

PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

EVALUACIÓN DE PUESTO: P.A.S JEFE ARCHIVO GENERAL

DATOS IDENTIFICATIVOS

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA

DOMICILIO: CL SENDA DEL REY 9 - MADRID

Ref. del contrato: 28/41/00002/2012

Ref.: 020549-13-50425

Fecha: 15/04/2013



Descripción:

Incluye al conjunto del personal, funcionario o laboral, que desarrolla actividades relacionadas con la gestión de fondos bibliográficos y documentales.
Realiza salidas en vehículo propio o transporte público a otras facultades.
Las tareas del personal son de carácter administrativo: la gestión de las necesidades del depósito, espacio libre, mantenimiento de la colección, recepción de revistas, registro en la base de datos,...

El personal para llevar a cabo sus tareas hace uso de equipos informáticos, material de oficina..

Daños a la salud:

La empresa no ha comunicado la existencia de daños a la salud en el puesto referenciado.

1 . LUGARES DE TRABAJO DEL PUESTO.

Se detecta alguna anomalía significativa relacionada con los lugares de trabajo.

NO

RIESGOS	VALORACIÓN
Caídas a distinto nivel en el tránsito por las escaleras.	Tolerable
Caídas al mismo nivel durante el tránsito por las instalaciones	Tolerable
Choques contra objetos inmóviles presentes en zonas de paso.	Tolerable

INFORMACIÓN

Manual de Seguridad y Salud en Oficinas

CRITERIOS DE REFERENCIA

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.

2 . ENERGÍAS UTILIZADAS.

Se utiliza energía eléctrica a nivel de usuario.

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. 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 equipos y herramientas de ofimática.	SI
Se utilizan archivadores y estanterías.	SI
Se usan escaleras de mano.	SI

RIESGOS

VALORACIÓN

Caídas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano

Moderado

Cortes por el uso de tijeras o similar, manipulación de documentación.

Tolerable

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas en trabajos en oficinas

Normas de seguridad en la utilización de escaleras portátiles

INFORMACIÓN

Normas elementales de seguridad en el uso de herramientas de oficina.

Manual de Seguridad y Salud en Oficinas

Normas elementales de seguridad en el uso de archivadores.

Riesgos y medidas preventivas en el manejo de escaleras manuales

CONTROLES PERIÓDICOS

PERIODICIDAD

Correcto estado de los equipos de ofimática	Mensual
Correcto estado de archivadores y estanterías.	Mensual
Correcto estado de las escaleras de mano	Mensual

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



OBSERVACIONES

uso de escaleras para acceder a las partes altas de los archivos. apertura de cajas con tijeras.

4 . PRODUCTOS QUÍMICOS UTILIZADOS.

Se usan productos químicos por parte de los trabajadores.

NO

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 255/2003 Reglamento sobre Clasificación, Envasado y Etiquetado de Preparados Peligrosos

REGLAMENTO 1272/2008. Sobre clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas.

5 . PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS.

Las tareas realizadas requieren el uso de pantalla de visualización durante más de dos horas al día. **SI**

Los programas informáticos se adaptan a la tarea y son fáciles de usar. **SI**

Los caracteres de la pantalla están bien definidos y configurados, tienen una dimensión suficiente, disponen de un espacio adecuado entre los caracteres y los renglones. **SI**

La imagen de la pantalla es estable, sin fenómenos de destellos, centelleos ni otras formas de inestabilidad. **SI**

La pantalla es orientable, inclinable y puede regularse en altura. **SI**

La pantalla y demás elementos (mesa, teclado, etc.) están libres de reflejos producidos por fuentes de luz. **SI**

El teclado es inclinable e independiente de la pantalla. **SI**

Los símbolos, la disposición y las características de las teclas facilitan su utilización. **SI**

Se dispone de espacio suficiente para apoyar las manos y/o antebrazos cuando utiliza el teclado o ratón. **SI**

Las dimensiones de la superficie de trabajo o mesa son suficientes para situar todos los elementos. **SI**

El espacio disponible debajo de la mesa es suficiente para permitir una posición cómoda. **SI**

La silla de trabajo es estable, confortable y dispone de los mecanismos de regulación necesarios. **SI**

Se dispone de espacio suficiente entorno al puesto de trabajo, para acceder al mismo y para sentarse y/o levantarse sin dificultad. **SI**

RIESGOS

VALORACIÓN

Fatiga visual por el uso prolongado de pantallas de visualización de datos.

Moderado

Fatiga física por la adopción de posturas inadecuadas durante la jornada laboral.

Moderado

Fatiga mental por el tratamiento continuado de información y documentación.

Moderado

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados del uso de los equipos que incluyan pantallas de visualización

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados del trabajo con Pantallas de Visualización de datos.



CRITERIOS DE REFERENCIA

GT 488/1997 Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de equipos con pantallas de visualización

NTP 242: Ergonomía: Análisis ergonómico de los espacios de trabajo en oficinas

Real Decreto 488/97 de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo que incluyen pantallas de visualización.

Norma UNE EN 527 Mesas de trabajo

6 . FACTORES PSICOSOCIALES.

El trabajo consiste en el tratamiento continuado de la información (trabajos administrativos complejos, control de procesos automatizados, tareas informáticas especializadas, investigación, etc.)	NO
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
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

RIESGOS

VALORACIÓN

Estrés laboral derivado del trato con otros compañeros.

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 y 702.

7 . TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

Se desarrollan trabajos prohibidos a menores. NO



7. 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
Manipulación manual de cargas pesadas que supongan riesgos, en particular dorsolumbares	SI
Existen agentes biológicos de los grupos 2, 3 o 4 que puedan influir negativamente	NO
Existen agentes químicos que puedan influir negativamente	SI
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 manipulación manual de cargas pesadas que suponen riesgos de tipo dorsolumbar y pueden influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

CRITERIOS DE REFERENCIA

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.

OBSERVACIONES

Exposición a materia particulada durante las tareas de apertura de archivadores y gestión de la documentación.

8. SEGURIDAD VIAL.

Se realizan desplazamientos dentro de la jornada laboral mediante vehículos	NO
Se realizan desplazamientos in itinere mediante vehículos	SI

RIESGOS

VALORACIÓN

Accidente de tráfico in itinere

Moderado

FORMACIÓN

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



INFORMACIÓN

Seguridad Vial

CRITERIOS DE REFERENCIA

Código de Circulación

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.

9 . MANIPULACIÓN DE OBJETOS.

Se manipulan cargas que puedan suponer riesgo de corte o pinchazo en las manos.	SI
Se manipulan cargas que puedan suponer riesgo de corte, pinchazo o caída de objetos en los pies.	SI
Se manipulan objetos que puedan ocasionar quemaduras por contacto.	NO

RIESGOS

VALORACIÓN

Golpes por caída de cargas manipuladas durante la colocación de la documentación, manejo, traslado...	Moderado
Cortes por manipulación de cargas por la presencia de aristas vivas en las cajas, archivadores...	Moderado

MEDIDAS TÉCNICAS

PRIORIDAD

Deshechar el uso de las cajas de traslado de la documentación que presente aristas vivas (rotura de las asas).	4
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---

INFORMACIÓN

Manipulación manual de objetos

EPIs

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

CRITERIOS DE REFERENCIA

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.

10 . MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.

Las tareas 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
El trabajador se ve expuesto a vibraciones durante la manipulación manual de cargas.	NO
La carga permite una sujeción cómoda y estable tanto por el tipo de agarre como por la forma o volumen de esta.	SI



10 . MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.

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.	SI
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 .	SI
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: 3Kg

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

Agarre malo



Factor de corrección:0,9

5 Frecuencia de la manipulación: 1 vez cada 5 minutos

Factor de corrección:1

Duración de la manipulación: <= a 1h

CÁLCULO DE PESO ACEPTABLE

$$\text{Peso Aceptable} = \text{Peso Teórico} \times \text{FC}_{\text{Nivel Protección}} \times \text{FC}_{\text{Desplazamiento}} \times \text{FC}_{\text{Giro}} \times \text{FC}_{\text{Agarre}} \times \text{FC}_{\text{Frecuencia}}$$

$$\text{Peso Aceptable} = 7 \times 1 \times 0,87 \times 1 \times 0,9 \times 1 = 5,48 \text{ Kg}$$

$$\text{Índice de Riesgo de Elevación de Carga} = \text{Peso Real} / \text{Peso Aceptable} = 0,55$$

Número de desplazamientos:10

Distancia de transporte: 1 m

Peso total transportado diariamente: 30Kg

$$\text{Índice de Riesgo de Transporte de Carga} = 0$$

CALIFICACIÓN:TOLERABLE



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

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas en las tareas de gestión del depósito (colocación de documentación, ...)

Moderado

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

En la adquisición de nuevos carros tener en cuenta requerimientos de tipo ergonómico como su facilidad en el movimiento, fuerza a aplicar en el empuje..

