

## PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

EVALUACIÓN DE PUESTO: ORDENANZA

### DATOS IDENTIFICATIVOS

**EMPRESA:** UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA

**DOMICILIO:** C/SENDA DEL REY,5 - MADRID

**Ref. del contrato:** 00/00/00200/9942

**Ref.:** 020549-18-50199

**Fecha:** 13/02/2018



Puesto: ORDENANZA

#### Descripción de las tareas realizadas en el puesto:

El cometido de los trabajadores adscritos al puesto de ordenanza es principalmente:

Atención al público y telefónico, reserva de aulas, repartir el correo por los despachos y recoger éste y trasladarlo a correos.

En ocasiones realizan desplazamientos al exterior, bien a pie o en vehículo oficial para realizar algún trámite.

#### Relación de herramientas utilizadas en el puesto:

Carro, Equipos ofimáticos, Grapadoras, Tijeras y Útiles propios de oficina

#### Daños a la salud:

La empresa no ha comunicado la existencia de accidentes.

## 1 . LUGARES DE TRABAJO DEL PUESTO.

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

SI

RIESGOS	VALORACIÓN
Caídas a distinto nivel en el tránsito por escaleras por despistes, circular demasiado deprisa, no hacer uso de la barandilla/pasamanos... (Falta de criterio preventivo en el tránsito por estas).	P = M, C = D; Valoración = Moderado
Caídas al mismo nivel en el tránsito por las instalaciones por descuidos, circular demasiado deprisa... (Falta de criterio preventivo en el tránsito por estas).	P = B, C = D; Valoración = Tolerable
Choques contra objetos inmóviles /Golpes contra cajones o armarios abiertos,...	P = M, C = LD; Valoración = 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) directos/indirectos durante el uso de equipos alimentados por energía eléctrica que presenten defectos de aislamiento o conexiones defectuosas.	P = B, C = ED; Valoración = Moderado



Puesto: **ORDENANZA**

### 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/o estanterías	SI
Se usa carro de mano.	SI
Se usan escaleras de mano.	NO

### RIESGOS

### VALORACIÓN

Caída de objetos manipulados por almacenamiento inestable.	P = M, C = LD; Valoración = Tolerable
Cortes en la manipulación de las cubetas de correos con aristas vivas, uso de cutter, tijeras.	P = B, C = D; Valoración = Tolerable

### FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas en trabajos en oficinas

### INFORMACIÓN

Manual de Seguridad y Salud en Oficinas  
Normas elementales de seguridad en el uso de herramientas de oficina.  
Normas elementales de seguridad en el uso de archivadores.

### EPIs

### TAREAS

Guantes de protección contra riesgo mecánico (UNE-EN388) En las tareas de retirada cubetas de correos que presentan rotura

### CONTROLES PERIÓDICOS

### PERIODICIDAD

Correcto estado de los carros.	Semanal
Comunicarlo a correos para su retirada las cubetas que presentan aristas vivas.	Anual
Correcto estado de los equipos de ofimática	Mensual
Correcto estado de archivadores y estanterías.	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

Los trabajadores utilizan cubetas de correos, éstas pueden presentar aristas vivas (rotura de asas y bordes).  
Hacen uso de herramientas de corte tales como tijeras/cutter.  
Uso de teléfono, equipos informáticos...

### 4 . 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 tránsito en vía pública	P = B, C = ED; Valoración = Moderado
Accidente de tráfico en misión durante los trayectos en la realización de tareas en el exterior.	P = B, C = ED; Valoración = Moderado
Accidente in itinere	P = B, C = ED; Valoración = 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

### CRITERIOS DE REFERENCIA

Código de Tráfico y Seguridad Vial  
Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.



## 5 . 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.

## 6 . 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
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: 10Kg

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**

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

$$\text{Peso Aceptable} = 14 \times 1 \times 0,87 \times 1 \times 0,9 \times 1 = 10,96 \text{ Kg}$$

$$\text{Índice de Riesgo de Elevación de Carga} = \text{Peso Real} / \text{Peso Aceptable} = 0,91$$



Puesto: ORDENANZA

#### DATOS DE LA MANIPULACIÓN

Número de desplazamientos:5

Distancia de transporte: 10 m

Peso total transportado diariamente: 50Kg

Índice de Riesgo de Transporte de Carga = 0

**CALIFICACIÓN:TOLERABLE**

#### RIESGOS

#### VALORACIÓN

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas durante la recogida/reparto de paquetería y llenado de saca.

P = B, C = D; Valoración = Tolerable

#### MEDIDAS TÉCNICAS

#### PRIORIDAD

Dotar de ayudas mecánicas o sistemas de sujeción que permitan colocar los paquetes y sobres de forma estable evitando el vuelco de estos.

4

Realizar mantenimiento de las ruedas de los carros de forma que estas permitan un transporte cómodo, sin esfuerzos innecesarios.

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

Traslado de libros, paquetería, correo en carros por todas las dependencias de la facultad. En alguna ocasión se coloca libros en estanterías. La frecuencia de manipulación y el peso es variable en función de los paquetes recibidos.

En el caso más desfavorable estos pueden pesar 10kg y se recogen desde el suelo hasta la altura de la cintura del trabajador, no moviéndose más de 5 paquetes de este tipo al día. El agarre suele ser malo. Se dispone de carros que en algunos casos las ruedas no funcionan bien.



## 7 . 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.).	SI
Existen molestias generadas por fuentes de mucho calor o frío, porque no hay sistema de calefacción / refrigeración apropiado, humedad ambiental inadecuada o por corrientes de aire que producen molestias por frío.	SI
El ruido presente en el puesto de trabajo provoca molestias, que se fuerce la voz para hablar con los trabajadores cercanos, dificulta mantener una conversación en tono normal o dificulta la concentración en el trabajo.	SI
Existen dificultades para ver bien la tarea, reflejos o deslumbramientos molestos en el puesto o su entorno, molestias frecuentes en los ojos o la vista, o se realizan tareas con altas exigencias visuales o de gran minuciosidad con una iluminación insuficiente.	NO
Existen problemas o quejas frecuentes debidos a la ventilación (aire viciado, malos olores, etc.) o debidos a polvo u otros contaminantes por mal mantenimiento o limpieza del edificio o de sus instalaciones; por obras del edificio; mobiliario de mala calidad; productos de limpieza; etc.	NO

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

Disconfort ambiental por la existencia del corrientes de aire y el ruido procedente de la centralita.

P = M, C = LD; Valoración = Tolerable

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

Proteger el lugar de trabajo del frío procedente del exterior

1

### CRITERIOS DE REFERENCIA

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

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

### OBSERVACIONES

Disconfort ambiental relativas a la temperatura por la existencia de corrientes de aire procedentes de la puerta principal.

## 8 . FACTORES DE RIESGOS 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.	SI
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



## 8 . FACTORES DE RIESGOS 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
El trabajo implica mucha responsabilidad	NO

RIESGOS	VALORACIÓN
Estrés laboral derivado del trato con otros compañeros y demás personal.	P = B, C = D; Valoración = Tolerable

## INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados de trabajos de atención al público.

## 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.

## OBSERVACIONES

El personal adscrito al puesto no ha manifestado dificultad en adaptarse a las condiciones y organización del puesto.

## 9 . TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

Se contratan menores en este puesto de trabajo.	NO
Se desarrollan trabajos prohibidos a menores.	NO
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
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



Puesto: **ORDENANZA**

## 9 . TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

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.

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.

Ley 31/95 Prevención de riesgos Laborales. Artículo 25.

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 período de lactancia.

Puesto: ORDENANZA



SECCIÓN	RIESGO	VALORACIÓN
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Atrapamientos por error en la señalización del sentido de evacuación	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Caídas a distinto nivel por la existencia de puerta que abre sobre escalón.	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Caídas a distinto nivel por la existencia barandillas sin protecciones intermedias en las pasarelas.	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Caídas a distinto nivel por la existencia de desperfectos en las bandas antideslizantes, puertas que abre sobre escalón	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Caídas a distinto nivel en la limpieza de ventanas, lucernarios y vanos	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Caídas al mismo nivel por insuficiente nivel de iluminación.	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Caídas al mismo nivel por la existencia de suelos resbaladizos, presencia de agua en zonas de paso (principalmente en la entrada de la facultad de derecho)...	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Contactos eléctricos directos/indirectos por la existencia de puertas metálicas sin poner a tierra, partes accesibles...	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Derrumbe o desplome de material Techo terraza.	P =Media, C = ED; Valoración = Importante

13/02/2018

CIENCIAS POLITICAS Y SOCIOLOGIA

020549-18-50199

Pág. 11 de 12

Puesto: ORDENANZA



SECCIÓN	RIESGO	VALORACIÓN
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Exposición a condiciones climatológicas adversas por la presencia de corrientes de aire.	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Fatiga visual por la existencia de deslumbramientos.	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Golpes por la presencia de obstáculos en el acceso a los interruptores de la luz, espacio insuficiente en el acceso al puesto de trabajo...	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Incendios por sobrecarga en la instalación.	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
DESPACHOS, NEGOCIADOS Y ZONAS COMUNES	Otros caídas, golpes por la existencia de iluminaria de emergencia fundida.	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable