamente: en un lugar visible y accesible, a ser posible próximos a la salida de evacuación y sobre soportes fijados a paramentos verticales, de modo que la parte superior del extintor quede, como máximo, a 1,70 metros del suelo.
				02; Asegurar que siempre haya medios de lucha contra incendios en la cocina.

D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Mantenimiento y revisión.				01; Comprobar periódicamente que se realiza mantenimiento adecuado de los medios de lucha contra incendios (extintores y pulsadores de alarma) por empresa acreditada, de conformidad con lo establecido en la normativa vigente (R.D. 1942/1993 de 5 de noviembre) El mantenedor entregara una copia del documento al titular donde justifique que ha realizado las operaciones de mantenimiento, resultado o incidencias y la fecha en la que se realizarán las revisiones periódicas.
D	B	TO	03;Causa	Medidas Preventivas
Señalización.				01; La empresa comprobara periódicamente que la señalización de los medios de lucha contra incendios se mantiene correctamente colocada sobre los extintores y pulsadores de alarma.
C	P	V	Riesgo: INCENDIO. Evacuación	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Necesidad de evacuar la residencia.				01; Las vías y salidas de evacuación estarán libres de obstáculos y permanecerán siempre abiertas. Asegurar que desde la cocina se encuentran correctamente señalizadas las vías de evacuación y son correctamente visibles y localizables.
				02; La empresa comprobará el correcto funcionamiento del alumbrado de emergencia en cocina.
				03; Se seguirá el plan de autoprotección con el que cuenta la residencia, teniendo el mismo actualizado (nombramiento de personal que intervienen en las evacuaciones), informando en cada caso a los trabajadores sobre el mismo.
C	P	V	Riesgo: ILUMINACION INADECUADA	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Niveles de iluminación.				01; Los lugares de trabajo, y cada una de las zonas del mismo, deben contar con suficiente iluminación de acuerdo con las tareas realizadas en la misma y sus exigencias visuales, así como con los riesgos a que se ven sometidos dichos trabajadores dependientes de dichas condiciones de visibilidad. La distribución de los niveles de iluminación será lo más uniforme posible. Se deberán evitar deslumbramientos directos por luz solar o artificial e indirectos producidos por superficies reflectantes.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Sistemas de ventilación.				01; La empresa realizara correcto mantenimiento de los sistemas de ventilación/climatización realizado por personal especializado para eliminar las fuentes contaminantes. Para ello, se inspeccionará el equipo buscando señales de corrosión y humedades elevadas, se sustituirán las partes estropeadas, limpiándose a fondo el sistema, se usarán biocidas y desinfectantes. Se asegurará que los filtros estén completamente secos tras su limpieza, antes de su reinstalación.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Contacto con desechos orgánicos.				01; Los restos de desechos orgánicos (pañales,...), se colocarán en recipientes independientes de los demás restos tales como alimentarios. Por lo que, desechos orgánicos que puedan generarse en otras partes de la residencia, nunca deberán acabar en los cubos de basura que existan en la cocina.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Deficiencias en la instalación eléctrica.				01; La instalación eléctrica estará equipada con protección diferencial. La protección diferencial se comprobará periódicamente, accionando el pulsador "test", certificando su eficacia y validez.

				02; Todos los equipos eléctricos existentes en la cocina deben mantenerse siempre secos, y manipularse con las manos secas.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO DIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Partes activas al descubierto (defectos de aislamiento)				01; Mantener alejadas las conexiones de las zonas de paso y de las fuentes de agua. Garantizar el aislamiento eléctrico, de todos los cables activos. Todas las clavijas de conexión estarán bien sujetas, limpias y no presentaran partes activas accesibles. Manipular siempre la instalación eléctrica con la instalación desconectada. Los cuadros eléctricos se mantendrán siempre cerrados y se indicará la zona que conecta cada uno de los interruptores.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Señalización de riesgo eléctrico.				01; Mantener la señalización de peligro eléctrico en todos los cuadros y elementos bajo posible tensión.

Riesgos referidos al puesto de trabajo: Cocinera

C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Utilización de escaleras manuales de modo inseguro				01; Las escaleras de mano tendrán la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para que su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de las mismas. Las escaleras de mano se utilizarán de la forma y con las limitaciones establecidas por el fabricante. El ascenso, descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán de frente a las mismas.

				02; Antes de que los trabajadores utilicen la escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad. Las escaleras de mano deben tener calzos, que permitan que la base de la misma quede sólidamente asentada. Las escaleras de mano se revisarán periódicamente. Se prohíbe la utilización de escaleras de madera pintadas, por la dificultad que ello supone para la detección de sus posibles defectos.
				03; Las escaleras de mano no se utilizarán por dos o más trabajadores simultáneamente. Las escaleras de mano se revisarán periódicamente. Las escaleras de tijera estarán compuestas de zapatas antideslizantes y sistema limitador de apertura.
				04; No se emplearán escaleras de mano de cuya resistencia no se tengan garantías. Antes de que los trabajadores utilicen la escalera de mano deberá asegurarse su estabilidad.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de silla para acceder a lugares elevados.				01; Los trabajadores no harán uso de las silla para acceder a lugares elevados, para alcanzar a las baldas superiores de las estanterías, para ello harán uso de escaleras de mano apropiadas o equipos homologados para ello.
ED	B	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras fijas.				01; Cuando se haga uso de escalera fija, los trabajadores tendrán en cuenta que deben subir o bajar las escaleras tranquilamente y sin prisas, evitando correr, haciendo uso de la barandilla con la que cuenta. No subir o bajar de dos en dos los peldaños. Subir o bajar las escaleras con las manos libres.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Presencia de líquidos o aceites en el suelo; presencia de materiales o productos en las zonas de paso.				01; Las zonas de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizándose las limpiezas necesarias. Al ser un suelo con alta probabilidad de presentar líquidos caídos al mismo (aceites, agua), se limpiarán de manera muy frecuente, y será de material no resbaladizo, pudiendo colocar en las zonas de mayor frecuencia de caída de líquidos, alfombrillas de material absorbente y no resbaladizo. Comprobar que las dimensiones de espacio permiten desplazamientos seguros.	
				02; Los trabajadores harán uso de calzado antideslizante.	
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Manipulación manual de cargas u objetos con deficiente agarre.				01; Los trabajadores no manipulan de modo habitual cargas de modo manual. Para la manipulación de objetos con cierto peso (cajas, ollas llenas,...) el trabajador asegurará el agarre de la carga iniciar su levantamiento y transporte. Comprobando que el recorrido de desplazamiento es seguro.	
				02; En aquellos casos en los que los materiales (cajas, ollas llenas,...) a mover o transportar sean pesados, lo harán entre dos trabajadores/as.	
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas	
Manipulación de objetos calientes.				01; Los trabajadores harán uso de utensilios tales como manoplas para coger objetos que hayan estado expuestos a altas temperaturas.	
D	M	M O	03;Causa	Medidas Preventivas	

Manipulación de utensilios de cocina.				01; Extremar las precauciones durante el uso de utensilios cortantes (tales como cuchillos), haciendo uso de los mismo siempre sobre superficies estables. Los trabajadores harán uso de calzado cerrado que proteja todo el pie (no llevando los dedos al aire), durante la estancia en la cocina.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Colocación inestable de platos, cacerolas, etc. en la mesa de trabajo de la cocina, fuegos, etc.				01; En la cocina no se realizarán apilamientos en excesiva altura. No se dejarán utensilios en los bordes de las mesas de trabajo, estanterías, etc. Una vez colocadas la cacerolas, sartenes... en los fogones se asegurará su estabilidad.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Objetos en zonas paso				01; Las zonas de trabajo y de paso de trabajadores se mantendrán libres de obstáculos, manteniendo orden y limpieza en las instalaciones. 02; Se evitarán cajones y armarios abiertos, de modo que una vez adquiridos los utensilios necesarios serán cerrados.
C	P	V		Riesgo: CHOQUES O GOLPES CONTRA OBJETOS MOVILES DE LA MAQUINA
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de equipos peligrosos				01; Las partes móviles de los equipos de trabajo, deben disponer de resguardos o dispositivos que impidan el acceso a las zonas peligrosas o que detengan maniobras peligrosas. Bajo ningún concepto se anularán las protecciones con las que cuentan los equipos de trabajo.

				02; Las operaciones de reparación, reajuste y mantenimiento se llevará a cabo por personal autorizado por la empresa y cualificado, y con los equipos parados, desconectados y enclavados.
				03; Las tareas de limpieza se realizarán siempre con los equipos desconectados de la corriente eléctrica. En caso de ser necesario el desmontaje de los equipos de trabajo de la cocina para su limpieza, cuando se vuelvan a montar y antes de su uso se comprobará el correcto funcionamiento de los mismos y la estabilidad y adecuada colocación de todas las partes.
C	P	V		Riesgo: PROYECCION DE FRAGMENTOS O PARTICULAS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Cocinar determinados alimentos sin la protección adecuada				01; Se utilizarán delantales especiales para evitar quemaduras producidas por salpicaduras en determinadas partes del cuerpo cuando se encuentren junto a freidoras, plancha, fogones,... Para el uso de aceites, se dispondrán de las adecuadas tapaderas de los utensilios para evitar salpicaduras.
C	P	V		Riesgo: ATRAPAMIENTOS POR O ENTRE OBJETOS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de equipos de trabajo con elementos móviles.				01; Las partes móviles de los equipos de trabajo, dispondrán de resguardos o dispositivos que impidan el acceso a las zonas peligrosas (punto de corte o en movimiento) o que detengan maniobras peligrosas. Bajo ningún concepto se podrán anular dichos elementos de protección de los equipos de trabajo. Los trabajadores deberán llevar ropa razonablemente cómoda y bien ajustada, con mangas cortas o mangas largas ajustadas y ceñidas a la muñeca.

				02; Las operaciones de reparación, reajuste, y mantenimiento se llevará a cabo por personal autorizado por la empresa y cualificado, y con los equipos parados, desconectados y enclavados, siguiendo las indicaciones del manual de instrucciones del fabricante.
				03; Los trabajadores harán uso de los equipos de trabajo siguiendo las condiciones de uso y mantenimiento dadas por el fabricante en el manual de instrucciones. En caso de detectar fallos en el funcionamiento de los equipos, éstos serán desconectados inmediatamente de la corriente eléctrica y se avisará al encargado para que sean revisados y reparados.
				04; Las tareas de limpieza se realizarán siempre con los equipos desconectados de la corriente eléctrica. En caso de ser necesario el desmontaje de los equipos de trabajo de la cocina para su limpieza, cuando se vuelvan a montar y antes de su uso se comprobará el correcto funcionamiento de los mismos y la estabilidad y adecuada colocación de todas las partes.
C	P	V		Riesgo: SOBRESFUERZOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Manipulación manual de objetos.				01; Según los datos obtenidos con la aplicación del listado de identificación inicial de riesgos del INSHT, no existe riesgo de sobreesfuerzos para el cocinero, debido a que la manipulación de cargas en cocina no es superior a 3 kg, y puntualmente cogen cajas de productos para realizar los platos con ayuda de compañeros, por lo que no se necesita estudio ergonómico específico. Se avisará al Servicio de Prevención si cambiaran las condiciones de trabajo.

				02; Cuando tengan que coger sacos de patatas, bolsas de fruta,... para elaboración diaria de comidas y cenas, bolsas de basura, cuyo peso es superior a 3Kg, se tendrá en cuenta: no doblar la espalda sino flexionar las piernas; mantener la carga lo más cercana al cuerpo posible; no realizar giros del tronco; mantener la vertical del cuerpo. No se deben manipular pesos superiores a 15 kg en el caso de mujeres, por lo que, para pesos superiores o muy voluminosos, se pedirá ayuda a un/a compañero/a.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A TEMPERATURAS AMBIENTALES EXTREMAS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Existencia de cámaras frigoríficas.				01; La empresa se asegurará de que funciona correctamente el sistema de apertura interna de las puertas de las cámaras congelación. Que las cámaras de congelación disponen de dos dispositivos de llamada, convenientemente alumbrados, (timbre, sirena ó teléfono) con dispositivo antihielo, estando el piloto encendido siempre que esté cerrada la puerta. Las cámaras de congelación deben contar en su interior con hacha tipo bombero.
				02; Los trabajadores que han de acceder al interior de las cámaras, dispondrán de chaquetones ó prendas similares, adecuadas para el acceso a recintos a bajas temperaturas.
				03; Las instalaciones deberán ser revisadas como mínimo, cada cinco años. Esta revisión periódica obligatoria será efectuada por instaladores autorizados, libremente elegidos por los propietarios o usuarios de la instalación, entre los inscritos en la Delegación Provincial correspondiente del Ministerio de Industria y Energía, que extenderán un Boletín de reconocimiento de la indicada revisión.

				04; Toda instalación deberá exhibir la placa de características con el nombre del instalador, presión máxima de servicio, carga máxima de refrigerante y año de fabricación. En un lugar visible de la sala de máquinas se dispondrán las "instrucciones de servicio" y de emergencia, rotulando las llaves y válvulas.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO TERMICO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Coger bandejas de horno, cacerolas, etc., sin la debida protección				01; Los trabajadores dispondrán de agarradores o manoplas para manipular elementos que se encuentren a elevadas temperaturas. Se utilizará ropa especializada para evitar quemaduras producidas por salpicaduras en determinadas partes del cuerpo. Se extremará la precaución a la hora de desplazarse transportando elementos calientes.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Retirar alimentos cocinados.				01; Para sacar alimentos cocinados en sartenes, freidoras, plancha... se extremarán las precauciones y se hará uso de los utensilios de cocina adecuados, con mangos largos para evitar contacto directo de la mano con el aceite o el alimento caliente.
D	M	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Lavar sartenes, cazos y ollas usadas en los fogones.				01; Antes de proceder a lavar los útiles de trabajo que han sido utilizados y por tanto están calientes, tales como sartenes, ollas, cazos, los trabajadores esperarán a que se hayan enfriado lo suficiente para evitar quemaduras.
LD	M	TO	04;Causa	Medidas Preventivas

Verter alimentos en líquidos calientes.				01; A la hora de cocer y freír los alimentos, sobre todo si estos estaban previamente congelados, se extremarán las precauciones ya que puede salpicar agua o aceite caliente, por ello se hará uso de delantal impermeable. Se evitará en la medida de lo posible que los alimentos contengan agua antes de echarlos en el aceite.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A SUSTANCIAS QUIMICAS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Tareas de limpieza en cocina.				01; En las tareas en las que el personal de cocina realice limpieza, deberá mantenerse una ventilación adecuada. Comprobarán las indicaciones de las etiquetas de los productos. No se mezclarán productos de limpieza (por ejemplo lejía y amoníaco). Los productos de limpieza se mantendrán en sus envases originales etiquetados por el fabricante no pudiendo trasvasarlos de un recipiente a otro. Nunca se almacenarán en recipientes sin identificar, ni en botellas de bebida común (agua, refrescos...).
				02; La empresa hace uso de productos de uso domestico, tras consultar la información sobre los productos se recomienda durante las tareas de limpieza, que la trabajadora haga uso de guantes de látex, evitando en todo momento el contacto de la piel con los productos de limpieza al tratarse de sustancias irritantes. Limpiarse y secarse bien las manos antes y después del uso de los guantes.
C	P	V		Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Desplazamientos por motivos de trabajo, ida y vuelta del centro de trabajo.				01; La empresa cuidará que la presión de tiempos no resulte excesiva e induzca a infringir el código de la circulación. El vehículo y conductor deberán de cumplir todos los requisitos exigidos por la Dirección General de Tráfico: ficha técnica, ITV, carnet de conducir adecuado al tipo de vehículo.

				02; El trabajador hará uso de casco en caso de desplazamientos en motocicleta y del cinturón de seguridad en el caso de coche. Se someterá el vehículo a las revisiones obligatorias. En caso de condiciones atmosféricas desfavorables (lluvia, viento, niebla,...), extremar las precauciones.
				03; En caso de encontrarse mal físicamente o incapacitado para coger el vehículo, el trabajador avisará a la empresa y pospondrá su llegada o salida de la misma.
C	P	V		Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Postura prolongada de pie				01; Proporcionar un taburete al personal de cocina para que puedan alternar la posición de pie y sentado, de modo que los trabajadores realicen micropausas cuando la demanda de trabajo lo posibilite.
C	P	V		Riesgo: TRASTORNOS MUSCULOESQUELETICOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Movimientos repetidos realizados durante las tareas de corte y preparado de alimentos.				01; Para las tareas de mezclar o batir, o como picar se harán uso de equipos destinados y diseñados para ese fin, tales como batidoras y picadoras.
				02; Se rotarán a los trabajadores, de manera que durante el proceso de preparado de alimentos no sean los mismos trabajadores los que hagan la misma tareas durante todo el proceso de elaboración de comidas y cenas , sino que se roten para evitar la realización de movimientos repetitivos durante todo el proceso del preparado.
				03; Los trabajadores deberán realizar pausas periódicas, en las que puedan descansar el cuello, brazos y muñecas. Realizarán ejercicios de dichos segmentos corporales que permitan la recuperación del esfuerzo realizado.

				04; Un solo trabajador no debe encargarse de toda la tarea de lavado de recipientes y material de comedor. Se turnarán los trabajadores de cocina, de manera que un trabajador no realice más de un turno de 15-20 min. de colocación de recipientes en el lavavajillas.
C	P	V		Riesgo: ESTRES TERMICO
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Calor generado por los equipos y fuegos de la cocina.				01; Los equipos de extracción y ventilación (campanas de fogones, etc.) deberán estar en funcionamiento sacando fuera el aire caliente. Beber agua para prevenir la deshidratación y hacer uso de ropa de algodón.
C	P	V		Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Manipulación de elementos de cristal o cerámica (plato, vaso, jarra,...); uso de cuchillos o diversas herramientas de corte.				01; Se vigilará que la hoja de los cuchillos no presenta defectos y esté bien afilada. Los mangos de los cuchillos estarán en perfectos estado. Se tendrá especial cuidado en el manejo de cristales y utensilios rotos que puedan suponer riesgo de corte, los cuales serán depositados en contenedores independientes del resto de basura. Los trabajadores recibirán instrucciones precisas sobre el uso correcto de las herramientas que hayan de utilizar, sin que en ningún caso puedan utilizarse con fines distintos para los que están diseñadas. 02; Se deben desechar aquellos cuchillos que tengan sus mangos astillados, rajados, etc, o que presenten deficiencias en la unión entre el mango y la hoja. Utilizar el cuchillo de forma que el recorrido de corte se realice en dirección contraria al cuerpo; utilizar solo la fuerza manual para cortar absteniéndose de utilizar otros medios para obtener fuerza suplementaria; evitando dar tirones o sacudidas y asegurando a los trabajadores que los utilicen un espacio suficiente para trabajar.

				03; No dejar los cuchillos debajo de papel, de desechos, trapos, etc, o entre otras herramientas...; en lugares donde puedan caerse o provocar cortes; no guardarlos nunca en cajones, sino protegidos y colocarlos en lugares adecuados. No se utilizaran como abrelatas, pinchos para el hielo,... Los cuchillos serán afilados periódicamente.
				04; Contarán con guante de malla metálica, para tareas de corte y preparación de piezas de carne.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de equipos de trabajo de corte.				01; Las partes móviles de los equipos de trabajo, deben disponer de resguardos o dispositivos que impidan el acceso a las zonas peligrosas o que detengan maniobras peligrosas. Bajo ningún concepto se anularán las protecciones con las que cuentan los equipos de trabajo.
				02; Las operaciones de reparación, reajuste, y mantenimiento se llevará a cabo por personal autorizado por la empresa y cualificado, y con los equipos parados, desconectados y enclavados. Al igual que las tareas de limpieza de los equipos se llevarán a cabo con éstos desconectados.
				03; Los trabajadores harán uso de los equipos de trabajo siguiendo las condiciones de uso y mantenimiento dadas por el fabricante en el manual de instrucciones. En caso de detectar fallos en el funcionamiento de los equipos, éstos serán desconectados inmediatamente de la corriente eléctrica y se avisará al encargado para que sean revisados y reparados.
				04; Hacer uso de la empuñadura de la cortadora de fiambres mientras se corta. Las manos no acompañarán la pieza.
				05; La empresa velará porque en todo momento el corta fiambres cuente con la empuñadura, pantalla protectora transparente y cubierta protectora del disco.

				06; Se instalará sistema de rearme en el corta fiambres con el que cuentan o éste será sustituido por uno nuevo que cuente con todas las protecciones necesarias (protección del disco, empujador, rearme...)
				07; Bajo ningún concepto se anulará el sistema de enclavamiento con el que cuenta la tapadera de la picadora DAMPA, con la que cuentan en la cocina.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Acciones inseguras de trabajadores				01; No se utilizará la maquinaria de cocina con las manos mojadas, y se desconectarán de la electricidad para su limpieza y manipulación.
C	P	V		Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Contenido, organización y entorno de trabajo				01; Se seguirán las medidas establecidas en el estudio psicosocial.

Riesgos referidos al área de trabajo: Administración.

C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL
ED	B	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de medios inadecuados para subir a alturas				01; Para acceder a una zona elevada no se hará uso de sillas y mucho menos con ruedas, para ello utilizarán escaleras de mano seguras u otro equipo homologado. En aquellos casos puntuales en los que el personal sanitario tenga que hacer uso de escaleras manuales, harán uso de escaleras con la resistencia y los elementos de apoyo y sujeción necesarios para su utilización en las condiciones requeridas no suponga un riesgo de caída, por rotura o desplazamiento de la misma. Contará con zapatillas antideslizantes y sistema anti-apertura.

ED	B	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
			Escaleras fijas de acceso a plantas superiores	01; Las escaleras de acceso a las plantas superiores se mantendrán limpias y libres de obstáculos, no dejando ni de modo puntual objetos o materiales en éstas. Dispondrán de sistema antideslizante en los peldaños, y éste será objeto de mantenimiento periódico.
				02; Las escaleras fijas deben contar con barandilla de protección a partir de 60 cm de altura. Deben estar siempre protegidos todos los lados abiertos de las escaleras fijas, y los lados cerrados, siempre y cuando la escalera cuente con una anchura superior a 1,20 metros. Los escalones que no sean de servicio tendrán una huella comprendida entre 23 y 36 cm, y una contrahuella entre 13 y 20 cm. En caso de deterioro de los peldaños y suelo de los rellanos de las mismas serán reparados inmediatamente.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
			Materiales o sustancias resbaladizas en zonas de paso.	01; Las zonas de paso deberán estar siempre en buen estado de aseo y libres de obstáculos, realizándose las limpiezas necesarias. Se deben evitar cables de aparatos en zonas de paso. Comprobar que las dimensiones de espacio permiten desplazamientos seguros.
				02; Durante las limpieza de los suelos, se deberá señalar que el suelo ha sido fregado y se encuentra mojado.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Desperfectos y rotura de techos.				01; Se vigilarán las condiciones estructurales de las instalaciones, reparando inmediatamente cualquier anomalía que pueda provocar daños a los trabajadores o a terceras personas. En caso de roturas en techos, en partes altas de las paredes, de lámparas o mamparas, cuadros, etc, que puedan caer, se retirarán inmediatamente y se repararán. En caso de detectar deterioro de los elementos estructurales en la residencia o elementos decorativos, se repararán inmediatamente, en prevención de accidentes por caída de objetos.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Estanterías para almacenamiento.				01; Comprobar en general que se mantiene arriostradas las estanterías, la estabilidad de éstas y el correcto almacenamiento de materiales en las mismas.
C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Colocación inadecuada de materiales.				01; En caso de apilar unos materiales sobre otros, se hará de forma segura y estable, vigilando los apilamientos periódicamente para comprobar que siguen siendo estables, y que no han perdido la verticalidad y los bultos no se han deformado.
				02; Para alcanzar material que se encuentre en lejas altas utilizar escaleras, no intentar agarrar el producto de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo, podría caer sobre el trabajador. Se dejarán las lejas bajas de las estanterías para los materiales y artículos más pesados. Los artículos pequeños se almacenarán en contenedores o cajas. Los contenedores o cajas se almacenarán en lejas de fácil acceso. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien asentados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V	Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Objetos, mobiliario (sillas , sillas de ruedas...) o materiales en zonas de paso.				01; Las zonas de trabajo, pasillos o zonas de paso, deberán permanecer libres de obstáculos, de modo que permitan desplazamientos seguros.
				02; Los cajones y puertas de armarios de mesas y mobiliario permanecerán siempre cerrados.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Factores de inicio
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Cortocircuitos.				01; Se revisara periódicamente la instalación eléctrica comprobando el adecuado funcionamiento de los diferenciales de los cuadros eléctricos. Los receptores eléctricos deberán estar protegidos contra cortocircuitos y contra sobrecargas en todas sus fases. La protección contra sobrecargas cubrirá el riesgo de falta de tensión en cada una de sus fases.
D	M	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Sobrecarga de enchufes.				01; No hacer uso de prolongadores de varias tomas y ladrones para conectar varios equipos eléctricos en un mismo punto.
C	P	V	Cod.0021 0	Riesgo: INCENDIO. Medios de lucha
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Ubicación.				01; La empresa comprobara periódicamente que los medios de lucha contra incendios se encuentran ubicados correctamente: en un lugar visible y accesible, a ser posible próximos a la salida de evacuación y sobre soportes fijados a paramentos verticales, de modo que la parte superior del extintor quede, como máximo, a 1,70 metros del suelo.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas

Mantenimiento y revisión.				01; Comprobar periódicamente que se realiza mantenimiento adecuado de los medios de lucha contra incendios (extintores y pulsadores de alarma) por empresa acreditada, de conformidad con lo establecido en la normativa vigente (R.D. 1942/1993 de 5 de noviembre) El mantenedor entregara una copia del documento al titular donde justifique que ha realizado las operaciones de mantenimiento, resultado o incidencias y la fecha en la que se realizarán las revisiones periódicas.
D	B	TO	03;Causa	Medidas Preventivas
Señalización.				01; La empresa comprobara periódicamente que la señalización de los medios de lucha contra incendios se mantiene correctamente colocada sobre los extintores y pulsadores de alarma.
C	P	V		Riesgo: INCENDIO. Evacuación
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Necesidad de evacuar la residencia.				01; Las vías y salidas de evacuación estarán libres de obstáculos y permanecerán siempre abiertas. Asegurar que desde las oficinas se encuentran correctamente señalizadas las vías de evacuación y son correctamente visibles y localizables.
				02; La empresa comprobará el correcto funcionamiento del alumbrado de emergencia de las oficinas.
				03; Se seguirá el plan de autoprotección con el que cuenta la residencia, teniendo el mismo actualizado (nombramiento de personal que intervienen en las evacuaciones), informando en cada caso a los trabajadores sobre el mismo.
C	P	V		Riesgo: ILUMINACION INADECUADA
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Niveles de iluminación.				01; Los lugares de trabajo, y cada una de las zonas del mismo, deben contar con suficiente iluminación de acuerdo con las tareas realizadas en la misma y sus exigencias visuales, así como con los riesgos a que se ven sometidos dichos trabajadores dependientes de dichas condiciones de visibilidad. La distribución de los niveles de iluminación será lo más uniforme posible. Se deberán evitar deslumbramientos directos por luz solar o artificial e indirectos producidos por superficies reflectantes.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Sistemas de ventilación.				01; La empresa realizara correcto mantenimiento de los sistemas de ventilación/climatización realizado por personal especializado para eliminar las fuentes contaminantes. Para ello, se inspeccionará el equipo buscando señales de corrosión y humedades elevadas, se sustituirán las partes estropeadas, limpiándose a fondo el sistema, se usarán biocidas y desinfectantes. Se asegurará que los filtros estén completamente secos tras su limpieza, antes de su reinstalación.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas
Deficiencias en la instalación eléctrica.				01; La instalación eléctrica estará equipada con protección diferencial. La protección diferencial se comprobará periódicamente, accionando el pulsador "test", certificando su eficacia y validez.
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO DIRECTO
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas

Partes activas al descubierto (defectos de aislamiento)				01; Mantener alejadas las conexiones de las zonas de paso y de las fuentes de agua. Garantizar el aislamiento eléctrico, de todos los cables activos. Todas las clavijas de conexión estarán bien sujetas, limpias y no presentaran partes activas accesibles. Manipular siempre la instalación eléctrica con la instalación desconectada. Los cuadros eléctricos se mantendrán siempre cerrados y se indicará la zona que conecta cada uno de los interruptores.
D	B	TO	02;Causa	Medidas Preventivas
Señalización de riesgo eléctrico.				01; Mantener la señalización de peligro eléctrico en todos los cuadros y elementos bajo posible tensión.

Riesgos referidos al puesto de trabajo: Personal de oficinas y despachos.

C	P	V	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Uso de sillas de despacho con ruedas				01; Las sillas de despacho con ruedas deben utilizarse de la siguiente manera: - sentarse utilizando toda la superficie de la silla, y no solamente el borde delantero. - no inclinarse demasiado lateralmente. - antes de sentarse, se debe asegurar de la posición de la silla. - las sillas deben tener cierta resistencia a la rodadura estando la silla vacía, para imposibilitar un desplazamiento involuntario, sin que por ello disminuya la movilidad de la silla. - no se hará uso de las mismas para acceder a zonas elevadas.
ED	B	M O	02;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras de mano.				01; El uso de escalera de mano no es frecuente, es por ello por lo que deben revisarla cuando la utilicen y comprobar que cuentan con zapatas antideslizantes o ganchos de sujeción en la parte superior. Tanto el ascenso como el descenso se hará siempre de frente a la misma.

				02; No situar la escalera detrás de una puerta que previamente no se ha cerrado, evitando que pueda ser abierta mientras permanezca la escalera colocada. A las escaleras no podrán subir más de un trabajador al mismo tiempo.
ED	B	M O	03;Causa	Medidas Preventivas
Uso de escaleras fijas.				01; Cuando se acceda a las plantas superiores por la escalera fija o se haga uso de las escaleras de acceso al sótano, los trabajadores tendrán en cuenta que deben subir o bajar las escaleras tranquilamente y sin prisas, evitando hacerlo corriendo o empujando a la persona que le preceda, haciendo uso de la barandilla con la que cuenta. No subir o bajar de dos en dos los peldaños.
C	P	V	Cod.0002 0	Riesgo: CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Objetos o sustancias resbaladizas en zonas de paso.				01; Se mantendrán en correcto estado de orden y limpieza las instalaciones, evitando cables que crucen en zonas de paso. Limpiando inmediatamente cualquier sustancia que caiga al suelo.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Colocación de material de oficina sobre mesas de trabajo.				01; Las mesas de trabajo se conservarán lo más limpias posibles, evitando la acumulación de documentos, carpetas, etc, que pueden caer. Colocar los equipos informáticos de forma segura sobre las mesas, evitando fotocopiadoras, fax o pantallas en el borde de las mismas.
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS EN MANIPULACION
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Inadecuada manipulación de materiales				01; No se manipularán cargas excesivas ni con deficiente agarre. No se moverán o levantarán por un solo trabajador elementos pesados tales como impresoras, fotocopiadora, material informático...
C	P	V		Riesgo: CAIDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Inadecuada colocación de materiales en estanterías o almacenados				01; El material propio de oficina será colocado en los armarios destinados para tal fin, no se apilaran los materiales (cajas de folios,...) fuera de zonas de almacenamiento, serán colocados de forma estable. 02; Para alcanzar a las lejas altas utilizar escaleras, no intentar alcanzar de puntillas y en posición forzada, dándole empujoncitos hasta que caiga y así agarrarlo, podría caer sobre el trabajador. En el interior de armarios los materiales permanecerán bien colocados, asegurando que al abrir la puerta no caiga sobre el trabajador.
C	P	V		Riesgo: CHOQUE CONTRA OBJETOS INMOVILES
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Existencia de mobiliario, estanterías, mesas etc.				01; Las zonas de trabajo, pasillos o zonas de paso, deberán tener una anchura adecuada al número de personas que hayan de permanecer o transitar por ellas. Evitar colocar mobiliario o materiales en zonas de paso o de trabajo.
C	P	V		Riesgo: ATRAPAMIENTOS POR O ENTRE OBJETOS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Inadecuada manipulación de impresoras, fotocopiadoras, etc.				01; Para tareas de mantenimiento, ajuste o limpieza de impresoras o fotocopiadoras, éstas serán previamente paradas y desconectadas de la electricidad. Se hará un correcto mantenimiento de dichos equipos de trabajo y lo llevará a cabo personal especializado.
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A SUSTANCIAS QUIMICAS
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Realización inadecuada de cambios de tóner, o sin hacer uso de equipos de protección				01; Para realizar cambio de tóner o manipular partes de la impresora o fotocopidora, se hará con éstas desconectadas y con guantes de látex o goma para evitar contactos con el tóner.	
C	P	V		Riesgo: ACCIDENTES DE TRAFICO	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Desplazamientos por motivos de trabajo.				01; La empresa cuidara que la presión de tiempos no resulte excesiva e induzca a infringir el código de circulación.	
				02; Evitar el consumo de sustancias estupefacientes, alcohol y derivados, que puedan alterar la conducción normal. No fumar durante la conducción del vehículo. El trabajador se abstendrá de utilizar el teléfono móvil durante la conducción. Se utilizará en todo momento el cinturón de seguridad o casco en el caso de motocicletas. No se sobrepasarán las velocidades máximas permitidas de acuerdo a la vía por la que se esté circulando y a las condiciones atmosféricas que se den.	
C	P	V		Riesgo: EXPOSICION A CONTAMINANTES BIOLOGICOS	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Contacto con usuarios enfermos o fluidos.				01; El personal de oficina no debe entrar en contacto con usuarios enfermos ni con desechos o material posiblemente contaminado ya que dentro de sus tareas no se incluye ninguna de contacto directo con los ancianos. De todos modos deberán seguir unas pautas higiénicas necesarias tales como, lavarse las manos antes y después de la jornada laboral y no comer ni beber en las áreas comunes.	
C	P	V		Riesgo: CARGA Y FATIGA MENTAL	
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Trabajo continuado con pantalla de visualización de datos				01; Establecer pausas durante el ciclo de trabajo de los operadores de PVD.	

				02; Cuando se contraten nuevos trabajadores, asegurar su conocimiento del programa informático a utilizar antes de la incorporación plena al puesto de trabajo. Además, los nuevos trabajadores conocerán antes del inicio de los trabajos cuáles son sus tareas a desempeñar en el puesto que van a ocupar, al igual que el organigrama de la empresa.
C	P	V		Riesgo: FATIGA FISICA POSTURAL
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Posición sentado durante la mayor parte de la jornada laboral				01; Realizar micropausas, dándose pequeños paseos. Controlar periódicamente que la disposición del puesto sigue permitiendo que el tronco se mantenga erguido frente al plano de trabajo, y lo más cerca posible del mismo, evitando giros y torsiones innecesarias. El espacio para piernas y rodillas permitirá variar la posición.
C	P	V		Riesgo: TRASTORNOS MUSCULOESQUELETICOS
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas
Silla de trabajo				01; SILLA DE TRABAJO: el asiento de trabajo será estable, proporcionando libertad de movimientos. Debe tener ruedas (5 brazos de apoyo al suelo y base de apoyo de 50 cm de diámetro) y posibilidad de giro para permitir la movilidad y el acceso a los elementos de trabajo. La altura será regulable. El borde delantero debe ser curvado para evitar compresiones debajo de los muslos y rodillas. Tendrá un adecuado apoyo lumbar. El respaldo será reclinable y regulable en altura. A los trabajadores que los necesiten y así lo soliciten se les facilitarán reposapiés.
LD	M	TO	02;Causa	Medidas Preventivas

Mesa de trabajo				01; MESA DE TRABAJO: Las medidas mínimas serán de 160 cm de ancho por 80 cm de profundidad. Debajo de la mesa debe quedar espacio holgado para las piernas y para permitir movimientos. Debe quedar a la altura del codo cuando se está sentado. Disponer de atril para colocar los documentos. La superficie debe ser poco reflectante (acabados en mate), son preferibles los colores suaves, evitar superficies oscuras que producen contrastes muy fuertes entre el tablero y los documentos. Los bordes no deben ser cortantes, evitando cantos agudos y cualquier tipo de saliente. Deben existir topes de apertura de los cajones, para que no se salgan del todo al abrirlos.
LD	M	TO	03;Causa	Medidas Preventivas
Equipo de trabajo				01; PANTALLA DEL ORDENADOR: La imagen debe ser estable, sin destellos, centelleos o cualquier otra forma de inestabilidad. El usuario dispondrá de información para poder ajustar la luminosidad y el contraste entre los caracteres y el fondo de la pantalla, para adaptarlos a las condiciones del entorno, así como sobre la forma de regular la dimensión y definición de los caracteres. No deberá tener reflejos ni reverberaciones molestas. Deberá ser orientable e inclinable a voluntad. La altura del monitor debe ser de forma que su borde superior esté a la altura de los ojos del usuario. La distancia de la pantalla a los ojos no debe ser inferior a 55cm. Trabajar con la cabeza de frente al ordenador, evitando giros.
C	P	V		Riesgo: FATIGA VISUAL
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas

Trabajar durante largos periodos de tiempo con PVD				01; La pantalla, el teclado y los documentos escritos se encontraran a una distancia de los ojos (entre 45 y 55 cm). - la pantalla se encontrara en un ángulo 10°-60° por debajo de la horizontal de los ojos. - se colocará el atril a una altura similar a la de la pantalla para evitar movimientos perjudiciales del cuello. -la colocación de la pantalla del ordenador es muy importante para evitar deslumbramientos, evitando colocar el monitor delante de ventanas.	
C	P	V		Riesgo: GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS	
LD	M	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	
Uso de cúter y tijeras				01; las tijeras abiertas no se transportarán en los bolsillos, sino en estuches o fundas, el cúter debe ser transportado con la cuchilla guardada; lo correcto es utilizar tijeras con mangos anatómicos que impidan que la mano resbale; cuanto mejor sea el filo, más seguro será su empleo, ya que se tendrá que hacer menos esfuerzo y habrá menos probabilidades de que se escape sin control; no se dejarán las tijeras ni el cúter abandonados en lugares donde puedan caerse o tropezar con ellos; se afilarán periódicamente.	
C	P	V		Riesgo: CONTACTO ELECTRICO INDIRECTO	
D	M	M O	01;Causa	Medidas Preventivas	
Acciones imprudentes de los trabajadores.				01; Los trabajadores no manipularán los equipos eléctricos ni la instalación eléctrica con las manos mojadas. En caso de detectar defectos de aislamiento (enchufes en mal estado, cables pelados), los trabajadores no los repararán y avisarán a dirección para que se solvante cuanto antes (hasta entonces el aparato permanecerá desenchufado).	
C	P	V		Riesgo: RIESGOS PSICOSOCIALES	
D	B	TO	01;Causa	Medidas Preventivas	

Contenido, organización y entorno de trabajo	01; Se seguirán las medidas establecidas en el estudio psicosocial.
--	---

- (C) Consecuencias (LD) ligeramente dañino
(D) dañino
(ED) extremadamente dañino
- (P) Probabilidad (B) baja
(M) Media
(A) alta
- (V) Valoración (T) trivial
(TO) tolerable
(M) moderado
(I) importante
(IN) intolerable

DISCUSIÓN

Como consecuencia de la evaluación de riesgos en los diferentes puestos de trabajo de esta residencia de ancianos, se ha elaborado el plan de prevención objeto de mi trabajo fin de máster, así como la previsión de elaborar el plan de evacuación del centro.

Se han determinado las necesidades formativas de los trabajadores en cuanto a manipulación de cargas en la movilización de los residentes que será impartida por el SPA y su coste recaerá sobre el empresario y en ningún caso sobre los trabajadores, tal como viene recogido en el artículo 19 de la Ley 31/95: “Detallar las necesidades de formación en materia de prevención de riesgos laborales de todo el personal”, que recoge que es obligación del empresario el garantizar que cada trabajador reciba la formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva, en el momento de su contratación, en cualquier modalidad o duración de ésta, y también cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe o cuando se introduzcan nuevas tecnologías o se realicen cambios en los equipos de trabajo. Los puestos de trabajos sanitarios, enfermeros y auxiliares de enfermería, son los que más riesgos tienen de sufrir el código 13 (sobreesfuerzos) por la manipulación inadecuada de los residentes, que puede provocarles lesiones osteo-articulares y osteo-musculares, por eso se ha propuesto la utilización de camas articuladas, regulables en altura para poder situarlas a la

altura adecuada cuando se realiza la higiene de los residentes que lo precisan y los cambios posturales. También se recomienda la colocación de barandillas adecuadas y el uso de grúas móviles.

Los riesgos encontrados en el puesto de trabajo limpiadora han sido:

- Caídas de personas a distinto nivel.
- Caídas de personas al mismo nivel.
- Caídas de objetos en manipulación.
- Caídas de objetos desprendidos.
- Choque contra objetos inmóviles.
- Proyección de fragmentos o partículas.
- Sobreesfuerzos.
- Contacto térmico.
- Exposición a sustancias químicas.
- Accidentes de tráfico.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Trastornos musculoesqueléticos.
- Fatiga física.
- Golpes/cortes por objetos o herramientas.
- Contacto eléctrico indirecto
- Riesgos psicosociales.

Estos riesgos podemos ver que son similares a los encontrados por Martínez (2015) y Alcázar (2015) en sus evaluaciones de riesgos de puestos similares.

En el puesto de trabajo de atención psicosocial encontramos los siguientes riesgos:

- Caídas de personas a distinto nivel.
- Caídas de personas al mismo nivel.
- Caídas de objetos en manipulación.
- Choque contra objetos inmóviles.
- Sobreesfuerzos.
- Accidentes de tráfico.
- Exposición a contaminantes biológicos
- Fatiga física.
- Contacto eléctrico indirecto
- Riesgos psicosociales.
- Golpes/cortes por objetos o herramientas.

No hemos podido comparar estos resultados con los obtenidos por otros autores ya que no hemos encontrado ninguna referencia sobre este puesto de trabajo.

Los riesgos encontrados en la evaluación del puesto de gerocultora/auxiliar han sido:

- Caídas de personas a distinto nivel
- Caídas de personas al mismo nivel.
- Caídas de objetos en manipulación.
- Choque contra objetos inmóviles.
- Sobreesfuerzos.
- Exposición a sustancias químicas.
- Accidentes de tráfico.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Fatiga física.
- Golpes/cortes por objetos o herramientas.
- Contacto eléctrico indirecto.
- Riesgos psicosociales.
- Trastornos biopsicosomáticos.

La mayoría de los riesgos encontrados para este puesto de trabajo coinciden con la bibliografía consultada, García (2015), Martínez (2015) y Alcázar (2015).

En el puesto de trabajo de atención sanitaria (enfermería) podemos encontrar los siguientes riesgos laborales:

- Caídas de personas a distinto nivel.
- Caídas de personas al mismo nivel.
- Caídas de objetos en manipulación.
- Choque contra objetos móviles.
- Sobreesfuerzos.
- Exposición a sustancias químicas.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Fatiga física.
- Golpes/cortes por objetos o herramientas.
- Contacto eléctrico indirecto.
- Riesgos psicosociales.

Estos resultados coinciden con los encontrados por Alcázar (2015), García (2015), y Martínez (2015).

Los riesgos encontrado en el puesto de cocinera son los siguientes:

- Caídas de personas a distinto nivel.
- Caídas de personas al mismo nivel.
- Caídas de objetos en manipulación.
- Caídas de objetos desprendidos.
- Choque contra objetos inmóviles.
- Proyección de fragmentos o partículas.

- Sobreesfuerzos.
- Contacto térmico.
- Exposición a sustancias químicas.
- Accidentes de tráfico.
- Trastornos musculoesqueléticos.
- Fatiga física.
- Golpes/cortes por objetos o herramientas.
- Contacto eléctrico indirecto.
- Riesgos psicosociales.
- Choques o golpes contra objetos móviles de la máquina.
- Atrapamiento por o entre objetos.
- Exposición a temperaturas ambientales extremas.
- Estrés térmico.

No podemos comparar estos resultados por no aparecer este puesto de trabajo en los estudios consultados.

Los riesgos encontrados para el puesto de trabajo de personal de oficinas y despachos son los siguientes:

- Caídas de personas a distinto nivel.
- Caídas de personas al mismo nivel.
- Caídas de objetos en manipulación.
- Caídas de objetos desprendidos.
- Choque contra objetos inmóviles.
- Exposición a sustancias químicas.
- Atrapamiento por o entre objetos.
- Exposición a sustancias químicas.
- Accidentes de tráfico.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Trastornos musculoesqueléticos.
- Fatiga física.
- Golpes/cortes por objetos o herramientas.
- Contacto eléctrico indirecto.
- Riesgos psicosociales.
- Carga y fatiga mental.
- Fatiga visual.

Estos resultados coinciden con los alcanzados por Alcázar (2015), García (2015), y Martínez (2015).

En cuanto a la formación a realizar, deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo de cada trabajador, y es necesario que se adapte a la evolución de los riesgos existentes, así como a la aparición de nuevos riesgos, además deberá repetirse periódicamente y en todo caso, cuando sea necesario. Deberá ser impartida en horario de trabajo y de no ser así, el trabajador tendrá derecho a que se le aplique la compensación horaria pertinente, además, sería muy recomendable introducir en todos los cursos que se impartan en la institución, un tema específico de PRL.

En el plan de prevención se ha establecido la realización de una nueva evaluación en el plazo de un año y en ella el empresario debe haber solucionado todas las deficiencias encontradas tanto en necesidades formativas como establecer una relación de la maquinaria o adecuar los niveles de luz en el área de enfermería.

Todas las intervenciones propuestas son las adecuadas al tipo de riesgo encontrado y siguiendo la metodología y procedimiento propuestos por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el trabajo.

Por otro lado, también es necesario que los trabajadores participen de forma activa en la prevención de riesgos laborales, adoptando las medidas encaminadas a prevenir los riesgos específicos de sus puestos de trabajo, pero también poniendo de manifiesto las necesidades que desde su perspectiva observan en su ámbito laboral, para la participación anónima de los trabajadores podría colocarse un buzón de sugerencias.

Un riesgo que puede presentarse en todos los trabajadores sanitarios de la residencia es la fatiga mental y que puede estar ocasionado por la atención directa a los residentes y también a sus familiares, por lo que es conveniente estudiar los factores psicosociales y establecer las pautas a seguir cuando se produzcan situaciones conflictivas.

La sobrecarga de trabajo por ausencia de otros trabajadores o por situaciones imprevistas, es un riesgo que pueden sufrir enfermeros, auxiliares y como medida para controlar el riesgo se recomienda realizar descansos a lo largo de la jornada laboral, fomentar la comunicación con los compañeros y dar pautas para una correcta organización de las tareas.

La fatiga postural está presente en muchos de los puestos de trabajo, en especial en los que trabajan con pantallas de visualización de datos, sufriendo riesgos osteo-articulares y para prevenirlo se recomienda la realización de formación para mantener una postura ergonómica e informando sobre la higiene postural.

En cuanto a la exposición a riesgos biológicos, es necesario dotar de equipos de protección individual, que pueden sufrir el riesgo debido al contacto con residentes que tengan enfermedades infecciosas, los puestos de trabajo afectados sería el de enfermería y auxiliares de enfermería. También podrían contagiarse de residente a residente o en las visitas familiares, siendo de uso obligado los EPIs como guantes, bata, mascarilla, llegando a necesitar incluso el aislamiento en determinados casos de enfermedades contagiosas (gripe A, Varicela, TBC.....)

Como ya hemos hecho referencia, en el uso de maquinaria, productos o equipos, es necesario advertir a la empresa que siempre que hay un cambio en cualquiera de ellos, cuando hay un problema de salud relacionado con ellos o se vea que las medidas de prevención ya no son las

adecuadas, es necesario realizar una nueva evaluación aún cuando no coincida con las fechas previamente establecidas.

CONCLUSIONES

En base a los objetivos y a los resultado encontrados podemos determinar una serie de conclusiones que pueden servir de recomendaciones para el empresario:

1. Se han identificado los riesgos derivados de los puestos de trabajo evaluados y los riesgos asociados a ellos.
2. Se han planificado las medidas necesarias para proteger la salud y la seguridad de los trabajadores según los riesgos detectados. Estas medidas son:
 - Establecer una relación de maquinaria y equipos en uso con registro de sus revisiones e instrucciones actualizadas, informe de adecuación según la legislación vigente.
 - Adecuar los niveles de iluminación en la enfermería, sería necesario tener siempre disponible un flexo auxiliar para hacer las curas.
 - Restringir al máximo el tiempo dentro de la sala de máquinas para evitar posible riesgo de ruido.
 - Revisión o sustitución de camas y barandillas de las mismas por otras mecanizadas que cumplan los requisitos ergonómicos y de seguridad, por entrañar riesgo de atrapamiento por o entre objetos.
 - Poner una alarma luminosa, a parte de la acústica ya existente, para la evacuación.
3. Se deberá realizar una nueva evaluación de riesgo pasado un año para poder verificar que los medidas adoptadas son las correctas.
4. Se han identificados las necesidades formativas de los trabajadores y es prioritario dar formación sobre de la correcta manutención de los residentes por el alto riesgo de lesión osteo-muscular y osteo-esquelética que tienen los trabajadores que están implicados en el cuidado directo de los residentes.. También se debe realizar un nuevo simulacro de emergencias en el que participen todos los trabajadores.

BIBLIOGRAFÍA

- Alcázar Belchi, M.Q, Jiménez Moreno, S. Prevención de Riesgos Laborales en la movilización de pacientes en una planta de hospitalización, Alicante, 2015.
- Alfonso Mellado, C.L., Salcedo Beltrán, C. y Rosa Anced, I. (coord.), Prevención de riesgos laborales. Instrumentos de aplicación, Tirant lo Blanch, Valencia, 2012, 3ª edición.
- García Acosta, J.M. Ferrer Carrascosa, M.J. Evaluación de Riesgos Laborales para Enfermería en la Unidad de Medicina Intensiva del Hospital Universitario Nuestra Señora de la Candelaria, Alicante, 2015.
- INSHT, NTP 888, Señalización de emergencia en los centros de trabajo (I).
- INSHT, NTO 889. Señalización de emergencia en los centros de trabajo (II).
- INSHT, Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas, INSHT, Madrid, 2003.
- INSHT, Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos.
- INSHT, Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionado con la exposición a agentes biológicos. INSHT, Madrid, 2006.
- Ley de Prevención de Riesgos laborales: Ley 31/1995, de 8 de noviembre, BOE nº 269, de 10 de noviembre. Modificado por Ley 50/1998.
- Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales
- Martínez López, V., Cardona Llorens, A. Evaluación de Riesgos Laborales en Servicio Hospitalario de Medicina Interna, Alicante, 2015.
- Real Decreto 1942/1993, de 5 de Noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección Contra Incendios.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención y posteriores modificaciones. BOE nº27, de 31 de Enero.
- Real Decreto 485/1997, de 14 de abril sobre Disposiciones Mínimas en Materia de Señalización de Seguridad y Salud Laboral.
- Real Decreto 486/1997, de 14 de abril sobre Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud en los Lugares de Trabajo.
- Real Decreto 487/1997, de 15 de Abril, sobre Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud Relativas a la Manipulación Manual de Cargas que Entrañe Riesgos, en Particular Dorsolumbares, para los Trabajadores.
- Real Decreto 488/1997, de 30 de Mayo, sobre Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud relativas al Trabajo con Equipos que Incluyen Pantalla de Visualización de Datos.
- Real Decreto 773/1997, de 30 de Mayo, sobre Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud Relativas a la Utilización por los Trabajadores de Equipos de Protección Individual.

- Real Decreto 664/1997 de 12 de Mayo, sobre Protección contra Agentes Biológicos durante el trabajo.
- Real Decreto 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de Ley 31/1995, de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales.
- Real Decreto 393/2007, de 23 de Marzo, por el que se aprueba la Normativa Básica de Autoprotección (NBA)

