



ÍNDICE

1. INFORMACIÓN GENERAL	2
1.1. DATOS GENERALES DE LA EMPRESA	2
1.2. OBJETIVO DE LA EVALUACIÓN	2
1.3. IDENTIFICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LOS PUESTOS DE TRABAJO	2
1.3.1. Peón de Jardinería	2
1.3.2. Puesto de Administrativo	3
1.4. IDENTIFICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LOS EQUIPOS DE TRABAJO	3
1.4.1. Soplador	3
1.4.2. Cortacésped Manual	4
1.4.3. Tractor de Siega	4
1.4.4. Equipo de Fumigación	5
1.4.5. Motosierra	5
1.4.6. Desbrozadora	6
1.4.7. Cortasetos	6
1.4.8. Motocultor	7
1.4.9. Vehículo	7
1.4.10. Equipo Informático	8
1.5. IDENTIFICACIÓN DE LAS HERRAMIENTAS	8
1.6. IDENTIFICACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS/PRODUCTOS PELIGROSOS	8
1.6.1. ADQUISICIÓN DE LOS PRODUCTOS QUÍMICOS UTILIZADOS	8
1.6.2. ETIQUETADO	9
1.6.3. FICHA DE SEGURIDAD	9
1.6.4. INFORMACIÓN Y FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES	10
1.6.5. RELACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS	10
1.7. TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES	10
1.8. ANTECEDENTES EN LA EVALUACIÓN DE LOS RIESGOS	10
2. EVALUACIÓN DE RIESGOS	11
2.1. OBJETIVOS, ALCANCE Y CONTENIDOS	11
2.2. MÉTODO DE EVALUACIÓN	12
2.3. VALORACIÓN DE LOS RIESGOS	13
2.4. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN	14
2.5. RIESGOS CONSIDERADOS	15
2.5.1. Riesgos de Seguridad	15
2.5.2. Riesgos de Higiene	16
2.5.3. Riesgos de Ergonomía	17
2.5.4. Riesgos Psicosociales	17
2.6. EVALUACIÓN DE RIESGOS	17
2.6.1. Evaluación de los Riesgos para el puesto de Peón de Jardinería	17
2.6.2. Evaluación de los Riesgos para el puesto de Administrativo	32
2.7. MAPA DE RIESGOS	45
3. PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA	47
3.1. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL	47
3.2. PLANIFICACIÓN PREVENTIVA ANUAL	48
4. BIBLIOGRAFÍA	51

1. FORMACIÓN GENERAL

1.1. DATOS GENERALES DE LA EMPRESA

Nombre de la empresa	Ayuntamiento de Cabezón de Pisuerga
Dirección	Plaza de la Concordia Nº1
C.P	47260
Población	Cabezón de Pisuerga
Provincia	Valladolid
Plantilla fija actual	21
Trabajadores menores	No hay
Mujeres embarazadas	No hay
Horario de trabajo	8 a 15:30 h.
Servicio de PRL de la empresa	SN Servicios Normativos, S.A.
Vigilancia de la Salud	FREMAP

1.2. OBJETIVO DE LA EVALUACIÓN

La prevención de riesgos laborales es el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo. La prevención debe estar integrada en el sistema general de gestión de la Empresa, tanto en el conjunto de sus actividades como en todos los niveles jerárquicos de ésta, a través de la implantación de un Plan de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/1995 y Ley 54/2003).

El objeto de este documento es conocer las condiciones de los puestos de trabajo (áreas, equipos de trabajo, instalaciones, etc.), para identificar y evitar los riesgos, y evaluar aquellos que no puedan evitarse.

1.3. IDENTIFICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LOS PUESTOS DE TRABAJO

Este documento se centrará en la Evaluación de Riesgos Laborales de dos de los puestos de trabajo del Ayuntamiento de Cabezón.

1.3.1. Peón de Jardinería

Las labores de un peón de jardinería son itinerantes y se llevarán a cabo por todo el municipio de Cabezón de Pisuerga. Las tareas desempeñadas por los trabajadores en este puesto son las siguientes:

Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.		Denominación del Puesto: Peón de Jardinería Trabajadores afectados: 1	
Descripción de las tareas	Duración	Máquinas, herramientas y equipos de trabajo	Materiales
Labores propias de la plantación y conservación de jardines. Debe conocer las plantas del jardín y del interior interpretar croquis y planos y según ellos replantear el jardín. Deberá conocer los medios para combatir las plagas corrientes y las protecciones para aplicar toda clase de	Diaria	Segadoras, motosierras desbrozadoras, cortacésped, cortasetos, rastrillos, escobas metálicas, azadas, palas, escobones.	Fitosanitarios, herbicidas, mantillo, turba, substratos

insecticida, conduce vehículos con carné B.			
Desfonde, cavado y escarda a máquina y a mano, preparación de tierras y abono, arranque embalaje y transporte de plantas, plantación, recorte y limpieza de ramas y frutos, poda de arbustos, preparación de insecticidas, protección de árboles. Mantenimiento de jardines. Utilización y conducción de vehículos (carné B). Riegos.	Diaria	Motosierras, desbrozadoras, cortacesped, cortasetos.	Fitosanitarios, aspersores, racores, mangueras, tuberías...


1.3.2. Puesto de Administrativo

Las labores de un administrativo se realizarán dentro de las oficinas de la Casa Consistorial del Ayuntamiento de de Cabezón de Pisuerga, teniendo que realizar trabajos en el exterior en muy pocas ocasiones. Las tareas desempeñadas por los trabajadores en este puesto son las siguientes:


Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.		Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1	
Descripción de las tareas	Duración	Máquinas, herramientas y equipos de trabajo	Materiales
Atención, tanto personal como telefónica, a clientes.	Continua	Equipos telefónicos	No procede.
Archivo y registro de documentos.	Continua	Grapadora, taladro, cúter, guillotina, tijeras...	Archivadores.
Trabajos diversos con medios informáticos.	Continua	Ordenador, impresoras, escáner...	No procede.

1.4. IDENTIFICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LOS EQUIPOS DE TRABAJO


1.4.1. Soplado

SOPLADOR			
	Equipo utilizado en las labores de limpieza de los parques y jardines del municipio.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Caídas de objetos por manipulación • Proyección de fragmentos y partículas • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Sobreesfuerzos por manipulación de carga 			


1.4.2. Cortacésped manual

CORTACÉSPED MANUAL			
	Cortacésped manual para las zonas de difícil acceso.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Caídas de objetos por manipulación • Choques contra objetos móviles • Proyección de fragmentos y partículas • Atrapamiento por o entre objetos • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Sobreesfuerzos por manipulación de carga 			


1.4.3. Tractor de siega

TRACTOR DE SIEGA			
	Tractor de siega para grandes superficies de céspedes o praderas.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Caídas de objetos por manipulación • Choques contra objetos móviles • Proyección de fragmentos y partículas • Atrapamiento por o entre objetos • Atrapamiento por vuelco de máquinas, tractores o vehículos • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Sobreesfuerzos por manipulación de carga 			


1.4.4. Equipo de fumigación

EQUIPO DE FUMIGACIÓN			
	Equipo de fumigación para la aplicación de plaguicidas y herbicidas.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Caídas de objetos por manipulación • Choques contra objetos móviles • Proyección de fragmentos y partículas • Atrapamiento por o entre objetos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Sobreesfuerzos por manipulación de carga • Sobreesfuerzos por movimientos repetitivos 			


1.4.5. Motosierra

MOTOSIERRA			
	Motosierra de potencia media para el apeo y desrame de árboles y arbustos.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Golpes, cortes, abrasiones por objetos o herramientas • Proyección de fragmentos y partículas • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Exposición a vibraciones • Sobreesfuerzos por manipulación de carga • Sobreesfuerzos por movimientos repetitivos 			


1.4.6. Desbrozadora

DESBROZADORA			
	Desbrozadora de hilo para la limpieza de vegetación espontánea.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Golpes, cortes, abrasiones por objetos o herramientas • Proyección de fragmentos y partículas • Pisadas sobre objetos • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Exposición a vibraciones • Sobreesfuerzos por manipulación de carga 			


1.4.7. Cortasetos

CORTASETOS			
	Cortasetos para el recorte y perfilado de setos		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Golpes, cortes, abrasiones por objetos o herramientas • Proyección de fragmentos y partículas • Pisadas sobre objetos • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Exposición a vibraciones • Sobreesfuerzos por manipulación de carga 			


1.4.8. Motocultor

MOTOCULTOR			
	Motocultor de poca potencia utilizado en las labores de preparación superficial del terreno.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Caídas de objetos por manipulación • Choques contra objetos móviles • Proyección de fragmentos y partículas • Atrapamiento por o entre objetos • Atrapamiento por vuelco de máquinas, tractores o vehículos • Contactos térmicos • Exposición a sustancias nocivas o tóxicas • Exposición al ruido • Sobreesfuerzos por manipulación de carga 			

1.4.9. Vehículo

RENAULT KANGOO			
	Vehículo utilizado para el desplazamiento por el municipio y el transporte de las herramientas.		
	Puesto de trabajo: Peón de jardinería	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Caídas de personas a distinto nivel • Caídas de objetos por manipulación • Choques contra objetos móviles • Choques contra objetos inmóviles • Proyección de fragmentos y partículas • Atrapamiento por o entre objetos • Atrapamiento por vuelco de máquinas, tractores o vehículos • Contactos térmicos 			

1.4.10. Equipo informático

RENAULT KANGOO			
	Equipo informático de sobremesa, ubicado en una mesa de oficina, utilizado a diario		
	Puesto de trabajo: Administrativo	Marcado CE	X
RIESGOS ASOCIADOS			
<ul style="list-style-type: none"> • Contactos eléctricos • Sobreesfuerzo por posturas forzadas • Sobreesfuerzo por movimientos repetitivos • Factores psicosociales 			

1.5. IDENTIFICACIÓN DE LAS HERRAMIENTAS DE TRABAJO

RELACIÓN DE HERRAMIENTAS	
Puesto de trabajo	Administrativo
Grapadora, taladro, cúter, guillotina, tijeras, material de oficina.	
Puesto de trabajo	Peón de jardinería
Tijeras, tijeras de podar, serruchos, escobas, capazos, azadas, palas, rastrillos, aspersores, caja de herramientas para mantenimiento de maquinaria y equipos, etc	

1.6. RELACIÓN DE LOS PRODUCTOS QUÍMICOS UTILIZADOS

1.6.1. Adquisición de los productos químicos

La adquisición de cualquier producto químico debe cumplir:

- Los productos fitosanitarios utilizados solo podrán ser distribuidos por vendedores autorizados.
- Se comprarán sólo aquellos productos químicos que sean realmente necesarios y en cantidades pequeñas. Así evitará el almacenamiento de los volúmenes sobrantes.
- Con el fin de minimizar los riesgos asociados a estos productos, se seleccionarán siempre los de menor toxicidad y persistencia en el medio.
- El envasado debe ser adecuado para la contención de los productos químicos, y el cierre deberá ser hermético.
- El etiquetado de los productos será obligatorio, deberá ajustarse a la normativa vigente y figurar en español.
- A la hora de adquirir un producto se exigirá la Ficha de Seguridad y será puesta a disposición de los trabajadores.



1.6.2. Etiquetado

El etiquetado de los productos será obligatorio, deberá ajustarse a la normativa vigente y figurar en español. Debe incluir la siguiente información:

- 1- Indicaciones de peligro.
- 2- Pictogramas.
- 3- Frases H (R) de riesgos.
- 4- Frases P (S) de consejos de seguridad o prudencia.
- 5- Empresa responsable del producto con su dirección y teléfono incluido.
- 6- Nombre de la sustancia o sustancias que dan carácter peligroso al preparado, tienen límites de exposición profesional o límites de exposición comunitarios (adoptados en la UE).
- 7- Usos del producto, si procede.
- 8- Otras indicaciones, que serán específicas de cada tipo de producto.

1.6.3. Ficha de Seguridad

La Ficha de Datos de Seguridad (FDS) es un documento independiente del Etiquetado del producto que amplía su información y que va dirigido principalmente al usuario profesional.

El proveedor del producto químico tiene obligación de facilitar al destinatario la FDS actualizada en el idioma oficial del estado donde se comercialice.

Antes de utilizar ningún producto químico el usuario profesional debería consultar su Ficha de Datos de Seguridad.

Debe encontrarse siempre a disposición del trabajador en su puesto de trabajo.

LA FDS tiene un formato estandarizado que contempla los siguientes epígrafes:

- 1- Identificación de la sustancia o preparado y de la sociedad o empresa.
- 2- Identificación de los peligros.
- 3- Composición / información sobre los componentes.
- 4- Primeros auxilios.
- 5- Medidas de lucha contra incendios.
- 6- Medidas en caso de liberación accidental.
- 7- Manipulación y almacenamiento.
- 8- Control de exposición/protección individual.
- 9- Propiedades físicas y químicas.
- 10- Estabilidad y reactividad.
- 11- Información toxicológica.
- 12- Información ecológica.
- 13- Consideraciones sobre eliminación.



- 14- Información sobre transporte.
- 15- Información reglamentaria.
- 16- Otra información.

1.6.4. Información y Formación de los trabajadores.

Es obligación de la dirección formar e informar a los trabajadores sobre las Normas de Seguridad de los productos químicos, siempre que estos sean peligrosos.

Es obligatoria la acreditación de manipulación de plaguicidas.

1.6.5. Relación de los productos químicos.

PRODUCTOS QUÍMICOS O PELIGROSOS				
Producto químico	Clasif. toxicológica	Puesto de trabajo	Ficha de Seguridad	Uso
GLIFOSATO	Clase IV	Jardinería	SI	Herbicida
HOMAI (Tiofanato de Metilo 50%)	Clase IV	Jardinería	SI	Fungicida

1.7. TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES

Con el presente Informe se pretende además establecer aquellas medidas de prevención y protección a adoptar al objeto de reducir y/o eliminar los riesgos laborales existentes. Se trata de una evaluación de riesgos, en la que se contemplan los puestos de trabajo existentes.

La Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, en sus artículos 25, 26 y 27 establecen una especial protección a los trabajadores que sean especialmente sensibles a determinados riesgos de su puesto de trabajo, por sus propias características personales o estado biológico conocido; trabajadores con discapacidad física, psíquica o sensorial; trabajadoras en situación de embarazo, parto reciente o lactancia y jóvenes menores de 18 años.

Al objeto de dar cumplimiento a las disposiciones establecidas en estos artículos y con el fin de establecer si son especialmente sensibles a determinados riesgos de su puesto de trabajo, se le recuerda que será necesario que si usted se encuentra en alguna de estas situaciones se lo comuniqué por escrito a su superior inmediato.

En la actualidad no hay trabajadores especialmente sensibles dentro de la empresa.

1.8. ANTECEDENTES A LA EVALUACIÓN DE RIESGOS.

ANTECEDENTES	SI	NO
Ha ocurrido algún accidente mortal en los últimos cinco años:		X
En Centro de Trabajo:		X
"In tinere" (al ir o volver del trabajo):		X



Ha ocurrido algún accidente grave en los últimos cinco años, con incapacidad?		X
Existe control estadístico de los accidentes?		X
Efectúa la empresa investigación de los accidentes?		X
Existe alumbrado de emergencia?		X
Existen salidas de emergencia?		NP
Existe señalización de seguridad?		NP
Existen Equipos de Protección Individual?	X	
Existe protección contra incendios?	X	
Existen extintores?	X	
Existen Bocas Equipadas contra Incendios?		
Existe control estadístico de los accidentes?		
Existe detección automática de incendios?	X	
Se revisan periódicamente las instalaciones contra incendios?	X	

2. EVALUACIÓN DE RIESGOS

2.1. OBJETO, ALCANCE Y CONTENIDO

El presente procedimiento define la forma de proceder en la evaluación de los riesgos laborales, en los de trabajo, que pueden afectar a los trabajadores de la empresa durante la realización de las tareas que les son encomendadas, en cumplimiento de lo establecido en la Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales.

El presente procedimiento se aplicará en los dos puestos de trabajo de estudio, evaluando los diferentes trabajos desarrollados en cada puesto, así como los distintos equipos de trabajo y herramientas, normalmente utilizados en el desarrollo del proceso productivo de la empresa.

Tanto el proceso de evaluación como los resultados finales, han tenido en cuenta la integración de las diferentes especialidades:

- Riesgos de Seguridad
- Riesgos de Higiene
- Riesgos de Ergonomía
- Riesgos de Psicosocial.

Los criterios para la realización de la evaluación de riesgos laborales serán:

- Identificación de las diferentes situaciones de riesgo en cada uno de los puestos evaluados.
- Identificar los peligros existentes, sus causas y la probabilidad de suceso.
- Valorar la severidad de los daños de dichos peligros sobre los trabajadores.
- Evaluar la magnitud de los riesgos para plantear y planificar las acciones correctoras que se determinen para la eliminación o reducción del riesgo.

2.2. MÉTODO DE EVALUACIÓN

El procedimiento de evaluación de los riesgos conlleva tres fases: identificación, estimación y valoración.

1. **Identificación:** Identificar Situaciones de Riesgo para la personas en el desarrollo de su trabajo.
2. **Estimación:** Una vez que los riesgos han sido identificados se realiza la estimación del riesgo, es decir, determinar la potencial severidad del daño o consecuencias junto con la probabilidad de que ocurra el hecho. De este modo para determinar la potencial severidad del daño se debe tener en cuenta no solo las partes del cuerpo que podrán verse afectadas sino también la naturaleza del daño. Dicha naturaleza del daño se gradúa en tres niveles:

SEVERIDAD	CONCEPTO
Ligeramente Dañino (LD)	Daños superficiales: cortes y magulladuras pequeñas, irritación de los ojos por polvo. Molestias e irritación: dolor de cabeza, incomodidad.
Dañino (D)	Heridas, quemaduras, conmociones, torceduras importantes, fracturas menores. Sordera, dermatitis, asma, trastornos músculo-esqueléticos, enfermedad que conduce una incapacidad menor.
Extremadamente Dañino (ED)	Amputaciones, fracturas mayores, intoxicaciones, lesiones múltiples, lesiones fatales. Cáncer y otras enfermedades que acorten severamente la vida.

Por lo que respecta a la probabilidad de que ocurra el daño ésta se puede graduar en estos tres niveles:

PROBABILIDAD	CONCEPTO
Baja (B)	El daño ocurrirá siempre o casi siempre
Media (M)	El daño ocurrirá en algunas ocasiones
Alta (A)	El daño ocurrirá siempre o casi siempre

Para poder determinar la probabilidad del daño es necesario analizar si las medidas de control ya implantadas son las adecuadas. Además de la información sobre las actividades de trabajo es necesario tener en cuenta:

- a) Los trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos.
- b) La frecuencia de exposición al riesgo.
- c) Los fallos en los componentes y en los dispositivos de protección de las máquinas.
- d) La exposición a los elementos.

- e) La protección suministrada por los equipos de protección individual y el tiempo de utilización de estos equipos.
- f) Los actos inseguros de las personas.

Se expone a continuación un método simple para poder estimar los niveles de riesgo en función de su probabilidad estimada y de las consecuencias esperadas.

		Consecuencias		
		Ligeramente Dañino (LD)	Dañino (D)	Extremadamente Dañino (ED)
Probabilidad	Baja (B)	Riesgo trivial (T)	Riesgo tolerable (TO)	Riesgo moderado (M)
	Media (M)	Riesgo tolerable (TO)	Riesgo moderado (MO)	Riesgo importante (I)
	Alta (A)	Riesgo moderado (MO)	Riesgo importante (I)	Riesgo intolerable (IN)

2.3. VALORACIÓN DE LOS RIESGOS

Los niveles de riesgos indicados en la tabla anterior forman la base para determinar si se requiere mejorar los controles existentes o implantar unos nuevos, así como la temporización de las acciones.

De esta forma ante un riesgo detectado en un puesto de trabajo esta valoración se obtiene a partir de los valores asignados a la severidad y probabilidad correspondiente a dicho riesgo.

Una vez obtenida esa valoración, un riesgo puede calificarse desde “trivial” hasta “intolerable”, de acuerdo con la siguiente tabla:

Calificación del riesgo	Acción y temporización
Riesgo trivial (T)	No se requiere acción específica
Riesgo tolerable (TO)	No se necesita mejorar la acción preventiva. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medidas preventivas.
Riesgo moderado (MO)	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo. Las medidas para reducir el riesgo se deben implantar en un periodo determinado.



Riesgo importante (I)	No debe comenzarse el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo. Cuando el riesgo corresponde a un trabajo que se está realizando, se debe remediar el problema en un tiempo inferior al de los riesgos moderados.
Riesgo intolerable (IN)	No debe comenzar ni continuar el trabajo, hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, se debe prohibir el trabajo.

2.4. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN

La identificación de peligros y situaciones de riesgo, la aplicación del criterio de valoración adoptado y la evaluación de los riesgos serán realizados en la Empresa por un equipo como mínimo de dos personas:

- Técnico del Servicio de Prevención Ajeno.
- El Encargado o mando directo del puesto de trabajo, operación o área que se esté evaluando.

Para realizar la evaluación de riesgos de un puesto de trabajo, se procederá cumplimentando los siguientes pasos:

1. Notificar a los representantes de los trabajadores la intención de realizar una evaluación de puesto de trabajo, por si desearan asistir y participar.
2. El equipo evaluador cumplimentará la ficha de descripción de puesto, cuyos datos serán revisados por el Encargado o mando directo del puesto, en la propia área antes de comenzar la identificación de situaciones de riesgos. Si se considera conveniente a juicio del equipo, se recabará la opinión del operario/s adscrito/s al puesto de trabajo.
3. Se evaluarán las condiciones de trabajo que puedan tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud del trabajador:
 - a. Las características generales de los locales, instalaciones, equipos, productos y demás útiles existentes en el centro de trabajo.
 - b. La naturaleza de los agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el ambiente de trabajo y sus correspondientes intensidades, concentraciones o niveles de presencia.
 - c. Los procedimientos para la utilización de los agentes citados anteriormente que influyan en la generación de los riesgos mencionados.

- d. Todas aquellas otras características del trabajo, incluidas las relativas a su organización y ordenación, que influyan en la magnitud de los riesgos a que esté expuesto el trabajador.
4. De acuerdo con lo especificado en los Métodos de Evaluación, el equipo evaluador, por observación directa de las secuencias de trabajo, aclarará la situación de riesgo identificada y evaluará cada una de las situaciones identificadas, determinando los valores de la Probabilidad y la Severidad y calculando el Nivel de Riesgo. Asimismo, sugerirá o propondrá la acción de control que crea conveniente. Todo ello se recogerá en la Planificación de la Actividad Preventiva y más concretamente en la "Planificación Anual".
5. El resultado de la evaluación, para cada área, puesto y equipo de trabajo evaluado, será recogido en un archivo que deberá mantenerse actualizado. Cada vez que se modifique el puesto de trabajo, el entorno, las instalaciones, el utillaje, los materiales/productos usados/generados, los métodos de trabajo o bien los trabajadores que lo desempeñan, el responsable del Área, informará a la dirección a fin de analizar y valorar la necesidad de introducir nuevos riesgos o modificar la actual evaluación de riesgos del puesto de trabajo.

2.5. RIESGOS CONSIDERADOS

La clasificación de los posibles riesgos que podemos encontrarnos durante la evaluación de los puestos de trabajo serán:

2.5.1. Riesgo de Seguridad

CÓDIGO	RIESGO DE ACCIDENTE
1.	CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL Comprende caídas de personas desde alturas: De andamios, pasarelas, plataformas, escaleras fijas o portátiles, materiales apilados, vehículos y de máquinas. Asimismo caída de personas a profundidades: A pozos, excavaciones, aberturas del suelo, etc.
2.	CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL Caída en lugar de paso o superficie de trabajo. Caída sobre o contra objetos.
3.	CAÍDAS DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO Los desplomes de edificios, muros, andamios, escaleras, materiales apilados, etc. Los derrumbamientos de masas de tierra, rocas, aludes, etc.
4.	CAÍDAS DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN Considera las caídas de herramientas, materiales, etc., que se estén manejando o transportando manualmente, siempre que el accidentado sea el trabajador que está manipulando el objeto que cae.
5.	CAÍDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS Considera las caídas de herramientas o materiales en manipulación manual sobre un trabajador que no es el que las maneja.
6.	PISADAS SOBRE OBJETOS Incluye los accidentes que son consecuencia de pisadas sobre objetos cortantes o punzantes (Clavos, chapas, etc.).
7.	CHOQUES CONTRA OBJETOS INMÓVILES El trabajador interviene como parte dinámica y choca, golpea, roza o raspa sobre un objeto inmóvil.
8.	CHOQUES CONTRA OBJETOS MÓVILES El trabajador estático o en movimiento golpea, choca, roza o raspa contra un objeto móvil.



9.	GOLPES/CORTES/ABRASIONES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS Comprende los golpes, cortes y punzamientos que el trabajador recibe por acción de un objeto o herramienta, siempre que sobre éstos actúen otras fuerzas distintas a las de la gravedad. En este apartado se incluyen martillazos, cortes con tijeras, punzamientos con agujas, etc.
10.	PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS Y PARTÍCULAS Considera los accidentes debidos a la proyección de partículas o fragmentos volantes procedentes de una máquina, herramienta, viento, corriente de aire, etc. El ejemplo más característico es el de "cuerpos extraños en los ojos".
11.	ATRAPAMIENTOS POR O ENTRE OBJETOS El cuerpo o alguna de sus partes quedan atrapadas por: Piezas que engranan, un objeto móvil y otro inmóvil, dos o más objetos móviles que no engranan.
12.	ATRAPAMIENTO POR VUELCO DE MÁQUINAS, TRACTORES O VEHÍCULOS El trabajador queda aprisionado por el vuelco de tractores, carretillas, vehículos o máquinas.
13.	CONTACTOS TÉRMICOS Posibilidad de quemaduras por calor o frío debidas a contactos con llamas vivas, a proyección de gases o vapores o bien con superficies o materiales (líquidos o sólidos) que están a temperaturas extremadamente frías o calientes.
14.	CONTACTO ELÉCTRICO Incluye los accidentes por contacto con la corriente eléctrica, tanto los directos como los indirectos.
15.	EXPLOSIONES Acciones que dan lugar a lesiones causadas por la onda expansiva o sus efectos secundarios.
16.	INCENDIOS Trabajos en Espacios confinados. Trabajos en caliente en presencia de compuestos volátiles. Mal almacenamiento / falta de mantenimientos generales de instalaciones.
17.	ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS Se incluyen los accidentes causados directamente por personas y animales, tales como agresiones, mordeduras, picaduras, etc.
18.	ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS Comprende los atropellos de personas por vehículos o accidentes en los que el trabajador lesionado va sobre el vehículo que interviene en el accidente.
19.	AHOGAMIENTOS

2.5.2. Riesgo de Higiene

CÓDIGO	RIESGO DE ACCIDENTE
20.	EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS AMBIENTALES EXTREMAS Exposición a factores climatológicos extremos según la época del año en que se realizan las tareas.
21.	EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS O TÓXICAS Contempla los accidentes debidos a la inhalación o ingestión de sustancias nocivas o tóxicas. Se incluyen las asfixias y los ahogamientos.
22.	CONTACTO CON SUSTANCIAS CÁUSTICAS O CORROSIVAS Considera los accidentes por contactos con sustancias cuya vía agresiva sea la absorción a través de la piel.
23.	EXPOSICIÓN A RADIACIONES Se incluyen tanto las radiaciones ionizantes como las no ionizantes.
24.	CONDICIONES DE ILUMINACIÓN Según el tipo de trabajo a realizar se necesita un determinado nivel de iluminación. Los defectos de iluminación, además de causar daño a la visión, contribuyen a aumentar el riesgo de accidentes.
25.	EXPOSICIÓN A AGENTES BIOLÓGICOS Los agentes biológicos se definen como microorganismos capaces de originar cualquier tipo de infección, alergia o toxicidad.



26.	EXPOSICIÓN A AGENTES QUÍMICOS Los contaminantes químicos son sustancias de naturaleza química que en forma sólida, líquida o gaseosa penetra en el cuerpo del trabajador por vía dérmica, digestiva, respiratoria o parenteral. El riesgo viene definido por la DOSIS que a su vez se define en función del tiempo de exposición y de la concentración de dicha sustancia en el ambiente de trabajo.
27.	DEFICIENCIAS DE VENTILACIÓN Según los valores límites en función de las condiciones y la actividad realizada.
28.	EXPOSICIÓN AL RUIDO El ruido es un factor físico de riesgo presente en diferentes situaciones laborales que se define como el sonido que resulta molesto, inútil y desagradable.
29.	EXPOSICIÓN A LAS VIBRACIONES El término vibraciones comprende toda vibración transmitida al organismo humano por estructuras sólidas que sea nociva para la salud o entrañe cualquier otro tipo de peligro. Incluye vibraciones cuerpo entero y vibraciones al nivel de la mano.

2.5.3. Riesgos de Ergonomía

CÓDIGO	RIESGO DE ACCIDENTE
30.	SOBREESFUERZO POR POSTURA FORZADA Como consecuencia de la realización de tareas que implican adoptar la postura de pie / sentado estática o con muy pocas posibilidades de alternar posturas (estática –dinámica). Falta de adaptación hombre/máquina.
31.	SOBREESFUERZO POR MOVIMIENTOS REPETITIVOS Tareas que exigen en cortos periodos de tiempo un esfuerzo o repetitividad claras.
32.	SOBREESFUERZO POR MANIPULACIÓN DE CARGAS Tareas relacionadas con la utilización, movimiento, transporte, levantamiento y manipulación de cargas.

2.5.4. Riesgos Psicosociales

CÓDIGO	RIESGO DE ACCIDENTE
33.	FACTORES PSICOSOCIALES Carga mental. Trabajo a turnos / Trabajo nocturno. Supervisión - Participación. Relaciones personales. Autonomía. Contenido del trabajo. Definición de rol.

2.6. EVALUACIÓN DE RIESGOS

2.6.1. Evaluación de riesgos para el puesto de Peón de Jardinería



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Peón de Jardinería Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓD.	Riesgo	S	P	T	Medidas Preventivas	Responsable	Prioridad
1.	Caída de personas a distinto nivel.	ED	B	M	<ul style="list-style-type: none"> Los restos de arena deberán ser limpiados de manera inmediata, de igual manera que se deberán tapar todas las arquetas y huecos existentes en el suelo, los cuales puedan originar caídas. Si se manipulan herramientas o material de gran tamaño, con peligro de caída, el calzado de protección deberá disponer de puntera reforzada. Todos los trabajadores deberán llevar puesto calzado de seguridad con puntera y suela reforzada, así como antideslizante y que absorba los impactos al andar. Utilización de arnés de seguridad. 	Encargado Trabajador	Inmediata
2.	Caída de personas al mismo nivel. Por falta de orden y limpieza.	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Se recomienda mantener un perfecto estado de orden y limpieza en todos los puestos de trabajo. Cuando no sea necesario utilizar las herramientas o útiles de trabajo se deberán recoger y guardar en los lugares destinados a ello. Antes de empezar a trabajar se deben retirar los obstáculos que se encuentren en las zonas de paso. Cuando tenga que realizarse un trabajo en una zona con objetos por el suelo, siempre que puedan retirarse, se hará antes de comenzar los trabajos para evitar tropiezos. Se deben recoger y limpiar inmediatamente los residuos y vertidos que se generen en el trabajo. 	Encargado Trabajador	Acción continuada
3.	Caída de objetos por desplome o derrumbamiento.	ED	B	M	<ul style="list-style-type: none"> Para evitar un posible vuelco de las estanterías, estas deben encontrarse ancladas a elementos estructurales fijos (pared y/ o suelo). Se recomienda realizar revisiones diarias de las estanterías. En caso de observar deficiencias en su anclaje, baldas combadas hacia abajo (indicando exceso de peso), largueros deformados o torcidos, defectos de verticalidad, debilitamiento del suelo, cargas deterioradas, etc. se deberá comunicar esta anomalía a su responsable. En caso de condiciones climatológicas adversas, y en especial con viento excesivo, se interrumpirá la actividad en la zona ante el peligro de caída de árboles o plantas de elevadas dimensiones sobre los operarios que transiten por ellas. Nunca se sobrepasarán los límites de carga de los mismos. Se realizará un reparto uniforme de las cargas sobre las estructuras. 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Acción continuada
4.	Caída de objetos en manipulación. En la manipulación de herramientas, máquinas, sacos,	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none"> Si se manipulan herramientas o material de gran tamaño, con peligro de caída, el calzado de protección deberá disponer de puntera reforzada. Todos los trabajadores deberán llevar puesto calzado de seguridad con puntera y suela reforzada, así como antideslizante y que absorba los impactos al andar. 	Trabajador	Acción continuada



	macetas, etc. por el desarrollo normal de su trabajo.							
6.	Pisadas sobre objetos. Materiales, herramientas, cubos. Desorden general.	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> • Limpieza y orden en las áreas de trabajo. • Cuando no sea necesario utilizar las herramientas o útiles de trabajo se deberán recoger y guardar en los lugares destinados a ello. • Todos los trabajadores deberán llevar puesto calzado de seguridad con puntera y suela reforzada, así como antideslizante y que absorba los impactos al andar. 	Encargado Trabajador	Acción continuada	
8.	Choque contra objetos móviles. Exposición a los elementos móviles de las máquinas (motosierra, cortasetos, etc.).	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> • Los desplazamientos siempre se han de realizar con la máquina parada sobre todo cuando alguna parte del cuerpo puede entrar dentro del campo de acción de cualquier parte en movimiento de la máquina, con el fin de evitar cualquier enganche de la ropa con las partes en movimiento de la máquina. • Nunca se han de puentear los resguardos o elementos de seguridad de las máquinas. • En caso de deficiencias en las mismas se deberá comunicar inmediatamente al superior jerárquico para que de parte de ello a la empresa. 	Trabajador	Acción continuada Inmediata	
9.	Golpes, cortes o abrasiones por objetos o herramientas. Durante el manejo de herramientas manuales de jardinería, trabajos forestales, agrícolas...	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> • NUNCA se pasarán las herramientas de una persona a otra tirándolas. • En tiempos muy fríos se recomienda utilizar hojas más gruesas y resistentes. • Los mangos y asideros de las herramientas manuales deben estar cuidadosamente ajustados y recomendable que sean de longitud y tamaño apropiado para el trabajador. • En caso de observar anomalías en el estado y/ o ajuste de los mangos avise a su responsable de tal circunstancia. • Antes de utilizar las herramientas de trabajo, inspeccionarlas visualmente con el fin de detectar elementos dañados o desgastados. Uso de guantes frente a riesgos mecánicos en estas operaciones. Las herramientas deberán hallarse en perfectas condiciones técnicas y de uso. En caso de observar anomalías en su estado, avise a su responsable y siempre que sea posible evite su empleo avisando de tal circunstancia al resto de personal. • Siempre que sea posible transporte las herramientas en portaherramientas o cajas para evitar posibles golpes o cortes. NUNCA guarde las herramientas cortantes y/ o punzantes en los bolsillos de su ropa de trabajo. • Cuando se transporte las herramientas en vehículo trate de que las herramientas se encuentren estabilizadas y bien sujetas. • Las herramientas cortantes deberán transportarse cerca del cuerpo y con el filo de la hoja apuntando hacia el exterior; NUNCA llevar sobre el hombro. • Al andar por el monte pendientes y/ o terrenos irregulares con herramientas (picos, palas, hachas, etc.) se recomienda guardar una separación de unos dos metros cada dos hombres y cuando se trabaje con ellas unos 3 metros. 	Encargado Trabajador	Acción continuada	



	Por elementos cortantes y/ o punzantes durante el manejo de herramientas mecánicas por empuje (escarificador, sembradora, etc.).	ED	M	I	<ul style="list-style-type: none"> Una vez utilizadas, las herramientas almacenarlas en lugares seguros (cajas especiales o portaherramientas) y/ o dotadas con fundas que protejan los elementos cortantes y/ o punzantes. NUNCA dejar en zonas de paso. Durante el trabajo, sujetar las herramientas adoptando una postura estable. Las herramientas deberán estar libres de grasa y cualquier otro elemento resbaladizo. Limpiar el material adherido con un trozo de madera, plástico, cepillo de alambre... Utilizar las herramientas únicamente para aquellas funciones para las que han sido diseñadas. Trabajar siempre empujando hacia delante el aparato y nunca atrayéndolo hacia el cuerpo. Alejar los pies antes de conectar la máquina. Realice el arranque en terreno llano sin inclinar la máquina. Realice cualquier verificación con el motor parado, las partes rotativas detenidas (tener en cuenta la inercia de las mismas). Desprender el material adherido con un trozo de madera o plástico. Uso de guantes frente a riesgos mecánicos en estas operaciones. Bajo ningún concepto se deberán anular o retirar los dispositivos de seguridad de que disponga la maquinaria. Consultar el manual de instrucciones de la maquinaria y herramientas para un adecuado uso, mantenimiento, transporte, almacenaje... En caso de observar deficiencias en el estado de los equipos, avise a su responsable y siempre que sea posible, evite su empleo avisando de tal circunstancia al resto del personal. 		
10.	<p>Proyección de fragmentos y partículas.</p> <p>Uso de herramientas de mano.</p>	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> Leer las instrucciones del fabricante sobre su manejo y sobre los riesgos que puedan generar. Se revisarán antes y después de su uso y no deberán ser utilizadas si se encuentran defectuosas. Revise todas las herramientas y aquellas partes que estén quebradas, dañadas o flojas, antes de usarlas, repárelas o cambie la herramienta. Haga empleo de herramientas de buena calidad, correctamente diseñadas, que tengan la dureza apropiada y los mangos o asas bien fijadas y ajustadas. Los mangos de madera deben ser de madera lisa y dura, sin grietas ni nudos. Se seleccionará la herramienta más adecuada por sus características y tamaño a la operación a realizar. Hacer un uso correcto de las herramientas, sin que en ningún caso puedan utilizarse para fines distintos a los que están destinados. NUNCA sobrepase las prestaciones para las que técnicamente han sido concebidas. En caso de trabajar sobre piezas de pequeño tamaño o en equilibrio inestable, asegure la pieza 	Trabajador	Inmediata



	Al hacer uso de herramientas manuales y/o mecánicas de jardinería, trabajo forestal, agrícola	ED	M	I	<p>a trabajar de modo que no sufra movimientos imprevistos durante la operación.</p> <ul style="list-style-type: none"> Evitar un entorno que dificulte su uso correcto. Adopte una postura estable durante el empleo de la herramienta de mano Se recomienda siempre que sea posible, señalar el área de trabajo. Preste atención para que las personas cercanas no puedan ser lesionadas por los cuerpos extraños que puedan salir despedidos al trabajar. TODO el personal que se encuentre en el área de trabajo deberá portar gafas o pantalla de seguridad. Comprobaremos la ausencia de objetos o elementos capaces de proyectarse o atrapar la máquina en el terreno durante la realización de los trabajos, deteniendo siempre su funcionamiento con anterioridad. Señalización del área de trabajo. Prestar especial atención a que las personas circundantes no puedan ser lesionadas por los cuerpos extraños que puedan salir despedidos al trabajar. Uso de ropa de manga larga, pantalones largos y ropa resistente. Bajo ningún concepto se eliminarán los protectores que cubran órganos de corte por su parte posterior impidiendo que los objetos desprendidos por estos elementos alcancen al operador. A pesar de la protección de la parte trasera de los elementos de corte, algunos objetos podrían alcanzar al usuario, por ello se emplearán aquellos equipos de protección individual que vengan descritos en el manual de usuario del equipo o máquina (por ejemplo: gafas panorámicas, pantalla facial, pantalla de rejilla, etc...). No opere la máquina cuando esté cansado, enfermo, indispuesto o bajo la influencia de drogas, alcohol o medicinas. 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Inmediata
11.	<p>Atrapamiento por entre objetos.</p> <p>Por enganchones con máquinas en tareas de mantenimiento.</p>	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Todos los elementos móviles de máquinas e instalaciones deben estar provistas de los correspondientes sistemas de protección (pantallas, resguardos, etc.) que impidan el acceso a los puntos peligrosos. Observe los pictogramas o adhesivos de seguridad que aparecen en el equipo. Estos nos indican puntos peligrosos de la maquinaria, riesgos que se pueden derivar en el manejo del equipo y pautas de seguridad que debemos adoptar durante el empleo de la máquina. En caso de duda sobre el significado de los mismos, acuda al manual de instrucciones y/ o consulte a su superior. NUNCA ANULE O RETIRE LOS DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD de que disponga la maquinaria. Evite el empleo de ropa holgada, anillos, cadenas, u otro accesorio susceptible de poder engancharse durante el empleo de los equipos de trabajo. 	Técnico de PRL Trabajador	Urgente
12.	Atrapamiento por vuelco de máquinas, tractores	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> Conducción en pendientes: <ul style="list-style-type: none"> Conducir muy lentamente cuando se circule en pendientes, evitando pendientes 		



	vehículos. Riesgo atrapamiento por vuelco del tractor de siega.				<ul style="list-style-type: none"> superiores al 8% estando el depósito vacío o al 6% estando el depósito lleno. <ul style="list-style-type: none"> ○ Nunca se debe girar sobre una pendiente, ni cruzarla transversalmente. ○ Antes de detener la máquina, asegurarse de que la superficie es plana y sin pendiente. • No aproximarse a los bordes de desniveles, fosos, huecos, o zonas donde la máquina tenga riesgo de vuelco. Mantener siempre una distancia de seguridad 	Trabajador	
13.	Contactos térmicos. Quemadura con tubo de escape de maquinaria a motor de explosión.	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none"> • Evite el contacto directo con las partes calientes de los equipos. A la hora de agarrar los equipos de trabajo, hágalo por las empuñaduras aislantes y NUNCA por las piezas metálicas. • Bajo ningún concepto se retirarán los dispositivos de seguridad de los equipos o máquinas. 	Trabajador	
14.	Contactos eléctricos Contactos directos o indirectos por fallos de aislamiento de las carcasas metálicas de los aparatos eléctricos utilizados.	ED	B	M	<ul style="list-style-type: none"> • La puesta en marcha y la parada de las máquinas se efectuarán pulsando el interruptor y su conexión a la red se llevará a cabo por medio de clavijas, nunca directamente con los conductores. • Al finalizar el trabajo, deberán desconectarse las máquinas de la red. • No deberán utilizarse aparatos eléctricos con las manos o los pies mojados. • Las herramientas eléctricas manuales deberán estar dotadas de mango aislante. • La maquinaria eléctrica deberá contar con toma de tierra eficaz, y sus conexiones serán objeto de revisión frecuente, especialmente cuando se cambia la maquinaria de posición. • Habrá que cuidar el mantenimiento de los cables de alimentación de las máquinas eléctricas, velando por su protección durante el funcionamiento de la máquina. 	Técnico de PRL Trabajador	Urgente
16.	Incendios. Manejo de productos inflamables (combustible para las máquinas). Falta de información y formación de los trabajadores, sobre las situaciones de emergencia y sobre el manejo de equipos de extinción de incendios.	ED	B	M	<ul style="list-style-type: none"> • Prohibir fumar en las instalaciones. • Queda terminantemente prohibido fumar durante el manejo de productos inflamables. • En caso de derramamiento se procederá a su limpieza inmediatamente. • Solicitar las instrucciones de emergencia al cliente e informar a los operarios afectados. 	Dirección Trabajador	Acción continuada
					<ul style="list-style-type: none"> • Los trabajadores deben ser formados en la correcta utilización de los medios de extinción de incendios existentes en la empresa, así como en las formas de actuación frente a situaciones de emergencia. • No obstaculizar salidas de emergencia ni medios de protección contra incendios. 	Dirección Trabajador	Acción continuada
17.	Accidentes causados por seres vivos. Picaduras de arañas, abejas, avispa, etc..	D	B	TO	<p>PICADURAS DE ARAÑAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • No son en principio muy dolorosas, pero luego producen una fuerte sensación de picor y quemazón. Si no se tratan, las picaduras de araña producen, al cabo del tiempo, unos bultos rojos que terminan por transformarse en pústulas. Se recomienda practicar un corte sobre la picadura y dejar que la herida sangre para que se produzca una limpieza de forma natural. Después se desinfectará la herida con agua oxigenada o alcohol. 	Trabajador	Inmediata



	Mordeduras y arañazos de perros, gatos, etc...				<ul style="list-style-type: none"> En casos extremos se pueden presentar colapsos y pérdidas de conocimiento, por lo que, ante un picadura de araña, no está de más acudir al médico. <p>PICADURAS DE ABEJAS Y AVISPAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Este tipo de picadura suele ser muy dolorosa. Muchas picaduras de abeja producidas de una sola vez pueden producir la muerte de una persona. Si se percibe el aguijón debe extraerse con pinzas o un alfiler, hundiéndolo paralelamente al aguijón hasta rebasarlo en profundidad, para después empujarlo de dentro hacia afuera y evitar así la salida del tóxico que contiene. Después debe aplicarse sobre la picadura un trocito de tela empapado en amoníaco o agua muy fría si es posible. Si no es posible extraer el aguijón porque ha pasado algún tiempo y la hinchazón impide hacerlo, debe aplicarse una pasta hecha con bicarbonato y agua. En los casos de picaduras múltiples causadas por un enjambre, debe sumergirse al paciente en un baño de agua fría con bicarbonato, durante 15 minutos, para después en volverlo en una manta y llevarlo urgentemente a un hospital. La rabia una vez declarada en el hombre es mortal, por eso se debe actuar con precaución extrema, en caso de ser mordido o arañado por un perro, gato o animal salvaje. Se proceder a aplicar a la persona mordida el tratamiento antirrábico, que es largo y penoso. En caso de ser mordido por un animal se debe de lavar la herida con agua y jabón, alcohol o agua oxigenada y aplicar una pomada antiséptica. Las picaduras son especialmente peligrosas en personas que padecen o han padecido afecciones alérgicas y en enfermos del corazón. Vacunación preventiva de tétanos. En caso de mordedura acudir de inmediato a recibir asistencia médica. Un método de protección contra los insectos es el uso de repelentes, que son sustancias inodoras que se aplican en la piel o las ropas y conservan su actividad durante varias horas. Puede llevarse también equipo protector personal (ropas largas, guantes, botas y capuchas de tela metálica contra las abejas y de plástico transparente contra las orugas). Algunas personas son alérgicas al polen de las plantas y contraen la fiebre del heno, que puede convertirse en una enfermedad asmática. Es importante conocer estas plantas y los peligros que representan, y mantenerse apartados de las dañinas. Los trastornos debidos al polen pueden hacer necesario para el sujeto buscar otra ocupación. 		
18.	<p>Atropello o golpes con vehículos.</p> <p>Riesgos propios de la</p>	ED	B	M	<p>PEATONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> Utilice siempre el trayecto más seguro. Camine por las aceras y evite caminar por sus bordes. No cruce distraídamente las calles y hágalo por los pasos señalizados. 	Trabajador	Acción continuada



	conducción de vehículos por el centro de trabajo.			<ul style="list-style-type: none">• Antes de cruzar la calzada mire a izquierda y derecha.• Cruce únicamente con el semáforo en verde.• Obedezca las señales de tráfico e indicaciones, en su caso, de los agentes• En las carreteras vaya por su izquierda caminando por el arcén.• Caminando de noche por zonas mal iluminadas lleve una linterna y haga uso de chalecos reflectantes. <p>CONDUCTOR DE VEHÍCULOS:</p> <ul style="list-style-type: none">• Respete en todo momento las señales de circulación, aún conociendo la carretera.• Revise y mantenga el vehículo en buen estado, preste especial atención a los puntos críticos para la seguridad (los frenos, la dirección, las ruedas, las luces, etc.).• Cumpla estrictamente las normas de circulación.• Recuerde pasar la ITV obligatoria o voluntariamente, ya sea por la edad del automóvil o por haber sufrido un accidente que haya podido afectar al motor, transmisión o bastidor.• Antes de girar la llave, colóquese el cinturón de seguridad.• Adoptar una postura correcta para la conducción que permita facilidad de movimientos.• Cuando deba maniobrar, señalice con suficiente antelación su intención y compruebe que los demás se han percatado de su advertencia.• Conducir siempre a una velocidad adecuada a las condiciones climatológicas y estado de la vía, y siempre dentro de los límites legales.• La atención debe mantenerse constante al desarrollo y evolución de las diferentes situaciones del tráfico, ya que la distracción aumenta el riesgo de cometer algún error. Además la atención ayuda a anticiparse y prever las situaciones de riesgo.• El alcohol, incluso ingerido en pequeñas cantidades, influye negativamente en la conducción, recuerde que el mayor peligro de accidente grave se da cuando el grado de alcoholemia es intermedio, debido al estado de euforia en el que se encuentra el conductor.• Recuerde que mientras se conduce no deberá hacer uso del teléfono móvil, a menos que disponga de un sistema homologado de manos libres.• No se permite fumar en vehículos de la empresa. Asimismo, se desaconseja en vehículos privados.• Muchos medicamentos pueden ser peligrosos a la hora de conducir. No se automedique y lea siempre los prospectos.• En caso de viajes largos, descanse cada dos horas aproximadamente, tome bebidas refrescantes y comidas ligeras que no favorezcan el sueño.• Antes de realizar cualquier operación en el vehículo asegurarse que el freno de mano está puesto y en pendiente. Dejar puesta además, una marcha en función de la inclinación de la misma		
--	---	--	--	--	--	--



					<ul style="list-style-type: none"> Una vez se encuentre estacionado, y siempre que sea posible, abandone el vehículo por el lado contrario a la circulación. En caso de no ser posible observe la existencia de vehículos circulando. En caso de avería y siempre que se deba salir del vehículo y ocupar la calzada o el arcén de las vías interurbanas se hará uso de chaleco reflectante de alta visibilidad y se colocarán los triángulos de avería (distancia mínima 50 metros). Si la vía es de doble sentido se colocarán dos triángulos, uno por detrás del vehículo más o menos sobre marca del arcén y otro por delante del mismo para que sea visto por los vehículos que circulan en sentido contrario. Siempre hay que procurar retirar el vehículo inmediatamente de la vía. El trabajador deberá poseer el carné que sea necesario en función del vehículo que utiliza. 	Dirección	
20.	<p>Exposición a temperaturas ambientales extremas.</p> <p>Exposición a temperaturas elevadas.</p> <p>Exposición a temperaturas elevadas.</p>	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Cuando durante el trabajo se esté expuesto a temperaturas ambientes elevadas, se debe beber con frecuencia agua u otro líquido no alcohólico. Se debe mantener la piel siempre limpia para facilitar la transpiración. Trabajando al sol hay que cubrirse la cabeza con un sombrero o gorra. Es aconsejable realizar breves descansos cada dos hora, tomando algún alimento y bebiendo agua. En caso de insolación o de agotamiento por calor, debe llamarse al médico. Mientras llega éste, llevar al afectado a un lugar sombrío y fresco, darle de beber agua con algo de sal, aflojarle la ropa y ponerle compresas frías en la cabeza. 	Trabajador	Acción continuada
	Exposición a tormentas.	ED	B	M	<ul style="list-style-type: none"> La mejor medida para trabajar con bajas temperaturas es utilizar ropa de abrigo y guantes adecuados. Los pies y la cabeza son las partes del cuerpo más expuestas al frío. Se debe procurar mantener siempre los pies secos y protegidos con calzado de abrigo e impermeable al agua. Es conveniente utilizar dos pares de calcetines (un par de algodón y encima otro par de lana). Para proteger la cabeza se empleará un pasamontañas. Si se presentan síntomas de congelación se debe proceder de la siguiente forma: <ul style="list-style-type: none"> Llevar al accidentado a un lugar templado, abrigarlo y darle bebidas calientes con azúcar, pero sin alcohol. Evitar calentar bruscamente la zona congelada y, caso de que aparezcan ampollas, se deben vendar éstas y avisar al médico. Las tormentas en el campo son un peligro, dada la posibilidad que existe de sufrir los efectos de un rayo. En caso de tormenta, tenga siempre presentes las siguientes recomendaciones: <ul style="list-style-type: none"> No se sitúe debajo o en las cercanías de un tendido eléctrico, ya que su cuerpo podría verse afectado por el campo eléctrico (riesgo de electrocución), además de que el 		



					<p>viento podría derrumbar la línea y atraparle debajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ No se cobije bajo un árbol, junto a cursos de agua o junto a cercas de alambre. ○ En caso de tormenta, cobijese en masas densas de árboles, dentro de un automóvil cerrado o en edificios con pararrayos. ○ Si al desencadenarse la tormenta se encuentra usted en un descampado, tiéndase en el suelo, cúbrase con un plástico y espere a que escampe. Si se encuentra en una cabaña, cierre bien puertas y ventanas para evitar las corrientes de aire, ya que el aire ionizado puede conducir descargas eléctricas. 		
U	<p>Exposición a sustancias nocivas o tóxicas.</p> <p>Riesgos generales de intoxicación por el manejo de productos químicos y fitosanitarios en operaciones de abonado, tratamientos fitosanitarios, herbicidas, etc.</p>	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> • El uso de guantes de cuero o tejido confiere una buena protección contra dermatitis por contacto, alergias, etc. • La empresa deberá solicitar las fichas de seguridad de los productos químicos utilizados en el proceso productivo. Una vez con ellas deberá aplicar todas las medidas de almacenamiento y manipulación dictadas en ella. • Se recomienda que todos los trabajadores que operen con fitosanitarios estén en posesión del carné de manipulador. • Los productos químicos y fitosanitarios se guardarán siempre en lugar adecuado. • No se comerá, beberá ni fumará durante su manejo, y se lavará manos y cara después de haberlos manejado. • Se leerán atentamente las indicaciones que figuren en la etiqueta, siguiendo los consejos del fabricante. Se deberá proporcionar las instrucciones en lengua castellana. • Se emplearán siempre los EPI's correspondientes indicados por el fabricante (guantes adecuados, máscaras apropiadas, etc.) • La ficha de seguridad de los productos estará a disposición de los trabajadores para su consulta. • Los productos se emplearán siguiendo las recomendaciones del fabricante, en especial en lo referente a: <ul style="list-style-type: none"> ○ Forma de empleo, concentraciones, advertencias, EPI's a emplear, forma de conservación y almacenamiento, así como de otras recomendaciones. ○ No se comerá, beberá o fumará en los lugares de trabajo ni con la ropa de trabajo. Después de trabajar con estos productos los empleados se asearán como mínimo manos y cara. No se usarán las manos para remover las mezclas del producto, ni siquiera con guantes. Los utensilios que se emplee para hacer las mezclas (jarras, vasos, etc.) no se emplearán para ninguna otra función. ○ Cuando el plaguicida se aplique con un pulverizador de accionamiento manual, cuyo depósito vaya cargado a la espalda, debe interponerse un espaldar o pieza de tela 	<p>Dirección</p> <p>Encargado</p> <p>Trabajador</p>	Urgente



	Exposición al uso de plaguicidas.			<p>impermeable.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Los tratamientos deben realizarse de espaldas al viento, para evitar que la nube de líquido o de polvo afecte al operario. Si el viento fuera muy intenso, lo más prudente es suspender el tratamiento. ○ Se debe guardar una distancia prudencial entre los operarios que aplican el plaguicida, evitando así que la nube producida por el pulverizador de uno de ellos afecte a los demás. ○ El área tratado con plaguicidas ha de quedar debidamente señalado mediante carteles indicadores hasta que se haya cumplido el plazo de seguridad (tiempo necesario para que se degraden los plaguicidas). <p>ALMACENAMIENTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los pesticidas o plaguicidas deben almacenarse en locales o recintos con buena ventilación, destinados exclusivamente a este fin. • En estos locales no deben almacenarse, bajo ningún concepto, ropas ni alimentos, tanto si son para el consumo humano como para el consumo de animales. • Estos almacenes deberán estar cerrados con llave, para evitar que los productos sean manipulados por personas no preparadas. • Los plaguicidas deben conservarse en su envase original y en ningún caso se pasarán a recipientes que hayan contenido bebidas o alimentos y que puedan ser confundidos por otras personas. • Muchos de los pesticidas son inflamables, por lo que se debe evitar su proximidad a llamas o fuentes de calor. • Se debe evitar que los productos sean de distintas marcas. <p>PREPARACIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para la preparación de caldos pesticidas, deben asegurarse escrupulosamente las indicaciones dadas por el fabricante. Utilice solamente las cantidades recomendadas por éste. • Se debe rechazar todo producto que no vaya acompañado de instrucciones claras para su uso (ficha de datos de seguridad). • Los recipientes o utensilios empleados para medir o preparar los caldos pesticidas nunca deben ser utilizados para otro fin y deberán ser distinguibles fácilmente de los de uso común. • Cuando se tenga heridas o rozaduras en las manos no se deberá intervenir en la preparación de caldos pesticidas, ni en su empleo. • Para la preparación de caldos se usarán guantes de goma ajustados al antebrazo y ropa adecuada, que ha de lavarse con frecuencia. • Es aconsejable usar mascarilla de protección respiratoria cuando al manejar el producto se 		
--	-----------------------------------	--	--	--	--	--



	Exposición al uso de abonos.				<p>desprendan nubes de polvo o vapores.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siempre que sea posible la preparación de caldos se realizará al aire libre. <p>APLICACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para la aplicación de pesticidas deben utilizarse los siguientes medios de protección personal: <ul style="list-style-type: none"> ○ Guantes de goma. ○ Botas de goma, gorra, gafas de protección, ropa que no deje al descubierto partes del cuerpo, y mascarilla respiratoria con filtro químico. ○ Cuando el plaguicida se aplique con un pulverizador de accionamiento manual, cuyo depósito va cargado a la espalda, debe interponerse un espaldar o pieza de tela impermeable. • No se debe de intentar desatascar, soplando con la boca, las boquillas de pulverización. Cuando las boquillas se obstruyan deben desmontarse y desatascarse con un alambre o hilo de cobre. 		
					<ul style="list-style-type: none"> • Se leerá atentamente las instrucciones que facilita el fabricante acerca del uso, almacenamiento y manipulación del abono que vamos a utilizar. • No se debe fumar, beber o comer mientras se realizan tareas de manipulación o aplicación de abonos. • El polvo que se produce durante la aplicación de algunos abonos es perjudicial para el jardinero. • Siempre que se pueda se utilizarán abonos en forma granulada, que no presentan problemas de generación de polvo. • Si no hay más remedio que aplicar abonos en polvo, deberá tenerse muy en cuenta la dirección del viento y se usará mascarilla de protección respiratoria y gafas de seguridad. • Durante la manipulación de los abonos, se utilizarán botas y guantes de goma, así como ropa que no deje al descubierto partes del cuerpo. • Al finalizar la tarea hay que lavarse, con abundante agua. Los abonos deben almacenarse en lugares secos y frescos, lejos de los alimentos y del alcance de los niños. Estos recintos deben mantenerse cerrados con llave. 		
22.	Exposición a sustancias caústicas o corrosivas. Contacto con gasolina o gasoil para el funcionamiento de la maquinaria.	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none"> • La empresa deberá solicitar las fichas de seguridad de los productos químicos utilizados en el proceso productivo. Una vez con ellas deberá aplicar todas las medidas de almacenamiento y manipulación dictadas en ella. • Se utilizarán guantes si así lo indicaran las fichas de seguridad. 	Dirección Encargado Trabajador	Inmediata
23.	Exposición a radiaciones.	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none"> • Los trabajadores deberán adecuar la vestimenta para evitar los excesos del sol, portarán gorro de paja o gorra, y nunca trabajarán sin camiseta puesto que se agrava la aparición de melanomas. 	Trabajador	Acción continuada



	A la radiación solar, debido a que la mayoría de la jornada laboral se está expuesto a la radiación solar.				<ul style="list-style-type: none"> • Podrán llevar gafas de sol homologadas. • Cuando se trabaje al sol, se recomienda el empleo de cremas solares, con un factor de protección, como mínimo de 20. • Aplicar la crema cada 2 horas. 		
25.	<p>Exposición a agentes biológicos.</p> <p>Por cortes con herramientas infectadas, ramas, espinas de plantas, por contacto con excrementos de animales, etc.</p>	D	D	TO	<ul style="list-style-type: none"> • Los trabajadores deberán estar vacunados contra el tétanos debido a su actividad en terrenos naturales. • Las herramientas de poda usadas deberán ser las apropiadas. Las herramientas manuales deberán estar bien afiladas y desinfectadas con formulaciones expresamente autorizadas para desinfección de herramientas de poda, o bien con productos alternativos, por ejemplo, lejía doméstica diluida al 8% o alcohol etílico de 96-97°. Las herramientas mecánicas deberán estar bien afiladas, desinfectadas con alcohol etílico de 96-97° y mantenidas de acuerdo con los manuales de instrucciones facilitados por los fabricantes. La desinfección de las herramientas se deberá hacer lo más a menudo posible, de manera obligada al acabar la jornada, al cambiar de zona y, si hay riesgo elevado de infección, al cambiar de árbol, especialmente cuando se encuentren pudriciones o similares. • Se deberá cumplir con la obligación de la empresa de ofrecer reconocimientos médicos de los trabajadores. Dichos reconocimientos serán periódicos y específicos según lo considere el médico del trabajo. Posteriormente la empresa deberá remitir certificados de aptitud de los trabajadores al Servicio de Prevención. 	Dirección Encargado Dirección	Acción continuada
26.	<p>Exposición a agentes químicos.</p> <p>Debidas a la exposición a plaguicidas u otros productos químicos que puedan ser perjudiciales para la salud sin las correspondientes medidas de seguridad.</p>	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> • Poner a disposición de los trabajadores EPIs para combatir la exposición a plaguicidas u otros productos químicos que puedan ser perjudiciales para la salud sin las citadas medidas de seguridad. • Mismas medidas preventivas que el riesgo Nº 21. 	Dirección Encargado Trabajador	Inmediata
28.	<p>Exposición al ruido.</p>	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> • Para minimizar los efectos de una exposición al ruido, se deberán de tener en cuenta las siguientes recomendaciones: <ul style="list-style-type: none"> ○ Comprobar el buen funcionamiento de los equipos de trabajo. ○ Efectuar el mantenimiento adecuado en maquinarias y herramientas. ○ Siempre que sea posible: aislar las fuentes del ruido y reducir los tiempos de exposición. • Se recomienda el uso de protectores auditivos en las operaciones que generen más de 80 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Acción continuada



					<p>dB(A) durante periodos prolongados (han de llevar marcado CE).</p> <ul style="list-style-type: none"> Se deberá realizar una medición del ruido en la máquina y la elaboración del informe pertinente para adoptar las medidas oportunas en función de los resultados obtenidos. El fabricante debe especificarlo en las instrucciones y es un dato necesario para el cálculo de las protecciones. 		
29.	Exposición a las vibraciones.	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> El fabricante debe especificarlo en las instrucciones y es un dato necesario para el cálculo de las protecciones. Se deberá realizar una medición de las vibraciones en los equipos de trabajo y elaborar los informes pertinentes para adoptar las medidas oportunas en función de los resultados obtenidos. Los valores de las mediciones así como las medidas preventivas de cada equipo de trabajo estarán a disposición del trabajador. En función de los valores específicos de cada máquina se asignarán unos periodos de trabajo y descanso, para cada trabajador, que no podrán ser sobrepasados. Para las vibraciones se utilizarán guantes de absorción de las mismas. 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Urgente
30.	Sobreesfuerzos por posturas forzadas.	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> Haga empleo de la herramienta adecuada para cada tipo de trabajo y mantenga la misma en buenas condiciones y sin desperfectos, de modo que no sea necesario emplear un esfuerzo adicional o una mala postura para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Mantener las herramientas de corte bien afiladas, pues las herramientas embotadas tienden a desviarse más fácilmente y su utilización requiere más esfuerzo y más tiempo. En el empleo de las herramientas manuales, sujete éstas de forma que la muñeca permanezca recta con el antebrazo. En caso necesario y para permitir adoptar esta postura, cambie la orientación del plano de trabajo. Si usted maneja una herramienta que requiera un esfuerzo manual continuo, es mejor distribuir la fuerza prefiriendo la actuación de varios dedos a uno solo y también favorecer el uso alternativo de las manos. Siempre que sea posible, trate de reducir la fuerza que emplea para el desarrollo de sus tareas, manteniendo afilados los útiles cortantes; aguantando los equipos de trabajo pesados con cables retractores; haciendo empleo de herramientas semiautomáticas cuando hay que realizar mucha fuerza o de forma repetida; o empleando herramientas de un tamaño que le permita agarrarlas alrededor del mango, de manera que el dedo índice y pulgar estén superpuestos. Intente utilizar guantes que no resulten muy holgados, para que no dificulten el agarre de las piezas o herramientas. 	Trabajador	Acción continuada



					<ul style="list-style-type: none"> Evite la posición encorvada en lo posible: si no puede evitarlo realice los trabajos sentados, o tareas cortas que requieran caminar. 		
31.	Sobreesfuerzos por movimientos repetitivos.	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Antes de iniciar el trabajo, trate de adaptar ergonómicamente su puesto de trabajo. Para ello adapte el mobiliario (mesas, sillas, superficies de trabajo, etc.), y la distancia de alcance de los materiales (piezas, herramientas, objetos) a sus características personales (estatura, edad, etc.), favoreciendo que se realice el trabajo con comodidad y sin necesidad de realizar sobreesfuerzos. Eliminar las posturas de trabajo forzadas o incómodas del cuerpo y de la mano. Mantenga en lo posible la mano alineada con el antebrazo, la espalda recta y los hombros en posición de reposo. No permanecer demasiado tiempo en la misma posición, y efectuar movimientos suaves de estiramiento de los músculos. Evitar emplear la fuerza de un músculo en particular de manera prolongada o repetitiva. Evite la aplicación de una fuerza manual excesiva, sobre todo en movimientos de presa, flexo- extensión y rotación. Evitar posiciones en las que se llegue al límite de movilidad de cada articulación. Cuando sea posible, alterne las tareas. Además otros factores que pueden influir a la hora de aumentar una lesión son: <ul style="list-style-type: none"> Frío, vibraciones, presiones localizadas... Factores individuales de riesgo, es decir, la predisposición personal a lesionarse. 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Acción continuada
32.	Sobreesfuerzo por manipulación de cargas.	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> El peso y el manejo de las cargas (Real Decreto 487/97, de 14 de Abril). Es conveniente tener presente que la masa muscular utilizada en un trabajo ha de ser proporcional a la intensidad y duración del movimiento, de manera que, si la tarea requiere movimientos repetitivos y uniformes, se alternen los músculos para facilitar la circulación sanguínea, y si la tarea requiere la adopción de una postura determinada, el trabajo tenga la posibilidad de cambiarla para que unos músculos trabajen mientras los otros descansan y viceversa. Formación de los trabajadores en manipulación de cargas. Asegurarse de un correcto agarre de la carga, previo a su levantamiento Realizar pausas periódicas durante la jornada para descansar No superar la manipulación de 25 kg para hombres y de 15 kg en mujeres. 	Técnico de PRL Dirección Encargado Trabajador	Acción continuada



33.	Factores psicosociales. Carga mental, autonomía, contenido del trabajo.	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none">Hacer pausas y cambios de tarea para evitar reducirla fatiga mental, permitir la recuperación después de trabajos físicos.Formación e información para el puesto previa incorporación al mismo	Técnico de PRL Dirección	Acción continuada
-----	--	----	---	---	---	--------------------------------	----------------------



2.6.2. Evaluación de riesgos para el puesto de Administrativo

		Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.				Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1		
CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad	
1.	Caída de personas a distinto nivel Al hacer uso de las escaleras fijas.	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Se hará uso de los pasamanos o barandillas. No subir o bajar de dos en dos los peldaños. Mantenga siempre limpia la suela del calzado. Si las escaleras presentan algún defecto constructivo o cualquier otra circunstancia peligrosa, como que no están suficientemente iluminadas, se ha derramado alguna sustancia (barro, grasa, aceite, hielo, etc...), las barandillas o pasamanos están deteriorados, avise a su superior de tal circunstancia. 	Encargado Trabajador	Acción continuada	
2.	Caída de personas al mismo nivel Por falta de orden y limpieza.	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> Se recomienda mantener un perfecto estado de orden y limpieza en todos los puestos de trabajo. Cuando no sea necesario utilizar las herramientas o útiles de trabajo se deberán recoger y guardar en los lugares destinados a ello. Antes de empezar a trabajar se deben retirar los obstáculos que se encuentren en las zonas de paso. Cuando tenga que realizarse un trabajo en una zona con objetos por el suelo, siempre que puedan retirarse, se hará antes de comenzar los trabajos para evitar tropiezos. Se deben recoger y limpiar inmediatamente los residuos y vertidos que se generen en el trabajo. 	Encargado Trabajador	Acción continuada	
	Debido a la existencia de cables por el suelo invadiendo zonas de paso.	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> Se debe prestar atención, en los desplazamientos a pie, a la superficie por la que se avanza (mobiliario, cables...), evitando los desplazamientos apresurados. En caso de que el pavimento presente anomalías, y siempre que sea posible, avise a su responsable. 			



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					<ul style="list-style-type: none"> Cuando se utilicen equipos de trabajo conectados a la red eléctrica se intentarán colocar los cables de manera que no atraviesen las zonas de trabajo y de modo que no se genere ningún riesgo de enganche o tropiezo. 		
3.	Caída de objetos por desplome o derrumbamiento. Al encontrarse estanterías, armarios, etc. sin anclar y/ o presentar deficiencias en su estado.	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> Para evitar un posible vuelco de las estanterías, estas deben encontrarse ancladas a elementos estructurales fijos (pared y/ o suelo). Se recomienda realizar revisiones diarias de las estanterías. En caso de observar deficiencias en su anclaje, baldas combadas hacia abajo (indicando exceso de peso), largueros deformados o torcidos, defectos de verticalidad, debilitamiento del suelo, cargas deterioradas, etc. se deberá comunicar esta anomalía a su responsable. A la hora de colocar o retirar material de las mismas, el NUNCA sujetarse a éstas. En caso de producirse un golpe con las estanterías, armarios... y haberse producido deformaciones, avise a su superior para que se remplace cualquier elemento deformado, dejando fuera de uso la estantería, armario, etc., hasta que se haya arreglado. Con el fin de evitar deformaciones en el estado de las estanterías, armarios: NUNCA se sobrepasarán los límites de carga de los mismos. Se realizará un reparto uniforme de las cargas sobre las estructuras. 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Acción continuada
4.	Caída de objetos en manipulación. Al retirar material de estanterías, armarios, etc. Empleo de carros/ plataformas para el transporte de carga.	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Con el fin de evitar la caída de material sobre el trabajador al retirar o colocar éste de forma manual en estanterías y/ o armarios, el trabajador deberá asegurar un correcto agarre del material en todo momento. Si es necesario, hará empleo de elementos de acceso (escaleras manuales, etc.), que le permitan llegar a la altura óptima para el agarre. A la hora de retirar o colocar material de las mismas, evitar asirse a las estanterías o armarios. Así mismo, se deberá asegurar una correcta colocación del material: <ul style="list-style-type: none"> Evitar que éste sobresalga de las estanterías. 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Urgente
		LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> Colocación de la carga y uso: <ul style="list-style-type: none"> Lleve a cabo una revisión inicial del equipo. No lo emplee si observa deficiencias en su estado. Equilibrar la carga sobre la superficie de tal forma que no sobrepase los perfiles de la plataforma y no sobrepase en altura los carritos de la compra. Asegúrese de que la carga se encuentra equilibrada y no puede deslizarse ni moverse. No sobrecargar. Respetar en todo momento la capacidad de carga de los mismos. 		



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					<ul style="list-style-type: none"> ○ Apile los recipientes o materiales más pesados en la parte baja a fin de mantener el centro de gravedad tan bajo como sea posible. • Circule marcha adelante a una velocidad razonable prestando especial atención a los cruces y antes de realizar un cambio de sentido. • Coloque la carga de forma que no impida ver por encima de ella cuando se empuja. Debe tener en todo momento una buena visibilidad. • Observe que los pasillos por los que usted va a circular o las puertas que va a atravesar son suficientes para el paso y evolución de los carros y/ o plataformas • Observe el estado de las superficies y lugares de paso, prestando especial atención a la existencia de obstáculos, restos, líquidos y sustancias resbaladizas que puedan hacer perder el control de los equipos para el transporte de material. Avise a su superior en caso de observar anomalías. • En caso de observar la existencia de obstáculos y/ o material almacenado de forma incorrecta, que puedan dificultar el desplazamiento de la carga o la realización de maniobras con los carros y/ o plataformas (giros, cambios de sentido, etc...) se ubicará en su sitio (o se avisará a quién corresponda). • NUNCA se monte sobre un carro, plataforma y/ o carritos. • Tenga cuidado con sus pies y los de sus compañeros. • NO se utilizarán en pendientes mayores de 5%. Así mismo, cuando baje por una pendiente, camine hacia delante con la carga en el frente. • Asegurarse de que el equipo se encuentra perfectamente inmovilizado no pudiendo desplazarse durante su carga y/ o descarga. • Siempre que sea posible, planifique el recorrido eliminando cualquier obstáculo de las zonas de paso. • Evite el transporte de estos equipos con las manos húmedas o grasientas. 		
7.	Choque contra objetos inmóviles. Material almacenado en estanterías, armarios, almacenes, etc.	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none"> • Se evitará que el material sobresalga de las estanterías con el fin de evitar golpes y caída del material sobre el trabajador. • Todos los materiales se almacenarán de forma segura y ordenada en zonas específicas destinadas al efecto. • En almacenes, éstas zonas deberán encontrarse delimitadas, señalizadas y diferenciadas de zonas de paso, vías circulación, etc. Se mantendrá libre de todo obstáculo los pasillos de servicio y circulación. 	Encargado Trabajador	Acción continuada



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
	Choque contra objetos fijos (obstáculos, elementos estructurales, etc.).	LD	M		<ul style="list-style-type: none"> En caso de observar anomalías en el almacenamiento avise a su responsable. 		
				TO	<ul style="list-style-type: none"> Extremar las precauciones con los elementos que sobresalen de estructuras, techos bajos, pasillos estrechos, obstáculos, etc... Trabaje con la iluminación adecuada a la tarea a desarrollar. Si encuentra luminarias fundidas comuníquelo a su superior. Prestar especial atención por donde se camina o circula. 		
9.	Golpes, cortes, abrasiones por objetos o herramientas. Con utensilios de trabajo típicos de oficina (tijeras, grapadoras, etc.)	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Previa y posteriormente al uso de la herramienta, observe el estado de la misma. En caso de encontrar deficiencias, avise a su encargado. Cuando se manejan objetos cortantes o punzantes, tales como tijeras, abrecartas, cúter, etc., debe colocarlos siempre en lugares visibles y nunca escondidos bajo papeles, documentos, etc. Procure guardarlos en sus correspondientes fundas. Cuando termine de trabajar, deposítelos en su lugar habilitado para tal fin. Para cada trabajo debe emplearse la herramienta adecuada (ej: no usar las tijeras para quitar grapas. Utilizar el extrae- grapas). Cuando se utilicen cuchillas tipo cúter, debe mantenerse la hoja retraída excepto en el momento de su utilización, e incluso en ese momento, sólo debe extraerse la cantidad estrictamente necesaria de la misma. Prestar atención a la manipulación de papel o cartón ya que sus bordes pueden provocar cortes en las manos. Si al utilizar estos objetos sufre algún pequeño corte o herida, recuerde que siempre lo debe desinfectar. En muchos centros existen destructores de documentos que disponen de cuchillas extremadamente afiladas por lo que en cualquier circunstancia, y particularmente, si la máquina se queda enganchada, no introduzca nunca las manos dentro de la misma, ni quite los dispositivos de protección que suelen tener estas máquinas con objeto de evitar cortes y/o atrapamientos de las manos. Si debe hacer alguna operación, recuerde desenchufar previamente la destructora de la corriente eléctrica. Nunca intente reparar aparatos que desconoce; es preferible avisar al servicio técnico. La mejor forma de evitar los atrapamientos con destructoras de documentos es evitando que 	Trabajador	Acción continuada





Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					el pelo, las cadenas, los pañuelos o las corbatas puedan quedar enganchadas en la misma. <ul style="list-style-type: none"> En muchas ocasiones cuando se manejan es posible que se corte con los bordes de las hojas de papel. Evite manipular las hojas por las esquinas. Cuando tenga que utilizar taladradoras y grapadoras de papel, se pueden producir pequeños cortes, heridas y magulladuras. Preste atención al trabajo que realiza. Muchas veces los accidentes se producen por prisas, pequeños despistes, por estar hablando con compañeros, etc. Para evitarlos lo mejor es que coloque los dedos sobre los papeles que pretende taladrar o grapar. Nunca debajo de ellos; de esta forma evitará sufrir un accidente. Si tiene que taladrar o grapar muchas hojas, piense que es más fácil, hacerlo en pequeños montones que de una vez. De esta forma evitará un esfuerzo innecesario. Cuando se atasque papel en las fotocopiadoras o impresoras, extreme la precaución con las partes móviles de las mismas y con las piezas: alcanzan temperaturas elevadas. 		
11.	Atrapamiento por o entre objetos. Atrapamiento entre carros y carretillas manuales y elementos fijos (puertas, ascensores...) durante el empleo de éstos para el transporte de material.	LD	B	T	<ul style="list-style-type: none"> Al transportar los carros, mantener siempre las manos en las barras instaladas al efecto. No transportar los materiales de forma que impidan la visibilidad. Observar y retirar la existencia de obstáculos en las vías de paso. Mantener las ruedas de los carros perfectamente limpias para evitar que giren inadecuadamente. A la hora de meter un carro en el ascensor o atravesar puertas abatibles o con cierre automático, bloquear las puertas de los mismos. 	Encargado Trabajador	Inmediata
14.	Contactos eléctricos. Por contacto directo.	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> Se entiende por contacto directo, la puesta en contacto de una parte del cuerpo del trabajador o usuario y una pieza o elemento conductor habitualmente bajo tensión eléctrica (parte activa), bien porque esta parte activa es accesible (cuadro eléctrico sin tapas que protejan partes activas, etc) o por posibles fallos de aislamiento (cables pelados, etc) 	Técnico de PRL Trabajador	Urgente




Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					  <ul style="list-style-type: none">• Antes de emplear un equipo eléctrico, compruebe el correcto estado de conexiones y cables. En caso de observar deficiencias en el estado de aislamientos en máquinas o equipos (cables pelados, deficiencias en el aislamiento de cables, sobrecalentamiento, etc...), avise al responsable de las Instalaciones y a su superior inmediato y deje de utilizar el equipo y/o la instalación inmediatamente, señalizando tal hecho para que nadie pueda utilizarlo (ej: colocar cartel indicativo)• La protección de las instalaciones (cajas de enchufe, armarios, etc) tiene que ser adecuada al uso, por ejemplo si se tiene que proyectar agua sobre las paredes, los enchufes y cuadros eléctricos tendrán una protección mínima identificada por IP34• Recuerde que es peligroso realizar reparaciones provisionales de los cables con cinta aislante ya que ésta, con el tiempo, se va secando y consecuentemente va perdiendo su poder adhesivo y aislante pudiendo llegar incluso a absorber humedad.• Las máquinas y equipos eléctricos se conectarán siempre con clavijas y no directamente con el cable pelado.• La conexión se efectuará únicamente en enchufes preparados para ello.• Evite colocar los cables sobre aristas vivas o zonas de tránsito.• No manipular aparatos eléctricos con las manos o los pies húmedos.• Cuando haga empleo de alargaderas o bases de enchufes múltiples, asegúrese de que son capaces de soportar la potencia de los equipos conectados a ellas. Si estos elementos se		



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
	Por contacto indirecto.	LD	M	TO	<p>sobrecargan, se produce un calentamiento excesivo que puede producir daños en los aislamientos pudiendo llegar a quemarlos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • BAJO NINGÚN CONCEPTO si no tiene la cualificación adecuada, intente reparar instalaciones, aparatos o maquinaria. • Desconectar los aparatos cuando no se estén utilizando. NUNCA tire del cable de alimentación para desenchufar un equipo eléctrico. <p>Se entiende por contacto indirecto el contacto entre una parte del cuerpo de un trabajador y las masas (partes o piezas metálicas accesibles del equipo eléctrico) puestas accidentalmente bajo tensión como consecuencia de un defecto de aislamiento.</p>  <ul style="list-style-type: none"> • La tensión de alimentación de las herramientas eléctricas portátiles de accionamiento manual, no podrá exceder de 250 Voltios con relación a tierra. • Se podrán utilizar herramientas con tensiones de seguridad (con transformador) de hasta 50 voltios con relación a tierra en locales o emplazamientos secos y no conductores, o de 24 voltios en • Se podrán emplear máquinas o herramientas que tengan Doble aislamiento, las partes activas del aparato están separadas por un aislamiento funcional y, además, por un aislamiento reforzado especialmente diseñado para garantizar la seguridad del usuario. • La instalación eléctrica contará con la protección adecuada: <ul style="list-style-type: none"> ○ Puesta a tierra donde estén conectadas las masas (carcasa de cuadro eléctrico, parte exterior de maquinaria) y dispositivos de corte por intensidad de defecto ○ Interruptores diferenciales. • Si se detectara cualquier anomalía en las instalaciones o equipos (al tocar la parte metálica de 		



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					una herramienta o al tocar un grifo o tubería metálica, etc. recibe corriente) se avisará al Responsable de las Instalaciones y a su superior inmediato y se dejará de utilizar el equipo y/o la instalación inmediatamente, señalizando tal hecho para que nadie pueda utilizarlo(ej: colocar cartel indicativo) .		
18.	Atropello o golpes con vehículos. Riesgos propios de la conducción de vehículos por el centro de trabajo.	ED	B	M	PEATONES: <ul style="list-style-type: none"> • Utilice siempre el trayecto más seguro. • Camine por las aceras y evite caminar por sus bordes. • No cruce distraídamente las calles y hágalo por los pasos señalizados. • Antes de cruzar la calzada mire a izquierda y derecha. • Cruce únicamente con el semáforo en verde. • Obedezca las señales de tráfico e indicaciones, en su caso, de los agentes • En las carreteras vaya por su izquierda caminando por el arcén. • Caminando de noche por zonas mal iluminadas lleve una linterna y haga uso de chalecos reflectantes. CONDUCTOR DE VEHÍCULOS: <ul style="list-style-type: none"> • Respete en todo momento las señales de circulación, aún conociendo la carretera. • Revise y mantenga el vehículo en buen estado, preste especial atención a los puntos críticos para la seguridad (los frenos, la dirección, las ruedas, las luces, etc.). • Cumpla estrictamente las normas de circulación. • Recuerde pasar la ITV obligatoria o voluntariamente, ya sea por la edad del automóvil o por haber sufrido un accidente que haya podido afectar al motor, transmisión o bastidor. • Antes de girar la llave, colóquese el cinturón de seguridad. • Adoptar una postura correcta para la conducción que permita facilidad de movimientos. • Cuando deba maniobrar, señalice con suficiente antelación su intención y compruebe que los demás se han percatado de su advertencia. • Conducir siempre a una velocidad adecuada a las condiciones climatológicas y estado de la vía, y siempre dentro de los límites legales. • La atención debe mantenerse constante al desarrollo y evolución de las diferentes situaciones del tráfico, ya que la distracción aumenta el riesgo de cometer algún error. Además la atención ayuda a anticiparse y prever las situaciones de riesgo. • El alcohol, incluso ingerido en pequeñas cantidades, influye negativamente en la conducción, 	Trabajador	Acción continuada



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					recuerde que el mayor peligro de accidente grave se da cuando el grado de alcoholemia es intermedio, debido al estado de euforia en el que se encuentra el conductor. <ul style="list-style-type: none"> Recuerde que mientras se conduce no deberá hacer uso del teléfono móvil, a menos que disponga de un sistema homologado de manos libres. No se permite fumar en vehículos de la empresa. Asimismo, se desaconseja en vehículos privados. Muchos medicamentos pueden ser peligrosos a la hora de conducir. No se automedique y lea siempre los prospectos. En caso de viajes largos, descanse cada dos horas aproximadamente, tome bebidas refrescantes y comidas ligeras que no favorezcan el sueño. Antes de realizar cualquier operación en el vehículo asegurarse que el freno de mano está puesto y en pendiente. Dejar puesta además, una marcha en función de la inclinación de la misma Una vez se encuentre estacionado, y siempre que sea posible, abandone el vehículo por el lado contrario a la circulación. En caso de no ser posible observe la existencia de vehículos circulando. En caso de avería y siempre que se deba salir del vehículo y ocupar la calzada o el arcén de las vías interurbanas se hará uso de chaleco reflectante de alta visibilidad y se colocarán los triángulos de avería (distancia mínima 50 metros). Si la vía es de doble sentido se colocarán dos triángulos, uno por detrás del vehículo más o menos sobre marca del arcén y otro por delante del mismo para que sea visto por los vehículos que circulan en sentido contrario. Siempre hay que procurar retirar el vehículo inmediatamente de la vía. El trabajador deberá poseer el carné que sea necesario en función del vehículo que utiliza. 		
24.	Condiciones de iluminación. Fatiga visual por una iluminación deficiente en trabajos con pantallas.	LD	M	TO	<ul style="list-style-type: none"> La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación y unas relaciones adecuadas de luminancias entre la pantalla y su entorno, teniendo en cuenta el carácter del trabajo, las necesidades visuales del usuario y el tipo de pantalla utilizado. 	Técnico de PRL	Acción continuada



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
	Por exceso de iluminación				<ul style="list-style-type: none"> Los puestos de trabajo deberán instalarse de tal forma que las fuentes de luz, tales como ventanas y otras aberturas, los tabiques transparentes o translúcidos y los equipos o tabiques de color claro no provoquen deslumbramiento directo ni produzcan reflejos. Las ventanas deberán ir equipadas con un dispositivo de cobertura adecuado para atenuar la luz del día que ilumine el puesto de trabajo. 		
30.	Sobreesfuerzos por posturas forzadas. Utilización de PVD.	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> Regular el brillo y el contraste mediante los mandos situados en la propia pantalla para evitar los reflejos. Siempre que sea posible, colocar el puesto de trabajo paralelo a la fuente de iluminación, tanto natural como artificial. Así se evita que se produzcan reflejos en la pantalla por la reflexión de la luz que entra por detrás. También debe evitarse que las fuentes de luz estén situadas frente al puesto de trabajo (detrás de la pantalla del ordenador), ya que en caso contrario la luz puede incidir directamente en el campo de visión provocando deslumbramientos. Si se utilizan fuentes de iluminación individual complementaria, éstas no deberían ser usadas en las cercanías de la pantalla en el caso de que produzcan deslumbramiento directo o reflexiones molestas. Tampoco deben ser usadas en el caso de que produzcan desequilibrios que perturben al propio usuario o a los operadores del entorno. La pantalla se deberá ver libre de parpadeos. Para establecer si un usuario ve parpadear la imagen se puede seguir la siguiente metodología: ajustar el brillo al máximo. Escribir unas líneas completas. Dirigir la mirada hacia un lado de la pantalla de manera que, sin mirarla directamente, la vea por el rabllo del ojo. La imagen casi no debe parpadear. En caso de observar parpadeos, ajustar la imagen. Ajustar la altura del asiento de la silla y la inclinación y altura del respaldo, de tal manera que los brazos se apoyen sobre la mesa manteniendo los codos con un ángulo de 90º y las muñecas rectas en línea con el antebrazo, sobre el teclado. Así evitaremos sobrecargas y tensiones en hombros, muñecas y manos. Ajustar el apoyo lumbar del respaldo de tal modo que la espalda se apoye correctamente y se permita el libre movimiento de las caderas. Asimismo el asiento debe estar ligeramente inclinado hacia atrás (3º-5º). La silla se debe de ajustar de forma que toda la zona lumbar de la espalda quede recta y apoyada en el mismo con el fin de minimizar tensiones y sobrecargas de la espalda. <ul style="list-style-type: none"> En aquellos puestos de trabajo en los que el trabajo con ordenador es la tarea principal tanto la pantalla y el teclado del ordenador deben colocarse frente al 	Técnico de PRL Encargado Trabajador	Acción continuada

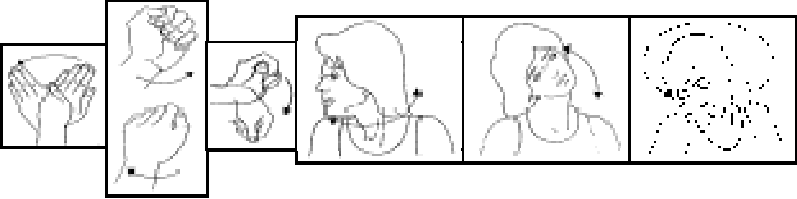
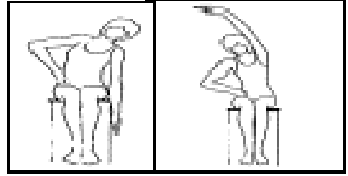


Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					trabajador, de forma que no se necesite realizar posturas forzadas del cuello, ni mantenga el cuello o la espalda girada para teclear y mirar la pantalla simultáneamente. El teclado deberá estar entre la pantalla y el usuario y en línea con ellos con el fin de mantener la espalda y el cuello rectos y sin torsiones. <ul style="list-style-type: none"> ○ En aquellos puestos de trabajo en los que se realizan varias tareas, el ordenador se puede colocar a un lado, pero asegurándose de que es posible manejarlo sin giros del tronco o del cuello (ángulo de giro inferior a 35°). ○ El borde superior de la pantalla debe coincidir con la altura de los ojos de la persona y, si se utilizan frecuentemente documentos impresos, se recomienda el uso de un portadocumentos colocado junto al monitor y a una altura similar para minimizar los giros y movimientos necesarios de la cabeza. ○ En caso de que la silla de que se dispone, cuenta con reposabrazos, deberá estar algo retrasados con respecto al borde del asiento para permitir acercarse a la mesa con comodidad. ○ Interesa que las piezas o herramientas que debe emplear el trabajador se encuentren dentro de su zona de alcance para evitar posturas inadecuadas de espalda y brazos. ○ Se recomienda distribuir los diferentes elementos sobre la mesa de trabajo en función de la frecuencia de uso. Así, los elementos que no se utilicen con asiduidad, como pueden ser las calculadoras o determinados libros, es preferible colocarlos en cajones o en estanterías, dejando espacio libre sobre la mesa. ○ Debajo de la mesa debe existir espacio libre para permitir el movimiento de las piernas del operario. Siempre que sea posible, es conveniente colocar los archivadores y las cajoneras fuera del perímetro de la mesa. ○ Es recomendable que exista un espacio libre delante del teclado de, al menos, 10 cm de profundidad para poder apoyar los brazos y las manos. ○ Es recomendable que exista un espacio libre delante del ratón de, al menos, 10 cm de profundidad para poder apoyar los brazos y las manos. ○ Los zurdos deben colocar el ratón la izquierda y cambiar la configuración de las teclas. ○ Para mantener los hombros y la muñeca en una postura relajada, los brazos deben poder descansar sobre la mesa. Si las manos del trabajador son pequeñas, y para permitir trabajar con la muñeca recta, se utilizará un reposamuñecas. La utilización del reposamuñecas es opcional, y solo se recomienda en el caso de que el usuario 		



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
					<p>tenga una muñeca delgada, ya que de otro modo al levantar la muñeca con la almohadilla, se provoca una postura forzada de la muñeca.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Utilizar reposapiés siempre que después de ajustar la silla a la mesa de trabajo, las piernas queden colgando. Las barras o listones utilizados como reposapiés no se consideran adecuados. ○ Es recomendable realizar en su mismo puesto de trabajo, unos sencillos ejercicios para evitar la aparición de dolores osteomusculares en muñecas, cuello y hombros, consistentes en la flexión, extensión y rotación de cuello y muñecas.   <ul style="list-style-type: none"> ○ Se deben evitar las posturas de trabajo fijas y estáticas llevando a cabo pausas cortas y frecuentes. Siempre que sea posible, las pausas deben hacerse lejos de la pantalla y deben permitir al trabajador relajar la vista (por ejemplo, mirando algunas escenas lejanas), cambiar de postura, dar algunos pasos, etc. • En aquellos casos en los que el trabajo realizado con pantallas de visualización conlleva una demanda visual importante o una utilización intensiva del teclado, durante los cambios de actividad se debe evitar la ejecución de aquellas cuyas demandas visuales o, en su caso, músculo-esqueléticas sean relevantes. Se recomienda alternar el trabajo ante pantallas con tareas de atención telefónica, archivo, realización de fotocopias, envío de fax, etc. 		



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.	Denominación del Puesto: Administrativo Trabajadores afectados: 1
--	---

CÓDIGO	Riesgo	S	P	T	Medidas	Responsable	Prioridad
32.	Sobreesfuerzos por manipulación de cargas. En el empleo de carros de transporte, carritos, etc.	D	B	TO	<ul style="list-style-type: none"> Evitar arrastrarlos, por la gran sobrecarga lumbar que ocasiona. Para trasladarlos es mejor empujar con los pies separados, uno adelantado, contrayendo activamente los abdominales y aprovechando el propio peso del cuerpo hacia delante, como fuerza adicional. 	Trabajador	Acción continuada
33.	Factores psicosociales. Carga mental, autonomía, contenido del trabajo.	D	M	M	<ul style="list-style-type: none"> Hacer pausas y cambios de tarea para evitar reducirla fatiga mental, permitir la recuperación después de trabajos físicos. Formación e información para el puesto previa incorporación al mismo 	Dirección Técnico de PRL	Acción continuada

2.7. MAPA DE RIESGOS

Documento que de forma resumida, muestra la identificación de riesgos y magnitud de los mismos, por puestos, áreas y equipos de trabajo.



Empresa: Ayuntamiento de Cabezón

Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.

PUESTO DE TRABAJO	CÓDIGO DE RIESGO																																
	SEGURIDAD															HIGIENE										ERGONOMÍA			FP				
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Peón de jardinería	M	TO	M			TO		TO	M	M	TO	M	T	M		M	TO	M		TO	M	T	T		TO	TO		TO	TO	M	TO	M	T
Administrativo	TO	TO	TO	TO			T		TO		T			TO										TO						M		TO	M

<ul style="list-style-type: none"> Caídas de personas a distinto nivel Caídas de personas al mismo nivel Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento Caídas de objetos por manipulación Caídas de objetos por desprendimiento Pisadas sobre objetos Choques contra objetos inmóviles Choques contra objetos móviles Golpes, cortes, abrasiones por objetos o herramientas Proyección de fragmentos y partículas Atrapamiento por o entre objetos Atrapamiento por vuelco de máquinas, tractores o vehículos Contactos térmicos Contactos eléctricos Explosiones 	<ul style="list-style-type: none"> Incendios Accidentes causados por seres vivos Atropellos o golpes con vehículos Ahogamientos Exposición a temperaturas ambientales extremas Exposición a sustancias nocivas o tóxicas Contacto con sustancias cáusticas o corrosivas Exposición a radiaciones Condiciones de iluminación Exposición a agentes químicos Exposición a agentes biológicos Deficiencias de ventilación Exposición al ruido Exposición a las vibraciones Sobreesfuerzo por posturas forzadas Sobreesfuerzo por movimientos repetitivos 	<ul style="list-style-type: none"> Sobreesfuerzos por manipulación de cargas Factores psicosociales <p>CONSECUENCIA DE LOS RIESGOS</p> <table border="1"> <tr><td>Riesgo trivial (T)</td></tr> <tr><td>Riesgo tolerable (TO)</td></tr> <tr><td>Riesgo moderado (MO)</td></tr> <tr><td>Riesgo importante (I)</td></tr> <tr><td>Riesgo intolerable (IN)</td></tr> </table>	Riesgo trivial (T)	Riesgo tolerable (TO)	Riesgo moderado (MO)	Riesgo importante (I)	Riesgo intolerable (IN)
Riesgo trivial (T)							
Riesgo tolerable (TO)							
Riesgo moderado (MO)							
Riesgo importante (I)							
Riesgo intolerable (IN)							



3. PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA

Con la identificación de los peligros y la Evaluación de los Riesgos inicial se determinan los controles los cuales son recogidos en una planificación de acciones. Los responsables de ejecución deben implantar las medidas que se establezcan y asegurar su eficacia.

3.1. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

El resultado de la Evaluación de Riesgos evidencia la necesidad de Equipos de Protección Individual en algunos puestos de trabajo.

La gestión de entrega y reposición se realiza mediante acuse de recibo.

El trabajador recibirá la información y formación adecuada de cada uno de los EPIs antes de su primera utilización.

Cuando alguno de los EPIs esté deteriorado deberá ser comunicado de inmediato a su superior.

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL														
Empresa: Ayuntamiento de Cabezón							Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.							
Puesto de trabajo	Calzado antideslizante	Calzado de seguridad	Guantes de protección cont. Biológ.	Guantes protec. contacto físico	Guantes protec. cont. eléctrico	Guantes protec. cont. térmico	Guantes protec. cont. químico	Mascarilla polvo	Mascarilla gases	Protecc. oídos	Gafas protec. proyecciones	Gafas protec. radiaciones	Casco	Arnés de seguridad
Peón de jardinería	O	O		O			O	R	TP	TP	O		TP	TP
Administrativo		TP											TP	

O: obligatorios, R: recomendados, TP: tiempo parcial



3.2. PLANIFICACIÓN PREVENTIVA ANUAL

PLANIFICACIÓN PREVENTIVA ANUAL					
Empresa: Ayuntamiento de Cabezón			Realizado por: SN Servicios Normativos, S.A.		
TIPO	ORÍGEN	ACTIVIDAD	RIESGO	RESPONSABLE	FECHA
Correctiva	ER	Cada vez que se produzca alguna modificación y/o adquisición de equipos de trabajo, la Empresa deberá comunicarlo a SN Servicios Normativos, S.A. para proceder a su evaluación de riesgos, así como a implantar las medidas preventivas que de dicha evaluación se deriven y que permitan un trabajo seguro.	Varios	Jefe de personal	Continua
Vigilancia de la salud	ER	Contrato con empresa acreditada del servicio de vigilancia de la salud de los trabajadores. La empresa deberá remitir al SN el informe sobre aptitud de los trabajadores.		Jefe de personal	Anual
Preventiva	ER	Mantener el orden y la limpieza en el centro de trabajo, evitando almacenar objetos en lugares de paso.	1,2	Encargado	16/09/2013
Preventiva	ER	Formación en riesgos del puesto (conceptos sobre caídas de personas al mismo y a distinto nivel, caídas de objetos en manipulación, pisadas sobre objetos, golpes, choques y cortes por objetos, proyección de fragmentos o partículas, contactos eléctricos, etc...)	Varios	Técnico de PRL	16/09/2013
Preventiva	ER	Suministrar calzado de seguridad	1,4,6,9	Encargado	01/07/2013
Preventiva	ER	Suministrar guantes anticorte	9,17	Encargado	01/07/2013
Preventiva	ER	Suministro de gafas de seguridad	10	Encargado	01/07/2013
Preventiva	ER	Suministro de protecciones auditivas	28	Encargado	01/07/2013
Preventiva	ER	La empresa deberá realizar la elaboración de un plan para la puesta en conformidad de todas aquellas máquinas que carecen del marcado CE.	Varios	Jefe de personal	16/09/2013
Preventiva	ER	Se deberá proceder a la correcta canalización del cableado del equipo eléctrico existente, así como a la continua vigilancia del	2,14	Técnico de PRL	16/09/2013



		orden y la limpieza en todas y cada una de las áreas del centro de trabajo			
Preventiva	ER	La empresa deberá solicitar al proveedor, las fichas seguridad de los productos químicos utilizados en el proceso productivo.	21,22,26	Jefe de personal	Continua
Preventiva	ER	Los equipos de trabajo, herramientas y distintos materiales se deberán ubicar en estanterías; no pudiéndose ubicar esparcidos por el suelo.	2,3	Encargado	16/09/2013
Preventiva	ER	La empresa debe proceder al correcto almacenamiento de todos los equipos de trabajo, herramientas, productos químicos, etc. Que se tienen que almacenar en estanterías (fijadas a las paredes), los objetos más pesados irán en las partes bajas de las estanterías y los de menor peso en la parte superior. Vigilar que en todo momento ningún objeto sobrepase el ancho de las baldas de las estanterías (puesto que ante cualquier golpe o choque éstos últimos se pueden caer al suelo). Por último se deberán hacer inspecciones periódicas a dichas estanterías para comprobar que su estabilidad y sujeción son las adecuadas. Sería recomendable que hubiera una placa en las estanterías que refleje la carga máxima permitida por dichas estructuras.	2,4	Técnico de PRL	15/07/2013
Preventiva	ER	Cuando los trabajadores realicen operaciones a alturas superiores a los dos metros se requiere el uso de arneses de seguridad convenientemente anclados.	1	Técnico de PRL	Continua
Formación Información	ER	Los trabajadores deberán ser formados e informados de los riesgos genéricos del centro de trabajo, de los inherentes a su puesto de trabajo y medidas preventivas, así como de la utilización de los medios de extinción de incendios de la empresa, manejo manual de cargas, riesgos eléctricos y de las formas de actuación frente a situaciones de emergencia.	Varios	Jefe de personal	01/07/2013
Inspección planeada	ER	Mantenimiento preventivo de las instalaciones, equipos y/o herramientas de trabajo utilizados por la Empresa, según instrucciones de fabricante y suministrador.	Varios	Encargado	Continua
Preventiva	ER	Adquirir medios auxiliares (carros) para que sean usados por los trabajadores siempre que sea conveniente, sobre todo para pesos superiores a 12 Kg. y recorridos que cubran distancias	32	Jefe de personal	16/09/2013



		largas.			
Vigilancia de la salud	ER	Realizar la vigilancia de la salud de los trabajadores expuestos de acuerdo a los protocolos médicos para la vigilancia de la salud, y los riesgos identificados en el apartado de "Evaluación del Riesgo".		Jefe de personal	Anual
Formación Información	ER	Reunión de Seguridad y Salud entre responsables de la Empresa, trabajadores y técnico de SN para coordinación y seguimiento de la integración de la actividad preventiva en la Empresa.		Jefe de personal	Periódico
Preventivo	ER	Cumplir el Código de Circulación de la DGT y llevar un correcto mantenimiento del vehículo.	12,18		Continua
Preventivo	ER	Se deberá dotar a los trabajadores de todos aquellos equipos de protección individual que necesiten y se mantendrá la continua reposición de los mismos en caso de desgaste o defecto en ellos. Ver relación de EPI´s por puestos de trabajo.	Varios	Jefe de personal	Continua
Preventivo	ER	Desechar convenientemente los materiales, equipos inservibles que se encuentren almacenados en el centro de trabajo siguiendo una adecuada gestión de residuos.	Varios	Encargado	Continua
Inspección planeada	ER	Se realizará una medición del ruido y vibraciones existentes en las diferentes áreas del centro de trabajo, así como del ruido soportado en los distintos puestos de trabajo, y se elaborará un informe con los resultados obtenidos y con las medidas preventivas a adoptar, en caso de ser necesario.	28,29	Técnico de PRL	06/01/2014

ORIGEN DE LA MEDIDA PREVENTIVA

Accidente de trabajo/Enfermedad profesional	AT/EP
Inspección de trabajo	IT
Observación del representante de los trabajadores	RT
Auditoría externa	AE
Auditoría interna	AI
Evaluación de riesgos	ER



4. BIBLIOGRAFÍA

- Documentación aportada por SN Servicios Normativos, S.A.
- Guía de Evaluación de Riesgos Laborales de Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el trabajo.
- **LEY 31/1995**, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- **REAL DECRETO 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. Directiva 89/655/CE de equipos de trabajo.
 - **REAL DECRETO 2177/2004**, de 12 de noviembre, por el que se modifica el Real Decreto 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, en materia de trabajos temporales en altura.
- **REAL DECRETO 487/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores. Directiva 90/269/CE de riesgos dorsolumbares.
- **REAL DECRETO 488/1997**, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.
- **REAL DECRETO 773/1997**, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual. Directiva 89/656/CE de EPIS.
- **REAL DECRETO 330/2009**, de 13 de marzo, por el que se modifica el REAL DECRETO 1311/2005, de 4 de noviembre, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la exposición a vibraciones mecánicas. Directiva 2002/44/CE sobre protección frente a riesgos físicos (vibraciones).
- **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. Directiva 2003/10/CE sobre protección frente a riesgos físicos (ruido).
- **REAL DECRETO 614/2001**, de 8 de junio, sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico.
- **REAL DECRETO 363/1995**, de 10 de marzo por el que se aprueba el Reglamento sobre notificación de sustancias nuevas y clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas.