

PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

EVALUACIÓN DE PUESTO: P.A.S MOZO

DATOS IDENTIFICATIVOS

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA

DOMICILIO: C/ SENDA DEL REY - MADRID

Ref. del contrato: 28/41/00460/2013

Ref.: 020549-14-50459

Fecha: 16/04/2014



Descripción:

Las tareas que lleva a cabo el personal adscrito al puesto de mozo son principalmente las tareas de mudanza entre los diferentes edificios con que cuenta la UNED, traslado de mobiliario, recepción de las cajas de valija de exámenes y su desensalivado. Para ello el trabajador hace uso de carretillas, carros o similar, siempre que sea posible, o se realiza la manipulación manual de la carga ayudado por otro compañero. En ocasiones, el traslado de muebles requiere el traslado de forma manual y acceder a través de escaleras, en ocasiones estrechas, pues éstos no caben en el ascensor. Incluye en montaje y desmontaje si es necesario, haciendo uso de herramienta manual. En los periodos de exámenes, preparan las cajas (preensalivado) con las separatas para enviar a los centros, y una vez realizados, las valijas con los exámenes se reciben en la sala de valija, el servicio de transporte introduce las cajas en el montacargas y los mozos las van colocando por las mesas o debajo de éstas por centros (aproximadamente 130 cajas por día, dos días a la semana durante dos semanas), una vez colocada la valija se procede a su desensalivado, colocando los exámenes en el lugar correspondiente. Una vez se ha vaciado la caja, se retira y se coloca otra para repetir el proceso. Las cajas llenas tienen un peso de 60kg y 12.5 kg en vacío. Una vez se han vaciado, se trasladan a otro edificio donde se almacenan vacías. Otra tarea es el traslado de los animales del animalario a otros centros, cajas con libros... Además de los desplazamientos entre los centros propio de la UNED, van a centros asociados, IFEMA, ... y dentro de la comunidad de Madrid. Pueden permanecer en zonas donde existe tránsito de vehículos (vía pública, parking...).

Daños a la salud:

Los principales daños a la salud son lesiones musculoesqueléticas, cortes, caídas al mismo/distinto nivel, ...

1. LUGARES DE TRABAJO.

Se realizan trabajos sobre vías públicas urbanas o interurbanas	NO
Se realizan trabajos en altura, sobre estructuras inestables, sobre los materiales almacenados o mientras estos se están manipulando.	NO
En el almacén, se accede o trabaja en muelles de carga o estructuras similares.	NO
Se desarrollan trabajos con necesidad de balizar la zona de trabajo.	NO
Se realizan trabajos en proximidad a zonas de paso de vehículos o equipos automotores.	SI
Se almacenan materiales solo a nivel de suelo.	SI
Se transita por zonas ocupadas con cables, mangueras, conductores, herramientas, equipos de trabajo u otros elementos.	SI

RIESGOS	VALORACIÓN
Golpes con elementos inmóviles presentes en las zonas de paso o en las proximidades del punto de trabajo.	Moderado
Caídas al mismo nivel derivado del tránsito por las instalaciones, por la posible existencia de obstáculos en zonas de paso, descuidos, circular demasiado deprisa... (Falta de criterio preventivo en el tránsito por éstas)	Moderado
Atropellos o golpes con vehículos durante la permanencia en zonas de paso de vehículos durante los traslados de mercancía.	Moderado
Caída de objetos manipulados durante el traslado de muebles, paquetes...	Moderado
Otros derivados del centro donde se realizan las tareas.	No valorable
Caídas a distinto nivel derivado del tránsito por las escalareas que comunican las diferentes plantas (despistes, circular demasiado deprisa, no hacer uso de las barandillas/pasamanos... (Falta de criterio preventivo en el tránsito por éstas)).	Moderado



RIESGOS	VALORACIÓN
---------	------------

Caídas a distinto nivel durante las tareas de mudanza al trasladar muebles u otros objetos por las escaleras...

Moderado

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas en almacenamientos.

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas del operario de almacén.

Se prohíbe almacenar en áreas destinadas al tránsito de peatones, vehículos, ante cuadros eléctricos, medios de extinción y vías de evacuación y salidas.

Se prohíbe trepar por los materiales almacenados, así como por los sistemas de almacenamiento, (estanterías,...).

EPIs

Vestuario de protección de alta visibilidad de categoría II según norma UNE EN 471

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
----------------------	--------------

Las cargas se encuentran almacenadas en los emplazamientos previstos a tal fin, no invadiendo las zonas de tránsito de vehículos o peatones.

Diario

Correcto estado de orden y limpieza.

Previo a su uso

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción.

Real Decreto 2177/2004, Equipos de trabajo, en materia de trabajos temporales en altura

R.D. 485/97, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

R.D. 486/1997 disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

OBSERVACIONES

El personal adscrito al puesto accede a los diferentes centros propiedad de la universidad, tanto despachos, laboratorios, salas, parking..., como a los centros asociados, IFEMA y talleres principalmente.
Realizan tareas de carga y descarga de la mercancía en la vía pública, o en parking.

2 . ENERGÍAS UTILIZADAS.

Con la energía eléctrica únicamente se realizan operaciones elementales sin riesgo como conexión y desconexión de equipos.

SI

RIESGOS	VALORACIÓN
---------	------------

Contacto eléctrico por operaciones elementales (conexión y desconexión de equipos)

Moderado



FORMACIÓN

Formación básica en riesgo eléctrico a nivel de usuario.

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas en la utilización de la energía eléctrica

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 1215/1997, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo. Guía de desarrollo del INSHT.

R.D. 485/97, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

R.D. 614/2001 - Disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico y Guía Técnica de desarrollo del I.N.S.H.T.

3 . EQUIPOS DE TRABAJO.

Se utilizan herramientas manuales para embalar o desembalar las mercancías almacenadas.	SI
Se utilizan medios auxiliares de transporte de mercancías como transpaletas, carros, jaulas de transporte o carretillas manuales.	SI
Se utilizan vehículos automotores	NO
Se utilizan Plataformas Elevadoras Móviles para Personas (PEMP).	NO
Se utilizan escaleras de mano.	SI
En el almacén, se realizan operaciones en andamios u otros equipos que implique trabajos a más de 2 metros de altura.	NO
Se utilizan equipos de trabajo como flejadoras, paletizadoras, etc..., en los que un mal uso puede ocasionar riesgos de corte, atrapamientos y/o proyección de partículas.	NO

RIESGOS

VALORACIÓN

Caída de objetos o herramientas punzantes desprendidos durante el montaje/desmontaje.	Moderado
Caídas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano por falta de criterio preventivo en el ascenso/descenso y realización de tareas sobre ésta (sacar el cuerpo de la estructura de la escalera...).	Moderado
Cortes en la utilización de herramientas manuales, punciones, etc, en trabajos que requieran manipular materiales con astilla, viruta o bordes afilados.	Moderado

FORMACIÓN

Normas de seguridad en la utilización de los equipos y útiles de trabajo del puesto

Normas básicas de seguridad en la utilización de traspaletas

INFORMACIÓN

Guardar las herramientas cortantes o punzantes en fundas adecuadas

Normas básicas de seguridad en la utilización de traspaletas

Riesgos y medidas preventivas en el manejo de escaleras manuales



EPIs

Guantes de protección frente a riesgos mecánicos, según norma UNE-EN 388, categoría II

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
Correcto estado de las herramientas de mano.	Mensual
Comprobar que los útiles de corte se mantienen en buenas condiciones de uso (correctamente afilados, empuñaduras en buenas condiciones,...)	Mensual
Se mantienen en buen estado los medios manuales auxiliares de manipulación de cargas (carros, traspaletas,...), no presentan elementos cortantes, ruedas en buen estado,...	Mensual
Correcto estado de las escaleras de mano	Previo a su uso

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 1215/1997, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo. Guía de desarrollo del INSHT.

R.D. 2177/2004, por el que se modifica el R.D. 1215/1997, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo, en materia de trabajos temporales en altura

R.D. 486/1997 disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

OBSERVACIONES

Los trabajadores se desplazan entre los diferentes centros en vehículo, pero en ningún caso ellos conducen. Hacen uso de herramientas manuales para el montaje/desmontaje de muebles. Disponen de carros, carretillas y/o similar para el traslado de la mercancía (muebles, equipos, cajas...)

Puntualmente se puede hacer uso de escaleras de mano, según nos indican los puntos de alcancen están accesibles sin necesidad de hacer uso de éstas. Se valora el uso de ésta, no se evalúa la escalera al no disponer de relación de equipos de trabajo y en muchos casos se hace uso de escaleras presentes en los distintos centros de trabajo.

4 . PRODUCTOS QUÍMICOS UTILIZADOS.

Se almacenan y/o utilizan productos químicos por parte de los trabajadores.

NO

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 374/2001 sobre Protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los Agentes Químicos durante el trabajo

5 . MANIPULACIÓN DE OBJETOS.

Se manipulan cargas que puedan suponer riesgo de cortes, pinchazos o caídas de objetos en los pies.

SI

Se manipulan cargas que puedan suponer riesgo de corte o pinchazo en las manos.

SI

Se detecta alguna otra anomalía en la manipulación de objetos

SI

RIESGOS	VALORACIÓN
----------------	-------------------



RIESGOS	VALORACIÓN
Cortes por entrar en contacto con aristas vivas/rebabas de los cierres de las cajas de valija.	Moderado
Causados por seres vivos durante el transporte de los animales procedentes del animalario.	P = B, C = ED; Valoración = Moderado
Cortes por la presencia de aristas vivas, rebabas, desperfectos... durante el traslado y manipulación de muebles, cajas...	Moderado
Atrapamiento entre objetos /golpes por caída de la puerta de la caja de valija de exámenes por falta de sistema de bloqueo, rotura de éste y de la cadena de seguridad.	Moderado
Caída de objetos manipulados durante los traslados, por agarraderos defectuosos o no permitir un agarre correcto...	Moderado
Atrapamiento entre objetos durante tareas de mudanza al manipular objetos voluminosos, acceso a lugares con especial dificultad (por escaleras estrechas...)	Moderado

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
En futuras adquisiciones se tendrá en cuenta el sistema de cierre de las cajas de exámenes de forma que se evite sobresalgar a la zona de trabajo.	4
Reparación de los sistemas de bloqueo de las cajas de valija y de las cadenas.	4
Se eliminarán las rebabas y superficies cortantes de los cierres en las cajas de valija de exámenes	4

INFORMACIÓN
Manipulación manual de objetos

EPIs
Calzado de seguridad (UNE-EN 345, 20345)
Guantes de protección frente a riesgos mecánicos, según norma UNE-EN 388, categoría II

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
En los traslados de los animales, se garantizará que las jaulas están perfectamente cerradas, que no presentan desperfectos o similar que puedan dar lugar a la salida de animales...	Previo a su uso
Llevar a cabo un programa de mantenimiento y reparación de los sistemas de bloqueo y cadenas de seguridad de las cajas de valija.	Previo a su uso

CRITERIOS DE REFERENCIA
Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.
R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

OBSERVACIONES
Según se aprecia el día de la visita, existen cajas de valija con la cadena que sujeta la tapa sin sujeción en ambos extremos, y los elementos de bloqueo de anticierre con desperfectos, o no existen. El cierre de la puerta está al aire, pudiendo entrar en contacto con alguna parte del trabajador. El personal puede trasladar cajas con animales procedentes del animalario.



OBSERVACIONES

Según se aprecia el día de la visita, existen cajas de valija con la cadena que sujeta la tapa sin sujeción en ambos extremos, y los elementos de bloqueo de anticierre con desperfectos, o no existen.
 El cierre de la puerta está al aire, pudiendo entrar en contacto con alguna parte del trabajador.
 El personal puede trasladar cajas con animales procedentes del animalario.



6 . AGENTES QUÍMICOS.

7 . RUIDO.

Se aprecia directamente que en el puesto de trabajo el nivel de ruido diario equivalente y el nivel de pico son manifiestamente inferiores a 80 dBA y 135 dBC respectivamente

SI

CRITERIOS DE REFERENCIA

Real Decreto 286/2006, de 10 de marzo, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido.

8 . POSTURAS DE TRABAJO.

Se adoptan posturas estáticas de pie o sentado (más de 2 horas/día continuadas), sin posibilidad de realizar cambios posturales a voluntad o pequeñas pausas para aliviar la fatiga acumulada.

NO

Las tareas implican la exposición significativa a posturas forzadas (más de 1 h acumulada por jornada) de algún segmento corporal (tronco, brazos, cabeza-cuello, piernas).

SI

La superficie de trabajo (mesa, banco de trabajo, etc.) es muy alta o muy baja para el tipo de tarea o para las dimensiones del trabajador

SI

La altura del plano de trabajo se adapta al tipo de tarea y a las dimensiones de cada trabajador, estando el trabajador de pie.

NO

En las tareas ligeras, la altura de trabajo está 10-15 cm por debajo de la altura de los codos del trabajador.

NO

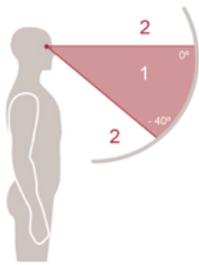


8 . POSTURAS DE TRABAJO.

Se tienen que alcanzar herramientas, elementos u objetos de trabajo que están muy alejados del cuerpo del trabajador.	SI
Se dan alcances por encima del nivel del hombro (brazos elevados y sin apoyo de manera frecuente o prolongada).	SI
Se dan alcances laterales o por detrás del cuerpo.	NO

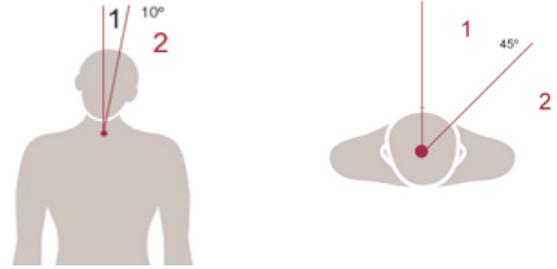


Flexión cabeza/cuello



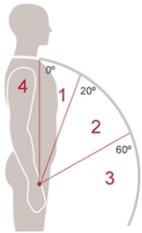
CALIFICACIÓN: TOLERABLE

Inclinación lateral cabeza/cuello



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Flexión de Tronco



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Elevación – Abducción del brazo



CALIFICACIÓN: NO TOLERABLE

Tronco flexionado > 20° de manera repetida (>2 veces/minuto).

NP

Elevación de Brazo

Tronco flexionado > 20° estático y sin apoyo.

NP

Brazo elevado > 20° de manera repetida (>2 veces/minuto).

NP

Se carece de apoyo para la espalda.

NP

Brazo flexionado > 20° estático y sin apoyo.

NP

Abducción de Brazo

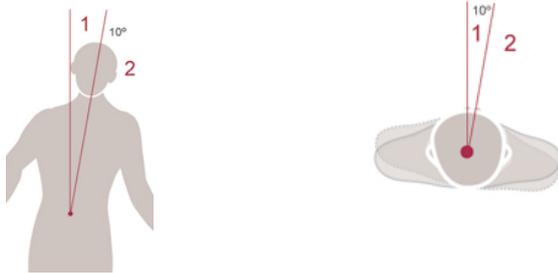
Brazo elevado > 20° de manera repetida (>2 veces/minuto).

NP

Brazo flexionado > 20° estático y sin apoyo.

NP

Inclinación lateral o Giro de tronco



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Postura de pie rodillas flexionadas / De rodillas o En cuclillas



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

CALIFICACIÓN GLOBAL: NO TOLERABLE



RIESGOS	VALORACIÓN
---------	------------

Sobreesfuerzo por exposición a posturas de trabajo inadecuadas o forzadas de las extremidades superiores, durante el desenvajado de los sobres de exámenes

Importante

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
------------------	-----------

Adaptar el puesto de trabajo de forma que la altura del plano de trabajo sea adecuada a la tarea a realizar: Adaptar la altura de la mesa o el sistema de extracción de los sobres de exámenes de forma que los alcances existentes en la acción de recoger no impliquen la adopción de posturas forzadas como la elevación o abducción de brazos, de forma que esté 10-15 cm. por debajo de la altura de los codos del trabajador y los movimientos se produzcan por debajo del nivel de los hombros

1

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados de trabajos con exposición a posturas forzadas

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados de trabajos con exposición a posturas forzadas

CRITERIOS DE REFERENCIA

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)

Norma UNE-EN 1005-4. Seguridad en las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas

OBSERVACIONES

Durante la jornada laboral, los trabajadores adoptan múltiples posturas, la más desfavorable en cuanto a su repetición y adopción de postura coincide con el desvalidado de los exámenes, teniendo que elevar los brazos hasta una altura por debajo de los hombros (pero próxima a horizontalidad) y extendidos, hacer pinza con la mano y tomar los sobres con los exámenes, elevar el brazo para sacar los sobre, teniendo que elevar por encima del hombro y depositarlos en la mesa, este proceso se repite durante varios días (al menos dos semanas).

9 . MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.

Las tareas realizadas implican manejo manual de cargas de más de 3 Kg de forma significativa.	SI
La manipulación manual de cargas identificada puede ser evaluada por el método de la Guía Técnica del R.D. 487/1997	SI
La carga permite una sujeción cómoda y estable tanto por el tipo de agarre como por la forma o volumen de esta.	SI
La indumentaria o los equipos de protección individual dificultan los movimientos o implican un sobreesfuerzo adicional a la tarea.	NO
La manipulación permite la regulación del trabajo sin imposición del ritmo marcado por las condiciones de proceso.	SI
La recogida o depósito de la carga implica la adopción de posturas forzadas acusadas (trabajos por encima del hombro o por debajo de las rodillas), flexión del tronco, etc.	NO
Las características, diseño, condiciones o contenido de la carga implican factores que agravan la manipulación. Como por ejemplo peso, volumen, superficies cortantes, calientes o abrasivas, aristas punzantes .	NO
Las condiciones termohigrométricas implican una situación desfavorable para la manipulación manual de cargas	NO
Las condiciones de los lugares de trabajo (orden, limpieza, accesos, desniveles, iluminación) permiten una manipulación correcta.	SI



DATOS DE LA MANIPULACIÓN

Peso real de la carga: 40Kg

Datos para el cálculo del peso aceptable:

1 Peso teórico recomendado en función de la zona de manipulación



Nivel de Protección: 1

2 Desplazamiento Vertical: Hasta 100 cm.

Factor de corrección:0,87

3 Giro del Tronco:

Factor de corrección:1

4 Tipo de Agarre

Factor de corrección:1

5 Frecuencia de la manipulación: 1 vez cada 5 minutos

Factor de corrección:0,85

Duración de la manipulación: >2h y <= 8h

CÁLCULO DE PESO ACEPTABLE

Peso Aceptable = Peso Teórico x FC_{Nivel Protección} x FC_{Desplazamiento} x FC_{Giro} x FC_{Agarre} x FC_{Frecuencia}

Peso Aceptable=14 X1 X0,87 X 1 X 1 X 0,85= 10,35 Kg

Índice de Riesgo de Elevación de Carga = Peso Real / Peso Aceptable = 3,86

Número de desplazamientos:40

Distancia de transporte: 5 m

Peso total transportado diariamente: 1.600Kg

Índice de Riesgo de Transporte de Carga = 0,16

CALIFICACIÓN:NO TOLERABLE



RIESGOS	VALORACIÓN
Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas en el traslado de muebles, equipos, cajas,... de forma manual.	Moderado
Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas en los traslados de las cajas de valija de exámenes (tanto llenas como vacías).	Importante

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
Dotar de carretilla manual salva-escaleras.	2
Llevar a cabo medidas técnicas y organizativas para la manipulación de valija de los exámenes, en este sentido: - Reducción del peso de la carga. - Ayudas mecánicas que eviten el traslado de las cajas por la instalación (cinta transportadora,...) - Rediseño de las tareas de forma que sea posible manejar la carga pegada al cuerpo, entre la altura de los codos y la altura de los nudillos. - Utilización de mesas elevadoras que permitan manejar la carga a la altura ya recomendada, etc...	1

FORMACIÓN
Riesgos y medidas preventivas para la manipulación manual de cargas

INFORMACIÓN
Riesgos y medidas preventivas en tareas de manipulación manual de cargas.

CRITERIOS DE REFERENCIA
GT 487/1997 Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas.
R.D. 487/1997 Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañen riesgos, en particular dorsolumbares

OBSERVACIONES
<p>El personal adscrito al puesto, manejan durante toda la jornada objetos(muebles, cajas, material...) de peso y volumen variable. La mayor carga de trabajo en este sentido corresponde con las convocatorias de exámenes, en la recepción de la caja de valija con los exámenes, la duración aproximada es de 2 semanas, en dos días por semana. Se a contemplado esta situación a la hora de evaluar la manipulación manual de cargas.</p> <p>Los días que llegan las valijas, el servicio de transporte deposita las valijas en el montacargas, y éstos las trasladan desde la plataforma del montacargas hasta las mesas, y se colocan bien encima de éstas (a 90 cm de altura), o debajo de estas en dos alturas. El peso de cada caja de valija es de 60 kg (con exámenes) con unas dimensiones de (70X30X30altura cm.) el número aproximado de cajas que llegan por día es de 130, para ser manipuladas por 5 trabajadores. Las cajas son trasladadas por dos trabajadores y se van repartiendo por la sala; al ser un equipo de dos personas, la capacidad de levantamiento es dos tercios de la suma de las capacidades individuales (40kg).</p> <p>La caja que se va a vaciar se coloca sobre la mesa, se abre y se procede al desenvlijado, una vez se ha vaciado, se baja la caja (12.5 kg), se sube otra y se realiza el mismo proceso.</p> <p>El peso máximo que se recomienda no sobrepasar (en condiciones ideales de manipulación) es de 25 kg. En circunstancias especiales, trabajadores sanos y entrenados físicamente podrían manipular cargas de hasta 40 kg, siempre que la tarea se realice de forma esporádica y en condiciones seguras.</p> <p>Cuando se sobrepasen estos valores de peso, se deberán tomar medidas preventivas de forma que el trabajador no manipule las cargas, o que consigan que el peso manipulado sea menor. Entre otras medidas, y dependiendo de la situación concreta, se podrían tomar alguna de las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uso de ayudas mecánicas. - Levantamiento de la carga entre dos personas. - Reducción de los pesos de las cargas manipuladas en posible combinación con la reducción de la frecuencia, etc.



10 . MOVIMIENTOS REPETITIVOS.

La tarea se caracteriza por ciclos iguales y cortos y durante, al menos, una hora por turno.	SI
El trabajo realizado implica movimientos repetidos similares de las extremidades superiores cada pocos segundos.	SI
Los requisitos de fuerza de las extremidades superiores para la realización de la tarea son moderados o altos.	NO
Los movimientos implican posturas forzadas de las extremidades superiores.	SI
Las desviaciones se realizan durante más de 30 minutos consecutivos sin pausa o variación de tarea.	NO
Se dispone de 7 minutos de trabajo no repetitivo por cada hora, o el ciclo incluye 10 sg. consecutivos de descanso por cada minuto	NO
Las desviaciones se realizan durante la jornada: 1) menos de 2 horas; 2) entre 2 y 3 horas; 3) más de 3 horas.	2

RIESGOS	VALORACIÓN
---------	------------

Lesiones por movimientos repetitivos de extremidades superiores durante el desensalijado. **Moderado**

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
------------------	-----------

Desensalijado: Ajustar la altura de trabajo según la características antropométricas de los trabajadores y la intensidad del esfuerzo o los requisitos visuales de cada tarea: por debajo de altura de codo para tareas con fuerza vertical. **2**

Desensalijado: El ciclo de trabajo incluirá al menos un periodo de 10 segundos continuados de trabajo no repetitivo por minuto o, en su defecto, de 7 a 10 minutos de trabajo no repetitivo por hora. **1**

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas frente a la exposición a movimientos repetitivos

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados de la realización de trabajos repetitivos.

CRITERIOS DE REFERENCIA

Norma ISO 11228-3 Ergonomics Manual handling Part 3: Handling of low loads at high frequency

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (5ª Edición).

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

OBSERVACIONES

Los trabajadores realizan elevación de brazo con extensión de éste, tomar los sobres contenidos en las cajas de valija, y depositarlos en las mesas. La tarea se repite hasta el vaciado de las cajas. Aproximadamente hay 400 cajas de valija, que vacian en unas dos semanas.

11 . APLICACIÓN DE FUERZAS.

Se realizan empujes o arrastres de cargas elevadas (carros, bastidores, etc.).	SI
La fuerza aplicada (en empuje o tracción) para poner en movimiento una carga es inferior a 25 Kg.	SI
La fuerza aplicada (en empuje o tracción) para mantener una carga en movimiento es inferior a 10 Kg.	SI



11 . APLICACIÓN DE FUERZAS.

La aplicación de fuerza se realiza con apoyo firme de los pies (no resbaladizo).	SI
Se dispone de espacio suficiente para el empuje de carros o equipos de tracción manual.	SI
Las condiciones termohigrométricas durante la tracción son favorables.	SI
La postura de tronco o brazos al empujar la carga es forzada.	NO
Se realizan fuerzas elevadas (aparte de las manipulaciones de cargas) con los dedos, las manos, los brazos, el tronco, las piernas o los pies (palancas, accionamientos, pedales, volantes, presión sobre superficies, pulsadores, herramientas, ...).	NO

RIESGOS	VALORACIÓN
Lesiones músculo-esqueléticas por aplicación de fuerzas con o sin impulso	Moderado

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas asociados a la aplicación de fuerzas.

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
Efectuar periódicamente una limpieza y mantenimiento de las partes móviles de los medios mecánicos de transporte.	Anual

CRITERIOS DE REFERENCIA

GT 487/1997 Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas.

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)

R.D. 487/1997 Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañen riesgos, en particular dorsolumbares

Norma UNE-EN 1005-3.Seguridad en las Maquinas. Límites de Fuerza recomendados para la utilización de Máquinas.

12 . CONDICIONES ERGONÓMICAS AMBIENTALES.

Existen situaciones de disconfort ambiental relativas a temperatura, humedad, ruido, iluminación o calidad del aire, que puedan implicar limitaciones para la realización del trabajo o producir molestias significativas en los trabajadores (encontrándose dichos parámetros dentro de los rangos considerados como aceptables por el R.D. 486/97.).	NO
--	----

RIESGOS	VALORACIÓN
Disconfort ambiental	Moderado

CRITERIOS DE REFERENCIA

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)

13 . TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

Se desarrollan trabajos prohibidos a menores.	NO
---	----



13 . TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

Existen en el puesto trabajadores especialmente sensibles, incluidos los que tengan discapacidad reconocida.	NO
Existe algún agente o condición de trabajo a los que no pueda exponerse una trabajadora embarazada o en periodo de lactancia.	NO
Existen agentes, procedimientos y condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la trabajadora embarazada o en lactancia	SI
Existen agentes físicos o manipulación manual de cargas pesadas o movimientos, posturas, desplazamientos, fatiga mental y física u otras cargas físicas que puedan influir negativamente	SI
Choques, vibraciones o movimientos bruscos	SI
Manipulación manual de cargas pesadas que supongan riesgos, en particular dorsolumbares.	SI
Movimientos, posturas, desplazamientos, fatiga mental y física y otras cargas físicas.	SI
Existen agentes biológicos de los grupos 2, 3 o 4 que puedan influir negativamente	NO
Existen agentes químicos que puedan influir negativamente	NO
Existen procedimientos del Anexo I del RD 665/1997	NO
Se realiza trabajo nocturno o trabajo a turnos	NO

INFORMACIÓN

El puesto incluye agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que pueden influir negativamente a mujeres en situación de embarazo o lactancia. Las mujeres en esta situación deben comunicarlo para que se adopten las medidas preventivas adecuadas.

Las tareas del puesto conllevan la exposición a choques, vibraciones o movimientos bruscos que pueden influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

Las tareas del puesto conllevan la exposición a manipulación manual de cargas pesadas que suponen riesgos de tipo dorsolumbar y pueden influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

Las tareas del puesto conllevan la exposición a movimientos, posturas, desplazamientos, fatiga mental y física y otras cargas físicas que puede influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

CRITERIOS DE REFERENCIA

Decreto 26/07/57 por el que se regulan los trabajos prohibidos a los menores

Decreto 26/07/57 trabajos prohibidos a menores

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.

R.D. 1/1995, de 24 de marzo, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores.

R.D. 298/2009, de 6 de marzo, que modifica el R.D. 39/97, en relación con la aplicación de medidas para la mejora de la seguridad y de la salud en el trabajo de la trabajadora embarazada, que haya dado a luz o en periodo de lactancia.

14 . FACTORES PSICOSOCIALES.

Se requiere mantener un nivel de atención elevado, sin posibilidad de alternar tareas o efectuar pausas.	NO
El ritmo o cadencia de trabajo viene impuesto al trabajador, al igual que sus pausas o periodos de descanso y no teniendo opción de elección	NO
Las tareas son monótonas, repetitivas o de bajo contenido produciendo fatiga o dificultades para mantener la atención.	NO
Los errores, averías u otros incidentes que pueden presentarse en el puesto de trabajo se dan frecuentemente.	NO
El trabajo implica tareas de alto nivel de exposición social (atención a terceros): de forma permanente o muy frecuente sin ayudas suficientes (apoyos, pausas, etc.) que pueden dar lugar a situaciones de tensión / dificultades de control elevadas / estrés, y que por ello provoquen perturbaciones o malestar significativo.	NO
La empresa proporciona información y permite la participación del trabajador en cuanto a los distintos aspectos de su trabajo.	SI
La información / formación, experiencia y adiestramiento del trabajador le permite realizar la tarea adecuadamente.	SI



14 . FACTORES PSICOSOCIALES.

Los trabajadores manifiestan dificultades para adaptarse a las condiciones y organización del trabajo.	NO
Los trabajadores manifiestan dificultades para adaptarse a la organización horaria del trabajo.	NO
El trabajo realizado incluye trabajo rotatorio a turnos y/o trabajo nocturno	NO

RIESGOS	VALORACIÓN
---------	------------

Estrés laboral

Moderado

INFORMACIÓN

Riesgo general de estrés laboral.

CRITERIOS DE REFERENCIA

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)

Guía y Protocolo de actuación inspectora en psicosociales (FPS-ITSS 2006).

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (5ª Edición).

Carga Mental NTP 179,445,534 y 575

Estrés NTP 318,349, 355, 438, 439 y 574

Notas Técnicas de Prevención nº 443, 450, 702 y 926.

15 . SEGURIDAD VIAL..

Se realizan desplazamientos dentro de la jornada laboral mediante vehículos	SI
Se realizan desplazamientos entre el domicilio y el lugar de trabajo	SI
Se realizan gestiones fuera del centro de trabajo que implique tránsito como peatón.	SI

RIESGOS	VALORACIÓN
---------	------------

Accidente de tráfico en misión

Moderado

Accidente in itinere

Moderado

Accidente de tránsito en vía pública

Moderado

FORMACIÓN

Factor humano en la conducción (errores, factores psicosociales, motivación, emociones, fatiga, sueño, drogas, alcohol, estrés, velocidad, etc.)

INFORMACIÓN

Seguridad Vial

Seguridad Vial para peatones



Puesto: P.A.S MOZO

EPIs

Chalecos de alta visibilidad según UNE-EN 471

CRITERIOS DE REFERENCIA

Código de Circulación

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.



Puesto: P.A.S MOZO

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Movimientos repetitivos	S	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Lesiones por movimientos repetitivos de extremidades superiores durante el desensalijado.	Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Manipulación de objetos	S	S	S	N	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Atrapamiento entre objetos /golpes por caída de la puerta de la caja de valija de exámenes por falta de sistema de bloqueo, rotura de éste y de la cadena de seguridad.	Moderado
Atrapamiento entre objetos durante tareas de mudanza al manipular objetos voluminosos, acceso a lugares con especial dificultad (por escaleras estrechas...)	Moderado
Caída de objetos manipulados durante los traslados, por agarraderos defectuosos o no permitir un agarre correcto...	Moderado
Causados por seres vivos durante el transporte de los animales procedentes del animalario.	P = Baja, C = ED; Valoración = Moderado
Cortes por entrar en contacto con aristas vivas/rebabas de los cierres de las cajas de valija.	Moderado
Cortes por la presencia de aristas vivas, rebabas, desperfectos... durante el traslado y manipulación de muebles, cajas...	Moderado

Puesto: P.A.S MOZO

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Factores Psicosociales	N	N	S	N	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Estrés laboral	Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Condiciones ergonómicas ambientales	N	N	N	N	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Discomfort ambiental	Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Seguridad Vial.	N	S	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Puesto: P.A.S MOZO

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Accidente de tráfico en misión

Moderado

Accidente de tránsito en vía pública

Moderado

Accidente in itinere

Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Equipos de trabajo	N	S	S	S	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Caída de objetos o herramientas punzantes desprendidos durante el montaje/desmontaje.

Moderado

Caídas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano por falta de criterio preventivo en el ascenso/descenso y realización de tareas sobre ésta (sacar el cuerpo de la estructura de la escalera...).

Moderado

Cortes en la utilización de herramientas manuales, punciones, etc, en trabajos que requieran manipular materiales con astilla, viruta o bordes afilados.

Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Posturas de trabajo	S	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
-----------------------	--

Puesto: P.A.S MOZO

RIESGO	VALORACIÓN
--------	------------

Sobreesfuerzo por exposición a posturas de trabajo inadecuadas o forzadas de las extremidades superiores, durante el desenvajado de los sobres de exámenes

Importante

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Aplicación de Fuerzas	N	N	S	N	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Lesiones músculo-esqueléticas por aplicación de fuerzas con o sin impulso

Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Manipulación manual de cargas	S	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas en el traslado de muebles, equipos, cajas,... de forma manual.

Moderado

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas en los traslados de las cajas de valija de exámenes (tanto llenas como vacías).

Importante

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.

Puesto: P.A.S MOZO

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Lugares de trabajo	N	S	S	S	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Atropellos o golpes con vehículos durante la permanencia en zonas de paso de vehículos durante los traslados de mercancía. **Moderado**

Caída de objetos manipulados durante el traslado de muebles, paquetes... **Moderado**

Caídas a distinto nivel derivado del tránsito por las escalareas que comunican las diferentes plantas (despistes, circular demasiado deprisa, no hacer uso de las barandillas/pasamanos... (Falta de criterio preventivo en el tránsito por éstas)). **Moderado**

Caídas a distinto nivel durante las tareas de mudanza al trasladar muebles u otros objetos por las escaleras... **Moderado**

Caídas al mismo nivel derivado del tránsito por las instalaciones, por la posible existencia de obstáculos en zonas de paso, descuidos, circular demasiado deprisa... (Falta de criterio preventivo en el tránsito por éstas) **Moderado**

Golpes con elementos inmóviles presentes en las zonas de paso o en las proximidades del punto de trabajo. **Moderado**

Otros derivados del centro donde se realizan las tareas. **No valorable**

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Energías utilizadas	N	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Puesto: P.A.S MOZO

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Contacto eléctrico por operaciones elementales (conexión y desconexión de equipos)

Moderado

SECCIÓN	RIESGO	VALORACIÓN
INSTALACIONES GENERALES	Caída al mismo nivel en el tránsito por la sección	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Caída de objetos almacenados en sistemas de estanterías	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Caída de objetos desprendidos	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Caídas a distinto nivel en el tránsito por escaleras por falta de pasamanos, barandillas...	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Golpes con objetos e instalaciones en la sección	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Golpes con objetos e instalaciones en la sección por la existencia de cerradura que sobresale del perfil de la puerta.	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Golpes con objetos e instalaciones en la sección presentes en las zonas de paso, espacio insuficiente en el acceso al puesto...	Moderado
INSTALACIONES GENERALES	Incendios	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Caída al mismo nivel en el tránsito por la sección por la existencia de escalón en la puerta principal,	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Caída de objetos almacenados en sistemas de estanterías por existencia de material apilado sobre la estantería de forma inestable.	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Caídas a distinto nivel en el tránsito por escaleras al tener peldaños sin las mismas dimensiones en toda su longitud.	Moderado

MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Fatiga visual por niveles de iluminación por debajo de los mínimos exigibles en el puesto de trabajo	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Golpes con objetos e instalaciones en la sección por la existencia de columna interfiriendo en la puerta principal.	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Incendios	Moderado
MÓDULO ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN	Incendios	Moderado