4

Limitar la manipulación manual de cargas por encima de la altura de los hombros o por debajo de las rodillas. Mantener las condiciones de almacenamiento de las cargas con más peso o con mayor frecuencia de manipulación entre estos límites.

4

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas para la manipulación manual de cargas

INFORMACIÓN

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

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

Mantener los espacios de trabajo libres de obstáculos que eviten el acercamiento a la carga en la recogida o impliquen posturas forzadas en el depósito de esta. El espacio de trabajo permitirá mantener una posición de bipedestación evitando giros del tronco.

Anual

Revisar periódicamente el estado de las ruedas de los carros/ contenedores para evitar esfuerzos innecesarios de empuje/ tracción

Anual

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

Los trabajadores realizan tareas de archivo de la documentación en las estanterías. Los documentos se archivan en cajas de archivo o en legajos, siendo estos últimos los de agarre más desfavorable.
El peso es variable y oscila entre los 1 y 2 Kg. Los documentos se archivan en estanterías de altura superior a 2 m. y variando el volumen de manipulación según las necesidades del depósito; en ocasiones no llega a la decena de archivadores.
Se dispone de carro para el traslado de los archivadores, que según nos indican se tiene que realizar fuerza en el empuje por el peso de éste.
Se dispone de escalera para el acceso a las zonas más elevadas.



Puesto: P.A.S JEFE ARCHIVO GENERAL

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

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Caidas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano

Moderado

Cortes por el uso de tijeras o similar, manipulación de documentación.

Tolerable

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Pantallas de visualización de datos	N	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Fatiga física por la adopción de posturas inadecuadas durante la jornada laboral.

Moderado

Fatiga mental por el tratamiento continuado de información y documentación.

Moderado

Fatiga visual por el uso prolongado de pantallas de visualización de datos.

Moderado

Puesto: P.A.S JEFE ARCHIVO GENERAL

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

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Accidente de tráfico in itinere

Moderado

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

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas en las tareas de gestión del depósito (colocación de documentación, ...)

Moderado

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

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

Moderado

Puesto: P.A.S JEFE ARCHIVO GENERAL

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

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Cortes por manipulación de cargas por la presencia de aristas vivas en las cajas, archivadores...	Moderado
Golpes por caída de cargas manipuladas durante la colocación de la documentación, manejo, traslado...	Moderado

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 derivado del trato con otros compañeros.	Moderado

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

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Caídas a distinto nivel en el tránsito por las escaleras.	Tolerable
Caídas al mismo nivel durante el tránsito por las instalaciones	Tolerable
Choques contra objetos inmóviles presentes en zonas de paso.	Tolerable

SECCIÓN	RIESGO	VALORACIÓN
ALMACENES/ARCHIVO	Atrapamiento por vuelco de las estanterías sin anclar.	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Caída al mismo nivel en el tránsito por la sección por la presencia de obstáculos en las zonas de paso.	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Caída de objetos almacenados por la carencia de criterios a la hora de almacenar los objetos/mercancía.	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Contactos eléctricos por la presencia de partes accesibles.	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Golpes con elementos inmóviles por la presencia de obstáculos en zonas de paso, o que sobre sobresalen de los límites perimetrales de la estantería..	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Golpes con objetos e instalaciones en la sección	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Incendios por la ausencia de equipos de extinción...	Moderado
ALMACENES/ARCHIVO	Otros golpes por niveles de iluminación insuficientes.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Atrapamiento por vuelco de estanterías sin anclar.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Caída al mismo nivel en el tránsito por la sección por la existencia de suelo resbaladizo, presencia de salientes de las barandillas sobre el pavimento, cableado en zonas de paso...	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Caída de objetos desprendidos por almacenamiento sin criterios.	Tolerable
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Caídas a distinto nivel en el tránsito por escaleras por la existencia de suelos resbaladizo, falta de pasamanos...	Moderado

DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Caídas al mismo nivel por la existencia de suelo rebaladizo.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro por la existencia de cableado defectuoso.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Cortes por la existencia de perfiles de la puerta con rotura.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Fatiga visual por niveles de iluminación inferiores a lo requerido según la tarea..	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Golpes con objetos e instalaciones en la sección por la existencia de pantalla invadiendo la zona de paso, objetos/material en zonas de paso.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Incendios por cableado defectuoso y sobrecarga de la instalación.	Moderado
DEPARTAMENTOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES.	Incendios	Moderado

EQUIPO	Nº SERIE	RIESGO	VALORACIÓN
Escaleras de mano	ESCALERA ARCHIVO	Caídas a distinto nivel por la falta de tacos antideslizantes.	Moderado