

## PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

### EVALUACIÓN DE PUESTO: PAS GENERAL

#### DATOS IDENTIFICATIVOS

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

**DOMICILIO:** AVDA ESPARTA 9 - MADRID

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

**Ref.:** 020549-17-50697

**Fecha:** 22/03/2017

---



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

Incluye al conjunto del personal de administración y servicios, funcionario o laboral, que desarrolla su actividad diaria, de carácter fundamentalmente administrativo, en locales de oficinas y despachos de la Universidad.

Para el desarrollo de dichas actividades emplean pantalla de visualización de datos durante más de 4h/día, siendo considerado este puesto como usuario de PVD.

Los equipos de trabajo utilizados son los propios de oficina como son: ordenadores, impresoras, fax, fotocopiadora y diverso material de oficina como tijeras, grapadora,.....etc.

El trabajador permanece en posición sentada la mayor parte de su jornada de trabajo, realizando desplazamientos por el centro de trabajo, no siendo habitual desplazarse fuera de éste. Ocasionalmente se desplazan fuera del centro de trabajo para realizar gestiones administrativas, empleando para ello transporte público o privado.

Realizan operaciones de archivo de documentación o material de oficinas.

**Daños a la salud:**

Según indicaciones de la empresa no se han producido daños a la salud en el puesto.

**1. LUGARES DE TRABAJO DEL PUESTO.**

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

**NO**

RIESGOS	VALORACIÓN
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
Golpes contra elementos inmóviles presentes en zonas de paso (cajas, cajones abiertos...), despistes en el tránsito por la instalaciones.	P = B, C = LD; Valoración = Trivial
Caída de objetos desprendidos /manipulados por el archivo de documentación/material de forma inestable.	P = B, C = LD; Valoración = Trivial
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 = B, C = D; Valoración = Tolerable

**INFORMACIÓN**

Manual de Seguridad y Salud en Oficinas

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
Correcto estado de orden y limpieza.	Diario

**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)

P = B, C = ED; Valoración = Moderado

### 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 usan escaleras de mano.

SI

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

Cortes en la utilización de herramientas de corte, papel, etc

P = B, C = D; Valoración = Tolerable

Caídas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano

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.

Riesgos y medidas preventivas en el manejo de escaleras manuales

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

Correcto estado de los equipos de ofimática

Mensual

Correcto estado de estanterías.

Mensual

**Puesto: PAS GENERAL**

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
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

Utilizan equipos propios de oficinas: ordenador, impresora, fax, tijeras, etc.  
Uso esporádico de escaleras de mano (alturas inferiores a 3,5 metros).

### 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 . 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.

**NO**

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

Accidente in itinere

P = B, C = ED; Valoración = Moderado

Accidente de tráfico en misión

P = B, C = ED; Valoración = Moderado

### INFORMACIÓN

Seguridad Vial

### CRITERIOS DE REFERENCIA

Código de Tráfico y Seguridad Vial

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.



Compruebe el contenido del documento en www.premap.com usando el CVS: 91A120C36AA11B0A

### OBSERVACIONES

Los desplazamientos se realizan de manera puntual: reuniones en central, asistencia a cursos de formación, reconocimientos médicos, etc.

## 6 . 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.	NO
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.	NO
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 mental derivado del tratamiento continuado de información.	P = M, C = D; Valoración = Moderado
Fatiga visual por el uso continuado de pantallas de visualización	P = M, C = D; Valoración = Moderado
Fatiga física por la adopción de posturas incorrectos (silla mal regulado, pantalla,...)	P = M, C = D; Valoración = Moderado

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
Estudiar la posibilidad de realizar una redistribución de los puestos de trabajo de tal forma que la iluminación natural incida lateralmente en los puestos de trabajo, evitando reflejos molestos en las pantallas o deslumbramientos a los usuarios.	4
En próximas adquisiciones de mobiliario, dotar de asiento estable, que proporcione libertad de movimiento, postura confortable, con altura regulable, y con respaldo reclinable y ajustable en altura	4

### 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

**OBSERVACIONES**

Se observa la existencia de varias sillas cuyo respaldo no es regulable en altura. Las sillas se encuentran en buen estado, y no se detectan quejas en cuanto a su comodidad por parte de los trabajadores.  
Los despachos cuentan con estores que permiten la atenuación de la luz natural en la oficina.  
Varios trabajadores se encuentran colocados justo en frente o de espaldas a las ventanas.

**7 . MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.**

Las tareas implican manejo manual de cargas de más de 3 Kg. de forma significativa.

**NO**

**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

**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**

Existen indicadores (quejas verbales y/o escritas, o indicadores de salud) que refieran que las condiciones de trabajo o las tensiones que estas producen puedan generar problemas de salud.

**NO**

Existen indicadores de riesgo o se pueden dar situaciones de violencia contra los empleados (por parte del público, cliente, usuarios...), del tipo de agresiones físicas o verbales.

**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	P = B, C = D; Valoración = Tolerable
Fatiga mental por el manejo continuado de información	P = B, C = D; Valoración = Tolerable

INFORMACIÓN
Riesgo de fatiga mental en el trabajo.
Riesgo general de estrés sociolaboral.
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 técnica de actuaciones de Inspección sobre riesgos psicosociales
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
Las tareas del puesto implican el tratamiento continuado de la información. El nivel de atención requerido es elevado, pero se pueden alternar tareas o efectuar pequeñas pausas. El ritmo de trabajo es variable según la época del año, pero los trabajadores manifiestan que en general, es alcanzable para trabajadores con experiencia. Los errores en el puesto no son frecuentes y en caso de producirse son subsanables. No se realizan trabajos rotatorios a turnos ni trabajos nocturnos. Los trabajadores del puesto no han manifestado dificultades para adaptarse a las condiciones y organización del trabajo. Tareas de atención al público.

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
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.

### 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.

OFICINAS Y DESPACHOS	Caída de objetos almacenados en sistemas de estanterías	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable
OFICINAS Y DESPACHOS	Caídas a distinto nivel durante el tránsito por las escaleras del centro ante la ausencia de pasamanos, barandillas,...	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
OFICINAS Y DESPACHOS	Caídas al mismo nivel por presencia de cables, líquidos, etc. en zonas de paso	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable
OFICINAS Y DESPACHOS	Choques contra objetos inmóviles por la disposición del mobiliario en el área de trabajo	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable
OFICINAS Y DESPACHOS	Contactos eléctricos por posibles defectos de aislamiento, sobrecargas,...	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
OFICINAS Y DESPACHOS	Fatiga visual por niveles de iluminación inferiores a los requeridos para la tarea.	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
OFICINAS Y DESPACHOS	Incendios	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
OFICINAS Y DESPACHOS	Otros disconfort por la falta de sistema que evita la corrientes de aire en el puesto de trabajo.	P =Media, C = D; Valoración = Moderado
OFICINAS Y DESPACHOS	Otros golpes, caídas, etc. por acceder a zonas mal señalizadas (puertas pequeñas, escalón de acceso a terraza, etc)	P =Media, C = D; Valoración = Moderado

GARAJE	Atrapamiento en la instalación por imposibilidad de apertura manual de la puerta.	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
GARAJE	Atropellos o golpes con vehículos	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
GARAJE	Caídas al mismo nivel ante la posible presencia de líquidos en zonas de paso (aceite, gasolina,...)	P =Baja, C = D; Valoración = Tolerable
GARAJE	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro ante posibles defectos en la instalación (derivaciones,...)	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado
GARAJE	Explosiones ante la presencia de sustancias inflamables (líquidos, gases o polvos) en cantidad suficiente para generar una atmósfera explosiva en presencia de focos de ignición.	<b>No valorable</b>
GARAJE	Golpes o atropellos con vehículos, por empleo simultaneo de vehículos y peatones de los portones de acceso por invadir zonas de tránsito de vehículos.	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado