



Universidad de Valladolid
Campus de Palencia
Facultad de Ciencias del Trabajo
Grado en Relaciones Laborales y
Recursos Humanos

Evaluación Inicial de Riesgos
Laborales en Oficina de Empleo de
Coslada

Presentado por:

María José Montoro López

Tutelado por:

José Antonio Orejas Casas

Palencia, 29 de junio de 2020

ÍNDICE

1. DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA Y ACTIVIDAD DE LA EMPRESA	
1.1 INTRODUCCIÓN.....	2
1.2 DATOS DEL CENTRO, DESCRIPCIÓN Y ACTIVIDAD.....	3
1.2.1 DATOS IDENTIFICATIVOS DEL CENTRO.....	3
1.2.2 DESCRIPCION Y ACTIVIDAD.....	5
2. DESCRIPCIÓN DE LOS PUESTOS DE TRABAJO.	
2.1 ORGANIGRAMA.....	7
2.2 IDENTIFICACION DE LOS PUESTOS.....	7
2.3 DESCRIPCIÓN DE LOS PUESTOS.....	8
3. METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS DE LOS PUESTOS.	
3.1 METODOLOGÍA.....	9
4. EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIDAS PREVENTIVAS DE LOS PUESTOS DE OFICINA.	
4.1 AMBITO Y OBJETO DE APLICACIÓN	14
4.2 PUESTOS DE TRABAJO.....	14
5. INFORME DE MEDIDAS DE EMERGENCIA.	
5.1 OBJETO DEL INFORME.....	33
5.2 ANÁLISIS Y PROCEDIMIENTO DE MEDIDAS DE EMERGENCIA.....	34
6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	36
7. BIBLIOGRAFIA.....	38

1. DESCRIPCION Y ACTIVIDAD DE LA EMPRESA

1.1.- INTRODUCCION

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales de 8 de Noviembre, la Ley 54/ 2003, de 12 de diciembre de la Reforma del marco normativo de Prevención de Riesgos Laborales, así como las demás disposiciones que la desarrollan o complementan, tanto legales como convencionales, en especial el Real Decreto 39/1997 de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, (modificado por el RD 780/1998 de 30 de abril) son las fuentes más importantes en materia de Prevención de Riesgos Laborales.

Esta evaluación inicial de riesgos se realiza atendiendo a las exigencias del artículo 16 apartado 2, letra a) de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales que establece la obligatoriedad por parte del empresario de planificar la acción preventiva, **a partir de una evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores** y del Art. 23.1 de la citada Ley que regula la obligación por parte del empresario de conservar, a disposición de la autoridad laboral, la documentación relativa a la evaluación de los riesgos laborales y planificación de la acción preventiva.

Por su importancia en la correcta gestión de la prevención, el RD 39/1997 de RSP, obliga al empresario a realizar una evaluación de riesgos, en concreto, en su artículo 3, define la evaluación de riesgos, como el proceso dirigido a estimar la magnitud de aquellos riesgos **QUE NO HAYAN PODIDO EVITARSE**, obteniendo la información necesaria para que el empresario esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la necesidad de adoptar medidas preventivas y, en tal caso, sobre el tipo de medidas que deben adoptarse.

Por otra parte, el artículo 15 de la LPRL, incluye la evaluación de riesgos como uno de los “principios de la acción preventiva” y establece como principios generales el evitar los riesgos, el evaluar los riesgos que no se puedan evitar, combatir los riesgos en su origen.....

Es por lo tanto preciso **EVALUAR** los riesgos. La evaluación es totalmente necesaria para la prevención, porque de ella dependen en gran medida las acciones preventivas y correctoras.

En definitiva, la evaluación de riesgos es un proceso dirigido a estimar los riesgos que no han podido evitarse para adoptar las medidas preventivas adecuadas.

1.2. DATOS DEL CENTRO, DESCRIPCION Y ACTIVIDAD.

1.2.1 DATOS IDENTIFICATIVOS DEL CENTRO

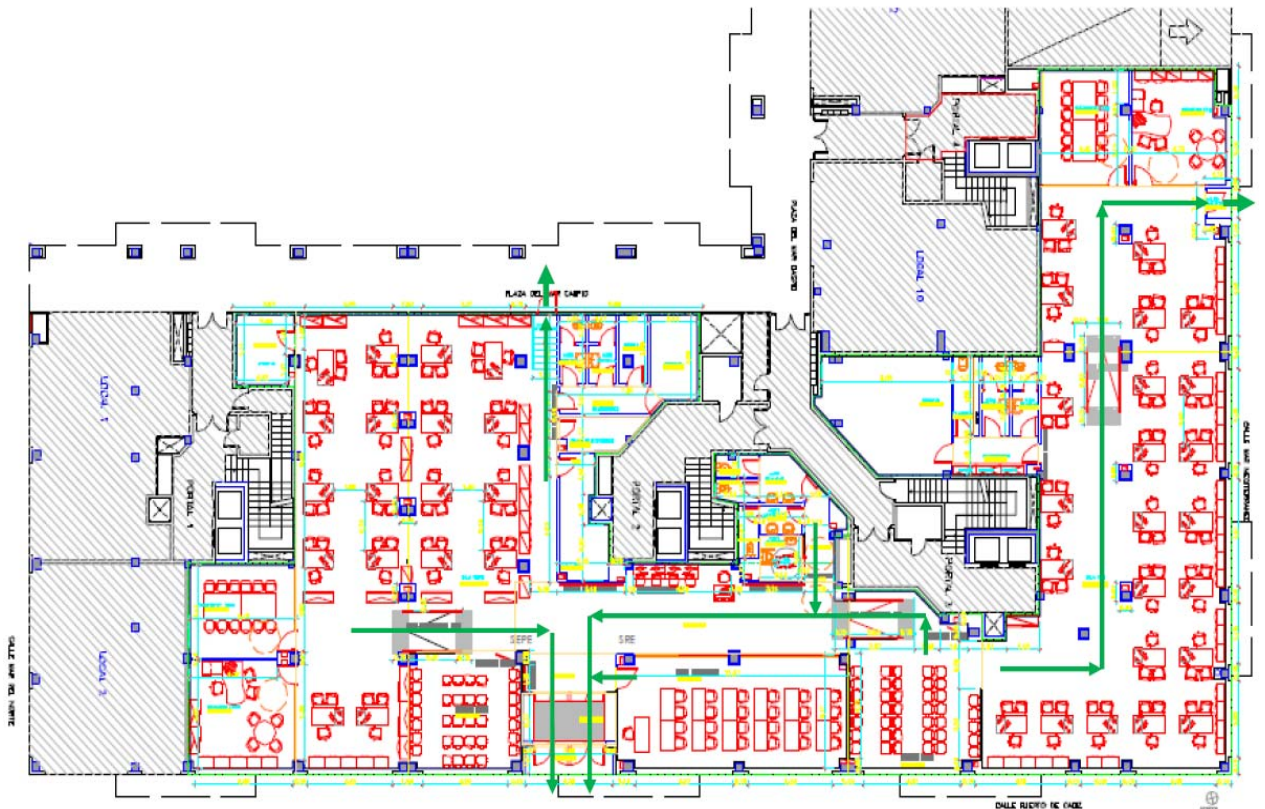
DATOS IDENTIFICATIVOS DEL CENTRO	
Denominación:	CONSEJERIA ECONOMIA, EMPLEO Y COMPETITIVIDAD. SERVICIO PUBLICO DE EMPLEO DE LA C.A.M.
Domicilio social:	CL PUERTO DE CADIZ S/n. COSLADA
SUPERFICIE:	928 mts aproximadamente
Total Trabajadores:	16
Planos del Centro e Instalaciones:	Se adjuntan los planos que han sido cedidos por la Dirección del centro.



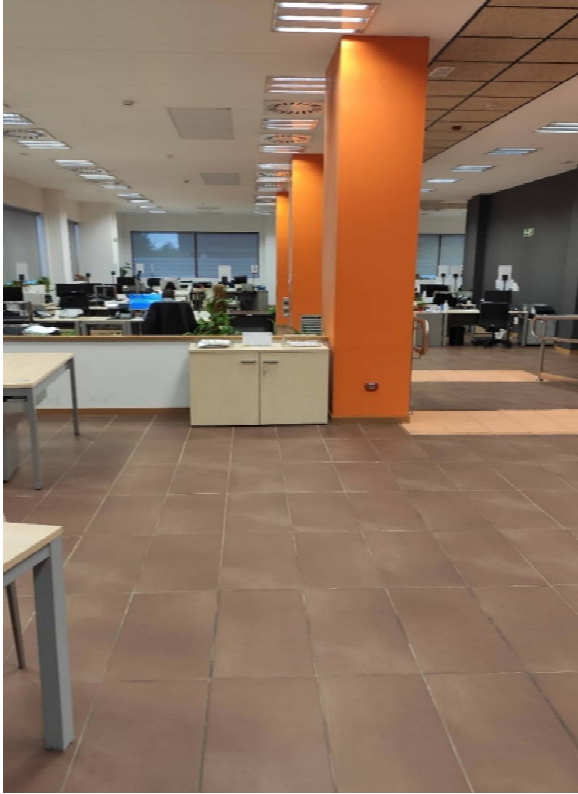
Oficina de Empleo de Coslada.

Foto extraída de la página web de Empleo de la Comunidad de Madrid.

PLANOS OFICINA EMPLEO COSLADA



Fotografía cedida por la dirección del Centro



Fuente: Propia

1.2.2 DESCRIPCION Y ACTIVIDAD

La Oficina de Empleo del Servicio Público de Empleo de la Comunidad de Madrid, localidad de Coslada, al igual que las otras 41 oficinas de la Comunidad de Madrid, tiene como actividad, por poner algunos ejemplos:

- Inscripción de los demandantes de Empleo para posteriormente poder cobrar la prestación por desempleo (que lo realiza el SEPE)
- Registro de contratos laborales.
- Orientación a los demandantes que lo necesiten. Se dan talleres de formación (Talleres de CV, como afrontar una entrevista de trabajo, como manejar la página de la Comunidad de Madrid para encontrar ofertas de empleo.....)
- Intermediación laboral. Pone en contacto a las empresas con los demandantes de empleo....

La Oficina de Empleo de Coslada está ubicada en la planta baja de un local. En él se encuentran dos organismos, la Oficina de Empleo perteneciente a la Comunidad de Madrid, y el SEPE (Servicio Público de Empleo Estatal) y por tanto, comparten las dependencias los Funcionarios de la Comunidad de Madrid y los Funcionarios del Estado.

Existe otro personal ajeno a los dos anteriores, como son el personal de limpieza y el personal de vigilancia. Ambos pertenecientes a empresas privadas.

El local es una sala diáfana y cuenta con otras dependencias, entre ellas, el despacho del director, una sala de reuniones, sala de formación, sala de espera, aseos privados y públicos , un pequeño almacén que hace función de archivador y un pequeño cuartito que es la sala del material de limpieza.

El centro tiene dos puertas de salida de emergencia y una puerta de acceso principal.

La zona del SEPE se distribuye también en una sala diáfana, cuentan con sala de reuniones, sala de espera, aseos y un cuarto de distribución eléctrica.

La presente Evaluación de Riesgos se centra y evalúa los puestos pertenecientes a la Oficina de Empleo del Servicio Público de la Comunidad de Madrid, de la localidad de Coslada. No evaluamos los puestos del SEPE.

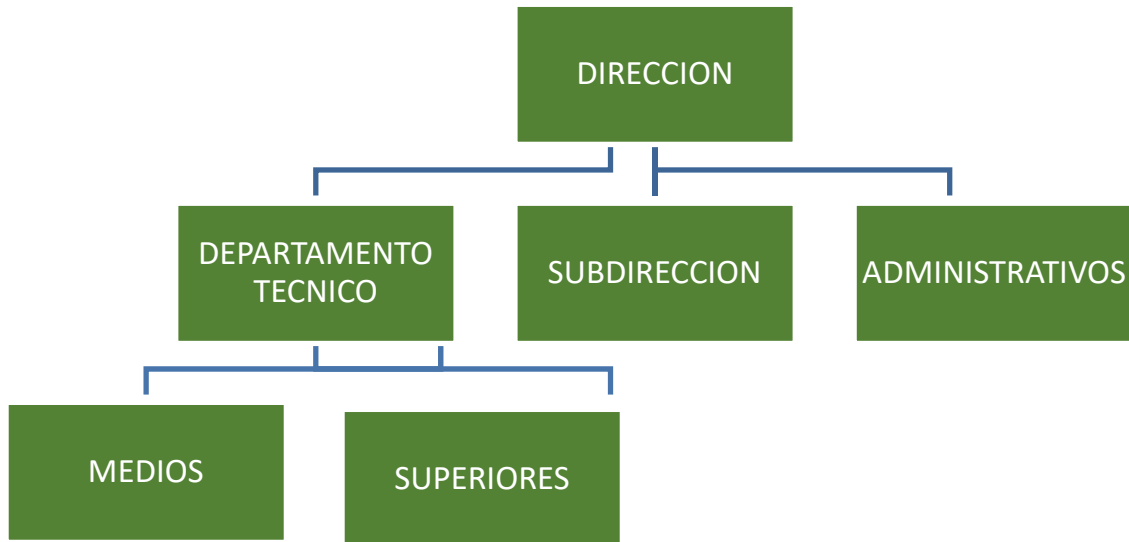
Las instalaciones que tiene el centro son las siguientes:

- Instalación eléctrica
- Instalación Climatización.
- Instalación contra incendios. Extintores, detector de alarma....
- Alumbrado de emergencia.

Los productos químicos que existen en la oficina, son los que corresponden al personal de limpieza. Estos productos se encuentran en un pequeña habitación que les sirve de almacén. Entre estos productos, podemos citar, lejía, amoníaco, disolventes....

2. DESCRIPCIÓN DE LOS PUESTOS DE TRABAJO

2.1 ORGANIGRAMA



2.2 IDENTIFICACION DE PUESTOS

<u>PUESTO DE TRABAJO</u>	<u>TRABAJADORES</u>
Director	1
Subdirector	1
Técnico Superior de Empleo	3
Técnico Medio de Empleo	7
Administrativos	4

2.3 DESCRIPCION DE LOS PUESTOS.

- **Puestos de dirección y subdirección**

-El trabajador que presta sus servicios en el puesto de dirección, está encargado de dirigir, coordinar y controlar todos los departamentos.

-Tiene funciones de atención al público y salidas exteriores.

-Instalaciones y útiles:

El despacho donde presta sus servicios cuenta con mobiliario estable, una mesa y silla ergonómica regulable en altura e inclinación adecuada según determina el RD 488/97 en el anexo sobre disposiciones mínimas de los equipos que incluyen pantallas de visualización.

La ventilación es natural por apertura de ventanas. Disfruta de aire acondicionado y calefacción por aparatos autónomos.

La iluminación es suficiente.

El nivel de ruido creemos que está por debajo de 55 dba.

- **La subdirectora**

- Apoya a la dirección en sus funciones cuando este no se encuentra. Asimismo presta funciones de atención al público.

- **Puestos de departamento técnico** sobre todo presta funciones de:

-Técnicos medios

-Atención al público (Empresas y demandantes de empleo)

-Talleres grupales en la sala de Formación.

-Atención a usuarios de VVG (violencia de género)

-Seguimiento de los perceptores de RAI (Renta Activa de Inserción)

-Técnicos superiores

-Visitas exteriores

-Funciones de prospección empresarial.

- **Puestos de Administrativos**

- Atención al público.

- Inscripciones de demandantes de empleo.

Todos tienen una jornada laboral de 7.30 horas de lunes a viernes y todos trabajan toda la jornada con PVD (Pantallas Visualización de Datos), fax, impresoras, destructoras de papel.....

3. METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN DE RIESGOS DE LOS PUESTOS

3.1 METODOLOGÍA

El procedimiento que seguiremos para hacer la evaluación de los puestos de trabajo, será teniendo en cuenta la información obtenida del propio centro de trabajo, en este caso, de la dirección y de los trabajadores. (artículo 5.1, párrafo 2º del RD 39/1997 del Reglamento de los Servicios de Prevención)

La evaluación incluirá la realización de mediciones, análisis, ensayos, todo ello si fuera necesario, ya que habrá actividades o procesos en los que la apreciación personal puede permitir llegar a una conclusión sin necesidad de recurrir a ellos.

Para llevar a cabo esta evaluación se aplicará la metodología del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) sobre evaluación de riesgos laborales.

Este método, una vez **identificado el factor de riesgo**, se procede a la **estimación del riesgo** teniendo en cuenta la **potencial severidad** del daño y la **probabilidad de que ocurra el hecho**.

Las Etapas del proceso general de evaluación que seguiremos, serán las siguientes:

Clasificación de las actividades de trabajo: Podemos obtener información, entre otros, tareas a realizar, lugares, quién realiza el trabajo, formación, herramientas o útiles utilizados, instrucciones del fabricante, sustancias y productos utilizados, medidas de control existentes.....

Identificación de peligros: Podemos preguntarnos, Existe fuente de daño?, Quién puede ser dañado?, cómo puede dañarse? y podemos desarrollar una lista de preguntas, entre ellas: caídas mismo nivel, distinto nivel, cortes, peligros en manejo manual de cargas , trastornos musculoesqueléticos, sustancias que puedan inhalarse, que puedan dañar los ojos, que puedan causar daño a la piel.....

Estimación del riesgo:

1. Severidad del daño:

- Ligeramente dañino (Por ejemplo daños superficiales, cortes, magulladuras, discomfort.....)
- Dañino (Por ejemplo laceraciones, quemaduras, fracturas menores, sordera, asma, dermatitis.....)
- Extremadamente dañino (Por ejemplo Amputaciones, intoxicaciones, lesiones fatales, cáncer.....)

2. Probabilidad de que ocurra el daño:

- Alta. El riesgo ocurre siempre o casi siempre
- Media. Ocurre en algunas ocasiones
- Baja. Ocurre raras veces

A la hora de establecer la probabilidad tendremos también en cuenta otros factores, entre ellos, por ejemplo, si existen trabajadores especialmente sensibles, la frecuencia de la exposición, protección suministrada por los EPI y tiempos de utilización.

Lo vemos en el siguiente cuadro:

La estimación de los riesgos se efectúa a partir de la siguiente tabla

		Niveles de riesgo		
		Consecuencias		
		Ligeramente Dañino LD	Dañino D	Extremadamente Dañino ED
Probabilidad	Baja B	Riesgos trivial T	Riesgo tolerable TO	Riesgo moderado MO
	Media M	Riesgo tolerable TO	Riesgo moderado MO	Riesgo Importante I
	Alta A	Riesgo moderado MO	Riesgo Importante I	Riesgo intolerable IN

Fuente del INSHT

Los niveles de riesgos indicados en la tabla anterior, son la base para decidir si se hay que mejorar los controles existentes o implantar unos nuevos.

Valoración del riesgo.

- Riesgo Trivial. No requiere acción específica.
- Tolerable: No requiere mejorar acción preventiva pero sí mejoras.
- Moderado. Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo. Deben implantarse en un periodo determinado.
- Importante. No debe empezarse el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo.
- Intolerable. No debe empezar ni continuar hasta que se reduzca el riesgo. Si con medidas no es posible reducir el riesgo. Se prohibirá el trabajo.

La siguiente tabla muestra un criterio como punto de partida para la toma de decisión. También nos indica los esfuerzos precisos para el control de los riesgos y la urgencia con la que deben adoptarse las medidas de control que deberán ser proporcionales al riesgo.

Lo vemos en el siguiente cuadro:

Riesgo	Acción y temporización
Trivial (T)	No se requiere acción específica. La condición de trabajo analizada cumple con los requisitos esenciales contemplados en el criterio de referencia utilizado.
Tolerable (TO)	No se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se deben considerar soluciones más rentables o mejoras que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medidas de control.
Moderado (M)	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un período determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencias extremadamente dañinas, se precisará una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.
Importante (I)	No debe comenzarse el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo. Puede que se precisen recursos considerables para controlar el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a un trabajo que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de los riesgos moderados.
Intolerable (IN)	No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recursos ilimitados, debe prohibirse el trabajo.

Fuente del INSHT

Pendiente de Evaluar	de En aquellos casos donde no se disponga de información suficiente o se requiera efectuar un estudio específico de la condición evaluada, se indicará esta calificación y programará como medida propuesta la actuación a desarrollar. El nivel de prioridad dependerá del tipo de estudio a efectuar. En principio se utilizarán procedimientos del INSHT, cuando existan.
----------------------	--

Preparar un plan de control de riesgos.

El resultado de la evaluación tiene que servir para mantener o mejorar los controles de los riesgos.

Los métodos de control deben de seguirse teniendo en cuenta:

- Combatir los riesgos en su origen
- Adaptar el trabajo a la persona
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo que no lo es
- Anteponer protección colectiva a la individual.
- Dar debidas instrucciones a los trabajadores

Revisar el plan.

En definitiva, la evaluación de riesgos debe ser un proceso continuo. Las medidas de control deben estar sujetas a revisión continua y modificarse si es preciso. Si cambian las condiciones de trabajo y con ello los riesgos, habrá que revisar la evaluación de riesgos.

Finalmente la evaluación de riesgos tiene que estar documentada, debiendo reflejar, los siguientes datos:

- Identificación de puesto de trabajo.
- El riesgo o riesgos existentes.
- La relación de trabajadores afectados.
- Resultado de la evaluación y las medidas preventivas procedentes.
- Referencia a los criterios y procedimientos de evaluación y de los métodos de medición, análisis o ensayo utilizados, si procediera.

4. EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIDAS PREVENTIVAS DE LOS PUESTOS DE OFICINA.

4.1. ÁMBITO Y OBJETO DE APLICACIÓN

Como ya hemos visto anteriormente, hay innumerables artículos de la Ley que establece la obligatoriedad por parte del “empresario” de realizar una evaluación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores. Para aquellos riesgos que no se hayan podido evitar, se tendrán que tomar las medidas preventivas adecuadas para minimizar dichos riesgos. Vemos que esta obligación se encuentra por ejemplo el artículo 16. 2 a) de la Ley 31/1995 de noviembre, en el artículo 3 del RD 39/1997, en el artículo 15 de la LPRL.

El artículo 5.1 del RD 39/1997 del Reglamento de los Servicios de Prevención establece: “A partir de la información obtenida sobre la organización, características y complejidad del trabajo, sobre las materias primas y los equipos de trabajo existentes en la empresa y sobre el estado de salud de los trabajadores, se procederá a la determinación de los elementos peligrosos y a la identificación de los trabajadores expuestos a los mismos, valorando a continuación el riesgo existente en función de criterios objetivos de valoración, según los conocimientos técnicos existentes, o consensuados con los trabajadores, de manera que se pueda llegar a una conclusión sobre la necesidad de evitar o de controlar y de reducir el riesgo “

4.2 PUESTOS DE TRABAJO.

DIRECTOR, SUBDIRECTOR, TECNICOS SUPERIORES DE EMPLEO, TECNICOS MEDIOS, ADMINISTRATIVOS.

Se recogen todos los puestos agrupados por ser todos usuarios de PVD (pantallas de visualización de datos), si hubiera algún puesto en concreto con algún riesgo en particular, quedará reflejado en “**Afecta a**”

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
CAIDA DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	MEDIA	LIGERAMENTE DAÑINO	TOLERABLE
CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	BAJA	DAÑINO	MODERADO
CONDICION PELIGROSA			
<ul style="list-style-type: none"> - Suelos sucios resbaladizos. -Tropiezos y resbalones -Orden y limpieza deficientes. -Presencia de cables en el espacio de trabajo. -Uso inadecuado de escaleras manuales para subir a coger archivadores en el almacén. 			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<ul style="list-style-type: none"> -Los suelos deberán estar libres de protuberancias, estables y no resbaladizos. -Se debe mantener un buen estado de orden y limpieza. -Mantener las zonas de paso libres de obstáculos, para que se puedan usar sin dificultad en todo momento. Se pueden hacer pasar los cables junto a la pared mediante rozas o canaletas, canaletas fijas para cubrir aquellos cables que estén en las zonas de paso, cambiar las tomas de corriente o cambiar la disposición del mobiliario. -Limpieza diaria de las zonas de trabajo. -Iluminación suficiente -La escalera debe estar en superficies lisas, estables y fijas. -El trabajo en escalera se hace de frente a la pared. -Nunca se debe colocar un pie en cada lado de la escalera. -Nunca se utilizará el último peldaño para trabajar. -Se revisarán periódicamente las escaleras. -No intentar coger objetos que estén lejos de las escaleras -El ascenso y descenso siempre será seguro. 			




RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
PISADAS SOBRE OBJETOS	MEDIO	DAÑINO	MODERADO
CONDICION PELIGROSA			
Por pisar cables, o regletas, material de oficina o cualquier objeto que haya caído al suelo.			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<p>-Orden y limpieza en general.</p> <p>-En la medida de lo posible, las regletas de protección de cables de los equipos informáticos y del teléfono, no deben transcurrir por los pasillos.</p> <p>-Se recomienda revisiones de seguridad para detectar posibles defectos por desgaste o deterioro, sobre todo puestos de atención al público.</p> <p>-Hay que evitar que un cambio de diseño del puesto provoque la presencia de cables de ordenador y teléfono atravesando las zonas de paso o la zona de trabajo. Hay que recordar a los trabajadores que lo eviten y pedir a mantenimiento la sujeción de estos cables o regletas.</p> <p>El puesto de trabajo de la mesa 16 tiene bastantes cables en el suelo. Se recomienda llamar a mantenimiento para que intenten poner recoge cables.</p>			

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
-GOLPES Y CORTES CONTRA OBJETOS INMOVILES O HERRAMIENTAS.	MEDIA	LIGERAMENTE DAÑINO	TOLERABLE
CONDICION PELIGROSA			
<p>-Falta de espacio para transitar y del entorno de trabajo.</p> <p>-Golpes con fotocopiadoras, con mesa de trabajo, cajoneras...</p> <p>-Útiles de oficina. Tijeras, cúter, grapadoras, cortes con folios.....</p>			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<p>-El espacio en la mesa de trabajo debe ser el suficiente para que el trabajador pueda realizar su tarea en una posición cómoda, confortable y no se de golpes contra ellos. Hay que dejar al menos 1.15 m libres detrás de la mesa. Debe de tener espacio suficiente para permitir acceso a su puesto de trabajo sin dificultad, así como para que pueda sentarse y levantarse con facilidad. Si no fuera así, se recomienda reubicar el mobiliario.</p> <p>-Los equipos deben ser adecuados a las tareas que realizan.</p> <p>-Los trabajadores tienen que estar dotados de mobiliario necesario para desempeñar sus tareas, mesa, cajonera auxiliar.</p>			
<p>El diagrama muestra un escritorio con las siguientes especificaciones de espacio y dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Longitud: $\geq 1.60\text{m}$ anchura: $\geq 1.20\text{m}$ Espacio lateral (derecha e izquierda): $\geq 0.80\text{m}$ Espacio posterior: $\geq 1.15\text{m}$ Una zona de 2m^2 está reservada para una silla. 			
Fuente: INSHT			

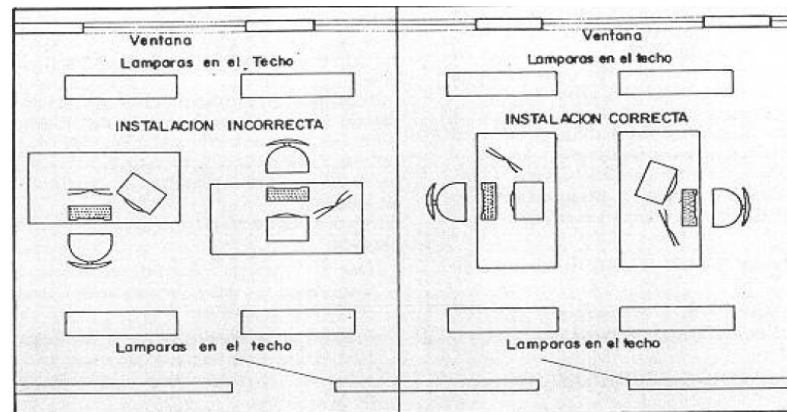
- Mantener atención y evitar distracciones en el trabajo que se está realizando
- Marcar las zonas donde exista peligro de golpes.
- Aunque los equipos de trabajo empleados son de uso sencillo (impresoras, equipos informáticos.....), se recomienda disponer de la documentación (manual de instrucciones y mantenimiento) proporcionado por el fabricante.
- Las máquinas, en este caso las fotocopadoras, tienen que tener las revisiones periódicas que les correspondan para detectar posibles defectos por desgaste o deterioro. (Nos informan los trabajadores que viene un técnico cada 3 meses para hacer las revisiones pertinentes)

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
-CAIDA DE OBJETOS POR DESPLOME O DESPRENDIDOS. -CAIDA DE OBJETOS EN MANIPULACION	BAJA	DAÑINO	TOLERABLE
CONDICION PELIGROSA			
-Almacén de material de oficina. -Archivo de documentación.			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
-La distribución de las cargas en las estanterías permite tener controlado el riesgo de caída de objetos, se recomienda anclar y arriostrar todas las estanterías en las zonas de almacenamiento para minimizar los riesgos de caídas. Se recomienda mantener las siguientes medidas de mantenimiento periódico: -Realizar revisiones periódicas de los armarios y estanterías y retirar lo obsoleto y fuera de uso. La documentación obsoleta o fuera de uso, se deberá retirar y llamar pasa que la lleven al archivo central. -Al almacenar en las estanterías: -Evitar que la carga sobresalga de la superficie.			

- No sobrecargar los estantes. Reemplazar los estantes que se encuentren doblados o deteriorados.
- Almacenar en los estantes inferiores los objetos más pesados para asegurar la estabilidad de la estantería y facilitar su manipulación y transporte.
- Se recomienda dejar el ancho de 80 cm en los pasillos entre estanterías, expeditos y libres de obstáculos.
- Se recomienda hacer revisiones que faciliten la detención de posibles defectos por desgaste o deterioro.

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
MANIPULACIÓN DE CARGAS	BAJA	LIGERAMENTE DAÑIÑO	TRIVIAL
CONDICION PELIGROSA			
-Transporte de archivadores al almacén.			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
-No llevar cargas superiores a 25 kg. Si los trabajadores son mujeres (la plantilla está fundamentalmente formada por mujeres, solo el director es hombre) no se debe manejar cargas superiores a 15 kg.			
			
Espalda recta Y esfuerzo con Las piernas.	Mantener la carga cerca del cuerpo.	No girar el cuerpo ni adoptar posturas forzadas.	

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
-FATIGA VISUAL -FATIGA FISICA (TRASTORNOS MUSCULOESQUELETICOS)	ALTA	LIGERAMENTE DAÑINO	MODERADO
CONDICION PELIGROSA			
<p>-Trabajar muchas horas con PVD (Pantallas de visualización de datos), provoca:</p> <ul style="list-style-type: none"> -<u>Fatiga visual</u>, por ejemplo por los reflejos sobre los elementos, cambios de acomodación del ojo, la iluminación inadecuada..... -<u>Fatiga física</u> (trastornos musculo-esqueléticos9): por posturas incorrectas, movimientos repetitivos, el equipo de trabajo inadecuado..... 			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<p><u>-Reflejos y deslumbramientos</u></p> <p>-Los reflejos en la pantalla pueden obligar a forzar la postura y a la larga producen cansancio visual.</p> <p>Hay que evitar colocar la pantalla delante o detrás de una fuente de luz natural, siempre es preferible colocarla en posición perpendicular.</p> <p>Las fuentes de luz natural deberán contar con persianas, cortinas o similar para poder reducir la entrada de luz. Las fuentes de luz artificial deberán poseer difusores de lámina o rejillas e ir alineadas paralelamente a las ventanas.</p> <p>Se puede regular el giro e inclinación de la pantalla para minimizar los reflejos.</p>			



Fuente. INSHT

Afecta a:

-Hay puestos de trabajo, en concreto el n. 4 , el n. 5 y el n. 6 que están situados detrás de las ventanas y por tanto sufren de deslumbramientos y reflejos. Se recomienda reubicar esos puestos de trabajo de forma perpendicular a la ventana.

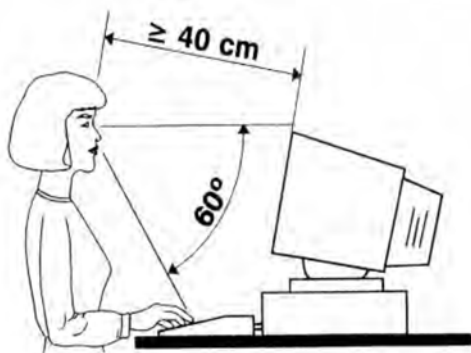
-Hay que revisar el estado de los estores ya que hay trabajadores que se quejan de que no atenúan la luz del día y es molesto. Se pueden sustituir los estores por otros más efectivos.

EL EQUIPO:

-La Pantalla.

“Tiene que estar a una distancia superior a 40 cm respecto a los ojos del usuario y a una altura que pueda visualizarse dentro del espacio entre la visión horizontal y la trazada a 60 grados bajo la horizontal”

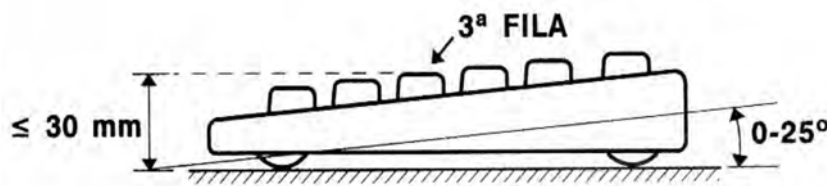
La pantalla tendrá una inclinación orientable para conseguir la posición adecuada y evitar reflejos molestos, si no es así, se puede poner un pedestal independiente.



-Fuente. INSH

-El teclado

Debe ser inclinable e independiente de la pantalla para poder reubicarlo según los cambios de postura del trabajador. Tiene que tener espacio suficiente para que el trabajador pueda tener una postura cómoda y que no haya cansancio en brazos o manos. Las teclas tienen que ser legibles desde la posición de trabajo. Una buena opción es un teclado inalámbrico.



Fuente INSHT

-El reposamuñecas

Persigue la reducción de la carga estática de los miembros superiores. Favorece la alineación correcta de la muñeca mientras se trabaja. Se recomienda su uso porque evita flexionar las manos hacia arriba, abajo o los lados y estos movimientos pueden provocar incomodidad, cansancio u otras patologías. La superficie debe coincidir con la altura del teclado y su profundidad entre 5 y 10 cm.

-El ratón

Debe adaptarse a la curva de la mano, tiene que tener una superficie lisa para que se deslice fácilmente. Se utilizará tan cerca del teclado como sea posible.

Debe permitir el apoyo de parte de los dedos, mano o muñeca en la mesa de trabajo. Se mantendrá la muñeca recta. El manejo del ratón será adecuado a diestros y zurdos.

Se recomienda utilizar ratones inalámbricos.

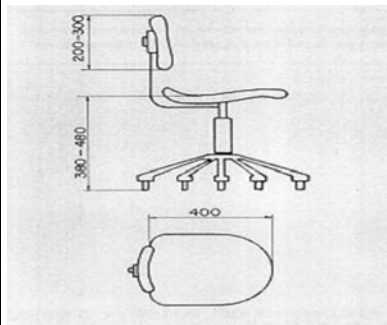
-La silla

La silla será ergonómica. El respaldo debe ser reclinable y su altura ajustable. Tendrá una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar. Se debe usar de vez en cuando el mecanismo que permite inclinar el respaldo hacia atrás para relajar la tensión de la espalda.

El asiento será estable. La altura del mismo será regulable en altura.

Se recomienda la utilización de sillas dotadas de 5 apoyos para el suelo y ruedas. Estas últimas deben tener resistencia y evitar desplazamientos involuntarios. Se recomienda apoyabrazos, ya que facilitan el cambio de postura y reducen la carga muscular de la zona cuello-hombro. Es recomendable que sean ajustables en altura. También son útiles los apoyabrazos abatibles si se alternan tareas de ordenador con otras.

Hay que acercar la silla a la mesa de trabajo para no inclinar el tronco hacia delante. Las sillas deben ir provistas de un manual de instrucciones.



Fuente. INSHT



Fuente. Propia

-Reposapiés

Los pies deben descansar en el suelo y debe haber espacio suficiente entre las rodillas y la mesa. Si por la estatura del trabajador o por no poder regular los elementos del puesto, si el trabajador debe realizar su tarea sin que sus pies se apoyen bien en el suelo debe solicitar un reposapiés. Si no, la falta de apoyo provocará presión en la cara interna de la rodilla y se dificultará la circulación.

El reposapiés, ha de tener las siguientes características:

-Inclinación regulable entre 0° y 15° sobre el plano horizontal.

- Anchura mínima de 45 cm.
- Profundidad mínima de 35 cm.
- Superficie antideslizante.

Vemos como varios puestos de la oficina tienen reposapiés.

- Todos los puestos de la oficina cuentan con elementos ergonómicos (sillas, pantallas, teclados, ratones.....)



Fuente. Propia

En definitiva, evitar posturas forzadas, giros de cuello, giros de tronco, para que no aparezca sobrecarga física, realizando pausas frecuentes y cortas.

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
FACTORES PSICOSOCIALES	ALTA	LIGERAMENTE DAÑINO	MODERADO
CONDICION PELIGROSA			
<ul style="list-style-type: none"> - Falta de autonomía y responsabilidad por parte del trabajador con respecto a su trabajo. -Monotonía y repetitividad del trabajo. -Carga de trabajo. Presiones de tiempos. Esfuerzos de atención. Cantidad y dificultad de la tarea. -Relaciones y apoyo social. Falta de participación en las decisiones. Relaciones entre compañeros, existencia de conflictos, apoyo de superiores. -Desempeño de rol. Ambigüedad de rol. Conflicto de rol. -Interés por el trabajo. Compensación. Formación. -Violencia externa. 			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<ul style="list-style-type: none"> -Que tengan autonomía para poder planificar su trabajo, sus pausas y sus procedimientos de trabajo. -Que las demandas del trabajo se correspondan con sus capacidades, que los trabajadores puedan participar de las decisiones de su trabajo. -Ritmo de trabajo adecuado. -Volumen no excesivo. -Definir con claridad los roles. Que la persona que desempeña un trabajo, sepa que se espera de ella. -Fomentar la promoción profesional. -Intentar evitar el exceso de responsabilidad. -Establecer sistemas con pautas claras de gestión temprana para resolución de conflictos. Adquirir competencias para identificar y manejar los conflictos mediante formación continua. 			

- Promover la presencia de procedimientos de atención a las posibles sugerencias y quejas de los trabajadores, por ejemplo por un buzón de sugerencias.
- Evitar el trabajo aislado y, cuando no sea posible, mantener contacto con algún compañero y permanecer siempre en el campo visual de las personas.
- Mantener protocolos de actuación ante situaciones violentas, Desarrollar una política sobre la forma de tratar la violencia contra el personal y mostrarla claramente al público (indicar que no será tolerada y como la organización hará frente a conductas violentas contra el personal)

Afecta a

La “violencia externa” sobre todo al puesto de trabajo de la mesa 1 por estar muy cerca de la puerta y los usuarios suelen acudir a ella para preguntar.

En general hay buen ambiente laboral, los trabajadores están contentos.

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
EXP. AGENTES FISICOS: EL RUIDO	BAJA	LIGERAMENTE DAÑINO	TRIVIAL
CONDICION PELIGROSA			
<ul style="list-style-type: none"> -Ruidos molestos por las impresoras. - Molestias por los movimientos de los trabajadores para recoger la documentación. -Ruidos molestos derivados de los usuarios (ruido conversacional) -Falta de concentración debido al disconfort sonoro. 			



Fuente. Propia.

MEDIDAS PREVENTIVAS

-El ruido de las salas es inferior a 80 decibelios, por tanto no hay que hacer mediciones ni evaluar el ruido ya que en la oficina, lo que existe es discomfort sonoro. Para tareas complejas se requiere un nivel sonoro inferior a 55 dB (A)

-Se recomienda la posibilidad de instalar más impresoras en otros puestos, ya que se comparte 1 impresora para 4 puestos.

-Utilizar carcasas recubiertas de material absorbente para impresoras.

-Se recomienda poner carteles informativos que indiquen que se mantenga silencio tanto en las salas de espera como en las zonas diáfanas.

Afecta a

Varios puestos ubicados en la sala diáfana, por ejemplo, la impresora que está junto al puesto n. 11 y da servicio a los trabajadores de los puestos 11, 12, 14 y 15

El ruido conversacional afecta a todos los puestos excepto al despacho del director.

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
EXP. AGENTES FISICOS: ILUMINACIÓN.	BAJA	LIGERAMENTE DAÑINO	TRIVIAL
CONDICION PELIGROSA			
-Todos los puestos tienen suficiente iluminación.			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
-No procede medidas preventivas puesto que todos los puestos tienen iluminación suficiente. Cuentan las salas con luz natural y artificial.			
-Se realizan mediciones en puestos y lugares de trabajo del centro conforme al RD 486/97 que establece el nivel requerido de iluminación en 500 lux Se realizan las mediciones con un equipo Testo modelo 540 y los resultados fueron los siguientes:			
-Despacho del director.....520 LUX			
-Sala de reuniones..... 501 LUX			
-Sala de formación.....690 LUX			
-Puestos del 1 al 15, todos entre 505 LUX de la mesa 12 y 709 LUX de la mesa 7			

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
EXP. AGENTES FISICOS: TEMPERATURA Y HUMEDAD.	ALTA	LIGERAMENTE DAÑINO	MODERADO
CONDICION PELIGROSA			
-Algunos trabajadores se quejan de que sus puestos están ubicados bajo la rejilla de impulsión del aire del sistema de climatización, por lo que se detecta con mayor intensidad en los momentos en que se activa el mismo y resulta muy molesto.			

-Otros trabajadores se quejan de que en determinados momentos hace mucho calor en invierno por exceso de calefacción y en verano se quejan de que hace mucho frío dentro de la oficina por exceso de aire acondicionado.

-La instalación de climatización no se encuentra adaptada completamente a la planta diáfana impidiendo una regulación de temperatura óptima en función del tamaño del espacio y uso de la misma.

MEDIDAS PREVENTIVAS

-Se recomienda consultar con los técnicos especialistas de la climatización para ver si se puede regular el flujo de aire de las rejillas, de forma que se evite el efecto directo y conseguir un flujo más difuso en los puestos afectos y minimizar los efectos.

-La instalación de climatización debe garantizar en todos los lugares de trabajo unas condiciones de temperatura y humedad adecuadas, impidiendo la generación de corrientes de aire molestas para los trabajadores.

Las condiciones ambientales en las oficinas deben cumplir los siguientes requisitos:

-En época de verano.....23° a 26°C

-En época de invierno.....20° a 24°C

-La sequedad de los ojos y mucosas se puede prevenir manteniendo la humedad relativa entre el 45% y el 65% para cualquiera de las temperaturas comprendidas dentro de dicho rango.

-La velocidad del aire en trabajos sedentarios y sistemas de aire acondicionado los límites son 0.25m/s

-Debe quedar registrado las revisiones del sistema de climatización. Se realizan mediciones de temperatura seca y humedad relativa en diferentes dependencias.

Las mediciones se realizan con un equipo IAQ Probe de Honeywell.

- Se utilizan los valores recogidos como referencia en el RD 486/97

LUGAR DEL PUESTO	TEMPERATURA MEDIA	NIVEL REQUERIDO	%HUMEDAD RELATIVA MEDIDA	NIVEL REQUERIDO
Despacho Director	21.6	17-27	47.1	30-70%
Sala diáfana	23.4 a 25.2	17-27	41.1 a 47.1	30 -70%


-Los valores medidos están incluidos en el intervalo de temperatura recomendado en el RD 486/97, si bien, cuando la temperatura está cerca de los límites, puede originar molestias y afectar al bienestar de los trabajadores para la realización de sus tareas y rendimiento laboral, en estos casos, se intenta conseguir unas condiciones confortables para el trabajador.

Afecta a:

El puesto n. 5 y n. 6 tienen la rejilla del sistema de climatización encima del puesto de trabajo, cayendo el aire justo encima de la cabeza.

En cuanto a disconfort de la temperatura, afecta a todos los puestos de trabajo.

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
EXPOSICION AGENTES BIOLÓGICOS	BAJA	LIGERAMENTE DAÑINO	TRIVIAL
CONDICION PELIGROSA			
-Por contacto con los trabajadores, virus, bacterias. (Contagio de resfriados, gripes.....)			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
-Se realizarán reconocimientos médicos previos al ingreso en el trabajo. -No acudir al trabajo si se sabe que la enfermedad contraída es contagiosa.			

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
-EXPOSICIÓN PRODUCTOS QUÍMICOS -INHALACIÓN SUSTANCIAS NOCIVAS	BAJA	LIGERAMENTE DAÑINO	TRIVIAL
CONDICION PELIGROSA			
<p>- Exposición a productos químicos que se encuentran en la habitación de limpieza como por ejemplo limpiadores con lejías, amóniacos, productos desinfectantes de baños....Los trabajadores comentan que prácticamente no entran en esa habitación, que solo lo hacen en casos excepcionales. (el personal de limpieza no pertenece al centro)</p> <p>-Exposición a inhalación de sustancias nocivas cuando se lleva a cabo la desinfección y desratización del local.</p>			
			
Fuente. Propia			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<p><u>-Exposición sustancias químicas.</u></p> <p>-Manipular y almacenar según las instrucciones del fabricante</p> <p>-Tener en cuenta las posibles incompatibilidades de los productos, evitando gases tóxicos, etc.</p> <p>-Evitar el contacto con los ojos y la piel.</p> <p>-Mantener una adecuada higiene personal. Se deberán lavar las manos y otras áreas expuestas con jabón.</p> <p>-Mantener una adecuada ventilación en el lugar de trabajo.</p> <p>-Las desinfecciones y desratizaciones se hacen cuando el personal no se encuentra presente en el centro y por tanto no estarán expuestos a inhalación de sustancias nocivas.</p>			

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
RIESGO ELECTRICO	BAJA	DAÑINO	TOLERABLE
CONDICION PELIGROSA			
<p>Exposición a contactos eléctricos (contactos indirectos, por tensiones de defecto de los equipos de trabajo de alimentación eléctrica o contactos directos)</p> <p>-Falta de señalización del cuarto de la instalación eléctrica.</p>			
MEDIDAS PREVENTIVAS			
<p>-Los equipos de trabajo eléctricos estarán conectados a tierra o dispondrán de doble aislamiento (clase II).</p> <p>-Cuadros eléctricos con toma de tierra y protección diferencial.</p> <p>-Vigilar el buen estado de la conexión y mangueras de alimentación eléctrica. - Adecuada disposición de los cables a fin de evitar su deterioro (cortes, deformación, pérdida del material aislante, etc.).</p> <p>-Se debe señalar el cuarto de la instalación eléctrica y realizar un seguimiento y mantenimiento adecuado.</p> <p>-Consta certificado de instalación eléctrica en baja tensión de 2015. Consta también revisión de tomas de tierra anualmente.</p> <p>-La necesidad de señalización surge ante la imposibilidad de eliminar o reducir el riesgo. Se debe proceder a la correcta señalización conforme se establece en el Código Técnico de Edificación.</p>			

RIESGOS DETECTADOS EN EL PUESTO DE TRABAJO			
RIESGO	PROBABILIDAD	CONSECUENCIA	ESTIMACION
VIBRACIONES			
<ul style="list-style-type: none"> No existen apenas vibraciones en los puestos de PVD 			
RADIACIONES			
<ul style="list-style-type: none"> Los ordenadores actuales apenas emiten radiación. 			
INCENDIOS	BAJA	EXT DAÑINO	MODERADO
<ul style="list-style-type: none"> Hacemos un estudio en el informe de plan de emergencia 			

5. INFORME DE MEDIDAS DE EMERGENCIA.

5.1 OBJETO DEL INFORME

Este informe tiene por objeto dar respuesta al **artículo 20** de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, que establece textualmente: “El empresario, teniendo en cuenta el tamaño y la actividad de la empresa, así como la posible presencia de personas ajenas a la misma, deberá analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores, designando para ello al personal encargado de poner en práctica estas medidas y comprobando periódicamente, en su caso, su correcto funcionamiento. El citado personal deberá poseer la formación necesaria, ser suficiente en número y disponer del material adecuado, en función de las circunstancias antes señaladas.

Para la aplicación de las medidas adoptadas, el empresario deberá organizar las relaciones que sean necesarias con servicios externos a la empresa, en particular en materia de primeros auxilios, asistencia médica de urgencia, salvamento y lucha contra incendios, de forma que quede garantizada la rapidez y eficacia de las mismas.”

Asimismo el **artículo 24**, establece la coordinación de las actividades empresariales. El titular del centro tiene que adoptar las medidas necesarias para que los otros titulares que desarrollen su actividad en su centro de trabajo

reciban la información y las instrucciones adecuadas, en relación con los riesgos y con las medidas de protección y prevención, así como las medidas de emergencia a aplicar, para su traslado a sus respectivos trabajadores

Los trabajadores tienen que conocer el recorrido de evacuación, las salidas de emergencia, situación de los extintores, ubicación del botiquín de primeros auxilios, etc.

5.2 ANÁLISIS Y PROCEDIMIENTO DE LAS MEDIDAS DE EMERGENCIA

Se establecerán unas pautas de comportamiento y servicios mínimos a tener en cuenta en caso de emergencias:

- Los extintores se pondrán en sitios que sean fácilmente visibles y accesibles. Deben colocarse a 15 mts de recorrido en cada planta, como máximo, desde todo origen de evacuación. Estarán situados próximos a los puntos donde haya mayor probabilidad de iniciarse el incendio, a ser posible, próximos a las salidas de evacuación y preferentemente sobre soportes fijados a paramentos verticales de modo que la parte superior del extintor queda a 80 cm y 120 cm sobre el suelo. Se deben señalar mediante señales definidas en la norma UNW 23033-1 y deben ser visibles incluso si falla el suministro de alumbrado normal.

-Como usar el Extintor:

PASO 1: Tirar de la anilla para quitar el precinto.

PASO 2: Presionar la maneta.

PASO 3: Dirigir el chorro a la base de la llama intentando mantener la botella en posición vertical.



- Se dispondrá de botiquín de primeros auxilios según establece el RD 486/1997, cuyo contenido mínimo será:

“Desinfectantes y antisépticos autorizados, gasas estériles, algodón hidrófilo, vendas, esparadrapo, apósitos adhesivos, tijeras, pinzas y guantes desechables.”

Se revisará periódicamente y se repondrá tan pronto como caduque o sea utilizado.

La dirección General de Función Pública facilita el botiquín de primeros auxilios, así como las reposiciones necesarias.

- Los pasillos y las vías de evacuación deben quedar expeditas y libres de obstáculos, de forma que garantice una correcta evacuación en caso de emergencia. Retirar y procurar mantener expeditos los pasillos y vías de evacuación del centro.

-Según las dimensiones y los trabajadores del centro, deben existir personas con información y formación adecuada sobre primeros auxilios, manejo de extintores y evacuación.

Servicios de urgencia

Debe disponerse en sitio visible y localizado los teléfonos de urgencia de los centros más cercanos (ambulancias, policías, bomberos, etc...) y un croquis de cómo llegar al centro hospitalario más cercano.

CENTRO DE ATENCION DE	112
LLAMADAS DE URGENCIAS	
MADRID	
BOMBEROS	112
POLICIA MUNICIPAL	092
POLICIA NACIONAL	091
GUARDIA CIVIL	062
AMBULANCIAS	112
URGENCIAS TOXICOLOGIA	91 562 04 20

En la Oficina de Coslada existe un **procedimiento** de actuación en caso de emergencia que se encuentra en otro documento y que nos mostró la dirección, aun así damos unas mínimas directrices.

Si el incendio se puede controlar, se usará el extintor más cercano por el personal de la oficina.

Si no se puede controlar, **LLAMAR AL 112** y evacuar cuando se considere que la causa que origina el peligro no está controlada y puede provocar que el peligro se extienda.

Al oír la señal de evacuación, dirigirse a un espacio exterior seguro, determinado previamente (punto de encuentro).

Empezar la evacuación por la zona afectada por el peligro y seguir por el resto de zonas, de la más cercana a la puerta a la más alejada.

Salir ordenadamente y sin correr. No volver hacia atrás.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La evaluación de riesgos constituye una actividad preventiva, puesto que se dirige a identificar los factores de riesgo y los peligros y a prever los posibles daños para eliminarlos o minimizarlos.

La acción preventiva se ha de planificar por el empresario a partir de una **evaluación inicial de los riesgos** y como primer paso en esta evaluación se tienen que identificar éstos y para conseguirlo es importante que colaboren los trabajadores afectados, que aportarán sus opiniones basadas en la experiencia, de ahí que, y aunque el empresario sea el máximo responsable de la seguridad y salud de sus trabajadores, éstos también juegan un papel muy importante y deben involucrarse, exigir, y también cumplir todas las medidas necesarias para una mayor protección en su puesto de trabajo.

La evaluación se habrá de actualizar cuando varíen las condiciones de trabajo y se revisará con ocasión de los daños para la salud que se hayan producido.

Cuando el resultado de la evaluación lo hiciera necesario, el empresario realizará controles de las condiciones de trabajo y de la actuación de los trabajadores en la prestación de sus servicios para detectar situaciones peligrosas.

En definitiva, podemos decir, que con esta Evaluación Inicial de riesgos, hemos cumplido con la obligación del artículo 16 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales.

En cuanto a las **recomendaciones**, y siguiendo la Ley de Prevención, en su artículo 19, hay que garantizar que cada trabajador reciba una **formación teórica y práctica**, que sea suficiente y adecuada en materia preventiva y centrada en el puesto de cada trabajador. Esta formación será preferiblemente escrita.

Asimismo se recomienda, y también para dar cumplimiento a la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales en su artículo 22, que la Dirección General de la Función Pública garantice a los empleados de Coslada, **la vigilancia periódica de su estado de salud** en función de los riesgos inherentes a su puesto de trabajo. (Reconocimiento médico, campaña de vacunación, formación e información en salud laboral.....) Solo podrá llevarse a cabo si el trabajador preste su consentimiento.

Para terminar, podemos decir que, en la Oficina de Empleo de Coslada se cumple con las obligaciones de Prevención de Riesgos Laborales. Hay pocas deficiencias, y las que hay, las hemos comentado en esta Evaluación para que se subsanen a la mayor brevedad posible.

7. BIBLIOGRAFIA

- Ley 31/1995 de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales.
- Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- Real decreto 39/1997, de 17 enero por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios Prevención (modificado por el Real Decreto 604/2006 y el Rd 298/2009)
- Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- Real Decreto 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso lumbares para los trabajadores.
- 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 314/2006 por el que se aprueba el Código Técnico de Edificación.
- Real Decreto 1942/1993 por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios.
- Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de equipos con Pantallas de visualización. INSHT
- Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de lugares de trabajo. INSHT
- Evaluación de Riesgos Laborales del INSHT. (metodología)
- Manual de normas técnicas para el diseño ergonómico de puestos con pantallas de visualización (2ª edición). INSHT
- Instrucción básica para el trabajador usuario de pantallas de visualización de datos.
- Las normas técnicas UNE-EN 29241 y UNE-EN-ISO 9241 sobre pantallas de visualización de datos.
- NTP 139: El trabajo con pantallas de visualización

- NTP 232: Pantallas de visualización de datos: fatiga postural.
- NTP 242: Ergonomía: análisis ergonómico de los espacios de trabajo en oficinas.
- NTP 251: Pantallas de visualización: medida de distancias y ángulos visuales.
- NTP 318: El estrés: proceso de generación en el ámbito laboral
- NTP 388 Ambigüedad y conflicto de rol.
- NTP 438: Prevención del estrés: intervención sobre la organización
- NTP 445: Carga mental de trabajo: fatiga
- NTP 602: El diseño ergonómico del puesto de trabajo con pantallas de visualización: el equipo de trabajo.
- NTP 678: Pantallas de visualización: tecnologías (I)
- NIP 916. El descanso en el trabajo: Pausas.
- NTP 1129. Criterios ergonómicos para la selección de sillas de oficina
- NTP 1130 Criterios ergonómicos para regular correctamente la silla de oficina y otras sillas alternativas

Direcciones de Internet consultadas:

- <https://www.insst.es/>
- <https://istas.net/salud-laboral/peligros-y-riesgos-laborales/trabajo-con-pantallas-de-visualizacion-de-datos>
- <https://riesgoslaborales.saludlaboral.org/portal-preventivo/riesgos-laborales/riesgos-relacionados-con-la-hergonomia/pantallas-visualizacion-de-datos-pvd/>
- <https://sgiconsultores.com/pantallas-de-visualizacion-de-datos/>
- <https://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2013-02-18-0-PREVENCI%C3%93N%20DE%20RIESGOS%20LABORALES%20EN%20PANTALLAS%20DE%20VISUALIZACI%C3%93N%20DE%20DATOS.pdf>
- https://www.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/i18n/catalogo_imagenes/imagen_id.cmd?idImagen=1035867
- <https://www.insst.es/documents/94886/96076/Manual+de+normas+t%C3%A9cnicas+para+el+dise%C3%B1o+ergon%C3%B3mico+de+puestos+con+pantallas+de+visualizaci%C3%B3n/b4818262-f8ba-4ddd-9c49-9e7d6ea4ce62>
- <https://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2013-02-18-1-INSTRUCCIONES%20BASICAS%20A%20USUARIOS%20DE%20PVID.pdf>