

# EVALUACIÓN INICIAL DE RIESGOS LABORALES (LUGAR DE TRABAJO Y ACTIVIDADES)

# CENTRO DE SALUD MANUEL ENCINAS



diciembre/2024

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Avd/Pablo Naranjo s/n

10003 CÁCERES

Teléfonos: 927 256 819

mail: preriab.caceres@salud-juntaex.es

ÍNDICE: Página 1 de 365

## ÍNDICE

### 1. Introducción.

- Datos de la empresa.
- Objeto del estudio.

### 2. Descripción del procedimiento de evaluación de riesgos empleado.

### 3. Datos del Centro de trabajo.

- Dirección
- Distribución.
- Relación de actividades que se desempeñan en el centro.
- Actividad del centro.
- Turnos de trabajo.
- Productos químicos.
- Equipos de trabajo.
- Equipos de protección individual.
- Datos ambientales.

### 4. Datos complementarios

- Del lugar de trabajo y desarrollo de su actividad
- Trabajadores especialmente sensibles
  - Protección a la maternidad

### 5. Evaluación de Riesgos.

- Evaluación de riesgos por lugares de trabajo.
- Evaluación de riesgos por actividades.

### 6. Planificación preventiva: Planificación de las medidas de control de riesgos.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

## INTRODUCCIÓN

### ➤ Datos de la empresa.

- Razón social: Servicio Extremeño de Salud (SES).
- Centro: Centro de Salud Manuel Encinas.
- Actividad Económica: Actividades Sanitarias.
- Domicilio: Avd/ Rodríguez de Ledesma, 8.
- Población: Cáceres.
- Código postal: 10001.
- Teléfono: 927 249 850.

### ➤ Objeto del estudio.

El presente informe se ha elaborado con la finalidad de realizar la evaluación de riesgos laborales del Centro de Salud Manuel Encinas, incluido dentro de la zona de salud Zona Norte, perteneciente al Área de Salud de Cáceres. Comprende las localidades de Cáceres Norte y Malpartida de Cáceres. La zona de Cáceres Norte la forman las siguientes barriadas: Cabezarrubia, El Perú, El Vivero, La Sierrilla, Las Acacias, Los Castellanos, Macondo, República Argentina, R-66 A, R-66 B y una parte de la Madrila y de la Avd de Alemania.

La Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales establece, en su artículo 16, la necesidad, 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.

El Reglamento de los Servicios de Prevención, aprobado por Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, define la Evaluación de Riesgos laborales 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 ello, la Unidad Básica de Prevención de Cáceres ha procedido a elaborar este documento, sobre la base de la información recogida en el lugar de trabajo y la información facilitada por trabajadores del centro.

Los datos se han obtenido durante varias visitas realizadas al centro durante los meses de septiembre, octubre y noviembre de 2024 .

La finalización de este estudio ha sido realizado con fecha 18 de diciembre de 2024 por M<sup>a</sup> Jesús Álvarez López, Técnico Superior en PRL de la Unidad Básica de Prevención de Cáceres.



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de Prevención de Cáceres  
JUNTA DE EXTREMADURA

Fdo. M<sup>a</sup> Jesús Álvarez López  
Técnico Superior en PRL  
Área Preventiva de Cáceres

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

## 2. DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DEL RIESGOS EMPLEADO

El método matemático propuesto por William T. Fine para la evaluación de riesgos se fundamenta en el cálculo del grado de peligrosidad, cuya fórmula es la siguiente:

$$\text{Grado de peligrosidad} = \text{Consecuencias} \times \text{Exposición} \times \text{Probabilidad}$$

Se obtiene una relación numérica considerando tres factores:

- Consecuencias: son los resultados más probables de un accidente debido al riesgo que se considera, incluyendo desgracias personales y daños materiales.

Se asignan valores numéricos en función de la siguiente tabla:

### CONSECUENCIAS

CATÁSTROFE, numerosas muertes, daños por encima de 600.000 €	100
DESASTRE, varias muertes, daños desde 300.000 a 600.000 €	40
MUY SERIA, muerte, daños desde 60.000 a 300.000€	15
SERIA, lesiones muy graves, daños de 600 a 60.000€	7
IMPORTANTE, lesiones con baja: incapacidad temporal, daños hasta 600€	3
LEVE, pequeñas heridas, contusiones, golpes, pequeños daños.	1

- La exposición es la frecuencia con que se presenta la situación de riesgo, siendo tal el primer acontecimiento indeseado que iniciara la secuencia del accidente.

### EXPOSICIÓN

CONTINUA, muchas veces al día	10
FRECUENTE, aproximadamente una vez al día	6
OCASIONAL, semanalmente	3
POCO USUAL, mensualmente	2
RARA, unas pocas veces al año	1
MUY RARA, anualmente	0,5
INEXISTENTE, nunca ocurre	0

- La probabilidad es la posibilidad que, una vez presentada la situación de riesgo, se origine el accidente. Habrá que tener en cuenta la secuencia completa de acontecimientos que desencadenan el accidente.

### PROBABILIDAD

CASI SEGURA, es el resultado más probable y esperado	10
MUY POSIBLE, es posible, tiene una posibilidad del 50%	6
POSIBLE, sería raro pero posible	3
POCO POSIBLE, sería remotamente posible	1
REMOTA, remotamente posible, nunca ha sucedido	0,5
MUY REMOTA, prácticamente imposible, posibilidad uno en un millón	0,2
CASI IMPOSIBLE, virtualmente imposible	0,1

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

Una vez se ha calculado el Grado de Peligrosidad de cada uno de los riesgos detectados, éstos se ordenan según la gravedad relativa de sus peligros comenzando por el riesgo del que se ha obtenido el valor más alto en el Grado de Peligrosidad. Clasificaremos el riesgo y actuaremos sobre él en función del Grado de Peligrosidad.

A modo de guía se presenta el siguiente cuadro:

GRADO DE PELIGROSIDAD	CLASIFICACIÓN DEL RIESGO	ACTUACIÓN FRENTE AL RIESGO
Mayor de 400	Riesgo intolerable (grave e inminente)	Detención inmediata de la actividad peligrosa
Entre 201 y 400	Riesgo importante	Corrección inmediata
Entre 71 y 200	Riesgo moderado	Corrección necesaria urgente
Entre 21 y 70	Riesgo tolerable	No es emergencia pero debe corregirse
Menos de 20	Riesgo trivial	Puede omitirse la corrección, aunque deben establecerse medidas correctoras sin plazo definido.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

### 3. DATOS DEL CENTRO DE TRABAJO

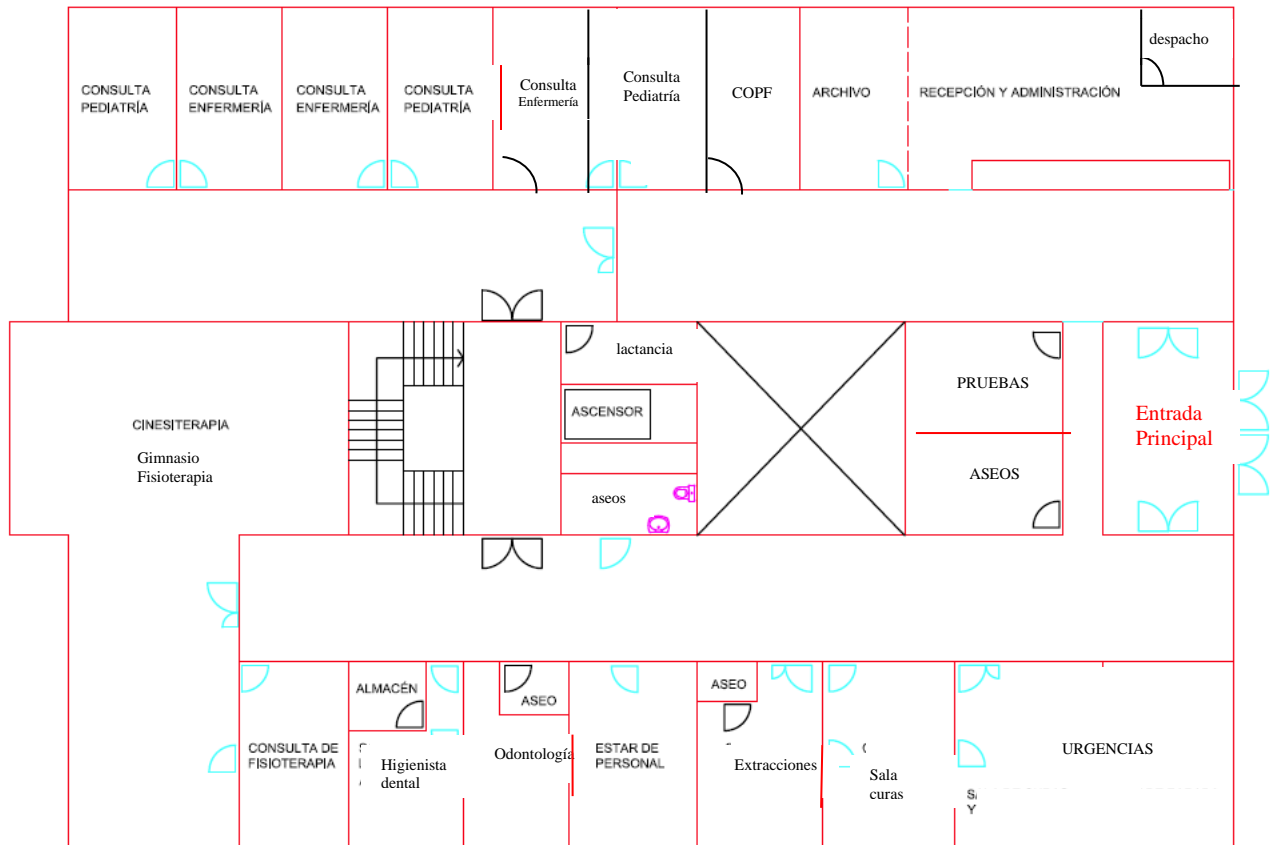
➤ **Dirección:** Avd/ Rodríguez de Ledesma, 8 .- 10001 .- Cáceres.-

➤ **Distribución:**

El Centro consta de tres plantas: planta baja, planta -1 y planta -2, todas ellas destinadas a actividades asistenciales.

La entrada principal del centro, situada en la fachada principal del edificio, consta de doble puerta de cristal con apertura manual hacia el exterior. Por ella se accede a la planta baja del edificio a través de un vestíbulo. En dicho vestíbulo están instaladas dos puertas automáticas que dan acceso a las distintas alas de la planta.

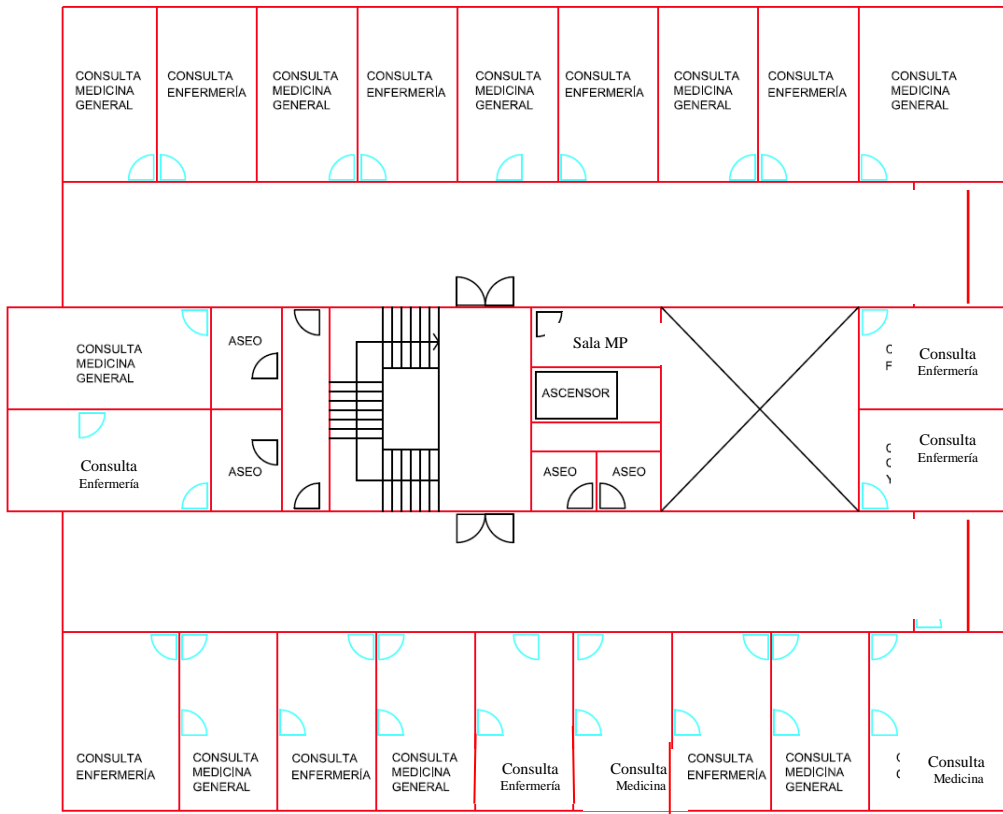
En esta planta están ubicados los servicios de : administración, pediatría, fisioterapia, odontología, extracciones y urgencias entre otros.



Planta baja

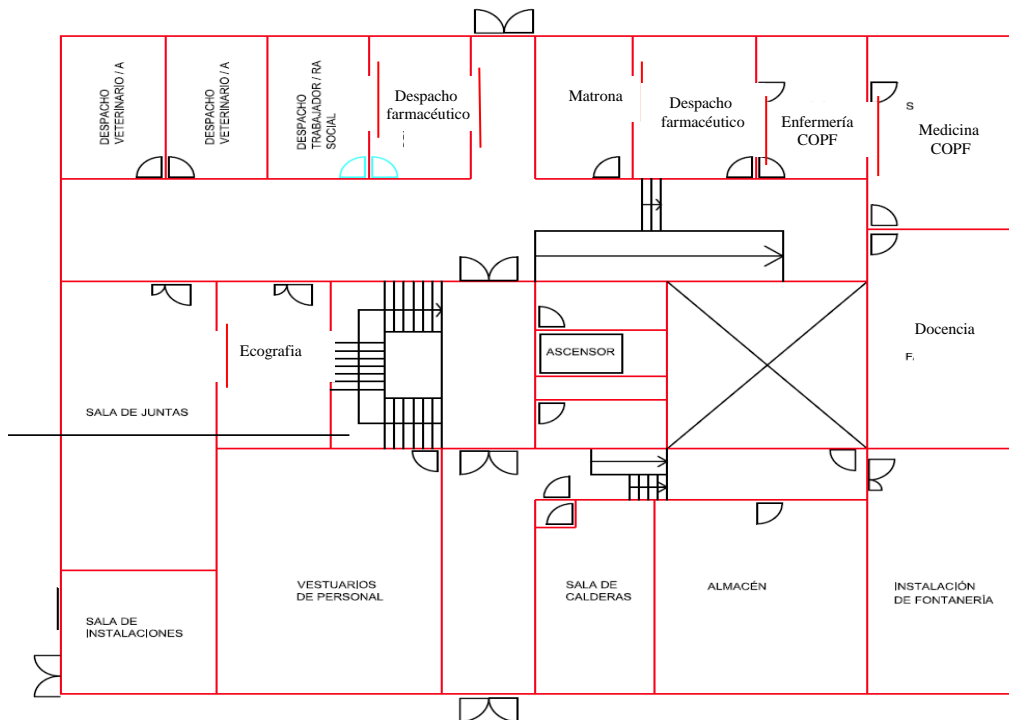
Desde esta planta se accede por una escalera fija y un ascensor a la planta -1, donde están situadas distintas consultas de medicina general, consultas de enfermería y salas de pruebas.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres



Planta - 1

Desde esta planta se accede por una escalera fija y un ascensor a la planta -2, donde están situados los despachos de los veterinarios, farmacéuticos, trabajadora social, matrona, copf, docencia, sala de juntas, almacén, vestuarios personal y salas de instalaciones.



Planta - 2

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

El lugar de trabajo dispone de:

- Ventilación natural en la mayoría de los locales.
- Climatización general.
- Luz natural en la mayoría de los locales.
- Mobiliario, en general adecuado.
- Suelos estables, no resbaladizos en general.
- Paredes en buen estado en general. Techos en mal estado en algunas zonas.
- Escaleras fijas y un ascensor.

➤ **Relación de puestos de trabajo / categoría profesional.**

A fecha de esta evaluación, los trabajadores que desarrollan su tarea en el centro son:

<b>MEDICINA Y PEDIATRÍA</b>	
Leonardo Hernández Pérez	Médico familia EAP
Luis Tobajas Pizarro	Médico familia EAP
M <sup>a</sup> Antonia Carrasco Perera	Médica familia EAP
M <sup>a</sup> Asunción Bacaicoa López de Sabando	Médica familia EAP
M <sup>a</sup> Candelas Gómez de Paula	Médica familia EAP
M <sup>a</sup> Carmen Márquez Domínguez	Médica familia EAP
M <sup>a</sup> Isabel Guerra Puerta	Médica familia EAP
M <sup>o</sup> Nieves Moreno Regidor	Médica familia EAP
M <sup>o</sup> del Carmen Calvo Pérez	Médica familia EAP
Rocio Montero Bardaji	Médica familia EAP (Directora del centro)
José Antonio Jiménez Salgado	Médico familia EAP
Luis José de Dios Escobero	Pediatra EAP
M <sup>a</sup> Dolores Peña Martín	Pediatra EAP
M <sup>a</sup> Guadalupe Membrillo Lucena	Pediatra EAP

<b>ENFERMERÍA Y PEDIATRÍA</b>	
Ana M <sup>a</sup> González Rodríguez	Enfermera de EAP
Anan Belén Arévalo Blázquez	Enfermera de EAP
Elisa Isabel Sánchez Ramos	Enfermera de EAP
M <sup>a</sup> Montserrat Guerrero Malpartida	Enfermera de EAP
José Luis Hermoso González	Enfermero de EAP
M <sup>a</sup> Ángeles García Retortillo	Enfermera de EAP
M <sup>a</sup> del Carmen Jiménez Fernández	Enfermera de EAP (Subdirectora del centro)
M <sup>a</sup> Guadalupe Moreno Palacios	Enfermera de EAP
M <sup>a</sup> Mercedes Plasencia Luceño	Enfermera de EAP
M <sup>a</sup> Montaña García Retortillo	Enfermera de EAP
Nuria Bermejo Carretero	Enfermera de EAP
Gemma Gutierrez Martínez	Enfermera de EAP
M <sup>a</sup> del Pilar Ramiro Castuera	Enfermera de EAP
M <sup>a</sup> Mercedes Baos Martín	Enfermera de EAP (Pediatria)

<b>AUXILIARES ADMINISTRATIVOS</b>	
Ángela Velasco Bello	Auxiliar Función Administrativa
M <sup>a</sup> Luisa Montero Alamillo	Auxiliar Función Administrativa
Miguel Angel Rocha Vicioso	Auxiliar Función Administrativa
M <sup>a</sup> Isabel Murillo Toribio	Auxiliar Función Administrativa
Puesto pendiente de cubrir	



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

TÉCNICOS CUIDADOS AUXILIARES ENFERMERÍA	
M <sup>a</sup> José Lozano Lancho	Técnico Cuidados Auxiliar de Enfermería
Gloria M <sup>a</sup> García Marcos	Técnico Cuidados Auxiliar de Enfermería

CELADORES	
Olga Canelo Tejerina	Celadora de EAP
M <sup>a</sup> del Carmen Sánchez Arias	Celadora de EAP
Adoración Ramiro Martín	Celadora de EAP (PAC)

FARMACIA	
M <sup>a</sup> Purificación Granados Conejero	Farmacéutica de EAP
Alejandro José Lejarraga Camacho	Farmacéutico de EAP

VETERINARIOS	
Carlos Cordero Campos	Veterinario de EAP
Alfredo Rodríguez Sánchez	Veterinario de EAP

FISIOTERAPIA	
Cristina Quirós Gil	Fisioterapeuta Área AP
Sagrario Rubio Franco	Fisioterapeuta Área AP
Virginia Mostazo Floriano	Fisioterapeuta Área AP
M <sup>a</sup> Consuelo Acedo Acedo	Técnico Cuidados Auxiliar de Enfermería
Mercedes Verdugo Carrero	Técnico Cuidados Auxiliar de Enfermería

MATRONA	
Sofía Piñero Navero	Matrona de Área de AP

TRABAJADORA SOCIAL	
M <sup>a</sup> Ángeles Rodríguez Lozano	Trabajadora Social de Área

ODONTOLOGÍA	
M <sup>a</sup> del Carmen Arribas Fernández	Odontóloga de Área
M <sup>a</sup> Julia Ríos Cambero	Higienista Dental

COPF	
Isabel M <sup>a</sup> Duarte González	Médica de COPF
Rocio Quirós Salgado	Enfermera de AP
Purificación Vicho Durán	Auxiliar Administrativo

El centro también cuenta habitualmente con varios Residentes MIR y EIR.

➤ **Actividad del centro:**

Asistencia sanitaria a pacientes/usuarios de Cáceres Norte y, algunas especialidades a todos los usuarios de la zona de salud Zona Norte.

En este centro se presta asistencia a través de los siguientes servicios:

- Equipo de Atención Primaria:

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: El equipo de Atención Primaria es la unidad fundamental para la realización de todas las actividades necesarias para el cuidado de la salud de la población que tiene a su cargo, su función es servir de puerta de entrada al sistema para fomentar la salud, prevenir la enfermedad y resolver o derivar a un segundo nivel los problemas de salud de la población.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- Punto de Atención Continuada:

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: Su función principal es garantizar a la población una asistencia sanitaria de urgencia con el mayor grado de eficiencia posible y adaptada a las necesidades reales de cada una de las Zonas de Salud.

Su plantilla está constituida, al menos, por un médico/a y un enfermero/a.

- Centro de Orientación y Planificación Familiar (COPF):

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: Los COPF participan en el desarrollo del "Programa de la Mujer", realizando su actividad en las Áreas de: Planificación Familiar, Educación Afectivo-Sexual, Enfermedades de Transmisión Sexual, Prevención y Detección Precoz el Cáncer de Mama y Cervix, Orientación a la Pareja Estéril y Menopausia.

Este COPF da cobertura asistencial a las zonas de salud de: Cáceres Zona Norte-Manuel Encinas, Arroyo de la Luz, Salorino, Santiago de Alcántara y Valencia de Alcántara.

- Unidad de Profilaxis Obstétrico-Ginecológica:

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: Para el desarrollo del programa de la mujer, se establece como profesional imprescindible la figura de la matrona, cuya función principal, entre otras, es detectar precozmente los factores de riesgo así como cualquier alteración en la salud de la mujer en su ciclo reproductivo.

Las unidades de Profilaxis obstétrica-ginecológica, están constituidas por matronas que atienden una o varias zonas de salud dependiendo de la presión asistencial de la zona a la que dan cobertura. La unidad de este centro está constituida por dos matronas, una de ellas se encuentra ubicada todos los días en el Centro de Salud Manuel Encinas, en tanto que la otra atiende a la población de Malpartida de Cáceres.

- Unidad de Fisioterapia:

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: Las unidades de fisioterapia son fundamentales para dar una asistencia sanitaria, integrada y global, al paciente en la Atención Primaria.

Se aplican técnicas de fisioterapia varias, enfocadas a la mejoría o curación de los problemas osteomusculares de los pacientes que así lo requieran, de una forma individualizada o en grupos de terapia.

El equipo asistencial de cada unidad lo componen un/a Fisioterapeuta y un/a Auxiliar de Fisioterapia.

- Unidad de Salud Bucodental:

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: Las Unidades de Salud Bucodental tienen como objetivo abordar los problemas de salud bucodental mediante acciones de promoción, prevención, curación y rehabilitación.

Está integrada por un/a odontólogo y un/a higienista dental.

- Unidad de Trabajo Social:

Según figura en la página web de nuestra Área de Salud: La Unidad de Trabajo Social está funcionalmente integrada en el Equipo de Atención Primaria correspondiente y atiende a toda la población adscrita al mismo, especialmente a aquella que presente riesgo de problemática social o problemática social instaurada. Su organización funcional y metodología de trabajo, estará en coherencia con la del Equipo de referencia.

Desarrolla atención social tanto a demanda como por Programas de Salud, además de coordinación sociosanitaria, educación sanitaria y participación comunitaria, investigación y docencia.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

➤ **Turnos de Trabajo:**

Dependiendo del servicio los turnos son:

EQUIPO DE ATENCIÓN PRIMARIA: personal médico y de enfermería, de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas.

COPF: personal médico y de enfermería, de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas.

UNIDAD DE PROFILAXIS OBSTÉTRICO-GINECOLÓGICA: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas (los lunes la trabajadora va a desarrollar su tarea al CS Nuevo Cáceres y la trabajadora del Malpartida de Cáceres acude a desarrollar su tarea a este centro).

UNIDAD DE FISIOTERAPIA: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas y de 15:00 a 21:00 horas de lunes a jueves. Los viernes trabaja todo el personal en jornada de mañana.

UNIDAD DE SALUD BUCODENTAL: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas.

UNIDAD DE VETERINARIA: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00. Realizan guardias localizadas de lunes a viernes de 22:00 a 08:00 horas, y guardias de presencia física sábado, domingos y festivos de 08:00 a 22:00 horas en el PAC de Cáceres.

UNIDAD DE FARMACIA: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas.

UNIDAD DE TRABAJO SOCIAL: lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas, los jueves acude al centro de Arroyo de la Luz.

PERSONAL AUXILIAR ADMINISTRATIVO: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas.

PERSONAL CELADOR: de lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas. De lunes a jueves de 15:00 a 22:00 horas

PUNTO DE ATENCIÓN CONTINUADA: de lunes a jueves de 15:00 a 22:00 horas (personal médico, personal de enfermería y celador).

➤ **Productos químicos:**

Productos utilizados para limpiar/desinfectar el material, limpieza de superficies,...twed: neodisher MultiZym, Adaspor pentadie, desinfectant detergent proclinic, ...

Detergentes varios.

Medicamentos varios.

Gases medicinales.

Productos de limpieza varios.

➤ **Equipos de trabajo:**

Los necesarios. Relacionados en la página de "mantenimiento de electromedicina".

➤ **Equipos de protección individual:**

Disponen:

- Guantes de nitrilo sin polvo.
- Mascarillas autofiltrantes FFP2.
- Gafas/pantallas antisalpicaduras.
- Calzado de trabajo cerrado, antideslizante (UNE EN 20347)
- Bata desechable

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

#### ➤ Datos ambientales:

Se ha medido el nivel lumínico en distintas dependencias del centro, dando todos ellos adecuados. Puestos auxiliares administrativos alrededor de 400 lux, copf 700/800 luz, fisioterapia 660 lux, matrona 460 lux, aux. adm. Copf 686 lux, consulta odontología 542 lux, pasillos 397 lux., para ello se ha utilizado Luxómetro GOSSEN MAVOLUX 5032C. En general todos los locales del centro disponen de una iluminación adecuada y la mayoría de iluminación natural también.

Se ha medido la temperatura en distintas dependencias dando todas ellas entre 20 y 24 °C, para ello se ha utilizado Multímetro marca PCE-DM22.

Todos los valores tomados de muestra están dentro de los límites recomendados en el RD 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

#### 4. DATOS COMPLEMENTARIOS:

##### ➤ Del lugar de trabajo y desarrollo de su actividad:

El Centro de Salud Manuel Encinas ubicado en Cáceres como anteriormente se ha mencionado, comprende junto con Malpartida de Cáceres la Zona de Salud Zona Norte.

Las funciones de cada categoría profesional, además de las comunes a todas las categorías, según se recoge en el Reglamento de Régimen Interno y en el Decreto 47/2023, de 10 de mayo, por el que se aprueba el Reglamento General de Organización y Funcionamiento de la Atención Primaria de Salud de la Comunidad Autónoma de Extremadura, es:

##### Medicina de familia de EAP:

- Atender los problemas de salud de la población asignada, contemplando los aspectos biopsicosociales y realizando las actividades sanitarias de protección, promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de la salud de forma simultánea e integrada.
- Prestar atención sanitaria de forma presencial en el centro sanitario, en el domicilio, en centros residenciales o donde sean requeridos, dentro de la ZS, o de forma no presencial a la población asignada, por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- Prestar la atención continuada y a la emergencia en la ZS conforme se establezca en la organización del equipo durante el horario ordinario de funcionamiento de los centros de atención primaria, y conforme a las directrices sobre los turnos de atención continuada.
- Mantener comunicación continua y sesiones de trabajo periódicas con el resto de profesionales del EAP, y en especial dentro de la unidad básica asistencial si se pertenece a una de ellas, para valoración de los/las pacientes, seguimiento de su evolución, evaluación de los cuidados planteados, y colaboración con el equipo en la continuidad asistencial de los mismos, con especial énfasis en aquellos/as con enfermedades crónicas y/o en situación de complejidad.
- Realizar una adecuada gestión de la demanda de la población y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- Velar porque la dotación de farmacia y material quirúrgico se adecue a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como por el uso responsable de los mismos.
- Participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión farmacéutica eficiente conforme a los principios de eficacia y seguridad.
- Asumir en situaciones excepcionales por falta de disponibilidad de recursos la atención sanitaria de la población pediátrica.
- Realizar funciones de triaje de la demanda cuando se requiera, tanto durante la jornada ordinaria como en los turnos de atención continuada, de forma protocolizada.

Pediatría de área/de equipo de atención primaria:

- Atender los problemas de salud de la población asignada, contemplando los aspectos biopsicosociales y realizando las actividades sanitarias de protección, promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de la salud de forma simultánea e integrada.
- Prestar atención sanitaria de forma presencial en el centro, en el domicilio, en centros residenciales o donde sea requerido dentro de la ZS, o de forma no presencial a la población asignada, por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- Prestar la atención continuada y a la emergencia de la población pediátrica de la ZS conforme se establezca en la organización del equipo durante el horario ordinario de funcionamiento de los centros de atención primaria.
- Mantener comunicación continua dentro de la unidad básica asistencial y sesiones de trabajo periódicas con el resto de los/las profesionales para la valoración de los/las pacientes, siguiendo la evolución y la evaluación de los cuidados planteados, colaborando con el equipo en la continuidad asistencial de los/las pacientes, con especial énfasis en aquellos con enfermedades crónicas y/o en situación de complejidad.
- Realizar una adecuada gestión de la demanda de la población y las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- Velar pro que la dotación de farmacia y material quirúrgico se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como por el uso responsable de los mismos.
- Participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión farmacéutica eficiente conforme a los principios de eficacia y seguridad.
- Los/las profesionales de medicina de familia de EAP que ocupen plazas de atención pediátrica participarán en los turnos de atención continuada de su ZS una vez establecido por el/la Gerente del Área en aquellos periodos de tiempo en que las necesidades asistenciales así lo requieran.

Personal de medicina con denominación/función de centro de planificación familiar:

a) Atender los problemas de salud de la población asignada, contemplando los aspectos biopsicosociales y realizando las actividades sanitarias de protección, promoción, prevención, y diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de la salud de la mujer, que incluyen:

1. Información, prescripción, aplicación y seguimiento de métodos y tecnologías anticonceptivas reversibles.
2. Información, prescripción, administración y/o instauración de anticoncepción de urgencia.
3. Asistencia, información y acompañamiento ante la demanda de interrupción voluntaria del embarazo y seguimiento posterior en el marco de la legislación vigente.
4. Diagnóstico precoz del cáncer ginecológico, con desarrollo de los programas incluidos en los planes de salud.
5. Actividades de promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y seguimiento destinadas a reducir la morbimortalidad y evitar la propagación de infecciones de transmisión sexual.
6. Actividades encaminadas a la detección precoz de la violencia de género, así como asesoramiento y derivación a servicios específicos de mujeres víctimas de violencia de género, ya sea esta física, psicológica o sexual.
7. Consejo preconcepcional: actuaciones previas a la concepción que tienen como finalidad identificar y controlar riesgos para la gestación, así como promocionar estilos de vida saludables.
8. Información, prevención y tratamiento de los problemas de salud derivados de la pérdida de la actividad hormonal que aparecen en la fase transitoria de la vida de la mujer situada entre la etapa reproductiva y la no reproductiva.
9. Detección, información, educación y orientación de problemas sexuales con el objetivo de promover el bienestar y mejorar la calidad de vida, así como tratamiento y/o derivación según proceda.
10. Educación sexual dirigida a grupos.

b) Prestar atención sanitaria de forma presencial o no presencial por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.

c) Mantener comunicación con el resto de profesionales para la valoración de los/las pacientes, seguimiento de su evolución y evaluación de los cuidados planteados, colaborando con el equipo en la continuidad asistencial.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- d) Realizar una adecuada gestión de la demanda de su población de referencia y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- e) Velar por que la dotación de farmacia y material quirúrgico, según el catálogo de cada centro, se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como por el uso responsable de los mismos.
- f) Participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión farmacéutica eficiente conforme a los principios de eficacia y seguridad.
- g) Participar en los turnos de atención continuada de alguna/s de su/s ZS, una vez establecido por el/la Gerente del Area, en aquellos periodos de tiempo en que las necesidades asistenciales así lo requieran, por no haber posibilidad de sustitución.

Enfermeros/as y enfermeros/as especialistas en EAP:

- Atender los problemas de salud de la población asignada a través de la consulta de enfermería a demanda, concertada y programada, contemplando los aspectos biopsicosociales y atendiendo de forma simultánea e integrada las fases de protección y promoción de la salud, prevención de la enfermedad, diagnóstico enfermero, tratamiento y rehabilitación, con especial hincapié en la educación para la salud individual y/o grupal.
- Realizar la atención con metodología enfermera, especialmente en los casos de pacientes con enfermedades crónicas y/o situación de complejidad, elaborando planes de cuidados que tengan su continuidad en otros niveles asistenciales, como el hospital o los centros residenciales.
- Prestar atención sanitaria de forma presencial en el centro, en el domicilio, en centros residenciales o donde sea requerido dentro de la ZS, o de forma no presencial a la población asignada, por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- Prestar la atención continuada y a la emergencia en la ZS conforme se establezca en la organización del equipo durante el horario ordinario de funcionamiento de los centros de atención primaria, y conforme a las directrices sobre los turnos de atención continuada.
- Mantener comunicación continua y sesiones de trabajo periódicas con el resto de profesionales del EAP, y en especial dentro de la unidad básica asistencial si se pertenece a una de ellas, para valoración de los/las pacientes, seguimiento de su evolución, evaluación de los cuidados planteados, y colaboración con el equipo en la continuidad asistencial de los mismos, con especial énfasis en aquellos con enfermedades crónicas y/o en situación de complejidad.
- Realizar una adecuada gestión de la demanda de la población y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo, especialmente dentro de la unidad básica asistencial, realizando el abordaje inicial de los problemas de salud mediante el proceso de atención de enfermería.
- Colaborar en la supervisión de la reposición de los medicamentos en los botiquines y supervisar el material quirúrgico en los centros de atención primaria, para que se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como supervisar y fomentar el uso responsable de los mismos.
- Colaborar con el equipo de atención primaria y con el resto de las estructuras asistenciales, en materia de uso racional del medicamento, en actividades de educación para la salud individual o grupal, adherencia al tratamiento, conciliación, revisión, detección de reacciones adversas y seguimiento del plan terapéutico de los/las pacientes, especialmente en los casos de pacientes polimedcados y/o crónicos, según los protocolos que se establezcan, así como participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión farmacéutica eficiente conforme a los principios de eficacia y seguridad.
- Asumir cuando corresponda la atención sanitaria de la población pediátrica.
- Realizar funciones de triaje de la demanda cuando se requiera, tanto durante la jornada ordinaria como en los turnos de atención continuada, de forma protocolizada.

Enfermero/a especialista en enfermería obstétrico-ginecológica en EAP:

- Atender los problemas de salud de la población asignada, individual y colectivamente, a través de la consulta de enfermería gineco-obstétrica, mediante la atención a demanda, concertada y programada, contemplando aspectos biopsicosociales y atendiendo de forma simultánea e integrada las fases de protección y promoción de la salud, prevención de la enfermedad, diagnóstico enfermero, tratamiento y rehabilitación con especial incidencia en la educación para la salud individual y/o grupal.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- Prestar atención sanitaria de forma presencial en el centro, en el domicilio, en centros residenciales o donde sea requerido dentro de la ZS, o de forma no presencial a la población asignada por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- Mantener comunicación con el resto de profesionales del EAP para la valoración de las pacientes, seguimiento de su evolución, evaluación de los cuidados planteados, y colaboración con el equipo en la continuidad asistencial de las mismas.
- Realizar una adecuada gestión de la demanda de su población asignada y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- Realizar los controles de salud y seguimiento del embarazo, parto, puerperio normal y los cuidados del recién nacido, así como la derivación para el seguimiento de sus complicaciones. Participar en la detección, seguimiento y/o derivación del embarazo que presente riesgos, coordinando sus actuaciones con el resto de los niveles asistenciales implicados.
- Participar en la organización, coordinación, ejecución y evaluación de todos los programas y servicios relacionados con sus áreas de competencia, entre los que destacan la planificación familiar, la detección precoz de cáncer, las infecciones de transmisión sexual, y el climaterio.
- Abordar especialmente las actividades de educación para la salud individual y grupal respecto a: educación prenatal, preparación al parto, promoción de la lactancia materna, recuperación post-parto y problemas del suelo pélvico.
- Supervisar la reposición de los medicamentos en los botiquines y del material quirúrgico en los centros de atención primaria, para que se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como supervisar y fomentar el uso responsable de los mismos.
- Participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión farmacéutica eficiente conforme a los principios de eficacia y seguridad.
- Participar en los turnos de atención continuada de alguna/s de su/s ZS, una vez establecido por el/la Gerente del Área, en aquellos periodos de tiempo en que las necesidades asistenciales así lo requieran, por no haber posibilidad de sustitución.

Enfermeros/as y enfermeros/as especialistas con denominación/función de centro de planificación familiar:

a) Atender los problemas de salud y prestar cuidados a la población asignada a través de la consulta de enfermería a demanda, concertada o programada, contemplando los aspectos biopsicosociales y atendiendo de forma simultánea e integrada las fases de protección, promoción, prevención, diagnóstico enfermero, tratamiento y rehabilitación con especial hincapié en la educación para la salud individual y/o grupal:

- Consejo contraceptivo que permita la libre elección informada y facilite la toma de decisiones.
- Información y seguimiento de métodos anticonceptivos incluyendo valoración de la aceptación, tolerancia y cumplimiento de los mismos, así como cooperación en la colocación y retirada de implantes y dispositivos intrauterinos.
- Información y administración de anticoncepción de urgencia.
- Atención, información y acompañamiento ante la demanda de interrupción voluntaria del embarazo en el marco de la normativa vigente.
- Realización de actividades encaminadas al diagnóstico precoz del cáncer ginecológico, especialmente del cáncer de cérvix mediante la técnica de cribado que se determine.
- Realización de actividades de promoción y prevención destinadas a reducir la morbimortalidad y evitar la propagación de infecciones de transmisión sexual.
- Detección precoz de la violencia de género, así como asesoramiento y derivación a servicios específicos de mujeres víctimas de violencia de género, ya sea esta física, psicológica o sexual.
- Consejo preconcepcional: actuaciones previas a la concepción que tienen como finalidad identificar y controlar riesgos para la gestación, así como promocionar estilos de vida saludables.
- Información y prevención de los problemas de salud derivados de la pérdida de la actividad hormonal que aparecen en la fase transitoria de la vida de la mujer situada entre la etapa reproductiva y la no reproductiva.
- Detección, información, educación y orientación de problemas sexuales con el objetivo de promover el bienestar y mejorar la calidad de vida.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- Educación sexual dirigida a grupos, con especial dedicación a adolescentes y mujeres.
- b) Prestar atención sanitaria de forma presencial o no presencial por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- c) Mantener comunicación con el resto de profesionales para la valoración de los/las pacientes, seguimiento de su evolución y evaluación de los cuidados planteados, colaborando con el equipo en la continuidad asistencial.
- d) Realizar una adecuada gestión de la demanda de su población de referencia y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- e) Colaborar en la supervisión de la reposición de los medicamentos en los botiquines y supervisar el material quirúrgico en el centro de planificación familiar, para que se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como supervisar y fomentar el uso responsable de los mismos.
- f) Participar y coordinarse con la Red Social.
- g) Participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión farmacéutica eficiente conforme a los principios de eficacia y seguridad.
- h) Participar en los turnos de atención continuada de alguna/s de su/s ZS, una vez establecido por el/la Gerente del Área, en aquellos periodos de tiempo en que las necesidades asistenciales así lo requieran, por no haber posibilidad de sustitución.

Fisioterapeuta en EAP:

- Atender los problemas de salud de la población asignada, contemplando los aspectos biopsicosociales y realizando las actividades de protección, promoción, prevención, diagnóstico de fisioterapia, tratamiento y rehabilitación de la salud, individual y a grupos, lo que comprende:
  1. Valorar al/la paciente mediante consulta a demanda, concertada o programada para analizar la situación de su problema de salud y establecer un diagnóstico de fisioterapia si procede.
  2. Diseñar y ejecutar el plan de actuación de fisioterapia, así como el control y seguimiento de los procesos que atiende.
  3. Asumir el manejo de patología aguda de baja complejidad y patología crónica estable mediante circuitos y protocolos de actuación basados en la evidencia.
  4. Realizar, junto con el resto de profesionales, la captación, diagnóstico fisioterapéutico y seguimiento de personas susceptibles de tratamientos preventivos o recuperadores.
  5. Actuar como consultor en salud para problemas que puedan ser abordados con fisioterapia, tanto para el/la paciente como para el resto de profesionales del equipo.
  6. Realizar atención domiciliaria concertada a instancias de los/las profesionales de la/ las ZS, con el fin de dar apoyo en la valoración de necesidades de fisioterapia para el/la paciente y participar en el desarrollo y ejecución de la atención y seguimiento.
  7. Realizar labores de capacitación y orientación de los cuidadores respecto a la fisioterapia a aplicar al/la paciente.
  8. Desarrollar actividades de educación para la salud, especialmente, dentro de los programas de salud escolar, salud laboral y en la atención al/la paciente crónico.
  9. Participar en el desarrollo de los servicios ofertados en la cartera de servicios de atención primaria en los que su intervención pueda ser de utilidad.
- Prestar atención sanitaria de forma presencial en el centro sanitario, en el domicilio, en centros residenciales o donde sean requeridos, dentro de la ZS, o de forma no presencial a la población asignada, por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- Orientar y supervisar al personal técnico en lo relativo a sus actuaciones en la sala de fisioterapia.
- Mantener comunicación continua y sesiones de trabajo periódicas con el resto de profesionales, para la valoración de los/las pacientes, seguimiento de su evolución y evaluación de los cuidados planteados, colaborando con el equipo en la continuidad asistencial de los/las pacientes, con especial énfasis en aquellos con enfermedades crónicas y/o en situación de complejidad.
- Realizar una adecuada gestión de la demanda y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- Responsabilizarse de que la dotación de material para fisioterapia, según el catálogo de cada centro, se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como del uso responsable de los mismos.



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

Personal de veterinaria de EAP:

- Inspeccionar y asesorar sobre las condiciones sanitarias de industrias y establecimientos alimentarios de su competencia, así como de los procesos de producción, transformación, manipulación, elaboración, almacenamiento, envasado, distribución, venta, servicio o comercialización de esos alimentos y productos.
- Atender los problemas de salud de la población mediante acciones de protección y promoción de la salud, gestión e investigación sanitarias en relación con los peligros de naturaleza biológica, química, física o nutricional con origen en la vida animal y sus producciones, alimentos, subproductos y residuos.
- Inspeccionar las condiciones de bienestar animal durante el sacrificio de animales en mataderos, así como realizar el control de la información de la cadena alimentaria, la inspección ante y post mortem, el marcado sanitario, el control de los subproductos animales no destinados al consumo humano, las tomas de muestras y realización de las pruebas laboratoriales pertinentes, así como cualquier otra función propia de un veterinario de matadero, que se determine por la dirección general competente.
- Auditar sanitariamente los procedimientos basados en los sistemas de análisis de peligros y puntos críticos de control en las industrias y establecimientos de su competencia.
- Auditar sanitariamente los procedimientos establecidos por la empresa alimentaria en lo relativo a la cadena alimentaria y trazabilidad, diseño y mantenimiento de instalaciones y equipamiento, higiene de locales, equipamiento y personal, formación del personal, control de plagas, abastecimiento de agua, control de temperaturas y subproductos en las industrias y establecimientos de su competencia.
- Gestionar alertas alimentarias, toma de muestras oficiales y certificados de exportación a países terceros en las industrias y establecimientos de su competencia.
- Verificar e investigar los aspectos relevantes para el control oficial sanitario en materia de seguridad e higiene de los alimentos en las industrias y establecimientos de su competencia.
- En general, todas aquellas, establecidas en la normativa vigente, derivadas de los controles oficiales de los productos destinados al consumo humano en las industrias y establecimientos de su competencia.
- Educar y formar sanitariamente a la población verificando de forma especial la formación referente a manipuladores de alimentos.
- Controlar la situación sanitaria referente a zoonosis y enfermedades zoonóticas emergentes.
- Realizar el control sanitario de matanzas domiciliarias para autoconsumo y el control sanitario en lo referente a las actividades cinegéticas.
- Participar, en función de las necesidades, en los turnos de atención continuada de salud pública establecidos por la Dirección de Salud.

Personal de farmacia de EAP:

a) Funciones relacionadas con los medicamentos y otros productos farmacéuticos, y su uso racional:

- Del uso racional del medicamento, orientado a los/las profesionales asistenciales: proporcionar información objetiva y contrastada sobre medicamentos y productos farmacéuticos; desarrollar protocolos multidisciplinares para la coordinación clínica en la utilización de medicamentos, que garanticen la continuidad farmacoterapéutica en los ámbitos sanitario y sociosanitario; y desarrollar y ejecutar actividades y programas de uso racional de medicamentos, así como formación y docencia.
- Del uso racional del medicamento, orientado al/la paciente y a la comunidad: atención farmacéutica y seguimiento del plan farmacoterapéutico del/la paciente, especialmente de aquellos con enfermedad crónica, polimedicados, institucionalizados y/o en situación de complejidad; revisión, adecuación y conciliación de la medicación; colaboración con el/la médico/a prescriptor/a en la selección de los medicamentos; revisión de la adherencia terapéutica; educación para la salud individual y/o grupal; desarrollo de acciones de promoción de salud integral con las instituciones locales y grupos; y colaboración con las escuelas de pacientes y dispositivos comunitarios.
- Del uso racional del medicamento, orientado a la gestión y la investigación: garantizar y asumir la responsabilidad técnica de la revisión, petición, recepción, custodia y conservación de los medicamentos y otros productos farmacéuticos para el centro de salud y centros vinculados; control y seguimiento de la prestación farmacéutica y coordinación entre dispositivos asistenciales y oficinas de

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- farmacia de su ZS; y promoción y participación en las comisiones del área, en proyectos de investigación y en herramientas de mejora de la gestión de la prestación farmacéutica.
  - Todas aquellas funciones recogidas en el artículo 45 de la Ley 6/2006 de Farmacia de Extremadura aplicadas al equipo de atención primaria, no recogidas en los apartados anteriores.
- b) Funciones relacionadas con la administración sanitaria y salud pública:
- Inspeccionar y asesorar sobre las condiciones sanitarias de industrias y establecimientos alimentarios de su competencia, así como de los procesos de producción, transformación, manipulación, elaboración, almacenamiento, envasado, distribución, venta, servicio o comercialización de esos alimentos y productos, incluidas oficinas de farmacia, botiquines y depósitos de medicamentos.
  - Auditar los procedimientos basados en los sistemas de análisis de peligros y puntos críticos de control en las industrias y establecimientos de su competencia.
  - Auditar los procedimientos establecidos por la empresa alimentaria en lo relativo a la cadena alimentaria y trazabilidad, diseño y mantenimiento de instalaciones y equipamiento, higiene de locales, equipamiento y personal, formación del personal, control de plagas, abastecimiento de agua, control de temperaturas y subproductos en las industrias y establecimientos de su competencia.
  - Gestionar alertas alimentarias, toma de muestras oficiales y certificados de exportación a países terceros en las industrias y establecimientos de su competencia.
  - Vigilar, inspeccionar y asesorar sanitariamente sobre el abastecimiento y agua de consumo humano, supervisando sus autocontroles.
  - Realizar inspección y control de establecimientos donde se dispensen, distribuyan o almacenen medicamentos de uso veterinario.
  - Realizar la vigilancia y control de las aguas de baño, en piscinas de uso colectivo y zonas de baño naturales.
  - Ejercer el control oficial de las industrias, establecimientos, servicios y productos biocidas, plaguicidas, contaminantes, o cualquier sustancia o producto de naturaleza química.
  - Control y vigilancia sanitaria de instalaciones de riesgo de transmisión de legionelosis.
  - Control y supervisión del cumplimiento de requisitos higiénicos y normativa sanitaria aplicable en otros establecimientos de su competencia (tatuajes, piercings, micropigmentación, estética, distribución de productos cosméticos, bronceado...).
  - Garantizar y asumir la responsabilidad técnica de la revisión, petición, recepción, custodia y conservación de las vacunas para la zona de salud y centros vinculados.
  - Verificar e investigar aquellos aspectos más relevantes para el control oficial sanitario en materia de seguridad e higiene de los alimentos en las industrias y establecimientos de su competencia.
- c) Participar activamente en los equipos de gestión de los procesos asistenciales integrados con labor de asesoramiento sobre recomendaciones terapéuticas y seguridad farmacológica.
- d) Participar, en función de las necesidades, en los turnos de atención continuada de salud pública establecidos por la Dirección de Salud.

Técnico medio sanitario en cuidados auxiliares de enfermería:

- Colaborar, con el resto de profesionales, especialmente con enfermeros y enfermeras, en las labores de protección y promoción de la salud, prevención y rehabilitación, en el centro y en el domicilio.
- Propiciar y mantener el bienestar del/la paciente o usuario/a, proporcionándole cuidados básicos, incluidos los psíquicos (realizando, a su nivel, la aplicación de técnicas de apoyo psicológico y de educación sanitaria), actuando sobre las condiciones sanitarias de su entorno, ofreciendo seguridad y fomentando su autonomía.
- Colaborar en la adecuada gestión de la demanda de la población y de las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población asignada y al trabajo en equipo.
- Participar en la cumplimentación y recogida de información y documentación clínica y epidemiológica, y en su procesamiento y entrega, en colaboración con el resto del equipo, en especial en la gestión de cuidados en las consultas y en las tareas administrativas que pudieran derivar de éstas.
- Colaborar con el personal sanitario en aquellas actuaciones en que, en el ámbito de sus competencias, se le requiera a fin de facilitar la realización de pruebas diagnósticas y terapéuticas, y en el proceso de análisis clínicos.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- Recoger y registrar los datos clínicos, termométricos y somatométricos si así se indica, o según el protocolo establecido.
- Participar en la educación sanitaria en lo relativo a la higiene y aseo personal.
- Realizar la limpieza, esterilización y preparación del material instrumental sanitario que se utiliza en la ZS, incluidas las propias de las unidades de apoyo que se ubiquen en la ZS.
- Responsabilizarse directamente del mantenimiento, control y reposición de almacén y lencería.
- Revisión y reposición de material fungible e instrumental, así como mantenimiento de los aparatos de electromedicina, aerosoles y botellas de oxígeno.
- Colocación, revisión, mantenimiento, conservación y reposición de medicación (incluidas las vacunas), y realización de aquellas otras tareas que le puedan ser delegadas, bajo la supervisión y dirección del farmacéutico responsable.
- Recibir, identificar y manipular las muestras biológicas y participar en el proceso de análisis clínico con otros miembros del equipo.
- Promocionar el proceso adecuado del manejo de residuos.
- Apoyo a la instrumentación en las unidades de apoyo ubicadas en la zona de salud.

Grupo Auxiliar de función administrativa:

- Atender y resolver los trámites administrativos de la población asignada participando activamente en la gestión y actualización de la base de datos de población protegida, la tramitación de citas y en las distintas tareas de admisión y documentación solicitadas por las usuarias y usuarios.
- Realizar todas aquellas tareas de contenido administrativo derivadas del funcionamiento de las unidades o servicios de la ZS, entre otras: el suministro de material, registros, biblioteca, archivos, emisión de la tarjeta sanitaria individual, tratamiento de las propuestas de alta en la base de datos de población protegida, correspondencia, reclamaciones y sugerencias.
- Participar activamente en las labores de atención al/la usuario/a, recepción, información y canalización de usuarios/as, adaptándose a las normas que se establezcan en cada momento y con las herramientas facilitadas a tal efecto.
- Garantizar la organización administrativa de las consultas.
- Asegurar la tramitación de las tareas organizativas, informativas y administrativas derivadas de la actividad del equipo, adaptadas a sus características particulares, y según los circuitos administrativos que estén recogidos en el RRI de la ZS.
- Responsabilizarse de los sistemas de registro, archivo y mantenimiento de cualquier documentación generada por miembros del EAP, incluido material informático.
- Promocionar el trabajo en equipo y la coordinación con otras unidades administrativas y con los servicios de admisión de los centros hospitalarios, para conseguir una mejor accesibilidad y atención y garantizar la continuidad asistencial.

Personal celador:

- Participar activamente en la información y asesoramiento de los usuarios y usuarias, de forma presencial, telefónica, o por los medios que se determinen, sobre actividades y normas del centro, canalización y circulación de personas, adaptándose a las normas de los sistemas de registro que se establezcan en cada momento, con las herramientas facilitadas a tal efecto.
- Realizar recepción y atención telefónica de las personas que acudan o llamen al CS.
- Recoger los datos identificativos del/la paciente, registrarlos en el sistema de información establecido por el SES, y colaborar con la unidad administrativa en el tratamiento definitivo de datos en la base de datos de población protegida para la asistencia sanitaria.
- Canalizar a los y las pacientes que soliciten asistencia, tanto en horario de normal funcionamiento del centro como en el turno de atención continuada, si se requiere, facilitando en todo momento la mejor atención.
- Colaborar en las tareas de apoyo en el traslado y desplazamientos de las personas que lo necesiten.
- Vigilar y controlar el buen funcionamiento y uso del centro, así como del mobiliario, equipos y utillaje.
- Apertura y cierre, cuando proceda, del centro sanitario.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- Transportar y almacenar el material, la documentación, la correspondencia, y cualquier otro objeto necesario para el trabajo en equipo, tanto en el centro como fuera del mismo.
- Realizar trabajo en equipo, coordinándose con la unidad administrativa del centro sanitario y con los servicios de admisión de otros centros, para conseguir una mejor accesibilidad y atención, y garantizar la continuidad asistencial.

Trabajador/a social:

a) Atender los problemas sociosanitarios de la población asignada, a demanda o de forma concertada, contemplando los aspectos biopsicosociales y realizando las actividades sociales de protección, promoción, prevención, y diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de la salud de la mujer, en consonancia con la cartera de servicios de estas unidades:

1. Actividades individuales y grupales de promoción y prevención de embarazos no deseados.
2. Información y apoyo a la mujer en la toma de decisiones respecto a una situación de embarazo no planificado.
3. Asistencia, información y acompañamiento ante la demanda de interrupción voluntaria del embarazo y seguimiento posterior en el marco de la legislación vigente.
4. Actividades de promoción y prevención destinadas a reducir la morbilidad y evitar la propagación de infecciones de transmisión sexual.
5. Actividades encaminadas a la detección precoz de la violencia de género, así como asesoramiento y derivación a servicios específicos de mujeres víctimas de violencia de género, ya sea esta física, psicológica o sexual.
6. Detección, información, orientación y asesoramiento en problemas relacionados con la identidad sexual / de género con el objetivo de promover el bienestar y mejorar la calidad de vida de las personas y familias interesadas.
7. Educación sexual dirigida a grupos, con especial dedicación a adolescentes y mujeres.
8. Tratamiento del malestar psicosocial de las pacientes y elaboración del plan de intervención en los casos que se consideren susceptibles de intervención.

b) Prestar la atención social necesaria de forma presencial o no presencial por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.

c) Coordinarse con el resto de profesionales para la valoración de las pacientes colaborando con el equipo en la continuidad asistencial a través de la intervención social en los entornos familiares, las redes sociales de apoyo y la coordinación con los recursos comunitarios.

d) Gestionar adecuadamente las agendas de trabajo, adaptándose a las necesidades concretas de la población adscrita y al trabajo en equipo.

e) Asumir cuando corresponda las funciones del/la trabajador/a social del/los EAP ubicados en la/s ZS de su ámbito de actuación.

Personal de odontología de área de atención primaria:

- Atender los problemas de salud odontológicos de la población asignada, contemplando los aspectos biopsicosociales y realizando las actividades sanitarias de protección, promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de la salud de forma simultánea e integrada.
- Prestar atención sanitaria en el centro o donde sea requerido dentro de la ZS, de forma presencial o no presencial por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- Informar, realizar educación para la salud y, en su caso, adiestramiento de los/las usuarios/as en materia de higiene y salud bucodental.
- Atender a los menores incluidos en el Plan de Atención Dental Infantil de Extremadura (PADIEx) según lo descrito en el Decreto 195/2004.
- Realizar las tareas preventivas y asistenciales, según protocolos establecidos, de los/las niños/as incluidos/as en el Programa de Atención Dental a Menores de 6 Años.
- Realizar las tareas de captación, educación y promoción de la salud en los centros educativos (dentro de su ámbito de actuación) donde se encuentra institucionalizado el colectivo de personas con discapacidad.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- Realizar tareas preventivas y asistenciales en el colectivo de mujeres embarazadas según los protocolos establecidos en el servicio de salud.
- Asumir las tareas descritas en los programas actuales y futuros dirigidos a diferentes colectivos, con la aplicación rigurosa de los protocolos que, en cada caso, determine el servicio de salud.
- Colaborar en técnicas diagnósticas o terapéuticas cuando así fueran requeridos desde otros niveles asistenciales.
- Participar en la elaboración, actualización y ejecución de las normas de actuación y procedimientos de odontología, respetando las guías y protocolos diagnósticos y terapéuticos establecidos.
- Velar por que la dotación de farmacia y material quirúrgico se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como por el uso responsable del mismo.
- Participar en el desarrollo de los programas dirigidos al uso racional del medicamento y gestión eficiente de la prestación farmacéutica y social.

Personal higienista dental de área de atención primaria:

- Prestar atención sanitaria mediante consulta a demanda o concertada, presencial en el centro, en el domicilio, en centros residenciales, en la comunidad o donde sea requerido dentro de la ZS, y no presencial por cuantas fórmulas se habiliten para la comunicación entre profesionales y pacientes.
- En materia de salud pública, recoger los datos referentes al estado de la cavidad oral para su utilización clínica o epidemiológica, así como realizar los exámenes de salud bucodental de la comunidad bajo la supervisión del/la facultativo/a responsable.
- Realizar la educación para la salud de forma individual o colectiva, instruyendo sobre la higiene bucodental y las medidas de control dietético necesarias para la prevención de procesos patológicos bucodentales.
- Supervisar la evolución y adherencia al plan terapéutico de pacientes con tratamiento prolongado, participando en las actividades de seguimiento de los mismos, según los protocolos que se establezcan.
- Responsabilizarse de que la dotación de farmacia y de material quirúrgico se adecúe a las necesidades reales de la asistencia sanitaria, así como del uso responsable del mismo.
- Realizar las tareas preventivas y asistenciales, según protocolos establecidos, de los/las niños/as incluidos/as en el Programa de Atención Dental a Menores de 6 años.

➤ **Trabajadores especialmente sensibles:**

Trabajadores especialmente sensibles son aquellos trabajadores que por sus propias características personales o estado biológico conocido, incluidos aquellos que tengan reconocida la situación de discapacidad física, psíquica o sensorial, sean sensibles a los riesgos derivados del trabajo (art. 25 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales).

El trabajador iniciará el “*Procedimiento de movilidad por razones de salud*” (Portal del SES/Gestor documental/punto 12-prevención de riesgos laborales/ procedimiento 17) entregando debidamente cumplimentado a la Dirección de RRHH el modelo “Solicitud de movilidad por razones de salud”. Una vez la Dirección de RRHH tenga conocimiento de la solicitud, remitirá la petición a esta Unidad Básica de Prevención de Riesgos Laborales.

Recibida dicha solicitud en el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, el personal sanitario del mismo citará al trabajador/a para su estudio y valoración, emitiendo un “Informe Médico Laboral” con sus conclusiones y medidas preventivas oportunas si fuere preciso. Este informe se remitirá a la Dirección de RRHH y al trabajador/a afectado. La Dirección de RRHH realizará las gestiones oportunas para su efectiva aplicación.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

### **Protección a la maternidad:**

Los cambios fisiológicos y anatómicos que ocurren durante un embarazo normal, las posibles complicaciones ligadas al mismo, al post-parto o a la lactancia y el tiempo necesario para la recuperación después del parto pueden interferir en la capacidad para trabajar de la mujer. Por otro lado, las condiciones de trabajo en las que desempeña su actividad pueden repercutir en su salud, en el curso del embarazo, en el futuro niño o niña y sobre la lactancia.

Por todo ello la mujer embarazada o en periodo de lactancia puede ser especialmente sensible a los riesgos concretos del puesto de trabajo que ocupa, y la normativa regula su especial protección en el artículo 26 de la LPRL.

Una vez conocida por parte de la trabajadora, la situación de embarazo, parto reciente o lactancia natural, según se indica en el *“Procedimiento para la actuación con trabajadoras embarazadas, en situación de parto reciente o de*

*lactancia natural”* del SES a disposición en el gestor documental del portal del SES ( [Trabajadoras embarazadas, parto reciente o lactancia natural](#) ) lo comunicará a la empresa por escrito en el modelo existente, a través de su jefe/superior inmediato. Este último, al tiempo que adopta las medidas cautelares que proceda en materia de prevención de riesgos laborales, dará traslado de la citada comunicación a la Dirección de Recursos Humanos del Área y a esta Unidad Básica de Prevención de Riesgos Laborales.

Recibida dicha comunicación en el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, el personal sanitario del mismo citará a la trabajadora y realizará la vigilancia sanitaria específica y protocolizada, estudiando y valorando específicamente los riesgos a los que se encuentra expuesta en su puesto de trabajo.

### **5. EVALUACIÓN DE RIESGOS:**

A continuación se expone el resultado de la evaluación de riesgos realizada según la metodología William Fine, y siguiendo el RD 486/1997, de 17 de Abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, y las pautas de las Guía Técnicas del INSST.

Este apartado se ha subdividido en las siguientes partes:

- a) Riesgos del lugar de trabajo del centro.
- b) Riesgos específicos de las distintas actividades del centro.

Como complemento a esta evaluación están elaboradas:

- Unidades de fisioterapia de Atención Primaria de fecha 15/junio/2017.
- Actividad Veterinario de Atención Primaria, de fecha 5/julio/2019.

### **6. PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA**

En este apartado se relacionan los riesgos detectados en el lugar de trabajo y en las actividades realizadas por los trabajadores en el desempeño de su tarea que requieren medidas correctoras, con plazo de ejecución y organizados por clasificación del riesgo según los resultados obtenidos de la evaluación de riesgos realizada. Las medidas preventivas que son consideradas de “acción continua”, no se relacionan en este apartado por no hacer demasiado extenso el documento; no dejando de ser por ello importante y recomendable su puesta en práctica así como su seguimiento a lo largo del tiempo.

Independiente a esta evaluación que debe estar en el lugar de trabajo a disposición de los trabajadores, se hace entrega a cada trabajador del centro de unas **“CONSIGNAS INFORMATIVAS”**, donde se les informa individualmente de los riesgos a los que están expuestos, recomendaciones preventivas e información específica de los riesgos más significativos de su actividad profesional.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

**Normativa de obligado cumplimiento:**

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales y sus revisiones.
- RD 39/1997, de 17 de enero por el que se aprueba el reglamento de los servicios de prevención y sus revisiones.
- RD 298/2009, de 6 de marzo, por el que se modifica el RD 39/1997, de 17 de enero, en relación con la aplicación de medidas para promover la mejora de la seguridad y de la salud en el trabajo de la trabajadora embarazada, que haya dado a luz o en periodo de lactancia.
- RD 486/1997, de 14 de abril por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo y sus actualizaciones.
- RD 513/2017, de 22 de mayo, por el que se aprueba el Reglamento de instalaciones de protección contra incendios y sus actualizaciones.
- Código Técnico de la Edificación.
- RD 542/2020, de 26 de mayo, por el que se modifican y derogan diferentes disposiciones en materia de calidad y seguridad industrial.
- RD 842/2002, de 3 de agosto sobre reglamento electrotécnico para baja tensión y sus revisiones.
- RD 614/2001, de 8 de junio, sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico.
- RD 485/1997, de 14 de abril sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo y sus revisiones.
- RD 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 y sus revisiones.
- RD 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.
- RD 1644/2008, de 10 de octubre, por el que se establecen las normas para la comercialización y puesta en servicio de las máquinas y sus revisiones.
- RD 552/2019, de 27 de septiembre, por el que se aprueban el Reglamento de seguridad para instalaciones frigoríficas y sus instrucciones técnicas complementarias y sus revisiones.
- RD 709/2015, de 24 de julio, por el que se establecen los requisitos esenciales de seguridad para la comercialización de los equipos a presión.
- RD 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.
- RD 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.
- RD 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 y sus revisiones.
- RD 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.
- RD 486/2010, de 23 de abril, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a radiaciones ópticas artificiales.
- RD 299/2016, de 22 de julio, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a campos electromagnéticos.
- RD 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo y sus revisiones.
- Orden ESS/1451/2013, de 29 de julio, por la que se establecen disposiciones para la prevención de lesiones causadas por instrumentos cortantes y punzantes en el sector sanitario y hospitalario.
- Real Decreto 665/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos durante el trabajo, y sus revisiones.
- Real Decreto 656/2017 Reglamento de Almacenamiento de Productos Químicos y sus instrucciones técnicas complementarias.
- Real Decreto 374/2001, de 6 de abril, sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo y sus revisiones.
- Publicación límites de exposición profesional para agentes químicos 2024.
- Demás normativa vigente a fecha de esta evaluación, actualizaciones, guías y notas técnicas de prevención del INSST.

# EVALUACIÓN DE RIESGOS POR LUGARES DE TRABAJO



Lugar de Trabajo: **C.S. MANUEL ENCINAS**

Fuente de Riesgo: **PASILLOS Y VÍAS DE CIRCULACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Caídas que se producen en el mismo plano de sustentación.</p> <p>Comprende los derivados de caídas producidas al resbalar, tropezar o pisar mal, en lugares de paso o superficies de trabajo. Se incluyen las producidas ( al hacer contacto con el suelo) bajando escaleras y los choques o golpes contra objetos que se produzcan en la caída.</p> <p>En el gimnasio del área de fisioterapia, se observan algunos cables por el suelo, en la zona del fondo, en la zona de las lámparas infrarrojos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No tender cables, conducciones, mangueras, etc. Con las alargaderas eléctricas, cuidar los retorcimientos, nudos, etc... El recorrido de las alargaderas en el caso de ir tendidas por el suelo, discurrirán próximas a paredes y si pasan frente a una puerta o abertura de paso, discurrirán por el marco y no por el suelo.</li> <li>- Mantener el orden y limpieza en los lugares de trabajo. Eliminar con rapidez los derrames, vertidos y demás residuos.</li> <li>- Las operaciones de limpieza no deberán constituir una fuente de riesgo, realizándose a tal fin en los momentos, de la forma y con los medios más adecuados. Señalizar la zona afectada para evitar el tránsito de personas.</li> <li>- Se limpiarán los pasillos por mitades, empleando señales de peligro "suelo mojado".</li> <li>- Las puertas transparentes deberán tener una señalización a la altura de los ojos.</li> <li>- Las puertas de vaivén deberán tener partes transparentes que permitan la visibilidad de la zona a la que se accede.</li> <li>- No correr, evitar las prisas. Andar con precaución. En el transporte manual de cargas, evitar la obstaculización de la visibilidad del recorrido.</li> <li>- Determinar los lugares de disposición de materiales, fuera de zonas de paso y señalizados convenientemente.</li> <li>- Señalizar los desniveles.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al entrar o salir de los ascensores, comprobar que la cabina está completamente nivelada.</li> <li>- Disponer de buena iluminación de los lugares de trabajo. El nivel de iluminación de un puesto de trabajo se adaptará a la tarea a realizar y tendrá en cuenta la edad del trabajador, así como las condiciones reales en que se debe realizar el trabajo.</li> <li>- Mantener las zonas de circulación y las salidas de emergencia convenientemente señalizadas y libres de obstáculos.</li> <li>- Las zonas de los lugares de trabajo en las que exista riesgo de caída, deberán estar claramente señalizadas.</li> <li>- El suelo debe ser un conjunto homogéneo, fijo y estable; de pavimento no resbaladizo. Comunicar la reparación de desperfectos en el suelo y señalar mientras ésta se lleva a cabo.</li> <li>- El diseño y las características constructivas de los lugares de trabajo deberán ofrecer seguridad frente a los riesgos de resbalones o caídas, choques o golpes contra objetos y derrumbamientos o caídas de materiales sobre los trabajadores.</li> <li>- El diseño y las características constructivas de los lugares de trabajo deberán también facilitar el control de las situaciones de emergencia, en especial en caso de incendio, y posibilitar, cuando sea necesario, la rápida y segura evacuación de los trabajadores.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado con suela antideslizante.</li> <li>- No encerar los suelos de mármol, piedra artificial o plástico.</li> </ul>
<b>CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	<p>Caídas desde altura, zonas elevadas, manejo de escaleras manuales.</p> <p>Los AGENTES MATERIALES más frecuentes asociados a los accidentes de trabajo por caída de altura son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escaleras portátiles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar una escalera de mano de tamaño adecuado para el almacén general del centro pues no dispone de ninguna para acceder a las baldas altas de las estanterías.</li> <li>- Mantenimiento periódico de las bandas antideslizantes instaladas en las escaleras, sustituyendo aquellas que estén deterioradas.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado con suela antideslizante recomendado por este servicio.</li> <li>- Las zonas de los lugares de trabajo en las que exista riesgo de caída, de caída de</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escaleras fijas.</li> <li>- Banquetas.</li> </ul> <p>El centro dispone de escaleras fijas de 1,62 cm. de ancho. Los peldaños de las escaleras disponen de bandas antideslizantes con acabado rugoso. La escalera dispone de barandilla y pasamanos en el lado cerrado a una altura de 100 y 110 cm respectivamente.</p> <p>No disponen de escalera de mano en el almacén</p>	<p>objetos o de contacto o exposición a elementos agresivos, deberán estar claramente señalizadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener en todo momento el orden y la limpieza en los lugares de trabajo, recoger toda herramienta y el material utilizado al finalizar la tarea. Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y revisión de toda herramienta de trabajo, escaleras de mano, ... Reparando y sustituyendo si es necesario.</li> <li>- Mantener un nivel de iluminación adecuado en los lugares de trabajo.</li> <li>- Las superficies de las escaleras fijas deben ser antideslizantes y de un material resistente al uso.</li> <li>- Los suelos de los locales de trabajo deberán ser fijos, estables y no resbaladizos, sin irregularidades ni pendientes peligrosas.</li> </ul> <p><u>ESCALERAS DE MANO:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de proceder a su uso, comprobar el correcto ensamblaje y buen estado de largueros, peldaños, zapatas y demás componentes.</li> <li>- Se deberá utilizar una escalera de mano de longitud adecuada.</li> <li>- Asegurar la estabilidad de la base asentando ésta sobre una superficie plana haciendo uso de los mecanismos que impiden su deslizamiento. Cuando sea necesario, la fijación de la escalera se asegurará siendo sostenida por un segundo trabajador durante su uso.</li> <li>- Las escaleras deberán tener la resistencia necesaria para su uso, será de tamaño adecuado a las necesidades.</li> <li>- Se deberá prestar atención al ángulo de colocación de la escalera de mano. Si la escalera es de tijera abrir completamente.</li> <li>- Los trabajadores no llevarán objetos en sus manos cuando suban a una escalera.</li> </ul>
--	--	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- El ascenso, descenso y los trabajos desde escaleras se efectuarán por una única persona, con calzado cerrado antideslizante y de frente a las mismas.</li> <li>- Las escaleras se colocarán apartadas de elementos móviles, no se colocarán en el área de barrido de las puertas a menos que éstas se bloqueen y señalicen convenientemente.</li> <li>- Los peldaños deben estar limpios, libres de grasas o sustancias que puedan provocar resbalones.</li> <li>- Evitar el uso de cajas, sillas o mesas para acceder a zonas elevadas. Utilizar únicamente elementos diseñados para ello (banquetas, escaleras, etc...) estables y adecuados a la altura a la que se quiere acceder.</li> <li>- Avisar al servicio de mantenimiento de cualquier deficiencia que se observe.</li> </ul>
<b>PISADAS SOBRE OBJETOS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se produce al tropezar o pisar sobre objetos existentes en el suelo, una superficie poco consistente o irregular que, sin dar lugar a una caída, ocasiona un daño físico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener en todo momento el orden y la limpieza en los locales de trabajo. No dejar por medio las herramientas y/u objetos utilizados.</li> <li>- Mantener libre de obstáculos las zonas de paso, señalizando las áreas de trabajo o de almacenamiento cuando interfieran y sea inevitable su presencia. No dejar mobiliario ni objetos en medio de las vías de circulación del servicio.</li> <li>- Eliminar con rapidez los residuos generados colocándolos en recipientes adecuados.</li> <li>- Las superficies de trabajo y zonas de tránsito, tendrán la iluminación adecuada al tipo de operación a realizar.</li> <li>- De manera general, el puesto de trabajo debe disponer de espacio suficiente, libre de obstáculos para realizar el trabajo con holgura y seguridad.</li> <li>- Se evitará que en la superficies de los puestos de trabajo, lugares de tránsito, escaleras, etc., se encuentren cables eléctricos, herramientas, objetos, etc... que al ser pisados puedan producir accidentes.</li> <li>- Dotar a los trabajadores de calzado de trabajo, cerrado y antideslizante recomendado por este servicio.</li> </ul>

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES</b>	C: Leve E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Tolerable</b>	Se analiza este riesgo por la posibilidad de golpearse contra mobiliario situado en zonas de paso, cajones de las mesas que se quedan abiertos, cajones de archivadores abiertos, almacenamientos en las zonas de paso, equipos por medio, etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo, deberá permanecer libres de obstáculos.</li> <li>- La iluminación de cada zona o parte de un lugar de trabajo, deberá adaptarse a las características de la actividad que se efectúe en ella.</li> <li>- Extremar la precaución en pasillos que impliquen giros con escasa o nula visibilidad, así como en las salidas de recinto y ascensores.</li> <li>- Inspeccionar visualmente el área de trabajo y las vías de circulación por las que se transite.</li> <li>- Orden en la colocación de los equipos, mobiliario,... dejando suficiente espacio de paso entre unos y otros.</li> <li>- Las cajoneras de las mesas se situarán al lado contrario del acceso del trabajador al puesto. En caso de no poder modificarse, los cajones deben estar siempre cerrados.</li> <li>- Los cajones de los archivos, deben mantenerse cerrados siempre que no se estén utilizando.</li> </ul>
<b>CHOQUE CONTRA ELEMENTOS MOVILES</b>	C: Leve E: Frecuente P: Posible = <b>Trivial</b>	Posibilidad de recibir un golpe por partes móviles que tienen diferentes maquinarias fija o por los objetos como, sillas de ruedas empleadas en el transporte de pacientes, carros de curas, carros de pedidos de almacén, electrocardiograma, insuficiente iluminación en algunas zonas de	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los equipos de trabajo deben estar situados de tal manera que no invadan las vías de circulación del lugar de trabajo, no existiendo posibilidad de que sus elementos móviles golpeen al trabajador que deambule por dicho lugar. Así mismo se debe trabajar siempre siguiendo las instrucciones de la máquina utilizada y los procedimientos de trabajo existentes.</li> <li>- Cuando se trabaje con maquinaria o herramienta con partes móviles, tener la precaución de que no haya cerca ningún trabajador que pueda ser golpeado o lesionado.</li> </ul>

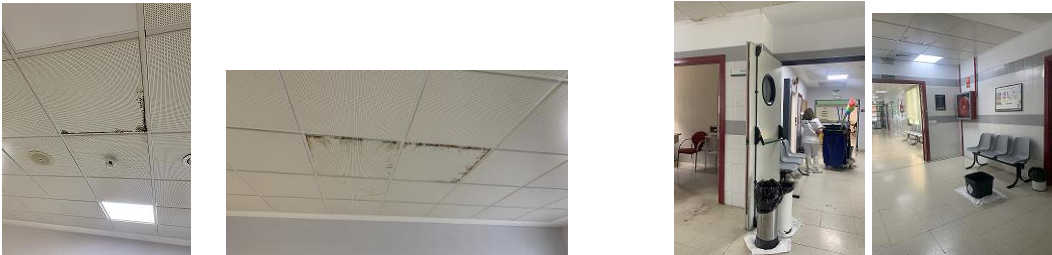

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>paso.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los equipos de trabajo deben estar dotados de dispositivos que garanticen la ejecución segura de las operaciones. Deberán cumplir con la normativa vigente, tener marcado CE y puesta en conformidad.</li> <li>-Colocación de sillas, carros y diversos objetos en lugares donde no supongan un riesgo de golpe contra personas.</li> <li>- Mantener el orden y limpieza en el almacén, no dejando cajas ni objetos por el medio, recoger la escalera de mano una vez utilizada.</li> <li>-No dejar mobiliario ni objetos en medio de las vías de circulación del servicio. Evitar las prisas, actuar con precaución.</li> <li>- Los pasillos y zonas de paso deberán tener una anchura adecuada al número de personas que hayan de circular por ellos, antura mínima de 1 m. a 1,20 m.</li> <li>- La separación entre los equipos de trabajo y mobiliario será suficiente para que los trabajadores puedan ejecutar su labor cómodamente y sin riesgos.</li> <li>- Los elementos móviles de las máquinas deben estar totalmente aislados por diseño, fabricación y/o ubicación.</li> <li>- Las operaciones de mantenimiento y limpieza se deben ejecutar durante la detención de los motores, transmisiones y máquinas.</li> <li>- Todos los lugares de trabajo o tránsito tendrán iluminación natural, artificial o mixta apropiada a las operaciones que se ejecuten, según para el tipo de trabajo realizado se necesitan de 500 lux en zonas de trabajo con exigencias visuales altas, a 100 lux en zonas de paso habitual.</li> </ul>
--	--	--------------	--

Fuente de Riesgo: **LUGARES DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR ORGANIZACIÓN O RECURSOS INADECUADOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se valora este riesgo por la importancia que tiene para la seguridad y salud de los trabajadores que las construcciones, instalaciones, equipos y maquinaria, herramientas, etc. cumplan con la normativa vigente, así como que se realice un adecuado mantenimiento periódico.</p> <p>Así mismo se valora por la importancia que tiene el mantener una adecuada organización de trabajo en el desarrollo de las tareas, organización en el almacenamiento, orden y limpieza, buen uso de los equipos e instalaciones, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En general los lugares de trabajo deberán cumplir, los requisitos mínimos de seguridad indicados en el Real Decreto 486/97, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.</li> <li>- Se deberá cumplir con lo especificado en el código técnico de edificación, así como completarse con las exigencias de otras normativas dictadas por las Administraciones competentes.</li> <li>- Se deberá cumplir con lo especificado en las distintas normativas existentes sobre las instalaciones, refrigeración y calefacción, renovaciones de aire, etc. con especial atención en las específicas del ámbito sanitario.</li> <li>- Se deberá garantizar un adecuado mantenimiento de los lugares de trabajo y sus instalaciones.</li> <li>- En la adquisición de cualquier equipo de trabajo deberá asegurarse el cumplimiento de los requisitos mínimos de seguridad y salud en máquinas y componentes definidos legalmente, sin los cuales no es posible su comercialización: marcado CE, declaración CE o conformidad, manual de instrucciones en castellano.</li> <li>- El libro de instrucciones, en castellano, de la maquinaria utilizada debe de estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores. El trabajador debe tener conocimiento de la utilización de la maquinaria o equipo que va a manipular y utilizarla según sus instrucciones.</li> <li>- Las reparaciones de los equipos debe realizarse por personal especializado.</li> <li>- Adecuada organización de trabajo en las unidades, existencia de procedimientos de trabajo de toda tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud del trabajador.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguimiento continuo del buen funcionamiento de los servicios, revisiones lugares de trabajo, instalaciones, equipos, maquinaria, útiles, etc...</li> <li>- Seguimiento de la buena organización del trabajo así como de la correcta realización de las tareas, principalmente de aquellas que puedan influir negativamente en la seguridad y salud del trabajador y/o de sus compañeros.</li> </ul>
<p><b>CAÍDA DE OBJETOS DESPRENDIDOS</b></p>	<p>C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>Caída de objetos diversos que no es están manipulando y que se desprenden de su ubicación por razones varias. Existe este riesgo debido a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apilamientos / posicionamientos inadecuados de elementos (cajas, equipos,...)</li> <li>- Elementos almacenados incorrectamente en armarios, estanterías y demás instalaciones.</li> <li>- Elementos del edificio en mal estado.</li> </ul> <p>Se observa partes del techo en mal estado.</p> <p>En la visita al centro del día 17/10/24, se observan varias goteras.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisar las placas del techo que se observan están en mal estado en la zona de las escaleras y pasillos. Si afecta a la seguridad, reemplazarlas. Reparar el origen de las goteras.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisar las placas del techo que se observan en mal estado en la sala de lactancia. Si afecta a la seguridad reemplazarlas. Reparar el origen de las goteras.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los espacios de trabajo deberán estar libres de riesgo de caída de objetos por desplome o desprendimiento. Se realizará un adecuado mantenimiento de los elementos</li> </ul>

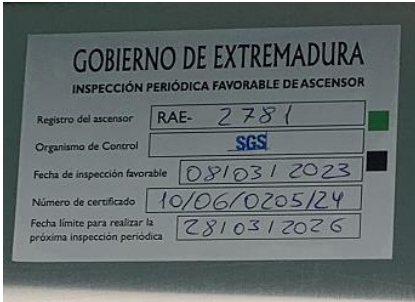
Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 32 de 365			



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>estructurales, especial atención en techos, cornisas, claraboyas, luminaria, etc. reparándose todo aquello que presente signos de deterioro y pueda suponer un riesgo para el personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las zonas de trabajo en las que exista riesgo de caída de objetos o derrumbes, deberán estar claramente señalizadas. No permitiendo el paso de personas por dicho lugar mientras no sea reparado.</li> <li>- El almacenamiento de materiales se realizará en lugares específicos, delimitados y señalizados.</li> <li>- Los materiales se apilarán en lugares adecuados, los cuales estarán en buen estado y con resistencia a la carga máxima.</li> <li>- Asegurar que las estructuras de las estanterías estén en buen estado y convenientemente fijadas.</li> <li>- Cualquier modificación llevada a cabo en las estanterías, deberá realizarse por personal cualificado y con la misma vacía.</li> <li>- Facilitar escaleras de mano de tamaño adecuado para poder acceder a las baldas elevadas de las estanterías. No trepar por ellas ni improvisar para el ascenso elementos no diseñados específicamente para tal fin.</li> <li>- Mantenimiento adecuado del mobiliario, maquinaria, herramientas de trabajo, etc.</li> <li>- Limitar las alturas de apilado de elementos (cajas, equipos, etc.).</li> <li>- Mantener la atención en los desplazamientos, evitando distracciones y prisas. En el desplazamiento con cargas, evitar la obstaculización de la visibilidad con la carga.</li> <li>- Mantener en todo momento el orden y la limpieza en los centros de trabajo.</li> </ul>
<b>ATRAPAMIENTO POR O ENTRE OBJETOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Utilización de los equipos de trabajo para realizar adecuadamente la tarea.  Atrapamiento en instalaciones,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantenimiento periódico de la maquinaria, puertas, ascensores, etc. realizando las reparaciones necesarias para su buen funcionamiento.</li> <li>- Las operaciones de mantenimiento que puedan suponer un peligro para la seguridad de los trabajadores se realizarán tras haber parado o desconectado el equipo, haber</li> </ul>


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>contacto con los elementos mecánicos de los equipos de trabajo, puertas basculantes, ascensores, elementos móviles de los equipos en general, destructoras de documentos, etc....</p> <p>Riesgos mecánicos.</p> <p>Manipulación de resguardos de seguridad de las máquinas.</p> <p>El centro dispone de un ascensor. Según figura en la etiqueta, pasó una inspección favorable con fecha 08/03/2023, debiendo pasar la próxima en marzo/2026.</p>  <p>Última revisión de manetenimiento en fecha agosto/24</p>	<p>comprobado la inexistencia de energías residuales peligrosas y haber tomado las medidas necesarias para evitaescr su puesta en marcha o conexión accidental mientras se estén efectuando las operaciones de mantenimiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los ascensores debe pasar una revisión y mantenimiento periódico, inspecciones e inspecciones técnicas obligatorias. Si se produce un atrapamiento, esperar al técnico especialista y no intentar salir solo. Evitar entrar en el ascensor mientras las puertas se cierran.</li> <li>- Las operaciones de mantenimiento, reparación o transformación que supongan un riesgo específico deberán ser encomendadas al personal específicamente capacitado para ello.</li> <li>- Los órganos de accionamiento (puesta en marcha, parada, parada de emergencia, etc.) que tengan incidencia en la seguridad del trabajador deberán ser claramente visibles e identificables y si es necesario estarán indicados con una señalización adecuada, además de estar situados fuera de las zonas peligrosas.</li> <li>- Los órganos de mando deberán estar protegidos para evitar los accionamientos involuntarios. Concretamente la puesta en marcha solamente se podrá efectuar mediante una acción voluntaria sobre el órgano de mando</li> <li>- La maquinaria fija deberá estar correctamente fijada y estabilizada, de manera que no pueda producirse caída, vuelco o desplazamiento de la misma.</li> <li>- Su emplazamiento deberá dejar suficiente espacio libre entre los elementos móviles y el entorno, no suponiendo un riesgo para los trabajadores.</li> <li>- El nivel de iluminación de un puesto de trabajo se adaptará a la tarea a realizar y tendrá en cuenta la edad del trabajador, así como las condiciones reales en que se debe realizar el trabajo.</li> <li>- Para obtener la iluminación precisa podemos recurrir a la iluminación localizada como complemento de la iluminación general.</li> <li>- Manual de instrucciones, redactado en castellano, incluyendo información de utilidad para la instalación, uso y mantenimiento de la máquina. El trabajador que manipule la máquina deberá tener conocimiento del mismo y seguir sus indicaciones.</li> </ul>
--	--	--	--

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 34 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar los EPI recomendados en el libro de instrucciones de la máquina utilizada (guantes, gafas antisalpicaduras, mascarillas etc.).</li> <li>- Todos los elementos móviles de máquinas e instalaciones deben estar provistos de los correspondientes sistemas de protección por medios mecánicos (pantallas, resguardos, etc.) que impidan el acceso a los puntos peligrosos. En caso de observar deficiencias, ponerlo en conocimiento del superior inmediato.</li> <li>- Toda máquina y equipo de trabajo deberá cumplir las exigencias de la normativa que le sea de aplicación, la máquina que presente no conformidades o no disponga de marcado CE y no se pueda adaptar a lo especificado en la normativa, se deberá retirar del lugar de trabajo y mantenerla fuera de uso, dándoles de baja en inventario de la empresa.</li> <li>- En las puertas batientes se dispondrá de mirillas de altura y dimensiones suficientes para garantizar una visión correcta de la parte contraria.</li> <li>- Si se transportan materiales voluminosos apilados, éstos deben permitir siempre la visibilidad.</li> </ul>
<p><b>CONTACTOS ELÉCTRICOS DIRECTOS</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Cuando se entra en contacto con una parte en tensión desnuda.</p> <p>Causas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajar en equipos conectados a la fuente de alimentación o con acumulación de energía.</li> <li>- Utilización de equipos de trabajo con conductores o conexiones en mal estado.</li> <li>- Instalación eléctrica en mal estado. Ej: partes en tensión accesibles.</li> </ul> <p>Cualquier cable eléctrico con el aislamiento deteriorado, puede originar una descarga al tocarlo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para evitar contactos eléctricos directos, mantener los cables eléctricos fuera de las zonas de paso o protegidos con canaletas.</li> <li>- La instalación eléctrica no deberá entrañar riesgos de incendio o explosión. Los trabajadores deberán estar debidamente protegidos contra los riesgos de accidente causados por contactos directos o indirectos.</li> <li>- El tipo de instalación eléctrica de un lugar de trabajo y sus componentes deberán adaptarse a las condiciones del lugar, de la actividad y de los equipos eléctricos (receptores) a utilizar. Deberán tenerse en cuenta las características conductoras del lugar del trabajo (presencia de superficies muy conductoras, agua o humedad), la presencia de atmósferas explosivas, materiales inflamables o ambientes corrosivos y cualquier otro factor que pueda incrementar el riesgo eléctrico.</li> <li>- Comprobar que la instalación eléctrica cumple con los requerimientos de la normativa vigente, es decir, Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión y sus instrucciones técnicas complementarias.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Los cuadros eléctricos están señalizados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar revisiones periódicas para comprobar su correcto estado, sustituyendo los elementos deteriorados.</li> <li>- Las barreras o envolventes deben fijarse de manera segura y ser de una robustez y durabilidad suficientes para mantener los grados de protección exigidos, con una separación suficiente de las partes activas en las condiciones normales de servicio, teniendo en cuenta las influencias externas.</li> <li>- En cualquier caso, las instalaciones eléctricas y su uso y mantenimiento deberán cumplir lo establecido en la reglamentación electrotécnica y en la normativa general de seguridad y salud sobre lugares de trabajo, equipos de trabajo y señalización en el trabajo, así como cualquier otra normativa específica que les sea de aplicación.</li> <li>- Las herramientas serán aislantes y adecuadas a las características del trabajo a realizar, el aislamiento deberá cubrir la totalidad de la herramienta excepto la parte operativa de la misma. Deberán tener el marcado CE como garantía de comercialización segura y uso adecuado a la normativa de seguridad de la Unión Europea.</li> <li>- No utilizar máquinas y herramientas defectuosas y hacer que sean reparadas.</li> <li>- No utilizar herramientas eléctricas con las manos y/o pies húmedos o mojados.</li> <li>- No utilizar herramientas eléctricas húmedas o mojadas.</li> <li>- Seguir en todo momento las instrucciones del fabricante referente a su uso, mantenimiento, conservación y reparación de las herramientas y equipos de trabajo, las instrucciones deberán estar disponibles y en español.</li> <li>- Los equipos eléctricos portátiles, estarán protegidos de acuerdo con el reglamento electrotécnico de baja tensión.</li> <li>- Realizar periódicas inspecciones visuales de los equipos, cables eléctricos y herramientas antes de su utilización y después de una modificación, reparación, accidente o incidente. Previo a la utilización de equipos eléctricos, observar que estén en perfecto estado, incluido el estado del aislamiento de los cables que no esté deteriorado.</li> <li>- En caso de fallos o anomalías desconectar inmediatamente la corriente eléctrica e informar al personal de mantenimiento.</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- No alterar ni modificar los dispositivos de seguridad de los equipos.</li> <li>- No realizar conexiones de los equipos sin clavija u otro tipo de improvisaciones.</li> <li>- En recintos mojados, húmedos o conductores, utilizar tensiones de seguridad o transformadores de aislamiento.</li> <li>- Los equipos electromédicos deben ser instalados, mantenidos y reparados por personal acreditado o por los correspondientes servicios técnicos autorizados. En nuestra área de salud actualmente es Serveo Servicios.</li> <li>- Sólo podrán utilizarse equipos eléctricos compatibles con el tipo de instalación eléctrica existente y los factores antes mencionados.</li> <li>- Las partes activas deberán estar recubiertas de un aislamiento que no pueda ser eliminado más que destruyéndolo. Las partes activas deben estar situadas en el interior de envolventes o detrás de barreras. Las barreras o envolventes deben fijarse de manera segura, ser duraderas y tener una separación suficiente de las partes activas. No retirar nunca los recubrimientos o aislamientos de las partes activas de los sistemas.</li> <li>- Los trabajos con riesgo eléctrico deben ser realizados por personal con la necesaria preparación (autorizado, cualificado) por la empresa.</li> <li>- Asegurarse de no sobrecargar enchufes utilizando bases de enchufe múltiple sin comprobar que el consumo de los equipos conectados es admisible por la instalación.</li> <li>- Antes de comenzar a trabajar, realizar un control visual para detectar defectos reconocibles (cables, enchufes, aparatos eléctricos...).</li> <li>- No verter líquidos cerca de tomas de corriente, aparatos eléctricos o cuadros eléctricos.</li> <li>- Si se detecta cualquier anomalía, informar al servicio de mantenimiento, desconectar el aparato de la corriente eléctrica y colocar un cartel indicativo de averiado.</li> <li>- Desconectar los equipos antes de limpiarlos o cambiar algún componente.</li> <li>- Las manos deben estar limpias y secas cuando se realice conexión y desconexión de equipos.</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las zonas próximas a los equipos de trabajo eléctricos deben estar secas.</li> </ul>
<p><b>CONTACTOS ELÉCTRICOS INDIRECTOS</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Contacto con partes de la instalación que se encuentran accidentalmente bajo tensión.</p> <p>Causas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fallos en aislamiento de conductores.</li> <li>- Derivaciones en equipos y defectos en la instalación de puesta a tierra o ausencia de la misma.</li> <li>- Contacto con equipos, máquinas dañadas o defectuosas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las masas metálicas de los equipos tales como carcasas, bancadas se pondrán a tierra.</li> <li>- La instalación de alimentación dispondrá de diferenciales asociados a toma de tierra cuando no se hayan adoptado otras medidas de acuerdo con el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión.</li> <li>- Realizar revisiones periódicas de la instalación eléctrica por personal competente para asegurar correcto mantenimiento preventivo.</li> <li>- Las herramientas eléctricas manuales serán de doble aislamiento. En la placa de características vendrá indicado mediante un cuadrado en el interior de otro.</li> <li>- Para evitar la acumulación de cargas electrostáticas podrán adoptarse, entre otras, alguna de las siguientes medidas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eliminación o reducción de los procesos de fricción.</li> <li>- Utilización de materiales antiestáticos o aumento de su conductividad (por incremento de la humedad relativa, uso de aditivos o cualquier otro medio).</li> <li>- Conexión a tierra, y entre sí cuando sea necesario, de los materiales susceptibles de adquirir carga, en especial, de los conductores o elementos metálicos aislados.</li> <li>- Utilización de dispositivos específicos para la eliminación de cargas electrostáticas.</li> <li>- Cualquier otra medida para un proceso concreto que garantice la no acumulación de cargas electrostáticas.</li> </ul> </li> <li>- Extremar la precaución al emplear equipos eléctricos, evitar manipularlos con las manos húmedas y depositarlos en zonas mojadas o donde puedan estar expuestos a la proyección de agua o líquidos.</li> <li>- Realizar inspecciones periódicas de los equipos por personal cualificado.</li> <li>- Utilizar equipos y herramientas con marcado CE.</li> <li>- Se deberá evitar la utilización de enchufes múltiples, con el fin de no sobrecargar la instalación eléctrica. No se improvisarán empalmes ni conexiones.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>EXPLOSIONES</b></p>	<p>C: Muy Seria E: Poco usual P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>Riesgo de explosión puede darse en laboratorios, salas de almacenamiento de botellas de gases comprimidos, instalaciones con refrigerantes inflamables, compresores, etc...</p> <p>Evaporación de productos disolventes en espacios cerrados.</p> <p>Salida incontrolada de gases de los recipientes.</p> <p>Trabajar en ambientes inflamables, incendios y explosiones.</p> <p>Existencia de botellas de oxígeno y aire sintético medicinal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Almacenamiento, mantenimiento y transporte adecuados de los recipientes de gases a presión.</li> <li>- Clasificar en zonas las áreas de trabajo en las que puedan formarse atmósferas explosivas.</li> <li>- Las botellas de gases inflamables como aire sintético, oxígeno, etc. se transportarán y se almacenarán de pie siguiendo las especificaciones de la etiqueta del producto.</li> <li>- Los tanques y zonas de almacenamiento serán adecuados al tipo de gas en lugares separados del edificio del centro.</li> <li>- Se deberá realizar un mantenimiento adecuado de estas instalaciones y de los componentes de las mismas.</li> <li>- Señalizar las zonas de almacenamiento de botellas de gases, indicando los tipos de gases almacenados, de acuerdo con la clasificación que establece la ITC MIE-AP-7 del reglamento de aparatos a presión, así como la prohibición de fumar o encender fuegos. Disponer de un suministro permanente de agua para poder enfriar las botellas en caso de verse sometidas al calor de un incendio. Seguir lo indicado en dicho reglamento.</li> <li>- Señalizar los accesos a las áreas en las que puedan formarse atmósferas explosivas en cantidades tales que supongan un peligro para la salud y la seguridad de los trabajadores.</li> <li>- Ventilación y/o extracción en trabajos en espacios cerrados.</li> <li>- Orden y limpieza con objeto de evitar la acumulación de material combustible cerca de posibles focos de calor.</li> <li>- Los residuos de productos inflamables acumulados en determinados recipientes o zonas de riesgo deben limpiarse. Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.</li> <li>- No situar materiales combustibles ni productos inflamables próximos a las fuentes de alumbrado o calefacción. Los productos inflamables se almacenarán en los recintos habilitados para ello y en las cantidades imprescindibles.</li> <li>- Los trabajos en emplazamientos con riesgo de incendio o explosión se realizarán siguiendo un procedimiento que reduzca al mínimo estos riesgos. Para ello se limitará y</li> </ul>
---------------------------	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>controlará la presencia de sustancias inflamables en la zona de trabajo y se evitará la aparición de focos de ignición, en particular cuando pueda formarse una atmósfera explosiva. Elaborar y mantener actualizado procedimientos de trabajo seguros. Dar a conocer a los trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las instalaciones y equipos eléctricos utilizados en emplazamientos con riesgo de incendio / explosión deben cumplir los requisitos específicos contenidos en los reglamentos electrotécnicos de alta y baja tensión y normativa vigente para aparatos empleados en dichos emplazamientos.</li> <li>- Evitar sobrecargar la instalación eléctrica.</li> <li>- En los lugares o procesos donde pueda producirse una acumulación de cargas electrostáticas deberán tomarse las medidas preventivas necesarias para evitar las descargas peligrosas y particularmente, la producción de chispas en emplazamientos con riesgo de incendio o explosión.</li> <li>- Debe estar garantizada la existencia y correcto estado de revisión y mantenimiento de los extintores y otros medios de extinción del centro. Éstos deberán estar libre de obstáculos en todo momento.</li> <li>- Utilizar sólo aparatos y equipos a presión seguros que dispongan de marcado CE, siguiendo los procedimientos de trabajo del fabricante.</li> <li>- Los elementos de las instalaciones frigoríficas deberán disponer de medios de protección adecuados según marca la ley.</li> <li>- Realizar un mantenimiento preventivo de los equipos. Si se detectara alguna deficiencia o anomalía informar a la persona responsable.</li> </ul>
<b>INCENDIOS</b>	C: Muy Seria E: Ocasional P: Posible = <b>Moderado</b>	Fuego en el lugar de trabajo. Emergencias. Evacuación. Manejo de productos inflamables.  Incendio originado por causas eléctricas (cortocircuitos o sobrecarga de instalaciones o	<p>- Pendiente elaborar el plan de emergencias del centro y dar formación a los trabajadores al respecto.</p> <p>- Hablar con la empresa encargada de revisar los medios de extinción de incendios, comunicándole el hecho de que las BIE instaladas tienen etiquetado que deberían haber pasado la revisión en diciembre del año pasado.</p>



**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

equipos eléctricos por una mala instalación o falta de mantenimiento) o por causas térmicas (existencia de fuentes de calor donde hay productos inflamables).

Una instalación eléctrica puede convertirse en foco de ignición cuando se producen sobre intensidades o sobre tensiones que dan lugar a un calentamiento anormal de la misma.

Incendios y explosiones como resultado de la utilización de lámparas o herramientas eléctricas móviles en espacios restringidos que contienen residuos de gases combustibles.

Escapes de gas de los recipientes. El centro dispone de botellas de gases como son de oxígeno y aire sintético medicinal.

En general se observan cables muy largos y enredados enchufados en regletas.

El centro dispone de:

- Extintores (4 en cada planta) tipo ABC (9) y B (3) todos ellos etiquetados como próxima revisión noviembre/2024.
- BIE: 5 BIE (2 en planta baja y -1



- Los extintores y las Bies, deben estar libres de obstáculos. Deben ser de fácil acceso para el trabajador o profesional. Dejar libre el acceso a la BIE situada en la planta -2.



- Hablar con la empresa contratada para el mantenimiento de la instalación contra incendios para que nos remita informe de la correcta revisión de los detectores de incendios, pulsadores de alarma y avisadores acústicos.

- Debe estar garantizada la existencia y correcto estado de revisión y mantenimiento de los extintores y otros medios de extinción del centro. Éstos deberán estar libre de obstáculos

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>y 1 en la planta -2) etiquetadas con fecha próxima revisión diciembre/2023.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Detectores de incendios: 13 repartidos por las distintas plantas. No se observa dispongan de luz</li> <li>- Pulsadores de alarma: 4 repartidos en cada planta.</li> <li>- Avisador acústico: 1 en cada planta</li> <li>- Se observan obstáculos delante de una BIE situada en la planta -2 que impide su acceso rápido.</li> <li>- Se observa vía de evacuación de la planta -2 llena de obstáculos.</li> <li>- Se observa que algunos trabajadores disponen de estufas eléctricas portátiles en sus consultas, en concreto calefactores infrarrojos.</li> </ul>	<p>en todo momento y de fácil acceso para el trabajador.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los extintores se revisarán trimestralmente bien por personal especializado del fabricante o empresa mantenedora o bien por el usuario; anualmente por parte de una empresa autorizada y los que estén a presión cada 5 años serán sometidos a las pruebas reglamentarias por empresas autorizadas.</li> <li>- Las BIES se revisará la señalización trimestralmente bien por personal especializado del fabricante o empresa mantenedora o bien por el usuario, anualmente y cada 5 años por empresas autorizadas.</li> <li>- Todos los equipos de extinción de incendios (extintores, armarios...) deben disponer de la señalización indicativa de su presencia.</li> <li>- Si se necesita utilizar un calefactor como complemento a la climatización del centro, evitar los calefactores infrarrojos o halógenos, se recomienda optar por un modelo de aceite o de aire que permita regular la intensidad del chorro de aire. Colocarlo en un lugar adecuado procurando que guarde una distancia aproximada de 1 metro respecto a cualquier objeto. Revíselo antes de utilizarlo, comprobando que está en buen estado. Siga las instrucciones de uso y mantenimiento recomendadas por el fabricante.</li> <li>- Se deberán almacenar los productos químicos teniendo en cuenta la tabla de incompatibilidades de almacenamiento. (se facilita cartel informativo). Disponer del mínimo stock de productos químicos posibles. No sobrepasar los 50 litros en productos inflamables.</li> </ul>
--	--	--	---

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

Tabla V1  
Tabla de incompatibilidades en el almacenamiento conjunto de productos químicos

CLASES Y CATEGORÍAS DE PELIGRO REPRESENTADOS POR LOS PICTOGRAMAS CONFORME AL REGLAMENTO CLP							
Explosivos: AUTORREACTIVOS (TPO A Y B); PERÓXIDOS ORGÁNICOS (TPO A Y B)							
	Gases INFLAMABLES: AEROSOLLES INFLAMABLES; LÍQUIDOS INFLAMABLES; SÓLIDOS INFLAMABLES; AUTORREACTIVOS (TPO C, D, E Y F); LÍQUIDOS Y SÓLIDOS PERÓXIDOS; PRODUCTOS QUE SE CALIENTAN ESPONTÁNEAMENTE; PRODUCTOS QUE, EN CONTACTO CON EL AGUA, EMITEN GASES INFLAMABLES; PERÓXIDOS ORGÁNICOS (TPO C, D, E Y F)						
		Gases COMBUSTIBLES; LÍQUIDOS COMBUSTIBLES; SÓLIDOS COMBUSTIBLES					
			Gases A PRESIÓN				
				Corrosivo PARA METALES; Corrosivo CUTÁNEO (CATEGORÍA 1A, 1B Y 1C); CAUSA LESIONES OCULARES (CATEGORÍA 1)			
					TÓXICO AGUDO (CATEGORÍA 1, 2 Y 3)		
						TÓXICO AGUDO (CATEGORÍA 4); IRRITANTE CUTÁNEO (CATEGORÍA 2); IRRITANTE OCULAR (CATEGORÍA 2); SENSIBILIZANTE CUTÁNEO (CATEGORÍA 1) Y SUBCATEGORÍA 1A Y 1B); TÓXICO SISTÉMICO ESPECÍFICO SOBRE DETERMINADOS ORGÁNICOS (CATEGORÍA 3)	
							SENSIBILIZANTE RESPIRATORIO (CATEGORÍA 1 Y SUBCATEGORÍAS 1A Y 1B); MUTÁGENICO; CARCINOGENICO; TÓXICO PARA LA REPRODUCCIÓN (CATEGORÍA 1A, 1B Y 2); TÓXICO ESPECÍFICO SOBRE DETERMINADOS ORGÁNICOS (CATEGORÍA 1 Y 2); TÓXICO POR ASPIRACIÓN

■ ALMACENAMIENTO NO PERMITIDO      ■ ALMACENAMIENTO PERMITIDO CON RESTRICCIONES      (Ver página siguiente)

- Siempre que manipule productos inflamables hay que extremar las precauciones, leer y aplicar las instrucciones de la etiqueta y de la ficha de seguridad del producto.
- De efectuar trasvase de productos utilice recipientes adecuados y garantice que se mantenga el etiquetado del envase. Consulte sobre los riesgos y medidas de prevención a aplicar en las operaciones de trasiego de líquidos inflamables.
- Los recipientes vacíos son tan peligrosos como los llenos, verificar que se mantenga el etiquetado y depositarlos en lugares controlados que dispongan de la señalización oportuna.
- Mantener el lugar de trabajo limpio y ordenado. La suciedad, los derrames de líquidos y materiales como virutas, papeles y cartones pueden originar fácilmente incendios.
- Clara señalización de las zonas de manejo y almacenamiento de los materiales potencialmente combustibles. Señalizar la zona del almacén de productos inflamables y de productos tóxicos.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Señalizar las zonas de almacenamiento de botellas de gases, indicando los tipos de gases almacenados, de acuerdo con la clasificación que establece la ITC MIE-AP-7 del reglamento de aparatos a presión, así como la prohibición de fumar o encender fuegos. Disponer de un suministro permanente de agua para poder enfriar las botellas en caso de verse sometidas al calor de un incendio. Seguir lo indicado en dicho reglamento.</li> <li>- Se deberá vigilar la temperatura, humedad y ventilación de los locales de riesgo.</li> <li>- Eliminar inmediatamente residuos combustibles.</li> <li>- Los trabajos en instalaciones eléctricas, en emplazamientos con riesgo de incendio o explosión se realizarán siguiendo un procedimiento que reduzca al mínimo estos riesgos; para ello se limitará y controlará en lo posible, la presencia de sustancias inflamables en la zona de trabajo y se evitará la aparición de focos de ignición.</li> <li>- Las instalaciones y equipos eléctricos utilizados en emplazamientos con riesgo de incendio o explosión deben cumplir los requisitos específicos contenidos en los reglamentos electrotécnicos y la normativa vigente relativa a los aparatos y sistemas de protección.</li> <li>- Realizar periódicamente un adecuado mantenimiento de la maquinaria que se utiliza.</li> <li>- No sobrecargar los enchufes. De utilizar "ladrones", "regletas", o alargaderas para conectar diversos aparatos eléctricos a un mismo punto de la red, consulte previamente a personal cualificado.</li> <li>- Si detecta cualquier anomalía en la instalación eléctrica o de protección contra incendios, comuníquelo a su responsable.</li> <li>- Medidas generales para prevenir el riesgo de incendio de origen eléctrico:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* Diseño de las instalaciones adecuado a las exigencias de trabajo.</li> <li>* Uso de las instalaciones adecuado a las especificaciones de diseño.</li> <li>* Mantenimiento correcto para reparar cables, aislamientos y conexiones defectuosos.</li> <li>* Alejamiento de materiales inflamables.</li> <li>* Uso de los elementos de protección especificados en el RBET (ITC-BT-22 y 23).</li> </ul> </li> <li>- No acumular en el puesto de trabajo materiales combustibles que no sean estrictamente</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>necesarios para cada jornada y turno de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anclaje seguro de recipientes y botellas. Mantenimiento preventivo sobre el sistema de cierre de válvulas de los recipientes y conductos de gases combustibles.</li> <li>- Recordar siempre que la prevención de incendios se basa en impedir la presencia simultánea de focos de ignición y materiales combustibles.</li> <li>- Inspeccionar su lugar de trabajo al final de la jornada laboral. Si es posible, desconectar los aparatos eléctricos que no se necesiten mantener conectados.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre el riesgo de incendio, sus medidas preventivas y sobre el correcto funcionamiento de los equipos de extinción.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **VÍAS Y SALIDAS DE EVACUACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EVACUACIÓN DIFÍCIL EN CASO DE INCENDIO</b>	C: Muy seria E: Ocasional P: Posible = <b>Moderado</b>	<p>Se valora este riesgo por la importancia de que el edificio tenga los medios de evacuación adecuados para que los ocupantes puedan abandonarlo o alcanzar un lugar seguro dentro del mismo en condiciones de seguridad.</p> <p>El centro dispone de alumbrado de emergencia.</p> <p>El centro cuenta con una puerta principal de entrada/salida situada en la planta baja del edificio.</p>	<p>- Las vías y salidas de evacuación, así como las vías de circulación que den acceso a ellas, no deberán estar obstruidas por ningún objeto de manera que puedan utilizarse sin trabas en cualquier momento. Las puertas de emergencia no deberán cerrarse con llave. Despejar las zonas de vías de evacuación ocupadas y no disponer materiales sobre las hojas de las puertas RF del centro.</p> <p>- Mantener las vías de evacuación libres de obstáculos. Despejar las vías de evacuación situada en la planta -2.</p>

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**



A esta puerta de salida se accede desde dos puertas automáticas, situadas una a cada lado.



El centro cuenta con dos salidas de emergencias situada en la planta sótano (-2) del edificio. Estas salidas no están señalizadas. Las vías de evacuación que desembocan en estas salidas tiene obstáculos que pueden impedir una correcta evacuación.



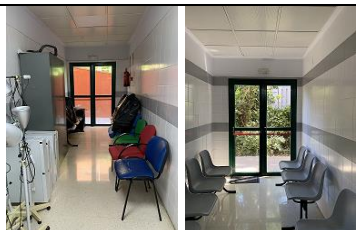
- Las vías y salidas específicas de evacuación deberán señalizarse conforme a lo establecido en el Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de señalización de seguridad y salud en el trabajo. Esta señalización deberá fijarse en los lugares adecuados y ser duradera.

- Señalizar las salidas de emergencia de la planta -2 con el cartel de "salida de emergencia"

**SALIDA DE EMERGENCIA**



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

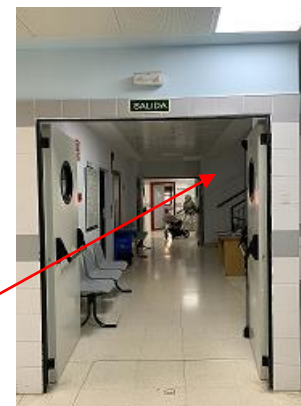


- El centro cuenta con señalización de recorridos de evacuación, pero faltan algunas señales.

- El centro dispone en cada planta de puertas RF (cortafuegos) en el acceso de cada pasillo a las escaleras fijas. Estas puertas no disponen de retenedores.

- No hay señalización en las distintas plantas al lado del ascensor de "no utilizar en caso de incendio"

- Colocar una señal de recorrido ascendente por escaleras en la planta -1.



- Señalizar en todas las plantas al lado de la puerta del ascensor: "No utilizar en caso de incendio".



- Comprobar periódicamente el correcto funcionamiento de las luminarias de emergencias. Sustituir las que no funcionen bien.

- El alumbrado de emergencia debe entrar automáticamente en funcionamiento al

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 47 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>producirse un fallo de alimentación a la instalación de alumbrado normal, entendiéndose por fallo el descenso de la tensión de alimentación por debajo del 70% de su valor nominal y deberá poder funcionar durante una hora como mínimo.</p> <p>- Las puertas automáticas que dan acceso a la entrada/salida principal del edificio deben estar abiertas/operativas siempre que el centro esté con actividad.</p>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **CONDICIONES DE TEMPERATURA, HUMEDAD, PRESIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>DISCONFORT TÉRMICO POR CONDICIONES AMBIENTALES</b>	C: Leve E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Tolerable</b>	<p>La exposición a las condiciones ambientales de los lugares de trabajo no debe suponer un riesgo para la seguridad y la salud de los trabajadores.</p> <p>Asimismo, y en la medida de lo posible, las condiciones ambientales de los lugares de trabajo no deben constituir una fuente de incomodidad o molestia para los trabajadores. A tal efecto, deberán evitarse las temperaturas y las humedades extremas, los cambios bruscos de temperatura, las corrientes de aire molestas, los olores desagradables, la irradiación excesiva y, en particular, la radiación solar a través de ventanas, luces o tabiques acristalados.</p> <p>Se mide la temperatura el día</p>	<p>- Mantenimiento periódico y adecuado de los sistemas de climatización, ventilación, etc... y de sus diferentes componentes.</p> <p>- La exposición a las condiciones ambientales de los lugares de trabajo no debe suponer un riesgo ni, a ser posible, una fuente de incomodidad o molestia para los trabajadores. A tal efecto, deberán evitarse las temperaturas y las humedades extremas, los cambios bruscos de temperatura, las corrientes de aire molestas, los olores desagradables, la irradiación excesiva, la radiación solar a través de ventanas, luces o tabiques acristalados y el resto de condiciones recogidas en el Real Decreto 486/1997 sobre lugares de trabajo.</p> <p>- Ventilar adecuadamente el lugar de trabajo a diario.</p> <p>- Mantener una vestimenta adecuada.</p> <p>- Apagar los aparatos que no se estén utilizando.</p>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>24/9/2024 a las 13:45 horas, dando unos valores de 23,5 °C y una humedad del 44,8 %.</p> <p>Los trabajadores se quejan de la diferencia de temperatura de un ala del edificio a otra. Para que unos estén a una temperatura ambiental agradable, los otros tienen mucho calor y viceversa.</p>	
--	--	---	--

**Fuente de Riesgo: CONDICIONES DE ILUMINACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>FATIGA VISUAL POR CONDICIONES DE ILUMINACIÓN</b>	C: Leve E: Continua P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>La iluminación de los lugares de trabajo deberá permitir que los trabajadores dispongan de condiciones de visibilidad adecuadas para poder circular por los mismos y desarrollar en ellos sus actividades sin riesgo para su seguridad y salud.</p> <p>Una iluminación inadecuada constituye un riesgo en cuanto que la apreciación errónea de la posición, forma o velocidad de un objeto puede provocar errores y accidentes, debidos, en la mayoría de los casos, a la falta de visibilidad y deslumbramiento. Asimismo, una iluminación inadecuada puede provocar la</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se procurará mantener unos niveles y contrastes de luminancia adecuados a las exigencias visuales de la tarea, evitando variaciones bruscas de luminancia dentro de la zona de operación y entre ésta y sus alrededores.</li> <li>- Mantenimiento adecuado del sistema de iluminación, para ello se procederá a la limpieza periódica de los sistemas actuales y reposición de los tubos que se encuentren deteriorados o fundidos.</li> <li>- No utilizar sistemas o fuentes de luz que puedan producir deslumbramientos o que perjudiquen la percepción de los objetos.</li> <li>- Para ello es muy importante la distribución de las mesas de trabajo respecto de las ventanas y las luminarias. Se recomienda que la luz natural incida lateralmente en el puesto de trabajo y hay que evitar que las luminarias del techo estén justo encima del puesto de trabajo o en el campo de visión del trabajador.</li> <li>- Se evitarán, asimismo, los deslumbramientos indirectos producidos por superficies reflectantes situadas en la zona de operación o sus proximidades.</li> <li>- Evitar los deslumbramientos bajando los estores de las ventanas, no forzar la vista.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 49 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>aparición de fatiga visual y otros trastornos visuales y oculares.</p> <p>Se realiza medición en distintas zonas del centro administración y pasillos con fecha 24/9/2024 a las 13:45 horas, dando los siguientes valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Puestos administrativos entre 400 y 500 lux</li> <li>- Pasillo planta baja 397 lux.</li> <li>- Escaleras 125 lux.</li> <li>- Matrona 460 lux</li> <li>- COPF 700/800 lux</li> <li>- Fisioterapia 661 lux</li> <li>- Odontología: 542 lux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los lugares de trabajo, o parte de los mismos, en los que un fallo del alumbrado normal suponga un riesgo para la seguridad de los trabajadores dispondrán de un alumbrado de emergencia de evacuación y de seguridad.</li> <li>- Los sistemas de iluminación utilizados no deben originar riesgos eléctricos, de incendio o de explosión, cumpliendo, a tal efecto, lo dispuesto en la normativa específica vigente.</li> <li>- Los veterinarios de este centro disponen de "luz de frente" para utilizar en caso de necesidad en las monterías. Reponer cuando sea necesario.</li> </ul> <p><u>PUESTOS DE PVD</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Procurar que la luminaria del techo esté situada directamente sobre el trabajador, perpendicular al eje de la pantalla.</li> <li>- Las luminarias del sistema general de alumbrado deberían estar provistas de difusores o rejillas con baja luminancia.</li> <li>- La imagen de la pantalla deberá ser estable, sin destellos ni centelleos.</li> <li>- La luminosidad y el contraste entre caracteres y el fondo de la pantalla, deberá poder ajustarse.</li> <li>- Según el Real Decreto 486/1997, sobre condiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, es recomendable que el nivel de iluminación para realizar tareas de oficina, considerada con exigencias visuales altas, sea de 500 lux.</li> <li>- Mantenimiento adecuado del sistema de iluminación, para ello se procederá a la limpieza periódica de los sistemas actuales y reposición de los tubos que se encuentren deteriorados o fundidos.</li> <li>- Es importante realizar un reconocimiento oftalmológico periódico, y usar la corrección óptica adecuada si se precisa, para tener una buena agudeza visual.</li> <li>- Deben evitarse los reflejos sobre la pantalla.</li> <li>- El entorno situado detrás de la pantalla debe tener la menor intensidad lumínica posible (evitar colocar la pantalla delante de ventanas).</li> </ul>
--	--	--	---

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 50 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Debe regularse la entrada de luz exterior mediante persianas de láminas, cortinas o estores.</li> <li>- Los documentos escritos deben tener buena calidad.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **RUIDO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A RUIDOS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Riesgo de exposición a ruido por el uso de equipos, maquinaria, herramientas ruidosas, personas...</p> <p>En general el nivel de ruido de las distintos locales y zonas comunes no superan los límites establecidos en la normativa vigente.</p> <p>Donde sí hay que realizar una acción es en la consulta de odontología y en la de la higienista dental. En dichos locales disponen un sistema de aspiración del equipo dental que produce mucho ruido. Realizada medición con fecha 3/7/2024, dan unos valores comprendidos entre 77 y 81 dB(A). Valorado este riesgo en el apartado de actividad "Odontología" e "Higienista Dental".</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La exposición al ruido debe eliminarse en su origen o reducirse al nivel más bajo posible, teniendo en cuenta los avances técnicos y la disponibilidad de medidas de control en su origen.</li> <li>- Elección de máquinas que, a igualdad de características técnicas, ofrezcan los niveles más bajos en la declaración de ruido emitido que debe incluir su manual de instrucciones, de acuerdo con el Real Decreto 1435/1992 sobre máquinas. Ir sustituyendo en la medida de lo posible la maquinaria antigua que emita altos niveles de ruido por maquinaria nueva que emita niveles bajos.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico de la maquinaria.</li> <li>- Confinar, apantallar, si es posible, el equipo o la actividad ruidosa.</li> <li>- Emplear materiales absorbentes en paredes y techo.</li> <li>- Reducir los tiempos de exposición. Alternar las tareas.</li> <li>- En caso necesario utilizar protectores auditivos (tapones auditivos) adecuados al nivel del ruido.</li> <li>- Señalizar las áreas ruidosas.</li> <li>- Cuando se ponga en funcionamiento maquinaria ruidosa, permanecer el tiempo estrictamente necesario en la sala, utilizar protectores auditivos en caso necesario.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud.- Audiometría.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 51 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- La forma de utilizar el equipo de trabajo puede influir decisivamente en la cantidad de energía sonora emitida por el mismo; cuando se den tales circunstancias deberá prestarse especial atención a la información y formación dadas a los trabajadores usuarios del equipo, a fin de que, mediante una utilización adecuada del mismo, se minimice la exposición tanto de dichos trabajadores como de quienes se encuentren en las proximidades.</li> <li>- Mantenimiento adecuado de la maquinaria existente en el servicio.</li> <li>- Determinados trabajadores pueden ser especialmente sensibles al ruido y, por tanto, requerir medidas especiales de protección en virtud de lo dispuesto en el artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Entre esos trabajadores se encuentran las mujeres embarazadas (protección del feto), los trabajadores que padezcan o hayan padecido determinadas afecciones, etc... Comunicarlo al servicio de prevención con el fin de indicar las medidas a emplear.</li> <li>- Instalar carteles que indiquen que se hable en todo adecuado.</li> <li>- En caso necesario, aislar la fuente de generación del ruido, interponer mampara de separación si fuera necesario entre trabajadores, y entre trabajadores y el público en la zona de citaciones.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **ALMACENAMIENTO DE MATERIALES O PRODUCTOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>DERRUMBAMIENTO O VUELCO DE MATERIALES</b>	C: Importante E: Rara P: Posible = <b>Trivial</b>	Se observa la existencia de materiales acopiados directamente en el suelo en el almacén general del centro, pegados a las estanterías dejando el pasillo libre.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponer de las estanterías que sean necesarias para facilitar el almacenamiento de los distintos materiales.</li> <li>- Clasificar en distintos sitios según el tipo de material.</li> <li>- Colocar el material en las distintas baldas teniendo en cuenta su tamaño y peso.</li> <li>- No se almacenarán objetos que su centro de gravedad sobresalga de la balda de la estantería.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar apilar cajas y materiales en el suelo.</li> <li>- Establecer la prohibición de colocar apilamientos desordenados, bultos depositados en los pasillos, almacenamientos provisionales que acaban siendo definitivos, amontonamientos que obstruyen puertas, pasillos o salidas de emergencia.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>OTROS RIESGOS. EMPRESAS EXTERNAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se incluye en este apartado los riesgos a los que están expuestos los trabajadores de empresas externas que desarrollan su tarea en nuestros centros de trabajo.</p> <p>También se incluyen los riesgos a los que pueden estar expuestos nuestros trabajadores como consecuencia de la tarea que realizan los trabajadores de las distintas empresas externas que desarrollan su tarea en nuestros centros.</p> <p>Empresa de limpieza PROSER GENERAL DE SERVICIOS S.L. Empresa mantenimiento equipos extinción incendios fissa SEGURIDAD Y VIGILANCIA S.L.</p>	<p>La Dirección deberá comunicar a este servicio los datos de todas las empresas externas que desarrollen sus trabajos en nuestros centros, incluidas las empresas de formación que tienen alumnos desarrollando sus prácticas en nuestros centros.</p> <p>Una vez recibida la comunicación, podremos realizar la “coordinación de actividades empresariales” con dichas empresas, intercambiando la documentación e información necesaria y siguiendo el “Procedimiento de coordinación de actividades empresariales” existente en el SES. <a href="#">Procedimiento coordinación actividades empresariales</a></p> <p>Así mismo, se nos deberá comunicar la existencia de trabajadores de nuestra Área de Salud que desarrollen sus tareas en centros que no pertenezcan a nuestra empresa, con el fin de realizar la coordinación de actividades empresariales también.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las empresas externas deberán informarnos de los riesgos a los que pueden estar expuestos nuestros trabajadores como consecuencia del desarrollo de su tarea.</li> <li>- Nuestra empresa deberá informar a las empresas externas de los riesgos a los que pueden estar expuestos sus trabajadores como consecuencia de realizar su tarea en nuestros centros.</li> </ul>

# EVALUACIÓN DE RIESGOS POR ACTIVIDADES

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 54 de 365			

Puesto de Trabajo: **ASISTENCIA MÉDICA A PACIENTES DE AP**

Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros o a domicilios de pacientes.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional se desplazan durante su jornada laboral para realizar avisos domiciliarios y salidas de urgencias, bien andando o en su vehículo propio.</p> <p>Posibilidad de sufrir un accidente en los desplazamientos en ambulancia cuando</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional chalecos reflectantes que cumplan con la norma UNE EN 471, para utilizar en las salidas de urgencia que requiera trabajar en vías de circulación, principalmente cuando realizan guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres.</li> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial, existente en el portal del SES, en el</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

	realizan guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres.	apartado de "Gestor documental": <a href="#">Ficha Seguridad Vial</a>  - Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.
--	---	---

Fuente de Riesgo: **LUGARES DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Riesgo de caída a distinto nivel en los edificios en los que el trabajador utiliza las escaleras fijas para subir y bajar en los avisos domiciliarios.  Posibilidad de riesgo de caídas cuando se accede a las ambulancias cuando realizan las guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres.	- Utilizar calzado cerrado, antideslizante con tacón bajo.  - Al subir o bajar escaleras, utilizar siempre los pasamanos, extremar la precaución en caso de tener las manos ocupadas. Subir o bajar sin prisas.  - Cuando utilice el servicio de ambulancia, tener especial cuidado al subir y bajar de ella, para evitar caídas a distinto nivel. Además de utilizar la plataforma extraíble que hay para este menester y de la agarradera, pedir si es necesaria ayuda al conductor de la misma.  - No correr, mirar bien donde pisa, principalmente al bajar las escaleras.  - No utilizar plataformas improvisadas para trabajos en altura.  - Hacer los movimientos con cautela, con movimientos lentos.
<b>EXPOSICIÓN A AMBIENTES EXTREMOS</b>	C: Importante E: Poco Usual P: Posible = <b>Tolerable</b>	Principalmente en las urgencias, cuando la actividad del trabajador se desarrolle a la intemperie, éste puede estar expuesto a temperaturas o ambientes térmicos extremos (tanto frío acusado en invierno, como calor excesivo en verano).  Las consecuencias del riesgo pueden ser directas (insolación, golpe de calor, gripes, etc.), como indirectas (potenciar	- Los trabajadores dispondrán de ropa adecuada a las condiciones ambientales, especialmente ropa de abrigo para las salidas al exterior cuando realicen guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres. Facilitar una parka para el profesional que la necesite.

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 57 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

	otros posibles riesgos, de consecuencias más graves, por la falta de atención y la limitación de la capacidad del trabajador al encontrarse afectado por estas condiciones térmicas o ambientales extremas).	
--	--	--

Fuente de Riesgo: **PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan el ordenador para introducir datos de los pacientes en cuanto a tratamientos, consultar analíticas, historia clínica, etc.</p> <p>En general, todos los trabajadores de esta categoría profesional disponen de asientos ergonómicos y espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. Todas las pantallas son regulables en altura.</p> <p>Algunos no disponen de auriculares manos libres, necesarios para atender las demandas telefónicas de los pacientes.</p>	<p>- Los problemas físicos generalmente pueden reducirse mediante una configuración correcta del puesto de trabajo con pantallas, así como con una adecuada organización del trabajo y de las tareas que eviten el estatismo en el puesto de trabajo y favorezcan el dinamismo.</p> <p>- Es importante que el equipo y el entorno del puesto de trabajo permitan adoptar posturas de trabajo adecuadas de forma que tanto las articulaciones como el tronco y las extremidades no realicen flexiones o extensiones forzadas o requieran aplicar fuerzas que favorezcan el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos. Para ello seguir lo indicado en el apartado posterior "Pantallas de visualización de datos".</p> <p>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.</p> <p>- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.</p> <p><b>POSTURA CORRECTA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.</li> <li>* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.</li> <li>* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- \* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.
- \* Las manos sin extensión ni desviaciones.
- \* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueco poplíteo (parte posterior de la rodilla).
- \* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.



- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.
- Facilitar al personal de esta categoría profesionales manos libres, para utilizar cuando deben usar a la vez el teléfono y el ordenador.
- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: [prerielab.caceres@salud-juntaex.es](mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es)

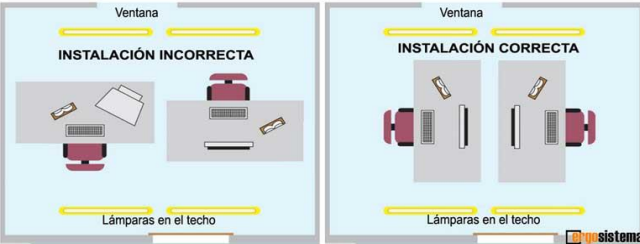
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b></p>	<p>C: Importante          E: Continua          P: Posible          = <b>Moderado</b></p>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p>	<p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- Reparar y en caso necesario sustituir aquella silla de trabajo que no reúna los requisitos establecidos en el RD. 488/1997 de PVD y que se especifican posteriormente en este apartado.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p> <div data-bbox="1294 719 1783 1046" data-label="Image"> </div> <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <p>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</p>
---	--	---	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar reposapiés al trabajador que lo solicite.</li> <li>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>media de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul> <div data-bbox="1227 1061 1865 1305" style="text-align: center;">  </div>
--	--	--	--

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 62 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se puede consultar la ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", en el gestor documental: <a href="#">Ficha Pantalla Visualización de Datos</a></li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PRODUCTOS Y MATERIALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>MANIPULACIÓN DE CARGAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se considera que la manipulación manual de cargas puede entrañar riesgos dorsolumbares cuando se manipulan cargas superiores a 3 Kg. en condiciones desfavorables.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No cargar en exceso el maletín, llevar lo necesario para atender al aviso al que se acude.</li> <li>- Caminar con buena postura, con la cabeza y el tórax erguidos, para recoger algún objeto del suelo flexionar las rodillas y mantener la espalda recta.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 63 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>En los avisos domiciliarios y salidas de urgencia en el PAC de Malpartida de Cáceres, hay que transportar material que en ocasiones supera ocasiones este peso.</p> <p>También aparece este riesgo en caso de tener que ayudar a algún paciente a tumbarse en la camilla de exploración.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Solicitar la ayuda de un compañero en caso necesario.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores en cuanto a los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas a adoptar para evitar daños a la salud. <a href="#">Ficha Manipulación Manual de Cargas</a></li> <li>- En caso de tener que manipular una carga, seguir las 5 reglas para levantar cargas superiores a 3 kg:             <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación nos permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.</li> <li>b. Doblar las rodillas.</li> <li>c. Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.</li> <li>d. Levantar el peso de forma gradual ,suavemente y sin sacudidas</li> <li>e. No girar el tronco mientras se está levantando la carga, es preferible pivotar sobre los pies.</li> </ul> </li> <li>- Formar/informar a los trabajadores sobre la manipulación de enfermos. <a href="#">Díptico movilización de enfermos</a></li> <li>- En caso de tener que manipular a un paciente, siga las técnicas adecuadas que básicamente consisten en:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener la espalda recta, contraer lo glúteos y los músculos abdominales para mantener la pelvis en posición correcta y utilizar los músculos de las piernas para levantarse y moverse.</li> <li>- Sostener a los pacientes con los antebrazos manteniendo los brazos cerca del cuerpo. Con ello se consigue desplazar lo mínimo el centro de gravedad y se requiere menos fuerza para mantener el equilibrio.</li> <li>- Separar los pies, uno ligeramente delante del otro, con una amplitud igual a la anchura de los hombros. El pie de delante se colocará en la dirección en la que vaya a efectuarse el giro.</li> <li>- Ayudarse con puntos de apoyo exteriores y con el contrapeso del propio cuerpo para aumentar la fuerza aplicada al movimiento.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, que sujete bien el pie y con suela antideslizante.</li> <li>- Recordar que siempre es mejor empujar que tirar(silla, camillas, carros, etc).</li> </ul> </li> </ul>
--	--	---	---



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			- Es recomendable tener hábitos de vida saludables: práctica habitual de ejercicio físico, caminar y hacer ejercicio, elevar las piernas en los periodos de descanso, buenos hábitos alimenticios...
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.</p> <p>Cuando tiene que explorar a un paciente o cuando atiende una urgencia, en ocasiones tiene que</p>	<p>- Es recomendable disponer en las consultas de camilla regulable en altura y taburete también regulable en altura para poder utilizar en caso necesario. Estos elementos evitan al trabajador el mantenimiento de posturas forzadas en determinadas exploraciones. Facilitar taburete regulable en altura a los trabajadores que no dispongan del mismo y aquellas camillas que se encuentren en mal estado, ir sustituyéndolas por otras regulables en altura.</p> <p>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

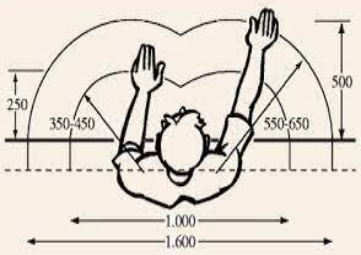

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>adoptar posturas forzadas.</p> <p>Las consultas del personal médico no disponen de camilla regulable en altura y algunas no disponen de taburete regulable en altura.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</li> <li>- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.</li> <li>- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.</li> <li>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</li> <li>- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.</li> <li>- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.</li> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En las urgencias, solicitar ayuda a un compañero en caso necesario, intentar no mantener la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de transmisión puede ser:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> </li> <li>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</li> <li>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</li> </ul> <p><b>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</li> <li>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarrar.</li> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contenedor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los gases medicinales utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... cualquier duda o consulta ponerlo en nuestro conocimiento.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</li> <li>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</li> <li>- Especial atención en la manipulación de medicamentos peligrosos. Seguir lo especificado en el "Manual de medicamentos peligrosos" en los centros de Atención Primaria.</li> <li>- Adecuada gestión de los residuos. Los envases vacíos pueden ser igual de peligrosos que los llenos, pues pueden contener restos del producto.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> </ul> <p>En general los trabajadores de esta categoría profesional disponen de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><b>COMUNES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><b>GUANTES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><b>PROTECCIÓN OCULAR:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166). Utilizar siempre que exista riesgo de salpicaduras.</li> </ul> <p><b>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</li> </ul> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico, cuando las protecciones colectivas no sean suficientes y en aquellas situaciones en las que hay o puede haber exposición a agentes biológicos. Si esta exposición es en forma de bioaerosoles, la protección mínima recomendable es la ofrecida por las mascarillas autofiltrantes FFP2 y si en el desarrollo de la actividad existen operaciones o se realizan técnicas en las que se puedan generar bioaerosoles en concentraciones elevadas, se recomienda el uso de mascarillas autofiltrantes FFP3.</p> <p><b>RUIDO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Protectores auditivos a utilizar en caso de exposición a ruido emitido por maquinaria utilizada y en recintos con maquinaria que emita ruido ( UNE-EN 352).</li> <li>- Bata desechable y/o bata impermeable (UNE EN 14605).</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES,</b>	C: Importante E: Frecuente	Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de	- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 71 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>ATRACOS, INTRUSISMO</b></p>	<p>P: Muy Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>Pendiente terminar de implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Es recomendable establecer una distribución del mobiliario de las consultas, de tal manera que permita al trabajador tener una vía de salida.</li> <li>- Impartir formación específica sobre habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo de personas agitadas/agresivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades,</li> </ul>
---------------------------------------	---	---	---



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></li> </ul>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: RITMOS Y HORARIOS DE TRABAJO

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA MENTAL POR RITMOS DE TRABAJO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>La carga de trabajo mental es la relación entre las exigencias del trabajo y los recursos mentales de que dispone una persona para hacer frente a tales exigencias.</p> <p>Entre los factores de riesgos más destacados podemos incluir los dependientes de la exigencia de la tarea, las circunstancias del trabajo (físicas, sociales y de organización) y las características individuales del trabajador.</p> <p>El trabajo en Atención Primaria supone la aplicación de unos conocimientos científicos y técnicos, en unas condiciones que pueden conducir a situaciones de sobrecarga y, consecuentemente, a alteraciones patológicas. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediata a informaciones complejas, numerosas y constantemente diferentes.</p> <p>A este proceso de tratamiento de información se añaden otros factores como son la existencia de situaciones de incertidumbre, la</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar el número de pacientes por médico, de tal manera que, se intente cumplir las recomendaciones de cupo por facultativo.</li> <li>- Cumplir con la normativa existente sobre jornada laboral, descansos y turnos.</li> <li>- Organizar el trabajo de forma que los requerimientos en las horas punta se reduzcan.</li> <li>- Evitar en lo posible la acumulación de consultas.</li> <li>- Es importante que el estilo de mando sea democrático y participativo, así como establecer cauces de comunicación ágiles y flexibles.</li> <li>- La comunicación fluida con los demás, sus respuestas y consejos servirán para conocer mejor los problemas y el medio de afrontarlos.</li> <li>- Un trato afectuoso y comprensivo del superior incidirá favorablemente en la reducción de las consecuencias del estrés</li> <li>- Un apoyo de la familia, de los amigos y de los compañeros de trabajo da al trabajador más seguridad y más capacidad de adaptación.</li> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Mantener dentro de los valores de confort los factores ambientales (ruido, iluminación, temperatura, etc.).</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>existencia de presiones temporales, el tipo de pacientes que se tratan, la gravedad de los enfermos, el trato con pacientes y familiares, , la creciente aplicación de las nuevas tecnologías...</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional nos transmiten que habitualmente atienden a un mayor número de pacientes que los ratios recomendados, número que aumenta aún más cuando tienen que acumular consultas de compañeros.</p>	<p>- Rediseñar en caso necesario el lugar de trabajo (adecuando espacios, iluminación, ambiente sonoro, etc.). Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</p>
<b>HORARIOS POR TURNOS</b>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>El horario de trabajo habitual es de 8 a 15:00 horas. Los trabajadores de esta categoría profesional realizan guardias de presencia física de lunes a jueves en el centro, en horario de 15:00 a 22:00 horas.</p> <p>En ocasiones también tienen que cubrir las guardias del consultorio de Malpartida de Cáceres en horario de 15:00 a 22:00 horas de lunes a viernes y de 10:00 a 22:00 horas los sábados, domingos y festivos.</p>	<p>- Respetar el tiempo de descanso entre turnos (establecido en la normativa vigente).</p> <p>- Cumplir con la normativa existente sobre jornada laboral, descansos y turnos.</p> <p>- Se dará a conocer a los trabajadores de antemano el calendario con la organización de las guardias.</p>

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</li> <li>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.
--	--	--	---

**Puesto de Trabajo: PEDIATRA**

**Fuente de Riesgo: ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros o a domicilios de pacientes.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional se desplazan durante su jornada laboral para realizar avisos domiciliarios, bien andando o en su vehículo propio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial, existente en el portal del SES, en el apartado de "Gestor documental": <a href="#">Ficha Seguridad Vial</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>



## Fuente de Riesgo: LUGARES DE TRABAJO

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Riesgo de caída a distinto nivel en los edificios en los que el trabajador utiliza las escaleras fijas para subir y bajar en los avisos domiciliarios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</li> <li>- Al subir o bajar escaleras, utilizar siempre los pasamanos, extremar la precaución en caso de tener las manos ocupadas. Subir o bajar sin prisas.</li> <li>- No correr, mirar bien donde pisa, principalmente al bajar las escaleras.</li> <li>- No utilizar plataformas improvisadas para trabajos en altura.</li> <li>- Hacer los movimientos con cautela, con movimientos lentos.</li> </ul>

## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan el ordenador para introducir datos de los pacientes en cuanto a tratamientos, consultar analíticas, historia clínica, etc.</p> <p>En general, todos los trabajadores de esta categoría profesional disponen de asientos ergonómicos y espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. Todas las pantallas son regulables en altura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los problemas físicos generalmente pueden reducirse mediante una configuración correcta del puesto de trabajo con pantallas, así como con una adecuada organización del trabajo y de las tareas que eviten el estatismo en el puesto de trabajo y favorezcan el dinamismo.</li> <li>- Es importante que el equipo y el entorno del puesto de trabajo permitan adoptar posturas de trabajo adecuadas de forma que tanto las articulaciones como el tronco y las extremidades no realicen flexiones o extensiones forzadas o requieran aplicar fuerzas que favorezcan el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos. Para ello seguir lo indicado en el apartado posterior "Pantallas de visualización de datos".</li> <li>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.

**POSTURA CORRECTA:**

- \* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.
- \* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.
- \* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.
- \* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.
- \* Las manos sin extensión ni desviaciones.
- \* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueso poplíteo (parte posterior de la rodilla).
- \* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.



- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.

- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.

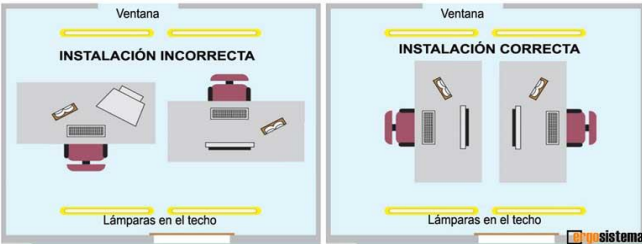
**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

<p><b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b></p>	<p>C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>No disponen de reposapiés.</p>	<p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- Reparar y en caso necesario sustituir aquella silla de trabajo que no reúna los requisitos establecidos en el RD. 488/1997 de PVD y que se especifican posteriormente en este apartado.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p> <div data-bbox="1294 719 1783 1046" data-label="Image"> </div> <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición</li> </ul>
---	---	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>cómoda.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5° y podrá regularse hasta al menos 15° sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar reposapiés al trabajador que lo solicite.</li> <li>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</li> </ul>
--	--	--	---

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<p>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</p> <p>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</p> <p>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</p> <p>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> <div data-bbox="1272 997 1912 1241" style="text-align: center;">  </div> <p>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de</p>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se puede consultar la ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", en el gestor documental: <a href="#">Ficha Pantalla Visualización de Datos</a></li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PRODUCTOS Y MATERIALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>MANIPULACIÓN DE CARGAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera que la manipulación manual de cargas puede entrañar riesgos dorsolumbares cuando se manipulan cargas superiores a 3 Kg.en condiciones desfavorables.</p> <p>En los avisos domiciliarios hay que transportar material que en</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No cargar en exceso el maletín, llevar lo necesario para atender al aviso al que se acude.</li> <li>- Caminar con buena postura, con la cabeza y el tórax erguidos, para recoger algún objeto del suelo flexionar las rodillas y mantener la espalda recta.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</li> <li>- Solicitar la ayuda de un compañero en caso necesario.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 86 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>ocasiones supera ocasiones este peso.</p> <p>También aparece este riesgo en caso de tener que ayudar a algún paciente a tumbarse en la camilla de exploración.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formar e informar a los trabajadores en cuanto a los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas a adoptar para evitar daños a la salud. <a href="#">Ficha Manipulación Manual de Cargas</a></li> <li>- En caso de tener que manipular una carga, seguir las 5 reglas para levantar cargas superiores a 3 kg:             <ul style="list-style-type: none"> <li>f. Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación nos permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.</li> <li>g. Doblar las rodillas.</li> <li>h. Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.</li> <li>i. Levantar el peso de forma gradual ,suavemente y sin sacudidas</li> <li>j. No girar el tronco mientras se está levantando la carga, es preferible pivotar sobre los pies.</li> </ul> </li> <li>- Formar/informar a los trabajadores sobre la manipulación de enfermos. <a href="#">Díptico movilización de enfermos</a></li> <li>- En caso de tener que manipular a un paciente, siga las técnicas adecuadas que básicamente consisten en:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener la espalda recta, contraer lo glúteos y los músculos abdominales para mantener la pelvis en posición correcta y utilizar los músculos de las piernas para levantarse y moverse.</li> <li>- Sostener a los pacientes con los antebrazos manteniendo los brazos cerca del cuerpo. Con ello se consigue desplazar lo mínimo el centro de gravedad y se requiere menos fuerza para mantener el equilibrio.</li> <li>- Separar los pies, uno ligeramente delante del otro, con una amplitud igual a la anchura de los hombros. El pie de delante se colocará en la dirección en la que vaya a efectuarse el giro.</li> <li>- Ayudarse con puntos de apoyo exteriores y con el contrapeso del propio cuerpo para aumentar la fuerza aplicada al movimiento.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, que sujete bien el pie y con suela antideslizante.</li> <li>- Recordar que siempre es mejor empujar que tirar(silla, camillas, carros, etc).</li> </ul> </li> <li>- Es recomendable tener hábitos de vida saludables: práctica habitual de ejercicio físico,</li> </ul>
--	--	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			caminar y hacer ejercicio, elevar las piernas en los periodos de descanso, buenos hábitos alimenticios...
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.</p> <p>Cuando tiene que explorar a un paciente o cuando atiende una urgencia, en ocasiones tiene que adoptar posturas forzadas.</p>	<p>- Es recomendable disponer en las consultas de camilla regulable en altura y taburete regulable también en altura para poder utilizar en caso necesario, y de esta manera evitar mantener posturas forzadas. Facilitar taburete regulable en altura a los trabajadores que no dispongan del mismo y aquellas camillas que se encuentren en mal estado, ir sustituyéndolas por otras regulables en altura.</p> <p>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

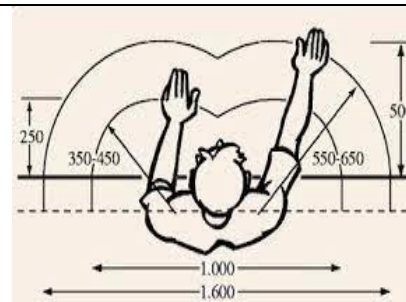
Teléfono: 927 256 819

mail: [prerielab.caceres@salud-juntaex.es](mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es)



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

Las consultas del personal de pediatría no disponen de camilla regulable en altura ni algunas de taburete regulable en altura.



- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.

- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.

- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.

- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.

- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.

- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</li> <li>- En las urgencias, solicitar ayuda a un compañero en caso necesario, intentar no mantener la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de transmisión puede ser:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> </li> <li>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</li> <li>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</li> </ul> <p><b>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> <li>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</li> <li>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarró.</li> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>procedimiento establecido en el SES.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contenedor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los gases medicinales utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas... cualquier duda o consulta ponerlo en nuestro conocimiento.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 92 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas....</li> <li>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</li> <li>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</li> <li>- Especial atención en la manipulación de medicamentos peligrosos. Seguir lo especificado en el "Manual de medicamentos peligrosos" en los centros de Atención Primaria.</li> <li>- Adecuada gestión de los residuos. Los envases vacíos pueden ser igual de peligrosos que los llenos, pues pueden contener restos del producto.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible <b>= Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> <li>En general los trabajadores de esta categoría profesional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>disponen de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea.</p>	<p>así como un adecuado mantenimiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul> <p><u>COMUNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><u>GUANTES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166). Utilizar siempre que exista riesgo de salpicaduras.</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</li> </ul> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico, cuando las protecciones colectivas no sean suficientes y en aquellas situaciones en las que hay o puede haber exposición a agentes biológicos. Si esta exposición es en forma de bioaerosoles, la protección mínima recomendable es la ofrecida por las mascarillas autofiltrantes FFP2 y si en el desarrollo de la actividad existen operaciones o se realizan técnicas en las que se puedan generar bioaerosoles en concentraciones elevadas, se recomienda el uso de mascarillas autofiltrantes FFP3.</p> <p><u>RUIDO:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Protectores auditivos a utilizar en caso de exposición a ruido emitido por maquinaria utilizada y en recintos con maquinaria que emita ruido ( UNE-EN 352).</li> <li>- Bata desechable y/o bata impermeable (UNE EN 14605).</li> </ul>
--	--	---	--

## Fuente de Riesgo: PERSONAS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>No tienen instalados el botón antipánico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Es recomendable establecer una distribución del mobiliario de las consultas, de tal manera que permita al trabajador tener una vía de salida.</li> <li>- Impartir formación específica sobre habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo de personas agitadas/agresivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una</li> </ul>
--	--	--	--



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></p>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: RITMOS Y HORARIOS DE TRABAJO

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<p><b>CARGA MENTAL POR RITMOS DE TRABAJO</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>La carga de trabajo mental es la relación entre las exigencias del trabajo y los recursos mentales de que dispone una persona para hacer frente a tales exigencias.</p> <p>Entre los factores de riesgos más destacados podemos incluir los dependientes de la exigencia de la tarea, las circunstancias del trabajo (físicas, sociales y de organización) y las características individuales del trabajador.</p> <p>El trabajo en Atención Primaria supone la aplicación de unos conocimientos científicos y técnicos, en unas condiciones que pueden conducir a situaciones de sobrecarga y, consecuentemente, a alteraciones patológicas. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediata a informaciones complejas, numerosas y constantemente diferentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar el número de pacientes por médico, de tal manera que, se intente cumplir las recomendaciones de cupo por facultativo.</li> <li>- Cumplir con la normativa existente sobre jornada laboral, descansos y turnos.</li> <li>- Organizar el trabajo de forma que los requerimientos en las horas punta se reduzcan.</li> <li>- Evitar en lo posible la acumulación de consultas.</li> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Mantener dentro de los valores de confort los factores ambientales (ruido, iluminación, temperatura, etc.).</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Rediseñar en caso necesario el lugar de trabajo (adecuando espacios, iluminación, ambiente sonoro, etc.). Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 97 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>A este proceso de tratamiento de información se añaden otros factores como son la existencia de situaciones de incertidumbre, la existencia de presiones temporales, el tipo de pacientes que se tratan, la gravedad de los enfermos, el trato con pacientes y familiares, , la creciente aplicación de las nuevas tecnologías...</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional en numerosas ocasiones atienden a un mayor número de pacientes que los ratios recomendados, número que aumenta aún más cuando tienen que acumular consultas de compañeros.</p>	
--	--	---	--

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo,</p>	<p>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</p> <p>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
<p><b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O</b></p>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible</p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p>	<p>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>FORMACIÓN INSUFICIENTE</b></p>	<p>= Tolerable</p>	<p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--------------------------------------	--------------------	--	---

Puesto de Trabajo: **MÉDICO COPF**

Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Disponible información información para el trabajador "ficha de información preventiva sobre seguridad vial" en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></li> </ul>


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan el ordenador para introducir datos de los pacientes en cuanto a tratamientos, consultar analíticas, historia clínica, etc.</p> <p>Se observa en la visita que el puesto de trabajo del personal médico cuenta con silla ergonómica para trabajos de pvd, espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. La pantalla del ordenador es regulable en altura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los problemas físicos generalmente pueden reducirse mediante una configuración correcta del puesto de trabajo con pantallas, así como con una adecuada organización del trabajo y de las tareas que eviten el estatismo en el puesto de trabajo y favorezcan el dinamismo.</li> <li>- Es importante que el equipo y el entorno del puesto de trabajo permitan adoptar posturas de trabajo adecuadas de forma que tanto las articulaciones como el tronco y las extremidades no realicen flexiones o extensiones forzadas o requieran aplicar fuerzas que favorezcan el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos. Para ello seguir lo indicado en el apartado posterior "Pantallas de visualización de datos".</li> <li>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.</li> <li>- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.</li> </ul> <p><b>POSTURA CORRECTA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.</li> <li>* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.</li> <li>* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.</li> <li>* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.</li> <li>* Las manos sin extensión ni desviaciones.</li> </ul>

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<p>* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueso poplíteo (parte posterior de la rodilla).</p> <p>* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.</p>  <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.</p>
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Moderado</b>	El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos (PVD) para el desarrollo de su tarea.  Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.  Puesto de trabajo: Son los	-Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.  - La colocación de la pantalla es fundamental Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40º bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 º.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

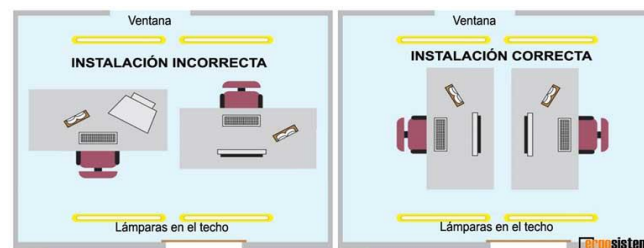
		<p>constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p>	<div data-bbox="1339 268 1742 539" data-label="Image"> </div> <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin</li> </ul>
--	--	---	---



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>de evitar desplazamientos involuntarios.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones: <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5° y podrá regularse hasta al menos 15° sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> </li> <li>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</li> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la</li> </ul> </li> </ul>
--	--	--	--

- relativa oscuridad de la pantalla.
- \* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.
  - \* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.



- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.
- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.
- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.
- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.
- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se puede consultar la ficha de información preventiva sobre "utilización de

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p> pantallas de visualización de datos", en el gestor documental: <a href="#">Ficha Pantalla Visualización de Datos</a></p>
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

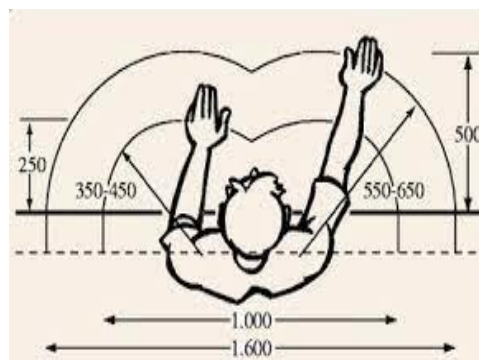
Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.</p> <p>La trabajadora de esta categoría profesional, puede adoptar posturas forzadas cuando explora a una paciente y/o realiza</p>	<p>- Antes de comenzar a explorar a la paciente, ajustar el mobiliario y al paciente de tal manera que se evite tener que mantener una abducción mayor de 30º y un alcance superior a 30 cm del brazo explorador. Colocar el monitor del equipo ecógrafo de tal manera que no tenga que torcer el cuello para ver la imagen.</p> <p>- Facilitar un taburete regulable en altura y con respaldo.</p> <p>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</p> <p>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</p> <p>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 107 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

ecografías, pruebas,...

Dispone de camilla regulable en altura y taburete regulable en altura sin respaldo.



- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.
- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.
- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.
- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.
- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.
- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.

## Fuente de Riesgo: AGENTES BIOLÓGICOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de transmisión puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> <p>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</p> <p>El personal de esta categoría profesional, realiza principalmente revisiones ginecológicas</p>	<p>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarro.</p> <p>- En las exploraciones ginecológicas utilizar guantes de nitrilo (UNE EN 374-1-5). Evitar su sobreuso, cambiarlos a menudo.</p> <p>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</p> <p>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</p> <p><b>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.</p> <p>La trabajadora de esta categoría profesional utiliza habitualmente ácido acético, Lugol y potasio. Estos productos los trasvase desde su envase original a otro de menor tamaño.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar guantes de nitrilo de protección química cuando realice técnicas que conlleven la manipulación de productos químicos. En caso de que existiera riesgo de salpicaduras utilizar también gafas de protección antisalpicaduras.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPI (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... cualquier duda o consulta ponerlo en nuestro conocimiento.</li> </ul> <p><b>TRASVASES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar hacer trasvases de productos químicos. En general se debe evitar el trasvase por gravedad o vertido libre de sustancias químicas. En aquellas situaciones en que no sea posible y los envases superen la capacidad de 20 litros, es necesario dotar a los envases de grifos que faciliten el control del vaciado y tener previsto un sistema adecuado de recogida de vertidos. La tarea de trasvase se debe realizar lentamente</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>evitando las salpicaduras. Es útil disponer de embudos de caña larga para este tipo de operación, pues facilita el llenado de abajo a arriba del recipiente, y evita así, el llenado a chorro o caída libre. Utilizar sistemas de recogida de agentes químicos derramados.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de llenar un envase se deberá comprobar que está limpio y exento de corrosión, contaminación u otros daños; si así sucediese se deberá reparar o desechar definitivamente.</li> <li>- Al efectuar trasvases deberá prestarse particular atención a la ubicación de los envases, a su manipulación y transporte y a su almacenamiento.</li> <li>- Realizar el trasvase en la zona del lavabo, con el local ventilado y con los equipos de protección individual indicados en la ficha de datos de seguridad del producto manipulado. Para los productos que manipula a fecha de esta evaluación utilizar guantes y gafas antisapicaduras.</li> <li>- Lavarse las manos antes y después de su manipulación.</li> <li>- Una vez realizado el trasvase, mantener los recipientes cerrados herméticamente volviendo a dejar el envase en el mismo lugar donde estaba almacenado.</li> </ul> <p>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</p> <p>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</p>
--	--	--	--



Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> </ul> <p>En general la unidad de COPF dispone de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul> <p><b>COMUNES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><b>GUANTES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><b>PROTECCIÓN OCULAR:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</li> </ul> <p><b>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149). La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>del producto químico, cuando las protecciones colectivas no sean suficientes y en aquellas situaciones en las que hay o puede haber exposición a agentes biológicos. Si esta exposición es en forma de bioaerosoles, la protección mínima recomendable es la ofrecida por las mascarillas autofiltrantes FFP2 y si en el desarrollo de la actividad existen operaciones o se realizan técnicas en las que se puedan generar bioaerosoles en concentraciones elevadas, se recomienda el uso de mascarillas autofiltrantes FFP3.</p> <p>- Bata desechable en caso necesario.</p>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>No tienen instalados el botón antipánico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia sobre habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo de personas agitadas/agresivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo.</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></p> <p>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<p><u>En general:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</li> <li>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
<p><b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b></p>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>La carga de trabajo mental es la relación entre las exigencias del trabajo y los recursos mentales de que dispone una persona para hacer frente a tales exigencias.</p> <p>Entre los factores de riesgos más destacados podemos incluir los dependientes de la exigencia de la tarea, las circunstancias del trabajo (físicas, sociales y de organización) y las características individuales del trabajador.</p> <p>El trabajo en Atención Primaria supone la aplicación de unos conocimientos científicos y técnicos, en unas condiciones que pueden conducir a situaciones de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica.</li> <li>- Organizar el trabajo de forma que los requerimientos en las horas punta se reduzcan.</li> <li>- Organizar el número de pacientes por médico, de tal manera que, se intente cumplir las recomendaciones de cupo por facultativo.</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Rediseñar en caso necesario el lugar de trabajo (adecuando espacios, iluminación, ambiente sonoro, etc.). Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		sobrecarga y, consecuentemente, a alteraciones patológicas. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediata a informaciones complejas, numerosas y constantemente diferentes.	
--	--	---	--

Puesto de Trabajo: **ASISTENCIA A PACIENTES ENFERMERÍA AP**

Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros o a domicilios de pacientes.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional se desplazan durante su jornada laboral para realizar avisos domiciliarios y salidas de urgencias, bien andando o en su vehículo particular.</p> <p>Posibilidad de sufrir un accidente en los</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional chalecos reflectantes que cumplan con la norma UNE EN 471, para utilizar en las salidas de urgencia que requiera trabajar en vías de circulación, principalmente cuando realizan guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres.</li> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		desplazamientos en ambulancia cuando realizan guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres.	<p>se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formación e información sobre seguridad vial, existente en el portal del SES, en el apartado de "Gestor documental": <a href="#">Ficha Seguridad Vial</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL</b>	C: Importante E: Poco Usual P: Posible = <b>Trivial</b>	<p>Riesgo de caída a distinto nivel en los edificios en los que el trabajador utiliza las escaleras fijas para subir y bajar en los avisos domiciliarios.</p> <p>Posibilidad de riesgo de caídas cuando se accede a las ambulancias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuando utilice el servicio de ambulancia, tener especial cuidado al subir y bajar de ella, para evitar caídas a distinto nivel. Además de utilizar la plataforma extraíble que hay para este menester y de la agarradera, pedir si es necesaria ayuda al conductor de la misma.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</li> <li>- Utilizar siempre los pasamanos de las escaleras, extremar la precaución en caso de tener las manos ocupadas.</li> <li>- No correr, mirar bien donde pisa, principalmente al bajar las escaleras.</li> <li>- No utilizar plataformas improvisadas para trabajos en altura.</li> <li>- Al subir y bajar de los vehículos utilizar los asideros correspondientes.</li> <li>- Hacer los movimientos con cautela, con movimientos lentos.</li> </ul>
<b>EXPOSICIÓN A AMBIENTES EXTREMOS</b>	C: Importante E: Poco Usual P: Posible = <b>Tolerable(36)</b>	<p>Principalmente en las urgencias, cuando la actividad del trabajador se desarrolle a la intemperie, éste puede estar expuesto a temperaturas o ambientes térmicos extremos (tanto frío acusado en invierno, como calor excesivo en verano).</p> <p>Las consecuencias del riesgo pueden ser directas (insolación, golpe de calor, gripes, etc.), como indirectas (potenciar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los trabajadores dispondrán de ropa adecuada a las condiciones ambientales, especialmente ropa de abrigo para las salidas al exterior cuando realizan guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres. Facilitar una parka al trabajador que la necesite.</li> </ul>


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		otros posibles riesgos, de consecuencias más graves, por la falta de atención y la limitación de la capacidad del trabajador al encontrarse afectado por estas condiciones térmicas o ambientales extremas).	
--	--	--	--


Fuente de Riesgo: **PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan el ordenador para introducir datos de los pacientes en cuanto a tratamientos, consultar analíticas, historia clínica, etc.</p> <p>En general todo el personal de esta categoría profesional dispone de asientos ergonómicos y espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. Todas las pantallas son regulables en altura.</p> <p>La enfermera del COPF, no dispone de silla ergonómica para usuarios de PVD, está rota.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar una silla ergonómica con los requisitos establecidos para usuarios de PVD a la enfermera del COPF.</li> <li>- Los problemas físicos generalmente pueden reducirse mediante una configuración correcta del puesto de trabajo con pantallas, así como con una adecuada organización del trabajo y de las tareas que eviten el estatismo en el puesto de trabajo y favorezcan el dinamismo.</li> <li>- Es importante que el equipo y el entorno del puesto de trabajo permitan adoptar posturas de trabajo adecuadas de forma que tanto las articulaciones como el tronco y las extremidades no realicen flexiones o extensiones forzadas o requieran aplicar fuerzas que favorezcan el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos. Para ello:</li> <li>- Seguir lo indicado en el apartado posterior "Pantallas de visualización de datos".</li> <li>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.</li> <li>- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>POSTURA CORRECTA:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.</li> <li>* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.</li> <li>* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.</li> <li>* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.</li> <li>* Las manos sin extensión ni desviaciones.</li> <li>* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueso poplíteo (parte posterior de la rodilla).</li> <li>* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.</li> </ul>  <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.</p>
<p><b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b></p>	<p>C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p>	<p>- Sustituir la silla de trabajo de la enfermera del COPF, por otra silla ergonómica que reúna los requisitos establecidos en el RD. 488/1997 de PVD, ya que la actual está rota.</p> <p>- Reparar y en caso necesario sustituir aquella silla de trabajo que no reúna los requisitos establecidos en el RD 488/1997 de PVD y que se especifican posteriormente en este apartado.</p>

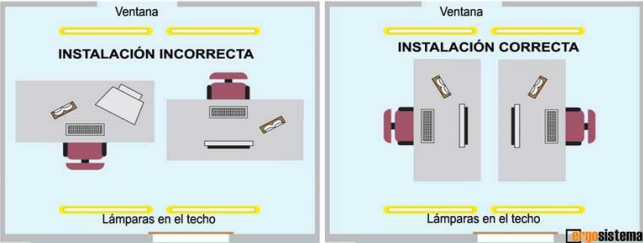
**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

		<p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>Se observa la silla de trabajo de la enfermera del COPF está rota.</p>	<p>-Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p>  <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul>
--	--	---	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</p> <p>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</p> <p>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</p>
--	--	--	---

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se puede consultar la ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", en el gestor documental: <a href="#">Ficha Pantalla Visualización de Datos</a></li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PRODUCTOS Y MATERIALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>MANIPULACIÓN DE CARGAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera que la manipulación manual de cargas puede entrañar riesgos dorsolumbares cuando se manipulan cargas superiores a 3 Kg. en condiciones desfavorables.</p> <p>En los avisos domiciliarios y las salidas de urgencia hay que transportar material que supera en muchas ocasiones este peso.</p> <p>También aparece este riesgo en caso de tener que ayudar a algún paciente a tumbarse en la camilla</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No cargar en exceso el maletín, llevar lo necesario para atender al aviso al que se acude.</li> <li>- Caminar con buena postura, con la cabeza y el tórax erguidos, para recoger algún objeto del suelo flexionar las rodillas y mantener la espalda recta.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</li> <li>- Solicitar la ayuda de un compañero en caso necesario.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores en cuanto a los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas a adoptar para evitar daños a la salud. <a href="#">Ficha Manipulación Manual de Cargas</a></li> <li>- En caso de tener que manipular una carga, seguir las 5 reglas para levantar cargas superiores a 3 kg:</li> </ul>

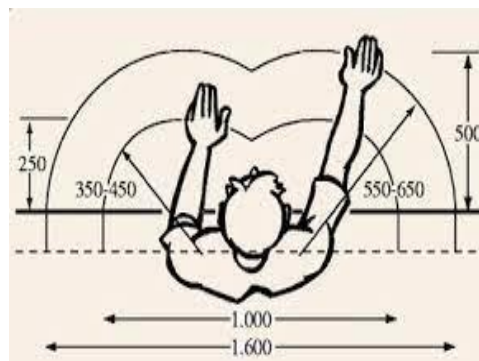


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres


		de exploración.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación nos permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.</li> <li>• Doblar las rodillas.</li> <li>• Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.</li> <li>• Levantar el peso de forma gradual ,suavemente y sin sacudidas</li> <li>• No girar el tronco mientras se está levantando la carga, es preferible pivotar sobre los pies.</li> </ul> <p>- Formar/informar a los trabajadores sobre la manipulación de enfermos. <a href="#">Díptico movilización de enfermos</a></p> <p>- En caso de tener que manipular a un paciente, siga las técnicas adecuadas que básicamente consisten en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener la espalda recta, contraer lo glúteos y los músculos abdominales para mantener la pelvis en posición correcta y utilizar los músculos de las piernas para levantarse y moverse.</li> <li>- Sostener a los pacientes con los antebrazos manteniendo los brazos cerca del cuerpo. Con ello se consigue desplazar lo mínimo el centro de gravedad y se requiere menos fuerza para mantener el equilibrio.</li> <li>- Separar los pies, uno ligeramente delante del otro, con una amplitud igual a la anchura de los hombros. El pie de delante se colocará en la dirección en la que vaya a efectuarse el giro.</li> <li>- Ayudarse con puntos de apoyo exteriores y con el contrapeso del propio cuerpo para aumentar la fuerza aplicada al movimiento.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, que sujete bien el pie y con suela antideslizante.</li> <li>- Recordar que siempre es mejor empujar que tirar(silla, camillas, carros, etc).</li> </ul> <p>- Es recomendable tener hábitos de vida saludables: práctica habitual de ejercicio físico, caminar y hacer ejercicio, elevar las piernas en los periodos de descanso, buenos hábitos alimenticios...</p>
--	--	-----------------	---

## Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.</p> <p>Cuando tiene que explorar a un paciente o cuando atiende una urgencia, en ocasiones tiene que adoptar posturas forzadas.</p> <p>En general las consultas del personal de enfermería no disponen de camilla regulable en</p>	<p>- Es recomendable disponer en las consultas de camilla regulable en altura y taburete también regulable en altura para poder utilizar en caso necesario. Estos elementos evitan al trabajador el mantenimiento de posturas forzadas en determinadas exploraciones. Facilitar taburete regulable en altura a los trabajadores que no dispongan del mismo y aquellas camillas que se encuentren en mal estado, ir sustituyéndolas por otras regulables en altura.</p> <p>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>alguna ni de taburete también regulable en altura.</p> <p>La enfermera del COPF no dispone de camilla ni taburete regulable en altura para asistir a las pacientes.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</li> <li>- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.</li> <li>- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.</li> <li>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</li> <li>- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.</li> <li>- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.</li> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</li> <li>- En las urgencias, solicitar ayuda a un compañero en caso necesario, intentar no mantener la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: AGENTES BIOLÓGICOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de transmisión puede ser: <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> </li> <li>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</li> <li>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</li> </ul> <p><b>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarro.</li> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdataxas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdataxas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y</li> </ul>
--	--	--	---

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 133 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>cierre provisional definitivo (amarillo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.</p> <p>La enfermera del COPF manipula Ácido acético, potasio, Lugol, clorexhidina (que trasvasan a envases más pequeños) ... y para limpiar el instrumental utiliza "neodisher MultiZym"</p> <p>El personal de enfermería de AP puede manipular distintos tipos de medicación, entre ella los denominados "Medicamentos Peligrosos".</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar guantes de nitrilo de protección química cuando realice tareas que conlleven la manipulación de productos químicos. En caso de existir riesgo de salpicaduras utilizar también gafas de protección antisalpicaduras.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los gases medicinales utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... cualquier duda o consulta ponerlo en conocimiento de este servicio.</li> </ul> <p><b>TRASVASES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar hacer trasvases de productos químicos. En general se debe evitar el trasvase por gravedad o vertido libre de sustancias químicas. En aquellas situaciones en que no sea posible y los envases superen la capacidad de 20 litros, es necesario dotar a</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>los envases de grifos que faciliten el control del vaciado y tener previsto un sistema adecuado de recogida de vertidos. La tarea de trasvase se debe realizar lentamente evitando las salpicaduras. Es útil disponer de embudos de caña larga para este tipo de operación, pues facilita el llenado de abajo a arriba del recipiente, y evita así, el llenado a chorro o caída libre. Utilizar sistemas de recogida de agentes químicos derramados.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de llenar un envase se deberá comprobar que está limpio y exento de corrosión, contaminación u otros daños; si así sucediese se deberá reparar o desechar definitivamente.</li> <li>- Al efectuar trasvases deberá prestarse particular atención a la ubicación de los envases, a su manipulación y transporte y a su almacenamiento.</li> <li>- Realizar el trasvase en la zona del lavabo, con el local ventilado y con los equipos de protección individual indicados en la ficha de datos de seguridad del producto manipulado. Para los productos que manipula a fecha de esta evaluación utilizar guantes y gafas antisalpicaduras.</li> <li>- Lavarse las manos antes y después de su manipulación.</li> <li>- Una vez realizado el trasvase, mantener los recipientes cerrados herméticamente volviendo a dejar el envase en el mismo lugar donde estaba almacenado.</li> </ul> <p>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</p> <p>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</p> <p>- Adecuada gestión de los residuos. Los envases vacíos pueden ser igual de peligrosos que los llenos, pues pueden contener restos del producto.</p> <p>- Especial atención en la manipulación de medicamentos peligrosos. Seguir lo especificado en el "Manual de medicamentos peligrosos" en los centros de Atención Primaria.</p>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>EXPOSICION A CITOSTÁTICOS Y MEDICAMENTOS PELIGROSOS EN GENERAL</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>El personal de enfermería de AP puede estar expuesto en la administración y desecho de medicación considerada peligrosa.</p> <p>Habitualmente administran metotrexato en jeringa precargada, pero también tienen que administrar a los pacientes otros medicamentos peligrosos que han sido prescritos por el hospital, esta administración pueden hacerla tanto en el domicilio del paciente como en el centro.</p> <p>La manipulación de las excretas también supone una situación de peligro para los/las trabajadores.</p> <p>Existe en el centro una consulta de enfermería habilitada exclusivamente para administrar los tratamientos con citostáticos, dicha sala dispone de ventilación natural, contenedor de residuos citostático y los EPI necesarios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguir lo especificado en el “Manual de medicamentos peligrosos” en los centros de Atención Primaria de nuestra Área de Salud.</li> <li>- Proporcionar la formación e información adecuada a dicho personal para la manipulación, segregación y eliminación de medicamentos peligrosos. La escuela de Ciencias de la Salud convoca anualmente un curso online sobre la manipulación de medicamentos peligrosos en nuestra Área de Salud, hacer publicidad del mismo.</li> <li>- Dotar a los trabajadores que manipulen citostáticos de todos los elementos de bioseguridad para llevar a cabo esta labor con la máxima seguridad (guantes de nitrilo, mascarilla FFP3...), disponer a mano de un kit para derrames.</li> <li>- Citar a los enfermos a última hora de la jornada, con el fin de poder ventilar el lugar adecuadamente después de administrarles el medicamento peligroso, principalmente los del grupo de riesgo 1 y 2.</li> <li>- Tener a mano los EPI necesarios y el contenedor de residuos citostáticos.</li> </ul>
--	---	---	---



Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</p> <p>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</p> <p>En general los trabajadores de esta categoría profesional disponen de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea.</p>	<p>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</p> <p>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</p> <p>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</p> <p>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</p> <p>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</p> <p>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</p> <p><u>COMUNES:</u></p> <p>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</p> <p><u>GUANTES:</u></p> <p>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</p> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <p>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</p> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <p>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico, cuando las protecciones colectivas no sean suficientes y en aquellas situaciones en las que hay o puede haber exposición a agentes biológicos. Si esta exposición es en forma de bioaerosoles, la protección mínima recomendable es la ofrecida por las mascarillas autofiltrantes FFP2 y si en el desarrollo de la actividad existen operaciones o se realizan técnicas en las que se puedan generar bioaerosoles en concentraciones elevadas, se recomienda el uso de mascarillas autofiltrantes FFP3.</p> <p><u>RUIDO:</u> -Protectores auditivos a utilizar en caso de exposición a ruido emitido por maquinaria utilizada y en recintos con maquinaria que emita ruido ( UNE-EN 352).  - Bata desechable y/o bata impermeable (EN 14605).</p>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>No tienen instalados el botón</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación/información a los trabajadores. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta,</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 138 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>antipánico.</p>	<p>solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Es recomendable establecer una distribución del mobiliario de las consultas, de tal manera que permita al trabajador tener una vía de salida.</li> <li>- Impartir formación específica sobre habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo de personas agitadas/agresivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--------------------	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **RITMOS Y HORARIOS DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA MENTAL POR RITMOS DE TRABAJO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible <b>= Moderado</b>	La carga de trabajo mental es la relación entre las exigencias del trabajo y los recursos mentales de que dispone una persona para hacer frente a tales exigencias.  Entre los factores de riesgos más destacados podemos incluir los	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar el número de pacientes por médico, de tal manera que, se intente cumplir las recomendaciones de cupo por facultativo.</li> <li>- Cumplir con la normativa existente sobre jornada laboral, descansos y turnos.</li> <li>- Organizar el trabajo de forma que los requerimientos en las horas punta se reduzcan.</li> <li>- Evitar en lo posible la acumulación de consultas.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>dependientes de la exigencia de la tarea, las circunstancias del trabajo (físicas, sociales y de organización) y las características individuales del trabajador.</p> <p>El trabajo en Atención Primaria supone la aplicación de unos conocimientos científicos y técnicos, en unas condiciones que pueden conducir a situaciones de sobrecarga y, consecuentemente, a alteraciones patológicas. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediata a informaciones complejas, numerosas y constantemente diferentes.</p> <p>A este proceso de tratamiento de información se añaden otros factores como son la existencia de situaciones de incertidumbre, la existencia de presiones temporales, el tipo de pacientes que se tratan, la gravedad de los enfermos, el trato con pacientes y familiares, , la creciente aplicación de las nuevas tecnologías...</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional nos transmiten que habitualmente atienden a un mayor número de pacientes que los ratios recomendados, número que aumenta aún más cuando</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Mantener dentro de los valores de confort los factores ambientales (ruido, iluminación, temperatura, etc.).</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Rediseñar en caso necesario el lugar de trabajo (adecuando espacios, iluminación, ambiente sonoro, etc.). Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		tienen que acumular consultas de compañeros.	
<b>HORARIOS POR TURNOS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	El horario de trabajo habitual es de 8 a 15:00 horas. Los trabajadores de esta categoría profesional realizan guardias de presencia física de lunes a jueves en el centro, en horario de 15:00 a 22:00 horas.  En ocasiones también tienen que cubrir las guardias del PAC de Malpartida de Cáceres en horario de 15:00 a 22:00 horas de lunes a viernes y de 10:00 a 22:00 horas los sábados, domingos y festivos.	- Respetar el tiempo de descanso entre turnos (establecido en la normativa vigente).  - Cumplir con la normativa existente sobre jornada laboral, descansos y turnos.  - Se dará a conocer a los trabajadores de antemano el calendario con la organización de las guardias.

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.  Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.	- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.  -Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.  - Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Riesgo por falta de formación suficiente.  Riesgo por falta o insuficiencia de información.	- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	--	--	--



**Puesto de Trabajo: MATRONA**

**Fuente de Riesgo: ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad</a></li> </ul>


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>vial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Importante E: Poco usual P: Posible = Trivial</p>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros o a domicilios de pacientes.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>

## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan el ordenador para introducir datos de los pacientes en cuanto a tratamientos, consultar analíticas, historia clínica, etc.</p> <p>El personal de esta categoría profesional dispone de asiento ergonómico y espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. La pantalla es regulables en altura.</p> <p>No dispone de reposapiés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar un reposapiés a la matrona del centro.</li> <li>- Los problemas físicos generalmente pueden reducirse mediante una configuración correcta del puesto de trabajo con pantallas, así como con una adecuada organización del trabajo y de las tareas que eviten el estatismo en el puesto de trabajo y favorezcan el dinamismo.</li> <li>- Es importante que el equipo y el entorno del puesto de trabajo permitan adoptar posturas de trabajo adecuadas de forma que tanto las articulaciones como el tronco y las extremidades no realicen flexiones o extensiones forzadas o requieran aplicar fuerzas que favorezcan el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos. Para ello: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguir lo indicado en el apartado posterior "Pantallas de visualización de datos".</li> </ul> </li> <li>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.</li> <li>- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.</li> </ul> <p><b>POSTURA CORRECTA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.</li> <li>* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.</li> <li>* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.</li> <li>* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.</li> <li>* Las manos sin extensión ni desviaciones.</li> <li>* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueco poplíteo (parte posterior de la rodilla).</li> <li>* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			 <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.</p>
<p><b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b></p>	<p>C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o</p>	<p>- Reparar y en caso necesario sustituir aquella silla de trabajo que no reúna los requisitos establecidos en el RD 488/1997 de PVD y que se especifican posteriormente en este apartado.</p> <p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40º bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 º.</p>

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.

Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.



- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.

Mesa de trabajo:

- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.
- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.
- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.

Asiento de trabajo:

Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:

- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.
- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.
- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.
- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>construidos a prueba de cambios no intencionados.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> <li>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones: <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5° y podrá regularse hasta al menos 15° sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> </li> <li>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</li> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan</li> </ul> </li> </ul>
--	--	--	---

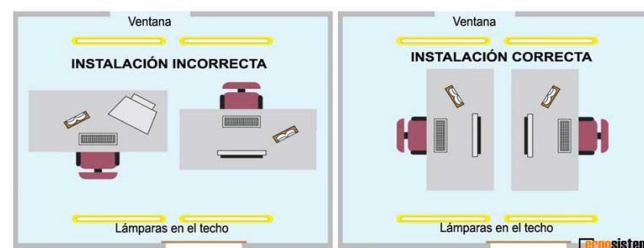
**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

ventanas detrás o delante.

\* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.

\* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.

\* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.



- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.

- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.

- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.

- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.

**Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres**

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se puede consultar la ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", en el gestor documental: <a href="#">Ficha Pantalla Visualización de Datos</a>
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.</p> <p>Cuando tiene que explorar a una paciente en ocasiones tiene que adoptar posturas forzadas.</p>	<p>- Es recomendable disponer en las consultas de camilla regulable en altura y taburete también regulable en altura para poder utilizar en caso necesario. Estos elementos evitan al trabajador el mantenimiento de posturas forzadas en determinadas exploraciones. Facilitar taburete regulable en altura a los trabajadores que no dispongan del mismo y aquellas camillas que se encuentren en mal estado, ir sustituyéndolas por otras regulables en altura.</p> <p>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

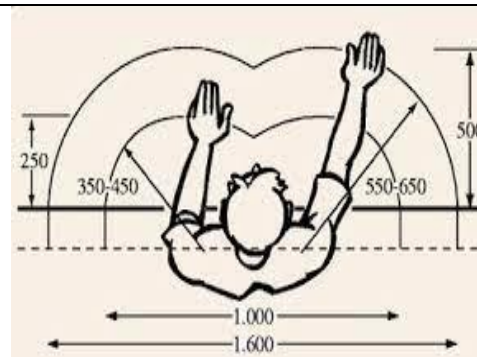
mail: [prerielab.caceres@salud-juntaex.es](mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es)



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

No dispone de camilla regulable en altura ni de taburete regulable en altura.

Posibilidad de adoptar posturas forzadas al realizar ecografías.



- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.

- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.

- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.

- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.

- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.

- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>manteniendo la espalda recta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</li> <li>- En las urgencias, solicitar ayuda a un compañero en caso necesario, intentar no mantener la misma postura durante mucho tiempo.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de transmisión puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> <p>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y</p>	<p>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</p> <p>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</p> <p>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>controlado.</p> <p>La trabajadora de esta categoría profesional realiza citologías, exudado vaginal, análisis de orina,...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> <li>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</li> <li>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarrar.</li> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul>
--	--	---	---

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 155 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar guantes de nitrilo de protección química cuando realice tareas que conlleven la manipulación de productos químicos. En caso de existir riesgo de salpicaduras utilizar también gafas de protección antisalpicaduras.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los gases medicinales utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... cualquier duda o consulta ponerlo en conocimiento de este servicio.</li> <li>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</li> <li>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</li> <li>- Adecuada gestión de los residuos. Los envases vacíos pueden ser igual de peligrosos que los llenos, pues pueden contener restos del producto.</li> <li>- Especial atención en la manipulación de medicamentos peligrosos. Seguir lo especificado en el "Manual de medicamentos peligrosos" en los centros de Atención Primaria.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>utilizarlos.</p> <p>En general los trabajadores de esta categoría profesional disponen de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul> <p><u>COMUNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><u>GUANTES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</li> </ul> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico, cuando las protecciones colectivas no sean suficientes y en aquellas situaciones en las que hay o puede haber exposición a agentes biológicos. Si esta exposición es en forma de bioaerosoles, la protección mínima recomendable es la ofrecida por las mascarillas autofiltrantes FFP” y si en el desarrollo de la actividad existen operaciones o se realizan técnicas en las que se puedan generar bioaerosoles en concentraciones elevadas, se recomienda el uso de mascarillas autofiltrantes FFP3.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bata desechable y/o bata impermeable (EN 14605).</li> </ul>
--	--	---	---

## Fuente de Riesgo: PERSONAS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>No tienen instalados el botón antipánico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación/información a los trabajadores. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Es recomendable establecer una distribución del mobiliario de las consultas, de tal manera que permita al trabajador tener una vía de salida.</li> <li>- Impartir formación específica sobre habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo de personas agitadas/agresivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>conflictos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> </ul> <p>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la</p>
--	--	--	---



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</li> <li>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>la seguridad y salud de los trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
<p><b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b></p>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento,</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	<p>C: Leve E: Frecuente P: Posible = <b>Trivial</b></p>	<p>La carga de trabajo mental es la relación entre las exigencias del trabajo y los recursos mentales de que dispone una persona para hacer frente a tales exigencias.</p> <p>Entre los factores de riesgos más destacados podemos incluir los dependientes de la exigencia de la tarea, las circunstancias del trabajo (físicas, sociales y de organización) y las características individuales del trabajador.</p> <p>El trabajo en Atención Primaria supone la aplicación de unos conocimientos científicos y técnicos, en unas condiciones que pueden conducir a situaciones de sobrecarga y, consecuentemente, a alteraciones patológicas. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediata a informaciones</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica.</li> <li>- Organizar el trabajo de forma que los requerimientos en las horas punta se reduzcan.</li> <li>- Organizar el número de pacientes por médico, de tal manera que, se intente cumplir las recomendaciones de cupo por facultativo.</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Rediseñar en caso necesario el lugar de trabajo (adecuando espacios, iluminación, ambiente sonoro, etc.). Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		complejas, numerosas y constantemente diferentes.	
--	--	--	--

Puesto de Trabajo: **ODONTÓLOGO DE AP**

Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

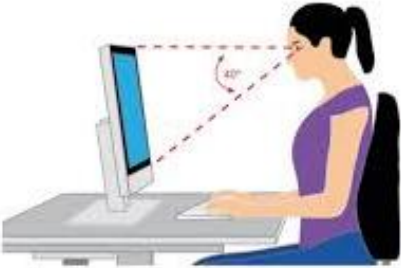
Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se hace entrega de ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0</a></li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>seguridad vial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<p><b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros. La trabajadora de esta categoría profesional se desplaza al hospital San Pedro de Alcántara un viernes cada dos meses a consulta de telemedicina.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 166 de 365			

## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

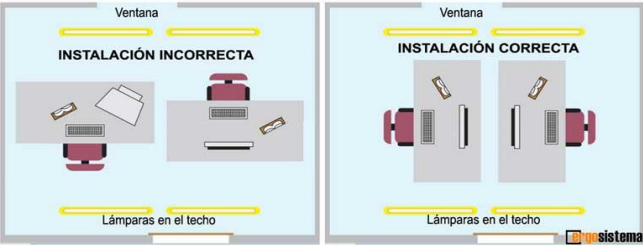
Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>El puesto de trabajo no dispone de reposapiés. La trabajadora cuando</p>	<p>- Facilitar a la trabajadora de esta categoría profesional de un reposapiés.</p> <p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p>  <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>está sentada no puede apoyar los pies en el suelo.</p>	<p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p>
--	--	---	--



**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</li> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  </div>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se hace entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se adjunta ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", esta ficha se puede consultar en el portal del SES/Gestor Documental/12.- Prevención de riesgos laborales.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.  Mantener posiciones fijas o	- Antes de atender a un paciente, regular el sillón y el taburete a las necesidades de la tarea, de tal manera que no se adopten posturas forzadas.  - Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.

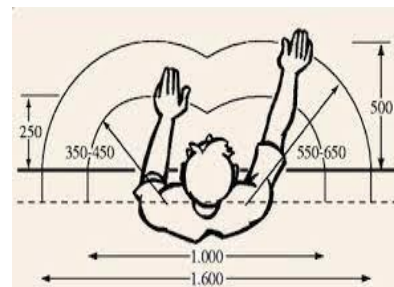
La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.

Posibilidad de adoptar posturas forzadas cuando atiende a un paciente.

Dispone de sillón para paciente regulable en altura y de taburete regulable en altura.

para evitar posturas forzadas.

- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.
- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.



- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.
- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.
- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas,

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.</li> <li>- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.</li> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS ELECTROMÉDICOS O ANÁLOGOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS DE PIEZAS / PARTÍCULAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	- Posibilidad de traumatismos producidos por la proyección de partículas o fragmentos hacia los ojos, tales como cuerpos extraños, sarro y partículas minerales, pudiendo provocar microtraumatismos en la cara y en los ojos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar guantes, mascarilla y pantalla facial o gafas de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> </ul>
<b>CONTACTO CON SUPERFICIES CALIENTES</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Posibilidad de quemaduras al utilizar el autoclave/esterilizador existente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de utilizar cualquier equipo, leer detenidamente el libro de instrucciones y seguir sus indicaciones.</li> <li>- Especial cuidado cuando termina el ciclo de esterilización, al abrir la puerta del equipo, puede estar expuesto a quemaduras por contacto (ejemplo interior de la puerta del equipo) y por salida de vapor. No detenerse sobre o delante de la puerta del equipo, separarse. No tocar la parte interior de la puerta, utilizar herramienta extractora específica.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 172 de 365			

Fuente de Riesgo: **RIESGOS FÍSICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A RUIDOS</b>	C: Importante E: Continua P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	Riesgo de exposición a ruido por el uso de equipos, maquinaria, herramientas ruidosas, personas...  Se valora este riesgo en esta categoría profesional pues en la consulta está instalado al lado del sillón de exploración el motor del sistema de aspiración del equipo dental. Dicho motor produce mucho ruido. Realizada medición con fecha 3/7/2024, dan unos valores comprendidos entre 77 y 81 dB(A) y puesto en conocimiento del servicio de mantenimiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La exposición al ruido debe eliminarse en su origen o reducirse al nivel más bajo posible, teniendo en cuenta los avances técnicos y la disponibilidad de medidas de control en su origen.</li> <li>- Aislar el motor del equipo de aspiración de la consulta de odontología. Valorar las distintas acciones para ello, bien sacándolo a la fachada del edificio (recomendado), bien instalándolo en interior de mueble fregadero existente bajo la ventana de la consulta con salida al exterior, instalándolo dentro de una jaula de Faraday.</li> <li>- Elección de máquinas que, a igualdad de características técnicas, ofrezcan los niveles más bajos en la declaración de ruido emitido que debe incluir su manual de instrucciones, de acuerdo con el Real Decreto 1435/1992 sobre máquinas. Ir sustituyendo en la medida de lo posible la maquinaria antigua que emita altos niveles de ruido por maquinaria nueva que emita niveles bajos.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico de la maquinaria.</li> <li>- Confinar, apantallar, si es posible, el equipo o la actividad ruidosa.</li> <li>- Emplear materiales absorbentes en paredes y techo.</li> <li>- Reducir los tiempos de exposición. Alternar las tareas.</li> <li>- En caso necesario utilizar protectores auditivos (tapones auditivos) adecuados al nivel del ruido.</li> <li>- Señalizar las áreas ruidosas.</li> <li>- Cuando se ponga en funcionamiento maquinaria ruidosa, permanecer el tiempo estrictamente necesario en la sala, utilizar protectores auditivos en caso necesario.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia periódica de la salud.- Audiometría.</li> <li>- La forma de utilizar el equipo de trabajo puede influir decisivamente en la cantidad de energía sonora emitida por el mismo; cuando se den tales circunstancias deberá prestarse especial atención a la información y formación dadas a los trabajadores usuarios del equipo, a fin de que, mediante una utilización adecuada del mismo, se minimice la exposición tanto de dichos trabajadores como de quienes se encuentren en las proximidades.</li> <li>- Mantenimiento adecuado de la maquinaria existente en el servicio.</li> <li>- Determinados trabajadores pueden ser especialmente sensibles al ruido y, por tanto, requerir medidas especiales de protección en virtud de lo dispuesto en el artículo 25 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Entre esos trabajadores se encuentran las mujeres embarazadas (protección del feto), los trabajadores que padezcan o hayan padecido determinadas afecciones, etc... Comunicarlo al servicio de prevención con el fin de indicar las medidas a emplear.</li> <li>- Instalar carteles que indiquen que se hable en todo adecuado.</li> </ul>
<b>VIBRACIONES</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Posibilidad de estar expuesto a vibraciones brazo/mano como consecuencia del instrumental utilizado para el desarrollo de su tarea.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es importante la elección del equipo de trabajo adecuado, bien diseñado desde el punto de vista ergonómico y generador del menor nivel de vibraciones posible, habida cuenta del trabajo al que está destinado.</li> <li>- Revisión y mantenimiento periódico de los equipos de trabajo.</li> <li>- Información y formación adecuada a los trabajadores sobre el manejo correcto y en forma segura del equipo de trabajo, para así reducir al mínimo la exposición a vibraciones mecánicas.</li> <li>- Siempre que sea posible, alternar las tareas.</li> </ul>

## Fuente de Riesgo: SUSTANCIAS QUÍMICAS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.  Utilización de desinfectantes, adhesivos... (adapor pentadine, desinfectante proclinic,...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... Lavarse las manos antes y después de utilizarlos.</li> <li>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</li> <li>- Los locales donde se manipulen los productos químicos deben estar bien ventilados.</li> <li>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</li> </ul>

## Fuente de Riesgo: AGENTES BIOLÓGICOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a la trabajadora de esta categoría profesional guantes de nitrilo talla "XS". Los guantes deben ser de tamaño adecuado a la mano del trabajador que los utiliza.</li> <li>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>transmisión puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> <p>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional están en contacto constante con fluidos corporales, saliva, sangre y tejidos infectados.</p> <p>La trabajadora de esta categoría profesional no dispone de guantes de tamaño adecuado a su mano. La talla "S" le queda grande, este ajuste deficiente, puede ser una posible causa de fallo en su función de barrera de protección.</p> <p>Dispone de contenedor verde y contenedor para objetos cortantes/punzantes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</li> </ul> <p>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p> <p>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> </ul>
--	--	---	--



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarro.</li> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdataxas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdataxas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	<p>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</p> <p>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</p> <p>En general en la unidad se dispone de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea: mascarillas, gafas de protección, guantes, bata...</p>	<p>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</p> <p>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</p> <p>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</p> <p>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</p> <p>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</p> <p>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</p> <p><u>COMUNES:</u></p> <p>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</p> <p><u>GUANTES:</u></p> <p>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</p> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <p>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</p> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <p>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</p> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico y cuando se esté expuesto a un agente biológico transmisible por</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>gotas/aerosoles/partículas.</p> <p><b>RUIDO:</b> -Protectores auditivos a utilizar en caso de exposición a ruido emitido por maquinaria utilizada y en recintos con maquinaria que emita ruido ( UNE-EN 352).</p> <p>- Bata desechable, bata impermeable o bata con delantal y manguitos impermeables antisalpicaduras (EN 14605).</p> <p>- La trabajadora de esta categoría profesional utiliza gafas, nos transmite que no se adapta a llevar gafas de protección pues le obstaculizan la visión, siendo para ella más cómodo utilizar las mascarillas con pantalla incorporada. Facilitarle dentro de lo posible mascarillas con pantalla incorporada.</p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>No disponen de botón antipánico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación/información a los trabajadores. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></p> <p>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></p> <p>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<p>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</p> <p>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</p> <p>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</p> <p>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</p> <p>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
<p><b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b></p>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>La carga de trabajo mental es la relación entre las exigencias del trabajo y los recursos mentales de que dispone una persona para hacer frente a tales exigencias.</p> <p>Entre los factores de riesgos más destacados podemos incluir los dependientes de la exigencia de la tarea, las circunstancias del trabajo (físicas, sociales y de organización) y las características individuales del trabajador.</p> <p>El trabajo en Atención Primaria supone la aplicación de unos conocimientos científicos y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica.</li> <li>- Organizar el trabajo de forma que los requerimientos en las horas punta se reduzcan.</li> <li>- Organizar el número de pacientes por médico, de tal manera que, se intente cumplir las recomendaciones de cupo por facultativo.</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Rediseñar en caso necesario el lugar de trabajo (adecuando espacios, iluminación, ambiente sonoro, etc.). Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>técnicos, en unas condiciones que pueden conducir a situaciones de sobrecarga y, consecuentemente, a alteraciones patológicas. La carga mental viene determinada por la necesidad de dar respuesta inmediata a informaciones complejas, numerosas y constantemente diferentes.</p>	<p>esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</p>
--	--	---	--



## Puesto de Trabajo: **HIGIENISTA DENTAL**

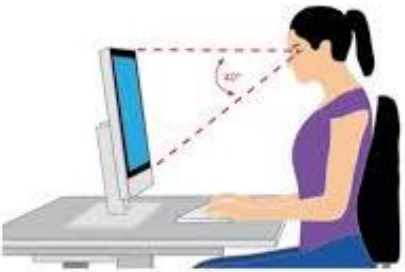
### Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros. La trabajadora de esta categoría profesional se desplaza a colegios a dar charlas.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>

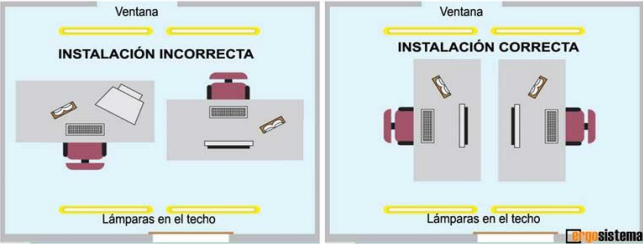
## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>No dispone de reposapiés.</p>	<p>- Facilitar a la trabajadora de esta categoría profesional de un reposapiés.</p> <p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p>  <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <p>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>flexible de sus diferentes elementos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5° y podrá regularse hasta al menos 15° sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</p>
--	--	--	---

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<p>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</p> <p>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</p> <p>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</p> <p>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> <div data-bbox="1227 1007 1868 1251" style="text-align: center;">  </div> <p>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de</p>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se adjunta ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", esta ficha se puede consultar en el portal del SES/Gestor Documental/12.- Prevención de riesgos laborales.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de transmisión puede ser: <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</li> <li>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> <p>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional están en contacto constante con fluidos corporales, saliva, sangre y tejidos infectados.</p> <p>Dispone de contenedor verde y contenedor para objetos cortantes/punzantes.</p>	<p>llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</p> <p>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p> <p>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</p> <p>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</p> <p>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</p> <p>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarrar.</p> <p>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</p> <p>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho</p>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	--



## Fuente de Riesgo: SUSTANCIAS QUÍMICAS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.  Utilización de desinfectantes, adhesivos... (adapor pentadine, desinfectante proclinic,...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</li> <li>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... Lavarse las manos antes y después de utilizarlos.</li> <li>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</li> <li>- Los locales donde se manipulen los productos químicos deben estar bien ventilados.</li> <li>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</li> </ul>

## Fuente de Riesgo: RIESGOS FÍSICOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A RUIDOS</b>	C: Importante E: Continua P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	Riesgo de exposición a ruido por el uso de equipos, maquinaria, herramientas ruidosas, personas...  Se valora este riesgo en esta categoría profesional pues en la	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La exposición al ruido debe eliminarse en su origen o reducirse al nivel más bajo posible, teniendo en cuenta los avances técnicos y la disponibilidad de medidas de control en su origen.</li> <li>- Aislar el motor del equipo de aspiración de la consulta de la higienista dental. Valorar las distintas acciones para ello, bien sacándolo a la fachada del edificio (recomendado), bien</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>consulta está instalado al lado del sillón de exploración el motor del sistema de aspiración del equipo dental. Dicho motor produce mucho ruido. Realizada medición con fecha 3/7/2024 , dan unos valores comprendidos entre 77 y 81 dB(A) y puesto en conocimiento del servicio de mantenimiento.</p>	<p>instalándolo en en interior de mueble fregadero existente bajo la ventana de la consulta con salida al exterior, instalándolo dentro de una jaula de Faraday.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elección de máquinas que, a igualdad de características técnicas, ofrezcan los niveles más bajos en la declaración de ruido emitido que debe incluir su manual de instrucciones, de acuerdo con el Real Decreto 1435/1992 sobre máquinas Ir sustituyendo en la medida de lo posible la maquinaria antigua que emita altos niveles de ruido por maquinaria nueva que emita niveles bajos.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico de la maquinaria.</li> <li>- Confinar, apantallar, si es posible, el equipo o la actividad ruidosa.</li> <li>- Emplear materiales absorbentes en paredes y techo.</li> <li>- Reducir los tiempos de exposición. Alternar las tareas.</li> <li>- En caso necesario utilizar protectores auditivos (tapones auditivos) adecuados al nivel del ruido.</li> <li>- Señalizar las áreas ruidosas.</li> <li>- Cuando se ponga en funcionamiento maquinaria ruidosa, permanecer el tiempo estrictamente necesario en la sala, utilizar protectores auditivos en caso necesario.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud.- Audiometría.</li> <li>- La forma de utilizar el equipo de trabajo puede influir decisivamente en la cantidad de energía sonora emitida por el mismo; cuando se den tales circunstancias deberá prestarse especial atención a la información y formación dadas a los trabajadores usuarios del equipo, a fin de que, mediante una utilización adecuada del mismo, se minimice la exposición tanto de dichos trabajadores como de quienes se encuentren en las proximidades.</li> <li>- Mantenimiento adecuado de la maquinaria existente en el servicio.</li> <li>- Determinados trabajadores pueden ser especialmente sensibles al ruido y, por tanto, requerir medidas especiales de protección en virtud de lo dispuesto en el artículo 25 de la</li> </ul>
--	--	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Entre esos trabajadores se encuentran las mujeres embarazadas (protección del feto), los trabajadores que padezcan o hayan padecido determinadas afecciones, etc... Comunicarlo al servicio de prevención con el fin de indicar las medidas a emplear.</p> <p>- Instalar carteles que indiquen que se hable en todo adecuado.</p>
<b>VIBRACIONES</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Posibilidad de estar expuesto a vibraciones brazo/mano como consecuencia del instrumental utilizado para el desarrollo de su tarea.</p>	<p>- Es importante la elección del equipo de trabajo adecuado, bien diseñado desde el punto de vista ergonómico y generador del menor nivel de vibraciones posible, habida cuenta del trabajo al que está destinado.</p> <p>- Revisión y mantenimiento periódico de los equipos de trabajo.</p> <p>- Información y formación adecuada a los trabajadores sobre el manejo correcto y en forma segura del equipo de trabajo, para así reducir al mínimo la exposición a vibraciones mecánicas.</p> <p>- Siempre que sea posible, alternar las tareas.</p>

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS ELECTROMÉDICOS O ANÁLOGOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS DE PIEZAS / PARTÍCULAS</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>- Posibilidad de traumatismos producidos por la proyección de partículas o fragmentos hacia los ojos, tales como cuerpos extraños, sarro y partículas minerales, pudiendo provocar microtraumatismos en la cara y en los ojos.</p>	<p>- Utilizar guantes, mascarilla y pantalla facial o gafas de protección.</p> <p>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</p> <p>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</p> <p>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</p>
<b>CONTACTO CON SUPERFICIES CALIENTES</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible</p>	<p>Posibilidad de quemaduras al utilizar el autoclave/esterilizador existente.</p>	<p>- Antes de utilizar cualquier equipo, leer detenidamente el libro de instrucciones y seguir sus indicaciones.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

	= <b>Tolerable</b>		- Especial cuidado cuando termina el ciclo de esterilización, al abrir la puerta del equipo, puede estar expuesto a quemaduras por contacto (ejemplo interior de la puerta del equipo) y por salida de vapor. No detenerse sobre o delante de la puerta del equipo, separarse. No tocar la parte interior de la puerta, utilizar herramienta extractora específica.
--	--------------------	--	---

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> </ul> <p>En general en la unidad se dispone de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea: mascarillas, gafas de protección, guantes, bata...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul> <p><u>COMUNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><u>GUANTES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><b>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</li> </ul> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico y cuando se esté expuesto a un agente biológico transmisible por gotas/aerosoles/partículas.</p> <p><b>RUIDO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Protectores auditivos a utilizar en caso de exposición a ruido emitido por maquinaria utilizada y en recintos con maquinaria que emita ruido ( UNE-EN 352).</li> <li>- Bata desechable, bata impermeable o bata con delantal y manguitos impermeables antisalpicaduras (EN 14605).</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de atender a un paciente, regular el sillón y el taburete a las necesidades de la tarea, de tal manera que no se adopten posturas forzadas.</li> <li>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</li> <li>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</li> <li>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance</li> </ul>

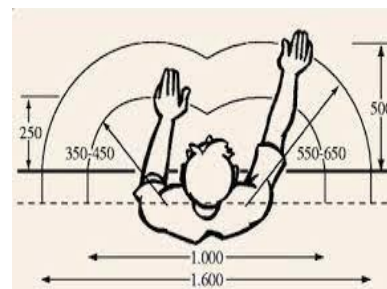
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.

Posibilidad de adoptar posturas forzadas cuando atiende a un paciente.

Dispone de sillón para paciente regulable en altura y de taburete regulable en altura.

óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.



- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.
- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.
- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.
- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.
- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.
- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</p> <p>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación/información a los trabajadores. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades,</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> </ul>
--	--	--	---



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<p>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</p> <p>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</p> <p>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</p> <p>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</p> <p>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</p> <p>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>la seguridad y salud de los trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Riesgo por falta de formación suficiente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos,</li> </ul>
		Riesgo por falta o insuficiencia de información.	
		Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.	
		Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.	

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	--	--	--

**Puesto de Trabajo: FISIOTERAPEUTA ÁREA AP Y TCAE ÁREA FISIOTERAPIA**

**Fuente de Riesgo: ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad</a></li> </ul>

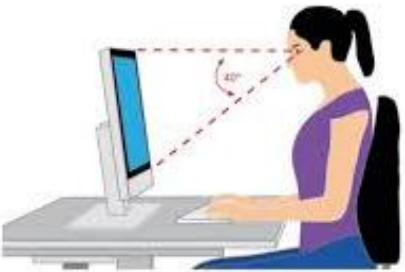
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>vial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Importante E: Poco usual P: Posible = Trivial</p>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros o a domicilios de pacientes.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 205 de 365			

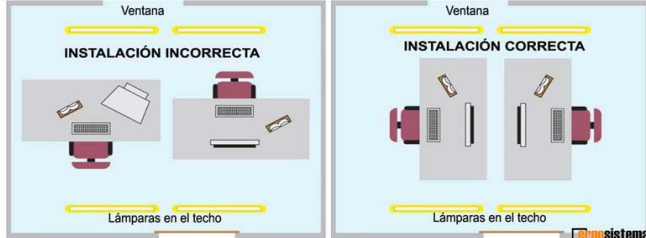
## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>Se observa en la visita que tel</p>	<p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- Facilitar un reposapiés para el puesto de PVD, que cumpla con los requisitos expuestos posteriormente en este apartado.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p>  <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>puesto de trabajo de PVD ubicado en la consulta de fisioterapeuta dispone de silla ergonómica y espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. La pantalla del ordenador es regulable en altura.</p> <p>Se observa no dispone de reposapiés.</p>	<p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y construidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p>
--	--	--	---

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</li> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>
--	--	--	--



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se adjunta ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", esta ficha se puede consultar en el portal del SES/Gestor Documental/12.- Prevención de riesgos laborales.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS ELECTROMÉDICOS O ANÁLOGOS**

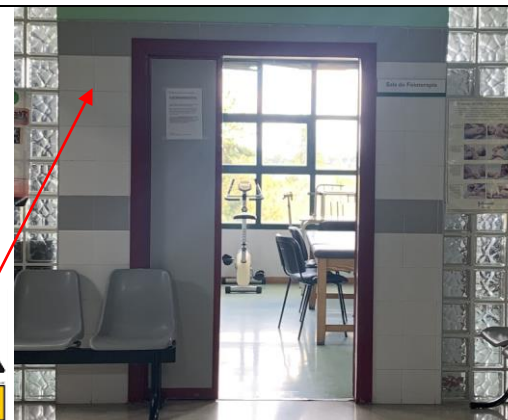
Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>RADIACIONES NO IONIZANTES</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	Exposición a radiaciones no ionizantes procedentes de equipos electromédicos utilizados por lo profesionales en el desarrollo de su tarea como son microondas,	- Señalizar a la entrada del área de fisioterapia la existencia de exposición a radiaciones no ionizantes mediante la correspondiente señalización de seguridad y salud homologada.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

onda corta, ultrasonidos,....

Las condiciones generales de utilización de los distintos equipos de tratamiento, las técnicas de tratamiento utilizadas, los tiempos de exposición de los trabajadores, hace que estos estén expuestos a campos electromagnéticos entre 0 y 300 GHz que es el rango de frecuencias que marca el Real Decreto 299/2016, de 22 de julio, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a campos electromagnéticos.

En las visitas realizadas a la unidad de fisioterapia, se observa que no disponen de suficientes cabinas para albergar a los distintos equipos de diatermia que poseen, debiendo utilizar uno de ellos en una esquina del gimnasio. Se observa que lo tienen dispuesto en una esquina, orientado hacia la fachada del centro. El resto de equipos de onda corta, microondas y ultrasonidos están dispuestos en cabinas paralelas, orientados hacia el interior de la cabina, hacia la pared exterior del centro.



- Señalización sobre la prohibición de entrada en el área donde se emiten radiaciones a personas con marcapasos, otros dispositivos con activación eléctrica o implantes ferromagnéticos (prótesis, placas metálicas, ...).



- El mobiliario (camillas, sillas de tratamiento, banquetas,...) que se utilicen junto con los equipos de diatermia es recomendable sean de madera. Adquirir los nuevos que se vayan comprando de madera.

- Cuando se adquiera un equipo que emita radiaciones no ionizantes para las distintas unidades, ponerse en contacto con el servicio de electromedicina, indicándole el día de su puesta en funcionamiento para que esté presente y de su visto bueno.

- Revisiones periódicas de los equipos que emitan radiaciones no ionizantes.

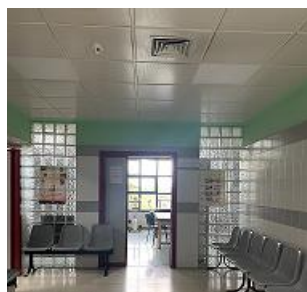
Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 210 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres



Se observa que el mobiliario existente en las salas de diatermia es metálico.

Se observa no existe señalización en la entrada a la fisioterapia ni zona de aparataje



- Todo equipo irá provisto de un manual técnico. El mantenimiento se adecuará a lo previsto en el citado manual técnico.
- Los equipos de diatermia no deben ubicarse en el centro de la sala de fisioterapia, evitando de esta manera exposiciones innecesarias a radiaciones en áreas próximas a los equipos. Preferentemente se dispondrán en zonas diferenciadas con el resto de equipos de electroterapia..
- Se dispondrá de zonas diferenciadas (cabinas) para las unidades de diatermia.
- No se deben incluir más de una unidad de diatermia por cabina. Si se incluyeran, los elementos radiantes de los equipos deberán situarse a una distancia mínima de 2 metros uno de otro, así como de las áreas de trabajo más próximas.
- Es conveniente que los equipos dispongan de temporizadores que permitan la puesta en marcha de forma retardada. De cualquier forma, se dispondrá el equipo ubicando la consola de mandos cerca del acceso a la cabina y orientando el elemento radiante en sentido opuesto a las áreas de trabajo adyacentes.
- Evitar que los profesionales permanezcan junto a los pacientes mientras funcionan las máquinas de onda corta y microondas.
- Disposición de los equipos de manera tal que emitan hacia zonas en las que los trabajadores queden lejos de su emisión.
- Las terapias manuales no deben aplicarse en lugares próximos a las unidades de diatermia, ubicadas tanto en cabinas como fuera de ellas.
- La exposición de los trabajadores a las radiaciones no ionizantes disminuye con el aumento de la distancia a los equipos que la emiten. No se deberán realizar trabajos manuales en cabina contigua a otra en la que se esté utilizando equipos de onda corta o microondas. Aunque esté separado por un tabique o biombo, el trabajador está expuesto a las radiaciones mientras desarrolla su tarea en dicha cabina si no está como mínimo situado a dos metros del equipo de diatermia. La medida más efectiva es la distancia, recomendándose un mínimo de dos metros entre equipos, exista en medio tabique de separación o no.
- Formación e información a los trabajadores sobre los riesgos derivados de su exposición

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁ CERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>a los campos electromagnéticos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia periódica de la salud.</li> <li>- Establecer procedimientos de trabajo seguros. Estos deberán estar por escrito, conocido por los trabajadores de las unidades, los cuales deberán seguirlos. Los procedimientos de trabajo tienen que ser documentos vivos, actualizándose cuando sea necesario.</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN DE LA MATERNIDAD:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En caso de embarazo, comunicarlo al servicio de prevención según procedimiento del SES, disponible en el Gestor Documental: <a href="#">protección a la maternidad, parto reciente y lactancia natural</a></li> <li>- Se evitará toda exposición innecesaria.</li> <li>- Los trabajos se han de distribuir de forma que las tareas de diatermia se lleven a cabo por el resto de los compañeros que coincidan en el turno.</li> <li>- Las trabajadoras embarazadas deben aplicar terapias y disponer de la mesa de trabajo en las zonas más alejadas de los equipos de diatermia.</li> <li>- En todo caso, seguir las recomendaciones dadas por el Área Sanitaria de este Servicio de Prevención.</li> </ul>

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y bacterias). La forma de	- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.  - Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 212 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>transmisión puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> <p>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</p>	<p>específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</p> <p>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p> <p>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</p> <p>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</p> <p>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</p> <p>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarrar.</p>
--	--	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.</p> <p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de entrada en contacto con algún producto químico, principalmente medicamentos administrados en pomada, durante el tratamiento a los pacientes.</p> <p>Los trabajadores utilizan habitualmente fastum gel (ketoprofeno), ácido acético y cloreto.</p>	<p>- Antes de administrar la medicación, leer el prospecto y seguir sus instrucciones. Utilizar guantes de nitrilo a la hora de administrar los tratamientos a los pacientes. Lavarse las manos antes y después de utilizarlos.</p> <p>- No fumar, comer ni beber cuando se manipulen productos químicos, ni en lugares donde se estén manipulando.</p> <p>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</p> <p>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas....</p> <p>- Almacenar los productos en superficies lisas, debiendo estar los recipientes bien cerrados y de pie, estableciendo separaciones entre sustancias incompatibles.</p> <p>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</p> <p>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</p>

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> </ul> <p>En general la unidad dispone de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</li> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul> <p><u>COMUNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><u>GUANTES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico y/o en determinados riesgos biológicos o cuando las protecciones colectivas no sean suficientes.</p> <p>- Bata desechable o impermeable en caso de riesgo de salpicaduras.</p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **PRODUCTOS Y MATERIALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>MANIPULACIÓN DE CARGAS</b>	C: Importante E: Poco usual P: Posible = <b>Trivial</b>	<p>Se considera que la manipulación manual de cargas puede entrañar riesgos dorsolumbares cuando se manipulan cargas superiores a 3 Kg. en condiciones desfavorables.</p> <p>Esta categoría profesional habitualmente no manipula cargas y los pacientes que acuden son autónomos en su mayoría.</p> <p>Se valora a nivel general por si en un momento determinado tuvieron que ayudar a algún paciente a tumbarse en la camilla de exploración, o manipular alguna carga.</p>	<p>- Caminar con buena postura, con la cabeza y el tórax erguidos, para recoger algún objeto del suelo flexionar las rodillas y mantener la espalda recta.</p> <p>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</p> <p>- En caso de tener que manipular una carga, seguir las 5 reglas para levantar cargas superiores a 3 kg:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación nos permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.</li> <li>○ Doblar las rodillas.</li> <li>○ Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.</li> <li>○ Levantar el peso de forma gradual, suavemente y sin sacudidas</li> <li>○ No girar el tronco mientras se está levantando la carga, es preferible pivotar sobre los pies.</li> </ul> <p>- En caso de tener que manipular a un paciente, siga las técnicas adecuadas que básicamente consisten en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener la espalda recta, contraer lo glúteos y los músculos abdominales para mantener la pelvis en posición correcta y utilizar los músculos de las piernas para levantarse y moverse.</li> <li>- Sostener a los pacientes con los antebrazos manteniendo los brazos cerca</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>del cuerpo. Con ello se consigue desplazar lo mínimo el centro de gravedad y se requiere menos fuerza para mantener el equilibrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Separar los pies, uno ligeramente delante del otro, con una amplitud igual a la anchura de los hombros. El pie de delante se colocará en la dirección en la que vaya a efectuarse el giro.</li> <li>- Ayudarse con puntos de apoyo exteriores y con el contrapeso del propio cuerpo para aumentar la fuerza aplicada al movimiento.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, que sujete bien el pie y con suela antideslizante.</li> <li>- Recordar que siempre es mejor empujar que tirar(silla, camillas, carros, etc).</li> </ul> <p>- Solicitar la ayuda de un compañero en caso necesario.</p> <p>- Es recomendable tener hábitos de vida saludables: práctica habitual de ejercicio físico, caminar y hacer ejercicio, elevar las piernas en los periodos de descanso, buenos hábitos alimenticios...</p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.</p> <p>La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuando haya que cambiar la camilla de la consulta de fisioterapia, sustituirla por una regulable en altura.</li> <li>- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.</li> <li>- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.</li> <li>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.

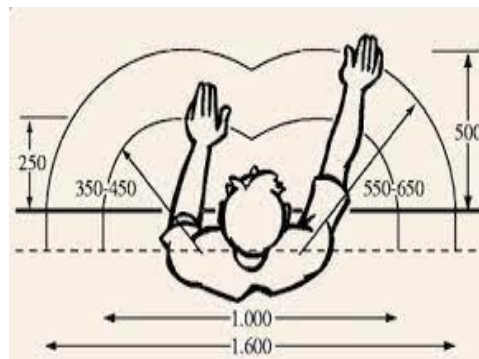
Los fisioterapeutas tienen que realizar distintos tratamientos y técnicas a los pacientes, en las que es necesario que en ocasiones adopten posturas forzadas.

El centro de salud Manuel Encinas de Cáceres dispone de dos camillas y dos sillas/taburete regulables en altura en la zona del gimnasio.

En la consulta disponen de una camilla no regulable en altura.



óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.



- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.
- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.
- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.
- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.</li> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación/información a los trabajadores. Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></p> <p>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></p>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<p>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</p> <p>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</p> <p>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</p> <p>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</p> <p>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Riesgo por falta de formación suficiente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo</li> </ul>
		Riesgo por falta o insuficiencia de información.	
		Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.	

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	--	---	---



**Puesto de Trabajo: TÉCNICO CUIDADOS AUXILIAR DE ENFERMERÍA DE AP**

**Fuente de Riesgo: ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad</a></li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>vial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
--	--	---

## Fuente de Riesgo: PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza el equipo de pantalla de visualización de datos que existe en la sala de extracciones.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga</p>	<p>-Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40º bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 º.</p> <div data-bbox="1332 957 1736 1228" data-label="Image"> </div> <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

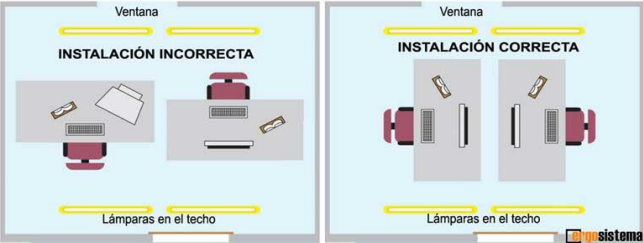
Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p>	<p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5° y podrá regularse hasta al menos 15° sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa</p>
--	--	---	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul> <div data-bbox="1227 1093 1868 1337" style="text-align: center;">  </div>
--	--	--	--

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 228 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se adjunta dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se puede consultar la ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", en el gestor documental: <a href="#">Ficha Pantalla Visualización de Datos</a></li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **MANIPULACIÓN DE MATERIALES O PRODUCTOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CHOQUES CON ELEMENTOS FIJOS</b>	C: Leve E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Tolerable</b>	- Golpes y atrapamientos al manipular objetos, materiales, cajas, carros....	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para manipular cajas de material utilizar guantes de riesgo mecánico.</li> <li>- Orden y limpieza en el almacén general, evitando tener ocupados los pasillos.</li> <li>- No actuar con prisas, tener precaución.</li> <li>- Cuando se desplace un carro, ir con precaución de no chocar ni golpear marcos y puertas</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>al entrar o salir de los locales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuando se traslade una carga, ir con precaución de no golpearse con elementos del edificio o mobiliario.</li> </ul>
<b>MANIPULACIÓN DE CARGAS</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Se considera que la manipulación manual de cargas puede entrañar riesgos dorsolumbares cuando se manipulan cargas superiores a 3 Kg. en condiciones desfavorables.</p> <p>Aparece este riesgo en la manipulación de materiales, mobiliario,... en el centro de trabajo y en la ayuda de movilización de pacientes.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional, reponen el material que necesitan las distintas consultas y servicios del centro.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional son los encargados del almacén general del centro. Recepcionan y colocan los pedidos y preparan los distintos pedidos realizados por el personal del centro para que lo trasladen los celadores. Posteriormente ellos los colocan.</p> <p>El personal TCAE de la unidad de fisioterapia, tienen que ayudar a colocarse a los paciente en muchas ocasiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para la manipulación de cargas utilizar guantes de protección mecánica. Facilitar a los trabajadores unos guantes de protección mecánica.</li> <li>- En el desplazamiento de una carga mediante empuje, realizar el traslado por el recorrido que presente menos desniveles, no presente escaleras, y el suelo sea regular. Siempre que el recorrido presente desniveles buscar un recorrido alternativo y utilizar el ascensor siempre que sea posible.</li> <li>- Los elementos rodantes de elementos de transporte deberán estar en buen uso, con un mantenimiento adecuado y periódico.</li> <li>- Facilitar y utilizar calzado cerrado, antideslizante, recomendado por este servicio.</li> <li>- Colocar las cajas almacenadas en las estanterías de tal manera que, las más pesadas estén situadas a una altura comprendida entre las rodillas y los hombros del trabajador, dejando la zona situada por encima de los hombros para las menos pesadas.</li> <li>- Manipular las cargas en condiciones ideales de manipulación (carga cercana al cuerpo, columna recta, sin giros ni inclinaciones y con una sujeción firme) Evitar manipular bultos de peso superiores a 25 kg (hombres) o 15 kg (mujeres). Repartir el peso en varios viajes o solicitar ayuda a un compañero.</li> <li>- Seguir las 5 reglas para levantar cargas superiores a 3 kg:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación nos permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.</li> <li>2. Doblar las rodillas.</li> <li>3. Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.</li> <li>4. Levantar el peso de forma gradual, suavemente y sin sacudidas, espalda recta.</li> <li>5. No girar el tronco mientras se está levantando la carga, es preferible pivotar sobre los pies.</li> </ol> </li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>- El manejo de una carga entre dos personas deberá considerarse cuando se produzca alguna de las siguientes circunstancias:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* El objeto que se debe manejar tiene al menos dos dimensiones superiores a 76 cm, independientemente de su peso.</li> <li>* El levantamiento del peso no es el trabajo habitual y su peso es superior a 15 kilos.</li> <li>* El objeto es muy largo y es difícil su traslado de forma estable por una sola persona.</li> </ul> <p>- Siempre que se tenga que manipular una carga superior a los pesos recomendados, se tenga que adoptar posturas forzadas para su manipulación, o sea voluminosa, dividirla siempre que sea posible, en caso contrario esperar la ayuda de un compañero.</p> <p>- Para manipular una carga situada en altura, utilizar una escalera de mano adecuada, no adoptar posturas forzadas intentando alcanzar la carga.</p> <p>- Se recomienda realización de pequeñas pausas siempre que sea posible, de modo orientativo entre 10 o 15 minutos cada 2 h. de trabajo o alternar las tareas por otras en las que trabajen distinto grupo muscular.</p> <p>- Formar e informar a los trabajadores en cuanto a los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas a adoptar para evitar daños a la salud.</p> <p>- Se facilita a los trabajadores de esta categoría profesional, junto con las consignas informativas, díptico informativo sobre manipulación manual de cargas y de manipulación de pacientes.</p>
<p><b>SOBRESFUERZOS</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Las consecuencias de los sobreesfuerzos abarcan desde el dolor y la inflamación de diverso grado hasta lesiones graves e incapacitantes.</p>	<p>- Formar e informar al trabajador sobre las medidas preventivas para prevenir riesgos por sobreesfuerzos, incluyendo, en especial, técnicas de manejo manual de cargas, con reciclajes periódicos.</p> <p>- Formar al trabajador sobre el manejo de las herramientas facilitadas para el traslado de cargas, de manera que no suponga un riesgo añadido su inadecuada utilización.</p> <p>- Colocar las cajas almacenadas en las estanterías de tal manera que, las más pesadas estén situadas a una altura comprendida entre las rodillas y los hombros del trabajador, dejando la zona situada por encima de los hombros para las menos pesadas.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Entre las causas físicas se encuentran: los movimientos manuales, la manipulación de cargas, las malas posturas y movimientos forzados, los movimientos repetitivos, las vibraciones, etc.</p> <p>Entre las causas relacionadas con la organización del trabajo cabe destacar: el ritmo de trabajo, los horarios de trabajo, el trabajo monótono, posturas forzadas al trabajar sobre superficies irregulares y/o deslizantes, no disponer de herramientas adecuadas para la manipulación de cargas, posturas forzadas por trabajar en espacios confinados con escasa visibilidad y espacios reducidos, falta de formación, etc...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manipular las cargas en condiciones ideales de manipulación (carga cercana al cuerpo, columna recta, sin giros ni inclinaciones y con una sujeción firme) Evitar manipular bultos de peso superiores a 25 kg (hombres) o 15 kg (mujeres). Repartir el peso en varios viajes o solicitar ayuda a un compañero.</li> <li>- Emplear los equipos y herramientas adecuados para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo (mangos, alargaderas) con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</li> <li>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas, que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</li> <li>- Diseñar correctamente las tareas y actividades, adaptando previamente el puesto de trabajo a la función a desarrollar (mobiliario, distancias de alcance a los materiales, iluminación...) favoreciendo una posterior ejecución cómoda y exenta de posturas forzadas.</li> <li>- Evitar restricciones de espacio, manteniendo en todo momento el orden y la limpieza en los locales donde se realice cualquier tipo de tarea. Recoger toda la herramienta y el material al finalizar la jornada. Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.</li> <li>- Es conveniente alternar actividades repetitivas con otras menos forzadas. Realizar dentro de lo posible pausas cortas más a menudo que una pausa larga.</li> <li>- Es conveniente alternar tareas de actividad estática con dinámica.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante, recomendado por este servicio.</li> <li>- Vigilancia específica de la salud de los trabajadores.</li> <li>- Efectuar ejercicios musculares para estirar los músculos, aliviar la tensión e incrementar la circulación. Hábitos de vida saludable.</li> <li>- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.</li> </ul>
--	--	---	---



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.
<b>CAÍDA DE MATERIALES O PIEZAS EN MANIPULACIÓN</b>	C: Leve E: Continua P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>El personal de esta categoría profesional manipula cantidad de objetos, útiles... necesarios para realizar su propia tarea como la del resto de personal.</p> <p>Caída de objetos, herramientas, materiales indebidamente ubicados, estanterías, falta de anclaje, sobrecarga, etc....</p> <p>Caída de objetos o herramientas manipuladas por adopción de posturas forzadas.</p> <p>Caída de objetos por falta de espacio en el lugar de trabajo.</p>	<p>- No sobrecargar las estanterías ni armarios. Colocar los materiales más pesados en las baldas intermedias.</p> <p>- Apilar las mercancías adecuadamente. Dejar suficiente espacio en el almacén para el paso de elementos de transporte como carros y el manejo de estas mercancías.</p> <p>- Los pasillos y las zonas de almacenamiento deben mantenerse libres de objetos y limpiarse periódicamente, especialmente después de cualquier derrame o caída de la carga o parte de la misma.</p> <p>- Sujetar de forma segura los materiales y herramientas en el lugar de trabajo.</p> <p>- Actuar con precaución, sin prisas, sujetando los materiales transportados adecuadamente.</p> <p>- Cuando se manipule cualquier objeto o herramienta, sujetarlo bien con la mano, cerca del cuerpo, sin adoptar posturas forzadas.</p> <p>- Los archivadores deben disponer de sistemas que impidan la apertura al mismo tiempo de más de un cajón y contar con dispositivos de bloqueo en los cajones.</p>

Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Mantener posiciones fijas o</p>	<p>- Si tiene que atender a un paciente, antes regule el sillón y el taburete a las necesidades de la tarea, de tal manera que no se adopten posturas forzadas.</p> <p>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado</p>

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

restringidas del cuerpo, que sobrecargan músculos y tendones, articulaciones de forma asimétrica y carga muscular estática.

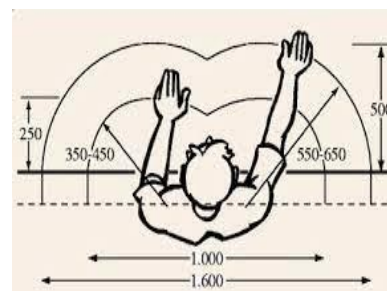
La falta de espacio, la altura del plano de trabajo, el asiento, los medios y utensilios empleados, el proceso de trabajo o la combinación de todos o varios de estos factores, suelen producir la adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo que habitualmente, suele ser de extremidad superior del brazo dominante.

Posibilidad de adoptar posturas forzadas cuando realiza su tarea en el almacén principalmente.

No disponen de escalera de mano en el almacén.

para evitar posturas forzadas.

- En general el plano de trabajo debe estar situado a la altura de los codos o de los brazos. Para trabajos de precisión se situará algo por encima de los codos y para trabajos que exijan poco esfuerzo se situarán algo por debajo de los codos. La altura correcta del plano de trabajo es aquella que permite mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo.
- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.



- Tiene que haber un fácil acceso a las estanterías que contienen los materiales que se utilizan de forma habitual o de los productos.
- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados. Facilitar una escalera de mano de tamaño adecuado para el almacén general del centro.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</li> <li>- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.</li> <li>- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.</li> <li>- El espacio para las piernas, tanto en trabajo de pie como en el de sedente, deberá ser suficiente para permitir la movilidad de las mismas.</li> <li>- Hábitos de vida saludable, hacer ejercicio, tener hábitos posturales correctos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS ELECTROMÉDICOS O ANÁLOGOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CONTACTO CON SUPERFICIES CALIENTES</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Posibilidad de quemaduras al utilizar el autoclave/esterilizador existente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de utilizar cualquier equipo, leer detenidamente el libro de instrucciones y seguir sus indicaciones.</li> <li>- Especial cuidado cuando termina el ciclo de esterilización, al abrir la puerta del equipo, puede estar expuesto a quemaduras por contacto (ejemplo interior de la puerta del equipo) y por salida de vapor. No detenerse sobre o delante de la puerta del equipo, separarse. No tocar la parte interior de la puerta, utilizar herramienta extractora específica.</li> </ul>

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible	- Existencia de riesgos de tipo biológico (pinchazos y/o cortes y, en general, exposición a virus y	- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

	<p>= <b>Moderado</b></p>	<p>bacterias). La forma de transmisión puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A través del aparato respiratorio.</li> <li>- A través de la piel o mucosas.</li> <li>- A través del aparato digestivo.</li> <li>- A través de la vía parenteral.</li> </ul> <p>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc... sistema de climatización no tratado y controlado.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional pueden estar en contacto con fluidos corporales, saliva, sangre ... principalmente cuando ayudan en la sala de extracciones.</p> <p>Disponen de contenedor para objetos cortantes/punzantes.</p>	<p>- Eliminación adecuada de los objetos cortantes/punzantes en sus contenedores específicos, evitar el abandono de los cortopunzantes en zonas de trabajo, responsabilizándose el trabajador de su eliminación. Siempre que sea posible los objetos cortantes/punzantes lo desechará directamente el trabajador que lo esté manipulando. Los contenedores vacíos deben estar al alcance del trabajador para su utilización. Se evitará llenar los contenedores de objetos cortantes/punzantes más de <math>\frac{3}{4}</math> de su capacidad, cerrándolos y eliminándolos según lo establecido en la gestión de residuos del centro.</p> <p>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p> <p>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> </ul>
--	--------------------------	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarro.</li> <li>- Evitar el sobreuso de los guantes, cambiarlos a menudo.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de utilización de algún producto químico o algún medicamento.</p> <p>Utilización de desinfectantes, limpiadores de superficies...</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional no administran medicamentos pero sí los manipulan, pues son los encargados de la reposición. Posible rotura o derrame.</p>	<p>- Para una correcta manipulación y evitar riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados deben de estar en el servicio para información de todos los trabajadores.</p> <p>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (Equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas.... Lavarse las manos antes y después de utilizarlos.</p> <p>- Implantar procedimientos de trabajo seguros de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. Estos procedimientos de trabajo son documentos vivos y por lo tanto deberán actualizarse siempre que haya algún cambio y sea necesario. Los procedimientos de trabajo se elaborarán con la participación de los trabajadores, deben ser conocidos por todos y éstos deberán seguirlos.</p> <p>- Los locales donde se manipulen los productos químicos deben estar bien ventilados.</p> <p>- También es importante disponer de procedimientos de actuación en caso de emergencia (salpicaduras, derrames, rotura de envases, etc...).</p>

## Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Importante E: Continua P: Posible	- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).	<p>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</p> <p>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

	<p>= <b>Moderado</b></p>	<p>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</p> <p>En general se dispone de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea: mascarillas, gafas de protección, guantes, bata...</p>	<p>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</p> <p>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en caso necesario.</p> <p>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</p> <p>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</p> <p><u>COMUNES:</u></p> <p>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</p> <p><u>GUANTES:</u></p> <p>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</p> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <p>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</p> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <p>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</p> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico y cuando se esté expuesto a un agente biológico transmisible por gotas/aerosoles/partículas.</p> <p><u>RUIDO:</u></p> <p>-Protectores auditivos a utilizar en caso de exposición a ruido emitido por maquinaria utilizada y en recintos con maquinaria que emita ruido ( UNE-EN 352).</p> <p>- Bata desechable y/o bata impermeable antisalpicaduras (EN 14605).</p>
--	--------------------------	--	---

## Fuente de Riesgo: PERSONAS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</li> <li>- Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc... a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una</li> </ul>
--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></p>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<p><b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b></p>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</li> <li>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b>	C: Importante	Riesgo por falta de formación suficiente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos</li> </ul>
	E: Ocasional	Riesgo por falta o insuficiencia de información.	
	P: Posible	Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.	
	= Tolerable	Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.	
		Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.	

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	--	---	---

## Actividad: **VETERINARIO ATENCION PRIMARIA**

### Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.</p> <p>Uno de los dos profesionales existentes desarrolla su tarea en el consultorio de Malpartida de Cáceres los jueves.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Seria E: Frecuente P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>Accidentes de trabajo en misión, desplazamiento realizado por el trabajador dentro de su jornada laboral en un vehículo, bien suyo particular o de la empresa.</p> <p>Los veterinarios de atención primaria utilizan vehículos para desplazarse desde su centro de trabajo a mataderos, monterías, establecimientos menores o industria y, cualquier otro lugar dentro de su zona de salud que sea necesario realizar su tarea. El Servicio Extremeño de Salud pone a disposición de estos trabajadores vehículos. En concreto los veterinarios de este centro de salud disponen de un Opel Corsa y un Peugeot 106, que comparten con los farmacéuticos. Según me indican son muy viejos y cargados de kilómetros. Además de que no son los más adecuados para circular por caminos cuando van a monterías. En estos recorridos se pueden encontrar con baches y agua en los que se les puede quedar el coche estancado. También posibilidad de accidente por cruce de animales en los</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por estos trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos. Esta categoría profesional debe acudir a fincas y en numerosas ocasiones los accesos no son buenos. Es conveniente que los coches que se les faciliten sean altos para salvar el terreno irregular.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- La experiencia en la conducción permite adquirir destrezas y hábitos para una conducción segura, pero también pueden adquirirse rutinas y ciertos hábitos de la conducción que no sean los más idóneos; por lo tanto es importante que los trabajadores actualicen con periodicidad conocimientos y destrezas para una conducción segura. Facilitar a los trabajadores formación en seguridad vial (formación teórico práctica), poner los medios necesarios para que tal formación se realice con la calidad y el rigor exigibles.</li> <li>- Es conveniente elaborar procedimientos de trabajo para una conducción segura y saludable, rutas e itinerarios seguros, información puntual sobre el estado de la circulación, actuación ante accidentes laborales viales, etc... Los procedimientos deben ser documentos vivos, actualizándose cada vez que haya algún cambio o se considere necesario. Los procedimientos de trabajo deben ser conocidos por todos los trabajadores y éstos deben cumplirlos y seguirlos.</li> <li>- Las vías de circulación es un factor de riesgos significativo en los accidentes de trabajo, si bien nuestra empresa tiene limitada la capacidad de intervención ante las mismas, sí es importante preocuparse de que los itinerarios de los desplazamientos y la conducción sean seguros, informando a los trabajadores de puntos críticos en su recorrido, posibles problemas de tráfico en su itinerario, etc...</li> <li>- Todo trabajador que conduzca un vehículo debe disponer del permiso de conducción reglamentario vigente.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 246 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>caminos.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar clientes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Corrección óptica adecuada. En caso de embarazo o lactancia comunicarlo según el protocolo establecido en el SES. Gestor documental, apartado nº 12 prevención de riesgos laborales.</li> <li>- Hábitos de vida y de trabajo saludables, evitar comidas copiosas, no tomar alcohol, atención con los medicamentos, etc...</li> <li>- El comportamiento de los trabajadores al volante debe ser seguro y saludable en todo momento, y en coherencia a cada situación. La actividad de conducir requiere de una completa concentración para poder estar dando en todo momento la respuesta adecuada. La fatiga y el sueño son dos de las principales causas de distracción al volante que está en el origen de muchos accidentes de tráfico. Si sabe que tiene que conducir, descansa con anterioridad, no trasnoche, evite conducir con somnolencia, no corra, cumpla con las normas de seguridad vial, especial atención a los puntos críticos o puntos negros en las vías de circulación, etc...Evitar distracciones, no utilizar el móvil.</li> <li>- Poner en conocimiento de la persona responsable de los vehículos cualquier anomalía que observe en el vehículo, con el fin de repararlo lo antes posible. El trabajador debe tener conocimiento de cómo actuar en caso de avería del vehículo o accidente y disponer de los medios necesarios para ello.</li> <li>- Cuide y mantenga adecuadamente el vehículo que la empresa le facilita para realizar su tarea.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Se adjunta ficha informativa sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el "Gestor Documental" del portal del SES, apartado nº 12 "Prevención de riesgos laborales".</li> <li>- Especial atención a los vehículos, carretillas elevadoras y transpaletas que puedan circular por el matadero o industria alimentaria que visite.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **LUGARES DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Caídas que se producen en el mismo plano de sustentación.</p> <p>Caidas por tropiezos, resbalones, etc... por suelos irregulares o en mal estado (baldosas sueltas, suelo resbaladizo,...), obstáculos en zonas de paso o acceso (alargaderas, cajas, etc...), falta de orden, suelos sucios o resbaladizos (mojados y no señalizados) o por herramientas, materiales, animales que se encuentren tirados por el suelo, falta de suficiente iluminación en ocasiones.</p> <p>Estos trabajadores se encuentran con obstáculos en el suelo a menudo cuando realizan su tarea en las monterías principalmente.</p> <p>También pueden existir suelo resbaladizos por grasa, humedad y/o elementos deslizantes tales como despojo de animales.</p> <p>Posibilidad de condensación en las cámaras frigoríficas, hielo en las cámaras con temperatura bajo cero y posible suciedad.</p>	<p>- Riesgo contemplado con anterioridad en esta evaluación. Con respecto al desarrollo de su actividad hay que destacar las siguientes medidas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponer de drenajes adecuados en lugares permanentemente mojados o húmedos.</li> <li>- Mantener el orden y limpieza en los lugares de trabajo. Eliminar con rapidez los derrames, vertidos y demás residuos.</li> <li>- No correr, evitar las prisas. Andar con precaución. En el transporte de cargas evitar la obstaculización de la visibilidad del recorrido.</li> <li>- Utilización de calzado cerrado recomendado por este servicio, estable y con suela antideslizante, el cual deberá proteger el pie ante posibles torceduras.</li> <li>- En zonas mojadas utilizar las botas de agua recomendadas por este servicio.</li> <li>- En las cámaras frigoríficas y congeladoras se debe entrar con cuidado porque el suelo puede estar muy resbaladizo.</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es



Fuente de Riesgo: **CONDICIONES AMBIENTALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva								
<b>EXPOSICIÓN A AMBIENTES FRÍOS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Exposición a ambientes fríos tanto fuera como dentro de edificios.</p> <p>Exposición a ambientes fríos cuando el trabajador desarrolla su tarea en la interperie (monterías, desplazamientos dentro de la jornada laboral, ...).</p> <p>Exposición a ambientes fríos cuando el trabajador desarrolla su tarea dentro de cámaras frigoríficas (mataderos, cámaras de industrias alimentarias,...).</p> <p>El desempeño de la actividad profesional en estas condiciones puede conllevar riesgos para la salud de tipo térmico, que pueden ir desde situaciones de falta de confort, disminución de la sensibilidad o falta de coordinación hasta, en los casos más severos, hipotermia o congelaciones.</p> <p>Los posibles efectos sobre la salud derivados de la realización de trabajos en ambientes fríos dependen de tres factores: la</p>	<p>- Alternar tareas, procurando variar los trabajos en ambientes fríos con trabajos de interior.</p> <p>- En las monterías, las instalaciones donde el veterinario realiza su tarea deben cumplir los requisitos especificados en la normativa vigente.</p> <p>- Dotar a los trabajadores de ropa adecuada de protección contra el frío:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parka y/o chaleco</li> <li>- Calzado de seguridad y botas de agua.</li> <li>- Pantalón largo</li> <li>- Polo o camisa</li> <li>- Forro polar o jersey.</li> <li>- Ropa de agua.</li> </ul> <p>- Las cámaras frigoríficas y/o de congelación deben cumplir con la normativa vigente, disponer de apertura de seguridad en su interior y alarma de "hombre encerrado", de manera que no haya posibilidad de que el trabajador se quede atrapado en su interior.</p> <p>- Realizar pausas y, si es necesario, dirigirse a zonas más cálidas, donde poder recuperarse. En caso de permanecer en cámaras frigoríficas, considerar los descansos de recuperación que se adjuntan en la siguiente tabla:</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;"><u>Tª DE LA CÁMARA</u></th> <th style="text-align: center;"><u>DESCANSOS DE RECUPERACIÓN</u></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Entre 0 y -5°C</td> <td style="text-align: center;">10 minutos cada 3 horas de trabajo</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Entre -6 y -18°C</td> <td style="text-align: center;">15 minutos por cada hora de trabajo</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">A partir de -18°C</td> <td style="text-align: center;">15 minutos por cada 45 minutos de trabajo</td> </tr> </tbody> </table> <p>(Los descansos están referidos a tiempo de trabajo ininterrumpido en cámara).</p> <p>- Para temperaturas de menos de -6°C la permanencia máxima en el interior de la mismas será de 6 horas. La diferencia entre jornada normal y las seis horas de permanencia máxima en el interior de las cámaras podrá completarse con trabajo realizado en el exterior</p>	<u>Tª DE LA CÁMARA</u>	<u>DESCANSOS DE RECUPERACIÓN</u>	Entre 0 y -5°C	10 minutos cada 3 horas de trabajo	Entre -6 y -18°C	15 minutos por cada hora de trabajo	A partir de -18°C	15 minutos por cada 45 minutos de trabajo
<u>Tª DE LA CÁMARA</u>	<u>DESCANSOS DE RECUPERACIÓN</u>										
Entre 0 y -5°C	10 minutos cada 3 horas de trabajo										
Entre -6 y -18°C	15 minutos por cada hora de trabajo										
A partir de -18°C	15 minutos por cada 45 minutos de trabajo										

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>temperatura existente, la presencia de corrientes de aire y el tiempo de exposición. Cuanto más baja sea la temperatura, y mayor sean la velocidad del aire y el tiempo de exposición, mayor será el efecto que genere.</p>	<p>de las mismas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si se trabaja a temperaturas inferiores a cero grados o con atmósfera artificial, deben disponer junto a la puerta de un hacha tipo bombero y por su parte inferior dos dispositivos de llamada (timbre, sirena o teléfono) (alarma hombre encerrado y alarma detección gas).</li> <li>- Si detecta cualquier anomalía, póngase en contacto con su superior, comuníquelo al servicio de prevención y la dirección del matadero o industria alimentaria.</li> <li>- El trabajador debe disponer de un chaleco o parka para cuando entre en las cámaras frigoríficas o de congelación, tanto en mataderos como en industrias alimentarias que vaya a inspeccionar</li> <li>- Los trabajadores con mayor riesgo de sufrir los efectos de la exposición al frío son los trabajadores de edad más avanzada, los trabajadores con enfermedades crónicas como son asma e insuficiencia respiratoria, personas que toman cierta medicación para el tratamiento de enfermedades crónicas. Especial atención a estos trabajadores. Vigilancia de la salud.</li> <li>- Especial atención también a mujeres embarazadas, comunicar su embarazo según protocolo establecido en el SES.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **HERRAMIENTAS Y ÚTILES MANUALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAÍDA DE MATERIALES O PIEZAS EN MANIPULACIÓN</b>	C: Leve E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Tolerable</b>	Caída de objetos o materiales durante la ejecución de trabajos o en operaciones de transporte y elevación por medios manuales o con ayudas mecánicas. Caída de herramientas, de materiales, estanterías, materiales indebidamente ubicados, falta de	<p>- Facilitar cinturones portaherramientas para el traslado de las mismas.</p> <p>- Utilizar los <b>Equipos de protección individual adecuados</b> para la manipulación de materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- guantes para riesgo mecánico</li> <li>- casco de seguridad en caso necesario.</li> <li>- calzado de seguridad.</li> </ul>

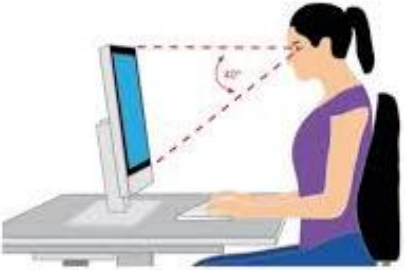
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>anclaje, sobrecarga, etc...</p> <p>Caída de objetos o herramientas manipuladas por adopción de posturas forzadas o por falta de espacio en el lugar de trabajo.</p> <p>No disponen de cinturones portaherramientas para traslado de herramientas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actuar con precaución, sin prisas, sujetando los materiales transportados adecuadamente.</li> <li>- No sobrecargar las estanterías ni armarios. Colocar los materiales más pesados en las baldas intermedias.</li> <li>- Los archivadores deben disponer de sistemas que impidan la apertura al mismo tiempo de más de un cajón y contar con dispositivos de bloqueo en los cajones.</li> <li>- Utilizar medios mecánicos en el manejo de objetos pesados y/o voluminosos.</li> <li>- Si es preciso hacer uso de mesas móviles auxiliares.</li> <li>- Sujetar de forma segura los materiales y herramientas en el lugar de trabajo.</li> <li>- Asegurar las cargas que se transportan para que no puedan deslizarse ni caer. No impidiendo la visión del trabajador.</li> <li>- Cuando se manipule cualquier objeto o herramienta, sujetarlo bien con la mano, cerca del cuerpo, sin adoptar posturas forzadas.</li> </ul>
<b>CORTES CON HERRAMIENTAS O ÚTILES</b>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Cortes y pinchazos con herramientas o útiles utilizados en el desarrollo de su tarea.</p> <p>Principalmente objetos cortantes / punzantes como agujas y cuchillos.</p> <p>Al realizar la toma de muestras de los animales, los trabajadores tienen un riesgo elevado de sufrir cortes con el cuchillo, tanto en la mano como en el antebrazo. Los guantes de malla que poseen son cortos, no cubren el antebrazo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las herramientas cortantes se deberán suministrar con sus fundas. Facilitar las fundas.</li> <li>- Sería recomendable se les facilitara un afilador portátil de herramientas cortantes, con el fin de mantener el filo en buen estado, facilitándoles de esta manera el tener que realizar más fuerza de la necesaria y evitar accidentes por cortes.</li> <li>- Facilitar un botiquín portátil a cada uno de los profesionales de esta categoría profesional. Contemplado en el riesgo biológico lo que debe contener.</li> <li>- Los objetos punzantes de un solo uso, depositarlos en los contenedores de residuos adecuados (contenedor rígido amarillo). Facilitar un contenedor de objetos cortantes/punzantes para el laboratorio que tienen en la zona del PAC de Cáceres.</li> <li>- Las herramientas y útiles facilitados a los trabajadores para el desarrollo de su tarea deben ser adecuados para la tarea a desarrollar, con diseño ergonómico con mangos antideslizantes.</li> </ul>


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Para determinadas tareas de corte que requieren mayor sensibilidad, los trabajadores disponen de guantes de protección anticorte adecuados y guantes de malla.</p> <p>No disponen de fundas para los cuchillos.</p> <p>No disponen de cinturones portaherramientas para traslado de las mismas.</p> <p>Puede producirse el riesgo de cortes o golpes en la utilización del mezclador con cuchilla afilada, o picadora de carne sin los elementos de seguridad apropiados o de forma inadecuada.</p> <p>No disponen de botiquín portátil para llevar a las monterías principalmente.</p> <p>No disponen de afilador para mantener las herramientas cortantes en buen estado.</p> <p>No disponen de contenedor de objetos cortantes/punzantes en el laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las punzantes deberán disponer de sistema de seguridad.</li> <li>- Los mezcladores, picadoras o cualquier otra maquinaria o herramienta de corte deberán disponer de marcado CE y cumplir con la normativa vigente.</li> <li>- Antes de utilizar las herramientas de corte, inspeccionar cuidadosamente los mangos, filos, zonas de ajuste, partes móviles, cortantes y susceptibles de proyección.</li> <li>- Cualquier defecto o anomalía será comunicado lo antes posible a su superior para su reparación o sustitución.</li> <li>- Las herramientas deberán utilizarse exclusivamente para la función que fueron diseñadas.</li> <li>- Las herramientas cortantes deberán transportarse siempre guardadas en sus fundas.</li> <li>- Cuando se termine de realizar la tarea, se guardarán también en sus fundas.</li> <li>- No se deberán dejar por el suelo o superficies sin estar guardadas en sus fundas.</li> <li>- Cuando se realice un corte, realizar el recorrido de corte en dirección contraria al cuerpo siempre que sea posible.</li> <li>- Cuando se deposite encima de una superficie de trabajo, vigilar que el filo de la hoja y la punta estén alejados del cuerpo. Se deben apoyar en una superficie estable y no se deben colocar cosas encima que nos impida verlo.</li> <li>- Cuando se limpie y se seque un cuchillo, hacerlo con un trapo, manteniendo el filo hacia fuera de la mano.</li> <li>- No situar ningún punto de inspección en las proximidades de la sierra de canales mientras esta se esté utilizando.</li> <li>- No acercar las manos a un producto mientras un trabajador lo está cortando. Si es necesario acercar las manos para dar instrucciones para el corte, indicar primero que se detenga y aleje la herramienta de corte.</li> </ul>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: EQUIPOS INFORMÁTICOS Y DE OFICINA

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Moderado</b>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>No disponen de reposapiés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar reposapiés a los trabajadores de esta categoría profesional.</li> <li>- Facilitar una silla ergonómica para el puesto de trabajo ubicado en el PAC de Cáceres, que cumpla con los requisitos indicados para usuarios de PVD.</li> <li>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</li> <li>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para</li> </ul>

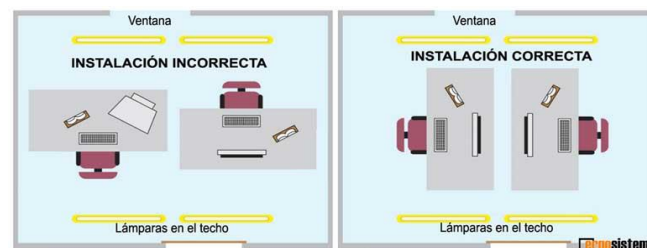
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>El puesto de trabajo de PVD ubicado en el PAC de Cáceres, donde hacen las guardias, no dispone de silla ergonómica para usuarios de PVD.</p> 	<p>reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5° y podrá regularse hasta al menos 15° sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p>
--	--	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</li> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul>
--	--	--	---

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**



- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.
- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.
- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.
- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.
- Se adjunta dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD.




## Fuente de Riesgo: EQUIPOS DE LABORATORIO, MEDICIÓN O CONTROL

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PROYECCIÓN DE LÍQUIDOS CALIENTES</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Posible proyección de líquidos calientes cuando los trabajadores realizan las distintas tareas para el control de la presencia de triquinas en carne.</p> <p>El análisis de detección de triquina se realiza según un procedimiento de trabajo previamente establecido, donde se tienen que mezclar productos químicos con agua a temperatura muy elevada. Posibilidad de quemaduras por salpicadura, derrames...</p> <p>Esta tarea la realizan en el laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres. Los trabajadores no disponen de equipos de protección individual: mascarillas, gafas antisalpicaduras y bata impermeable.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional mascarillas, gafas antisalpicaduras y/o pantalla facial y batas impermeables, pues solo disponen de guantes.</li> <li>- Actuar según los procedimientos de trabajo establecidos.</li> <li>- Cuando se tenga que realizar tareas con líquidos a elevada temperatura, extremar la precaución.</li> <li>- Colocar previamente todos los útiles y herramientas necesarias a mano, el plano de trabajo debe ser adecuado a la tarea, realizar las mezclas despacio y con precaución de no salpicar ni derramar líquido. Cerrar bien los envases.</li> <li>- Utilizar los equipos de protección individual necesarios: gafas antisalpicaduras, mascarilla, guantes y bata.</li> </ul>
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Posturas inadecuadas adoptadas por el trabajador cuando desarrolla su tarea con equipos o herramientas de laboratorio, como es el microscopio (principalmente en la detección de triquina),</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La altura correcta del plano de trabajo debe ser aquella que permita al trabajador mantener el antebrazo en posición horizontal o ligeramente inclinado hacia abajo. Para ello según la altura del plano de trabajo se deberá dotar al servicio de sillas para postura sedente o taburetes para postura de pie-sentado.</li> <li>- Los taburetes han de ser regulables, de material lavable y, si son para trabajo en altura,</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>trabajos de precisión, etc...</p> <p>Son las que se adoptan manteniendo posiciones fijas o restringidas del cuerpo, sobrecargando músculos y tendones, cargando articulaciones de forma asimétrica y ocasionando una importante carga muscular estática.</p> <p>La adopción de posturas forzadas de todo el cuerpo o de una parte del mismo puede producirse por: falta de espacio, altura del plano de trabajo, altura del asiento de trabajo, medios y utensilios empleados, proceso de trabajo, bien por la combinación de todos o varios de estos factores.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan un microscopio ubicado en el laboratorio, disponen de silla regulable en altura.</p>	<p>por ejemplo, en las encimeras elevadas, tienen que tener reposapiés.</p> <p>- Cuando el trabajo se realice en postura sedente, la silla deberá ser ergonómica, con las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Profundidad entre 38-42 cm.</li> <li>- Base estable de 5 patas con ruedas.</li> <li>- Regulación en altura, superior al habitualmente recomendado si se quiere utilizar para otras tareas en las que el plano está a mayor altura.</li> <li>- Anchura entre 40-45 cm.</li> <li>- Asiento acolchado, flexible y transpirable.</li> <li>- Impermeabilidad e incombustibilidad.</li> </ul> <p>- No descansar las muñecas o los antebrazos en bordes afilados y utilizar siempre que sea posible, apoyabrazos o apoya-muñecas. Dotar de ello al trabajador que lo solicite.</p> <p>- En las tareas de microscopio, mantener las lentes de alcance limpias y la luz a una intensidad adecuada. Ajustar la altura de la silla para mantener una postura correcta y para que los hombros y el cuello se encuentren en una posición neutral. Utilizar brazos ajustables y acolchados. Hacer una pausa para la vista. Se recomienda una pausa "20-6-20": cada 20 minutos mirar a unos 6 metros de distancia durante 20 segundos. Situar el microscopio lo más cerca y alto posible para mantener la cabeza en una posición vertical o utilizar aparatos de diseño ergonómico.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<div style="text-align: center;">  </div> <p>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</p> <p>- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.</p>
--	--	--	---

**Fuente de Riesgo: EPI (Equipos de protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	Riesgo que puede existir por no dotar de los equipos de protección individual a los trabajadores para el correcto desarrollo de su tarea y sin que suponga un riesgo para su	- En el laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres, debe haber siempre bata impermeable, mascarillas FFP2, gafas antisalpicaduras y guantes.  - Debido a que este puesto de trabajo es ocupado por distintos trabajadores, es conveniente designar a una persona encargada de controlar los EPI existentes y reponer lo necesario.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>seguridad y salud.</p> <p>Mal estado y/o mala utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</p> <p>Los trabajadores me trasladan que no disponen de polo de manga corta.</p> <p>Se observa que en laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres, donde realizan tareas como la detección de triquina, solamente disponen de guantes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional polos de manga corta para utilizar en el periodo de tiempo que hay monerías y que aún no hace frio, principalmente octubre y noviembre.</li> <li>- Dotar a los trabajadores equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Elegir y dotar del <b>EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</b></li> </ul> <p><b>EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL VETERINARIOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de malla metálica largos o cortos con manguitos (UNE EN 1082-1).</li> <li>- Guantes de protección mecánica anticorte (UNE EN 1082-2).</li> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (nitrilo) (UNE-EN 374).</li> <li>- Gafas de protección antisalpicaduras o pantalla facial (UNE EN 166).</li> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 (UNE EN 149)</li> <li>- Calzado de seguridad (UNE EN 20345)</li> <li>- Botas de agua</li> <li>- Ropa para trabajo en ambientes fríos: parka y/o chaleco (UNE EN 14058)</li> <li>- Ropa especial para trabajo en monerías: Pantalón, polo o camisa, polar, traje de agua (UNE EN 343)</li> <li>- Mono o bata riesgo biológico.</li> <li>- Protectores auditivos principalmente en mataderos y/o industrias cárnicas.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los trabajadores deberán disponer de ropa de trabajo adecuada a la tarea que realizan, teniendo en cuenta la ropa de abrigo para las tareas a la interperie en invierno.</li> <li>- La empresa debe dotar a los trabajadores de los equipos de protección individual indicados en este apartado.</li> <li>- Se debe disponer de un lugar adecuado para el almacenamiento de los equipos de protección, se debe realizar un correcto mantenimiento y limpieza de los mismos, reemplazando los defectuosos o en mal estado.</li> </ul>
--	--	---	--

## Fuente de Riesgo: **MANIPULACIÓN DE SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Muy Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de estar en contacto con productos químicos principalmente Ácido Clorhídrico, Pepsina, etc... principalmente en la tarea de detección de triquina, en la que a partir de la muestra de carne obtenida de la canal del cerdo o jabalí, se procede a su preparación para poder realizar la digestión enzimática, sedimentación y visualización de la muestra. La digestión reproduce de modo artificial las condiciones de digestión en el estómago. Para ello se utiliza una solución de pepsina con ácido clorhídrico (trasvase de sustancias).que se mezcla con agua caliente. El ácido clorhídrico y la pepsina pueden provocar lesiones oculares y quemaduras en la piel por salpicaduras, así como irritar las vías respiratorias.</p> <p>También utilizan productos químicos para desinfectar los cuchillos y herramientas que utilizan en el desarrollo de su tarea. Según me indican utilizan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar la ficha de datos de seguridad de los productos químicos que manipulan. Estos documentos deben estar en el lugar de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Es conveniente disponer de un kit de derrames para las sustancias químicas manipuladas. Principalmente en el laboratorio ubicado en el PAC. Este kit debe contener mascarilla FFP2, gafas antisalpicaduras, guantes, bata impermeable y material absorbente ejm. suapel.</li> <li>- Las operaciones con productos químicos, como envasado, trasvase, almacenamiento, etc... deben llevarse a cabo siguiendo métodos de trabajo precisos. Deben elaborarse instrucciones, que pueden referirse tanto a un producto concreto, como a una clase de productos que presenten riesgos similares, teniendo en cuenta, al menos, los siguientes aspectos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zona de trabajo y actividad desarrollada.</li> <li>- Identificación de las sustancias peligrosas.</li> <li>- Riesgos para el ser humano y medio ambiente.</li> <li>- Medidas de protección a utilizar.</li> <li>- Gestión de residuos.</li> </ul> </li> <li>- Tener en lugar visible donde estén situados los productos químicos, las fichas de seguridad de los distintos productos utilizados en el centro. El fabricante, importador o distribuidor deberá facilitar al destinatario, que sea un usuario profesional, una ficha de datos de seguridad en el momento de la primera entrega.</li> <li>- Los lugares donde se manipulen deben tener posibilidad de ventilación.</li> <li>- Antes de utilizar cualquier producto, debemos fijarnos en los pictogramas de seguridad de la etiqueta, con el fin de tomar las medidas preventivas oportunas.</li> <li>- Antes de manipular los productos químicos, leer la ficha de datos de seguridad, seguir sus instrucciones. Fijarse principalmente en sus consejos de manipulación, equipos de</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>pastillas de cloro pues obtienen el mismo resultado de la lejía.</p> <p>Adecuada eliminación de residuos.</p>	<p>protección individual, actuación en caso de peligro, primeros auxilios en caso de accidente y condiciones de disposición y eliminación de residuos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar los equipos de protección individual que se especifican en la ficha de datos de seguridad. En caso de duda consultar con este servicio de prevención.</li> <li>- Almacenar los productos en superficies lisas, debiendo estar los recipientes bien cerrados y de pie, estableciendo separaciones entre sustancias incompatibles.</li> <li>- Todo aquel producto químico caducado, sin etiquetar, envase en mal estado o que no se utilice se deberá desechar adecuadamente.</li> <li>- No mezclar productos químicos sin conocer sus propiedades toxicológicas.</li> <li>- Evitar realizar trasvases, si tiene que hacerlo debe ser en un local ventilado, sobre una superficie estable, con precaución, utilizando los equipos de protección individual especificados en la misma.</li> <li>- Una vez utilizado el producto químico, cerrar bien el envase y almacenarlo de pie.</li> <li>- No reutilizar los envases para otros productos, no quitar etiquetas ni sobreponerlas.</li> <li>- Al finalizar la tarea de manipulación de los productos químicos, recoger los materiales, productos y equipos. Los botes deben estar siempre bien cerrados, almacenados adecuadamente siguiendo lo indicado en esta evaluación.</li> <li>- Cuando se manipule Ácido Clorhídrico y pepsina para provocar la digestión, extremar la precaución, realizarlo en un local ventilado, evitar el contacto con la piel, los ojos y la ropa utilizando guantes, mascarilla, gafas de seguridad y bata impermeable.</li> <li>- No comer, beber ni fumar cuando se manipulen productos químicos, ni en lugares donde se estén utilizando.</li> <li>- Lavarse bien las manos antes y después de su manipulación.</li> <li>- En caso de embarazo o lactancia comunicarlo a este servicio de prevención según protocolo establecido en el SES. <a href="#">Trabajadora embarazada, parto reciente o lactancia natural</a></li> </ul>
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: AGENTES BIOLÓGICOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Exposición a agentes biológicos como consecuencia de la probable presencia de microorganismos en los animales, en sus productos y en el ambiente laboral. Inspección ante mortem y post mortem, toma de muestras, etc...</p> <p>Los principales daños para la salud del trabajador derivados de su trabajo son las enfermedades infecciosas o parasitarias transmitidas al hombre por los animales y/o sus productos o cadáveres (principalmente tuberculosis, brucelosis, fiebre hemorrágica crimen congo,...).</p> <p>Las principales vías de entrada y exposición son el contacto con la piel y las mucosas, la penetración a través de heridas, mordeduras, arañazos, pinchazos o cortes con materiales cortopunzantes, la ingestión como consecuencia de malos hábitos higiénicos y la inhalación de bioaerosoles.</p> <p>Posible zoonosis por picaduras de</p>	<p>- Facilitar un botiquín portátil a los profesionales veterinarios para llevar consigo cuando realicen tareas que puedan ser fuente de riesgo biológico fuera de su centro de trabajo (principalmente en monterías). El botiquín portátil deberá contener según recomienda la NTP 458:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desinfectantes y antisépticos.</li> <li>- Gasas estériles.</li> <li>- Venda</li> <li>- Esparadrapo</li> <li>- Apósitos adhesivos.</li> <li>- Tijeras</li> <li>- Pinzas</li> <li>- Guantes desechables.</li> </ul> <p>- El trabajador debe llevarlo consigo, mantenerlo ordenado y reponer lo necesario.</p> <p>- Facilitar un contenedor de residuos cortantes/punzantes al laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres.</p> <p>- El personal veterinario desarrolla tareas que suponen un riesgo biológico fuera de su centro de trabajo, habitualmente (mataderos, instalaciones cinegéticas, industrias alimentarias, etc...). Estas empresas deben disponer de las instalaciones y servicios establecidos en la normativa vigente y adecuados para el desarrollo del trabajo. En caso de observar deficiencias que pueda afectar a su seguridad y salud, ponerlo en conocimiento de la Dirección de Salud y de este servicio de prevención.</p> <p>- Diseño adecuado de las instalaciones: Espacio suficiente en cada puesto de trabajo, iluminación adecuada a la tarea a realizar.</p> <p>- Siempre que sea posible, si las características de la tarea y el terreno lo permiten,</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>garrapata.</p> <p>Proyección de sangre y partículas biológicas en la zona de matanza.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional no disponen de un botiquín de primeros auxilios para llevar cuando realizan su tarea fuera de las instalaciones del centro. Ejemplo monterías.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional no disponen de contenedor de residuos cortantes/punzantes en el laboratorio ubicado en el PAC.</p>	<p>mecanizar las operaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las herramientas y equipos de trabajo deberán ser de materiales resistentes a la corrosión y de fácil limpieza y desinfección. Disponer de herramientas seguras que eviten o minimicen la posibilidad de cortes o pinchazos. Los cuchillos deben estar protegidos y disponer de mangos antideslizantes.</li> <li>- Disponer cerca de los puestos de trabajo de <b>lavamanos</b> de pedal con productos para la limpieza, desinfección y secado de manos.</li> <li>- Disponer de retretes, aseos, vestuarios, duchas y taquillas suficientes para el personal.</li> <li>- Mantenimiento, limpieza y desinfección de las instalaciones, maquinaria y útiles de trabajo.</li> <li>- Los envases de transporte de muestras deben ser envases fabricados para tal fin, estancos, con cierre hermético, debiendo cumplir con las normas establecidas, etiquetado correctamente (tipo P650).</li> <li>- Dotar a los trabajadores de los equipos de protección individual indicados en el apartado de los epis de esta evaluación. El trabajador debe utilizar los equipos de protección individual adecuados a la tarea que vaya a realizar.</li> <li>- Utilizar mascarilla autofiltrante FFP3 cuando se detecte un animal sospechoso de estar infectado por un patógeno transmisible al hombre. Si se procede a explorar al animal, utilizar gafas de seguridad antisalpicaduras y guantes de nitrilo.</li> <li>- Utilizar guantes de protección cada vez que se inspeccione mediante manipulación, palpación o incisión los canales o despojos de los animales.</li> <li>- Utilizar pantalla facial o mascarilla y gafas de protección durante la inspección mediante manipulación, palpación o incisión de canales o despojos.</li> <li>- En las zonas de matanza, existe la posibilidad de presencia de aerosoles biológicos, utilizar mascarilla FFP3 y gafas de seguridad.</li> <li>- Siempre que exista posibilidad de protección de sangre o partículas biológicas, utilizar cubreropa o ropa impermeable de fácil limpieza y desechable.</li> </ul>
--	--	--	--



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Implantar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador (trato con animal vivo, manipulación de muestras, de productos químicos...).</li> <li>- Formación e información periódica de las principales tareas, sus riesgos y medidas de prevención.</li> <li>- Vigilancia de la salud de los trabajadores y recomendación de las vacunas pertinentes.</li> <li>- Especial atención a los animales que puedan tener garrapatas (principalmente en las actividades cinegéticas). Es conveniente utilizar repelente. Dotar de envases de repelentes a los trabajadores.</li> <li>- Dentro de las garrapatas, especial atención a las del género Hyalomma, agente productor de la enfermedad fiebre hemorrágica Crimea-Congo (VFHCC) junto con los mosquitos y cuyos reservorios/hospedadores son los roedores, rumiantes, murciélagos, ovejas, cabras,.... Proteger la piel con repelentes, utilizar ropa de trabajo adecuada que cubra toda la piel (botas, pantalones largos, camisa de manga larga, calcetines altos) y guardarla separadamente de la ropa de calle.</li> <li>- Especial atención con los trabajadores especialmente sensibles y embarazadas. Ponerlo en conocimiento de este servicio de prevención según procedimiento existente en el SES <a href="#">Trabajadoras embarazadas, parto reciente o lactancia natural</a> / <a href="#">Trabajadores especialmente sensibles</a></li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico seguir lo establecido en el protocolo existente en el SES. Se puede consultar y descargarse en el portal del SES, <a href="#">Exposición accidental a riesgo biológico</a> Ponerse en contacto con este servicio.</li> <li>- Existe información para el trabajador sobre enfermedades causadas por virus y bacterias en el portal del SES, <a href="#">Vigilancia epidemiológica</a>, donde se especifican su transmisión, plan de actuación, equipos de protección individual, etc...</li> </ul>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: PERSONAS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se considera agresión cuando un trabajador sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</li> <li>- Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante usuarios que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></li> </ul>
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: RITMOS Y HORARIOS DE TRABAJO

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>HORARIOS POR TURNOS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Los trabajadores de esta categoría profesional realizan su tarea habitual de lunes a viernes de 08:00 – 15:00 horas.  Realizan guardias localizadas de lunes a viernes de 22:00 – 08:00 horas.  Realizan guardias de presencia física sábados, domingos y festivos de 08:00 – 22:00 horas.	- Respetar el tiempo de descanso entre turnos (establecido en la normativa vigente).  - Dentro del mismo turno, disfrutar del descanso establecido en igualmente en la normativa.  - Se dará a conocer a los trabajadores de antemano el calendario con la organización de las guardias.

## Fuente de Riesgo: COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.  Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo,	- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de las distintas consultas, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.  -Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.  - Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral,

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<p>cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

<p><b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b></p>	<p>C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	---	---	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Puede aparecer fatiga mental (sensorial y cognitiva relacionados con las características de las tareas): estrés, insatisfacción laboral, sobrecarga de trabajo, monotonía, ...	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica.</li> <li>- Es recomendable sustituir las situaciones de IT que se prevean prolongadas, con el fin de no sobrecargar al compañero.</li> </ul>
--------------------------------	---	--	---

## Puesto de Trabajo: **FARMACÉUTICO ATENCIÓN PRIMARIA**

### Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Seria E: Frecuente P: Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>Accidentes de trabajo en misión, desplazamiento realizado por el trabajador dentro de su jornada laboral en un vehículo, bien suyo particular o de la empresa. El Servicio Extremeño de Salud dispone de coches a disposición de los trabajadores para realizar su tarea.</p> <p>Los farmacéuticos de este Centro de Salud utilizan vehículos para desplazarse desde su centro de trabajo a establecimientos sanitarios, fábricas, tiendas, almacenes, grandes superficies, empresas,... y, cualquier otro lugar dentro de su zona de salud que sea necesario realizar su tarea.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de los vehículos utilizados por estos trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Las vías de circulación es un factor de riesgos significativo en los accidentes de trabajo, si bien nuestra empresa tiene limitada la capacidad de intervención ante las mismas, sí es importante preocuparse de que los itinerarios de los desplazamientos y la conducción sean seguros, informando a los trabajadores de puntos críticos en su recorrido, posibles problemas de tráfico en su itinerario, etc...</li> <li>- Todo trabajador que conduzca un vehículo debe disponer del permiso de conducción reglamentario vigente.</li> <li>- La experiencia en la conducción permite adquirir destrezas y hábitos para una conducción segura, pero también pueden adquirirse rutinas y ciertos hábitos de la conducción que no sean los más idóneos; por lo tanto es importante que los trabajadores actualicen con periodicidad conocimientos y destrezas para una conducción segura. Facilitar a los trabajadores formación en seguridad vial (formación teórico práctica), poner los medios necesarios para que tal formación se realice con la calidad y el rigor exigibles.</li> <li>- Es conveniente elaborar procedimientos de trabajo para una conducción segura y saludable, rutas e itinerarios seguros, información puntual sobre el estado de la circulación, actuación ante accidentes laborales viales, etc... Los procedimientos deben ser documentos vivos, actualizándose cada vez que haya algún cambio o se considere necesario. Los procedimientos de trabajo deben ser conocidos por todos los trabajadores y éstos deben cumplirlos y seguirlos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Corrección óptica adecuada. En caso de embarazo o</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar clientes.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional comparten coche con el personal veterinario del centro.</p> <p>Todo el personal coinciden en el mal estado de los vehículos utilizados. Disponen de un Opel Corsa y un Peugeot 106).</p>	<p>lactancia comunicarlo según el protocolo establecido en el SES. Gestor documental, apartado nº 12 prevención de riesgos laborales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuide y mantenga adecuadamente el vehículo que la empresa le facilita para realizar su tarea.</li> <li>- El comportamiento de los trabajadores al volante debe ser seguro y saludable en todo momento, y en coherencia a cada situación. La actividad de conducir requiere de una completa concentración para poder estar dando en todo momento la respuesta adecuada. La fatiga y el sueño son dos de las principales causas de distracción al volante que está en el origen de muchos accidentes de tráfico. Si sabe que tiene que conducir, descansa con anterioridad, no trasnoche, evite conducir con somnolencia, no corra, cumpla con las normas de seguridad vial, especial atención a los puntos críticos o puntos negros en las vías de circulación, etc...Evitar distracciones, no utilizar el móvil.</li> <li>- Poner en conocimiento de la persona responsable de los vehículos cualquier anomalía que observe en el vehículo, con el fin de repararlo lo antes posible. El trabajador debe tener conocimiento de cómo actuar en caso de avería del vehículo o accidente y disponer de los medios necesarios para ello.</li> <li>- Hábitos de vida y de trabajo saludables, evitar comidas copiosas, no tomar alcohol, atención con los medicamentos, etc...</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Se adjunta ficha informativa sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el "Gestor Documental" del portal del SES, apartado nº 12 "Prevención de riesgos laborales".</li> </ul>
--	--	---	---

## Fuente de Riesgo: LUGARES DE TRABAJO

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAIDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL</b>	C: Importante E: Poco Usual P: Posible = <b>Trivial</b>	Riesgo de caída a distinto nivel en los edificios e instalaciones en los que el trabajador utiliza las escaleras fijas para subir y bajar en los locales/industrias/fábricas... que visita.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante.</li> <li>- Utilizar siempre los pasamanos de las escaleras, extremar la precaución en caso de tener las manos ocupadas.</li> <li>- No correr, mirar bien donde pisa, principalmente al bajar las escaleras.</li> <li>- No utilizar plataformas improvisadas para trabajos en altura.</li> <li>- Al subir y bajar de los vehículos utilizar los asideros correspondientes.</li> <li>- Hacer los movimientos con cautela, con movimientos lentos.</li> </ul>

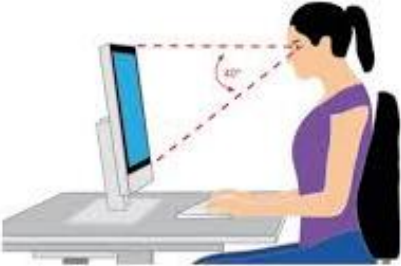
## Fuente de Riesgo: CONDICIONES AMBIENTALES

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A AMBIENTES FRÍOS</b>	C: Importante E: Poco Usual P: Posible = <b>Trivial</b>	<p>Exposición a ambientes fríos tanto fuera como dentro de edificios.</p> <p>En las visitas e inspecciones, cuando la actividad del trabajador se desarrolle a la intemperie, éste puede estar expuesto a temperaturas o ambientes térmicos extremos (tanto frío acusado en invierno como calor excesivo en verano).</p> <p>En las visitas e inspecciones, cuando la actividad requiera entrar en cámaras</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilice la vestimenta adecuada según la temperatura existente.</li> <li>- Alterne tareas expuestas a ambientes fríos con otras que no lo estén.</li> <li>- En verano, cuando tenga que realizar tareas a la intemperie, aproveche las primeras horas de la mañana, ya que son las más frescas.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		frigoríficas o de congelación, el trabajador está expuesto a bajas temperaturas.	
--	--	--	--

## Fuente de Riesgo: EQUIPOS INFORMÁTICOS Y DE OFICINA

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Moderado</b>	<p>El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga</p>	<p>-Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p>  <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

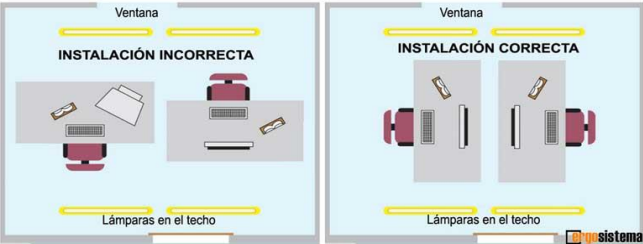
Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>A fecha de esta evaluación los distintos componentes de puesto de trabajo de PVD son adecuados y en buen estado en general.</p>	<p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa</p>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</li> <li>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</li> <li>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</li> <li>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.</li> <li>* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.</li> <li>* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.</li> <li>* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.</li> <li>* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.</li> </ul> </li> </ul> <div data-bbox="1227 1061 1868 1305" style="text-align: center;">  </div>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se adjunta dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> <li>- Disponer de un stock suficiente de los equipos de protección individual para utilizar en</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>En general el personal de esta categoría profesional dispone de los equipos de protección individual necesarios para desarrollar su tarea (guantes de nitrilo, gafas de protección, mascarillas FFP2, bata desechable,...).</p>	<p>caso necesario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer un programa para la adecuada gestión de los equipos de protección individual así como un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</li> </ul> <p><u>COMUNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado cerrado antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347)</li> </ul> <p><u>GUANTES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE- EN 374-1,2,3,4,5).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN OCULAR:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166).</li> </ul> <p><u>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149). La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico o cuando las protecciones colectivas no sean suficientes.</li> <li>- Bata desechable y/o impermeable en caso necesario.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **MANIPULACIÓN DE SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se evalúa este riesgo por la posibilidad de estar en contacto con productos químicos como Cloro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los lugares donde se manipulen deben tener posibilidad de ventilación.</li> <li>- Antes de utilizar cualquier producto, debemos fijarnos en los pictogramas de seguridad de la etiqueta, con el fin de tomar las medidas preventivas oportunas.</li> </ul>



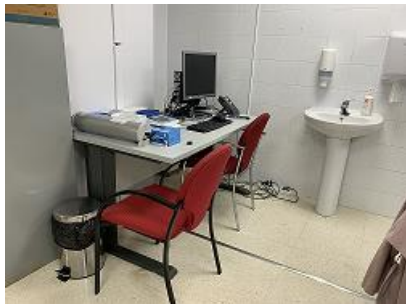
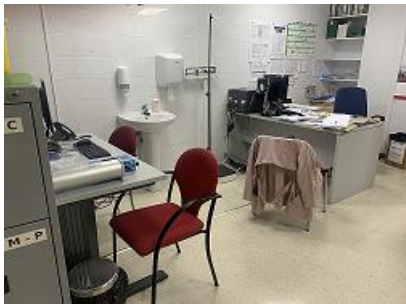
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Posible exposición a concentraciones elevadas de cloro en las visitas/inspecciones a piscinas de uso público (abiertas y cubiertas principalmente).</p> <p>Utilizan tests kit para la medición del cloro y pH del agua de las piscinas.</p> <p>Adecuada eliminación de residuos.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional llevan el control de los medicamentos que se utilizan en el centro, principalmente en el PAC. Realizan el pedido, los, reciben y almacenan, para posteriormente suministrar los necesarios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes de manipular los productos químicos, leer la ficha de datos de seguridad, seguir sus instrucciones. Fijarse principalmente en sus consejos de manipulación, equipos de protección individual, actuación en caso de peligro, primeros auxilios en caso de accidente y condiciones de disposición y eliminación de residuos.</li> <li>- Utilizar los equipos de protección individual que se especifican en la ficha de datos de seguridad. En caso de duda consultar con este servicio de prevención.</li> <li>- Almacenar los productos en superficies lisas, debiendo estar los recipientes bien cerrados y de pie, estableciendo separaciones entre sustancias incompatibles.</li> <li>- Todo aquel producto químico caducado, sin etiquetar, envase en mal estado o que no se utilice se deberá desechar adecuadamente.</li> <li>- No mezclar productos químicos sin conocer sus propiedades toxicológicas.</li> <li>- Evitar realizar trasvases, si tiene que hacerlo debe ser en un local ventilado, sobre una superficie estable, con precaución, utilizando los equipos de protección individual especificados en la misma.</li> <li>- Una vez utilizado el producto químico, cerrar bien el envase y almacenarlo de pie.</li> <li>- No reutilizar los envases para otros productos, no quitar etiquetas ni sobreponerlas.</li> <li>- Al finalizar la tarea de manipulación de los productos químicos, recoger los materiales, productos y equipos. Los botes deben estar siempre bien cerrados, almacenados adecuadamente siguiendo lo indicado en esta evaluación.</li> <li>- No comer, beber ni fumar cuando se manipulen productos químicos, ni en lugares donde se estén utilizando.</li> <li>- Lavarse bien las manos antes y después de su manipulación.</li> <li>- Especial cuidado con la manipulación de medicamentos peligrosos. Estos medicamentos deben venir etiquetados adecuadamente desde la farmacia central de nuestra Área de Salud con un triángulo amarillo y un número en su interior. Si recibe algún medicamento clasificado como peligroso, tenga especial cuidado en su manipulación. Siga lo establecido en el "Manual de manipulación de medicamentos peligrosos" existente en nuestra Área de</li> </ul>
--	--	---	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>Salud para los Centros de Atención Primaria.</p> <p>- En caso de embarazo o lactancia comunicarlo a este servicio de prevención según protocolo establecido en el SES.</p>
--	--	--	---

## Fuente de Riesgo: AGENTES BIOLÓGICOS

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<p>Exposición a agentes biológicos como consecuencia de la probable presencia de microorganismos en la vigilancia, inspección y control de las instalaciones con riesgo de proliferación y dispersión de legionela (piscinas spa, torres refrigeración, nebulizadores de agua,...), toma de muestras, ambiente laboral en las visitas, etc...</p> <p>La transmisión de la legionella se realiza por bioaerosoles contaminados o por aspiración de gotas de agua que contengan la bacteria.</p> <p>Se observa en la visita que en el despacho que ocupa uno de los farmacéuticos del centro, se realizan también pruebas funcionales, en concreto espirometrías, procedimiento en el</p>	<p>- Cambiar de ubicación, o bien el equipo para realizar las pruebas de espirometría o bien el despacho del farmacéutico. Cuando se realiza una prueba de espirometría, el trabajador farmacéutico tiene que dejar de realizar su tarea, salir de su despacho y volver a entrar cuando terminan la prueba y sale el paciente. Entendemos que no es el lugar más adecuado para realizar esta prueba, es un procedimiento que puede generar aerosoles y que respira el trabajador farmacéutico cuando vuelve a entrar en su despacho al finalizar la prueba, suponiendo un riesgo biológico.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">Zona espirometría                      puesto trabajo farmacéutico y zona espirometría</p> <p>- Establecer y seguir procedimientos de trabajo seguros.</p> <p>- Dotar a los trabajadores de los equipos de protección individual indicados en el apartado de los epis de esta evaluación. El trabajador debe utilizar los equipos de protección</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>que se pueden generar aerosoles.</p>	<p>individual adecuados a la tarea que vaya a realizar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En aquellas tareas en las que se puedan producir bioaerosoles, se recomienda utilizar mascarilla FFP2 mínimo y en aquellas instalaciones en las que se sospeche la presencia de legionela utilizar mascarilla FFP3. Utilizar también guantes de nitrilo y gafas de protección en caso de riesgo de salpicaduras.</li> <li>- Adecuada ventilación de los lugares de trabajo siguiendo lo especificado en la normativa vigente.</li> </ul> <p>PRECAUCIONES UNIVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Inmunización activa, vacunación.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes.</li> <li>- Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- No comer, beber ni fumar en el área de trabajo.</li> <li>- No se realizará pipeteo con la boca.</li> </ul> <p>- Se deberán aplicar las precauciones estándar ante cualquier tipo de material biológico, en todo momento y en cualquier ámbito de atención a la salud. Estas precauciones estándar consisten en la utilización de los equipos de protección individual necesarios, lavado de manos, utilización de contenedores rígidos para material cortante/punzante, seguimiento de un procedimiento normalizado en manipulación de muestras y de un protocolo en la atención a los pacientes.</p> <p>- La medida más efectiva ante el riesgo biológico es la prevención primaria que consiste en la adopción de las precauciones estándar detalladas en el punto anterior, el uso de instrumentos con dispositivos de seguridad y en la formación de los trabajadores.</p> <p>- No fumar, comer o beber durante la permanencia en zonas o la realización de tareas en las que exista riesgo biológico.</p>
--	--	---	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar llevar anillos, pulseras, u otras joyas bajo los guantes, evitará su desgarro.</li> <li>- En caso de accidente con riesgo biológico, seguir lo establecido en el "Protocolo de actuación tras exposición accidental con riesgo biológico de trabajadores del SES". Dicho documento está a disposición de los trabajadores en el portal del SES, apartado "Gestor documental" / punto 12 de "Prevención de riesgos laborales" en el siguiente enlace: <a href="http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527">http://cdatexas.ses.rts/gestor/vertipo.hph?idtipo=527</a> (Se adjunta flujograma de actuación tras accidente con riesgo biológico en el medio laboral). <a href="#">Protocolo exposición accidental Riesgo Biológico</a></li> <li>- Vigilancia periódica de la salud. Revisión y actualización enfermedades vacunables.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul> <p><b>GESTIÓN DE RESIDUOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos de acuerdo a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Adecuada eliminación de los residuos biológicos.</li> <li>- Los residuos biosanitarios (grupo III) incluye los residuos peligrosos producidos como resultado de la actividad sanitaria cuya recogida y eliminación es objeto de requisitos especiales para la prevención de infecciones (infecciosos, objetos cortantes o punzantes, residuos microbiológicos, vacunas vivas, sangre y hemoderivados en forma líquida,...). Estos residuos se deben recoger en contenedores color verde de un solo uso, homologados para contener este tipo de residuos. Los objetos cortantes y punzantes se introducirán en jeringuilleros con sistema de separación de agujas y cierre provisional definitivo (amarillo).</li> <li>- El trabajador debe disponer a mano del contenedor (color verde) o bolsa adecuada para desechar los residuos.</li> <li>- Disponer junto al puesto de trabajo de contenedor de objeto cortante/punzante (color amarillo).</li> <li>- El trabajador que manipule el objeto cortante/punzante debe desechar él mismo (siempre que la actividad lo permita) el objeto una vez utilizado al contendor adecuado.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Leve E: Ocasional P: Posible = <b>Trivial</b>	Se considera agresión cuando un trabajador sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</li> <li>- Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SITUACIÓN PELIGROSA POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Falta de las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.</p> <p>Falta de libro de instrucciones de la maquinaria utilizada.</p> <p>Situaciones, prácticas y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, actuación en caso de incidente, gestión de residuos etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> <li>- El personal de nueva incorporación debe ser inmediatamente informado sobre las normas de trabajo, de emergencias y características específicas de peligrosidad de los productos, instalaciones y operaciones de uso habitual en el laboratorio.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento,</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consignas informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	<p>C: Leve E: Frecuente P: Posible = <b>Trivial</b></p>	<p>Puede aparecer fatiga mental (sensorial y cognitiva relacionados con las características de las tareas): estrés, insatisfacción laboral, sobrecarga de trabajo, monotonía, ...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obtener información/formación adecuada sobre los programas informáticos con los que se va a trabajar.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica.</li> <li>- Intentar sustituir las situaciones de IT que se prevean de larga duración, con el fin de no sobrecargar al compañero.</li> </ul>

## Puesto de Trabajo: **TRABAJADOR SOCIAL**

### Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Los sufridos por el trabajador al ir o al volver del trabajo a su domicilio, realizando el recorrido habitual.  Pueden ocurrir tropiezos, caídas, choques con vehículos, resbalones e incluso atropellos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad vial.</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
<b>ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO</b>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Trabajadores de esta categoría profesional que deban desplazarse en el desarrollo de su actividad a otros centros. La trabajadora de esta categoría profesional se desplaza a domicilios y los jueves al Centro de Salud de Arroyo de la Luz.</p> <p>Posibilidad de accidentes en los que está implicado un vehículo en desplazamientos a pie para visitar pacientes.</p> <p>Existen factores que influyen directamente en los accidentes de tráfico relacionados con el trabajo, como son el estrés, la falta de mantenimiento del vehículo, no utilizar el cinturón de seguridad y reposacabezas, márgenes de tiempo ajustados, factores físicos del trabajador, etc... así como las vías de circulación general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del lugar de origen con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve, ...</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Evitar las distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Si el vehículo es de la empresa, la Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de vehículos utilizados por los trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos.</li> <li>- Los vehículos en circulación deben cumplir con todas las obligaciones establecidas por la administración: ITV pasada al día, seguro, impuesto circulación, etc...</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si se desplaza a pie, siga las normas de seguridad vial para transitar por la vía pública, no se distraiga, cruce los semáforos en verde, y cuando no existan, cruce por los pasos de peatones.</li> <li>- Formación e información sobre seguridad vial.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 291 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			auditivos.
--	--	--	------------

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>GOLPES/ CORTES CON OBJETOS O HERRAMIENTAS</b>	C: Leve E: Continua P: Posible = <b>Tolerable</b>	- Golpes contra objetos móviles e inmóviles (cajones abiertos, objetos en zonas de paso, pasillos de anchura insuficiente, etc.).	- Las mesas de trabajo y muebles accesorios deberán estar ordenados y los cajones de mesas y archivadores cerrados cuando no se estén utilizando.  - Las puertas de los armarios deben mantenerse cerradas.  - Organización y orden en la zona de trabajo.  - No dejar obstáculos en las zonas de paso. Mantener el orden y la limpieza en el lugar de trabajo.  - Las ventanas abiertas no deberán colocarse de forma que puedan constituir un riesgo para los trabajadores.

Fuente de Riesgo: **PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.  Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.	- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.  - Facilitar un reposapiés para este puesto de PVD, que cumpla con los requisitos expuestos posteriormente en este apartado.  - Facilitar una silla ergonómica para usuarios de PVD que reúna los requisitos establecidos en la normativa.  - La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.

Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.

Se observa en la visita que el puesto de trabajo de PVD dispone de una silla sin brazos y el reposapiés está roto.



distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.



- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y espalda.

Mesa de trabajo:

- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.
- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.
- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.

Asiento de trabajo:

Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:

- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.
- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con

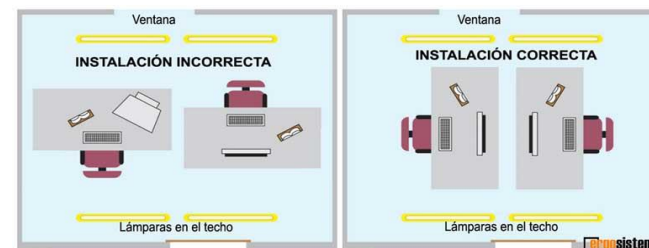
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p>- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.</p> <p>- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.</p> <p>- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.</p> <p>- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.</p> <p>- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es</li> </ul>
--	--	--	--

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

preferible que éstas queden a la izquierda del operador.

- \* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.
- \* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.
- \* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.
- \* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.



- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.
- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.
- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</p> <p>- Se entrega dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se adjunta ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", esta ficha se puede consultar en el portal del SES/Gestor Documental/12.- Prevención de riesgos laborales.</p>
<b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b>	<p>C: Importante E: Continua P: Muy Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>La trabajadora que realiza esta actividad es considerada usuaria de pantallas de visualización de datos.</p> <p>No se observan deslumbramientos en la pantalla.</p> <p>La trabajadora no dispone de silla ergonómica ni reposapiés.</p> <p>No disponen de auriculares manos libres. Tiene uno que se ha comprado ella.</p>	<p>- Facilitar a la trabajadora auriculares manos libres, para utilizar cuando deben usar a la vez el teléfono y el ordenador.</p> <p>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.</p> <p>- La mesa o superficie de trabajo deberán ser poco reflectantes, tener dimensiones suficientes y permitir una colocación flexible de la pantalla, del teclado, de los documentos y del material accesorio.</p> <p>- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.</p> <p>- Situar la pantalla a una distancia superior o igual a 30 cm respecto a los ojos del usuario y a una altura tal que pueda ser visualizada dentro del espacio comprendido entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40º bajo la horizontal. Será orientable e inclinable para que pueda adaptarse con facilidad a las necesidades del operador.</p> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p> <p><b>POSTURA CORRECTA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.</li> <li>* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.</li> <li>* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.</li> <li>* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.</li> <li>* Las manos sin extensión ni desviaciones.</li> <li>* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueco</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
 Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

poplíteo

(parte posterior de la rodilla).

\* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.



- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.

- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.



Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</li> <li>- Almacenaje y estanterías: Utilizar taburete o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.</li> <li>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores de esta categoría profesional sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se valora este riesgo por ser trabajadores de un centro sanitario.  - Riesgo de contacto con residuos sanitarios que no se hayan eliminado correctamente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Desinfección periódica de la piel.</li> <li>- Hábitos higiénicos adecuados: no comer ni beber en la zona de trabajo, no fumar en el centro de trabajo, lavado antes del inicio y tras la finalización de los trabajos.</li> <li>- Es recomendable que todos los trabajadores conozcan su grado de inmunización frente a</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc..., sistema de climatización no tratados y controlado.</li> <li>- Exposición a virus o bacterias por relacionarse con usuarios y/o compañeros.</li> </ul>	<p>aquellos riesgos biológicos vacunables que puedan estar relacionados con su puesto de trabajo, vacunándose en caso necesario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Orden y limpieza en el centro de trabajo.</li> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos conforme a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.COVID-19: seguir los protocolos establecidos, utilizar mascarilla en todo el centro sanitario, evitar coincidir con compañeros sin mascarilla puesta a menos de 1,5 metros de distancia. Adecuada higiene de manos, ventilar los lugares de trabajo.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: Muy Posible <b>= Moderado</b>	<p>Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</li> <li>- Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p> cortas que faciliten una respiración controlada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del</p>	<p>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de los distintos servicios, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</p> <p>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</p> <p>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral,</p>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: <a href="mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es">prerielab.caceres@salud-juntaex.es</a>
Página 301 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		trabajo, falta de autonomía.	<p>cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	------------------------------	--

Fuente de Riesgo: **RELACIONES EN EL TRABAJO, ROL, STATUS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ORGANIZACIÓN EN EL TRABAJO, RELACIONES, ROL, STATUS</b>	C: Leve E: Ocasional P: Posible = <b>Trivial</b>	Relaciones entre compañeros dentro del trabajo.  Deficiente definición de las tareas, funciones, competencias,... en el puesto de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición del contenido de las tareas y responsabilidad de cada puesto de trabajo.</li> <li>- Conocimiento de sus funciones, objetivos, procedimientos a seguir para realizar su actividad, así como conocer el límite de su responsabilidad.</li> <li>- Sistema de comunicación transparente, fiable, con credibilidad, que reduzca la aparición de falsos rumores y las confusiones a que éstos dan lugar.</li> <li>- Establecer un sistema de resolución de conflictos, que sea ágil, eficiente. Darlo a conocer a los trabajadores.</li> <li>- Implicación de la Dirección en la resolución siempre que sea necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Determinada por la relación que se establece entre las exigencias del trabajo y las características del individuo.	Medidas para prevenir riesgos derivados de factores organizacionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asignación de tareas y responsabilidades.</li> <li>- Facilitar la comunicación y participación de todos los trabajadores.</li> <li>- Planificación e información de la dinámica de trabajo.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Dificultad para dar respuesta a los requisitos del puesto de trabajo por: sobrecarga o infracarga de trabajo, planificación inadecuada de tareas, problemas de comunicación, apremio de tiempo, poca participación, órdenes contradictorias, responsabilidad, falta de información/formación, etc..</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar tareas monótonas.</li> <li>- Formación del puesto de trabajo.</li> <li>- Etc.</li> </ul> <p>- En casos de tareas que requieran una atención y concentración elevada, alternar dentro de lo posible con otras tareas de menor exigencia mental, o bien realizar pausas.</p> <p>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</p> <p>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</p> <p>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica. Mantener actualizados los útiles y equipos de trabajo (manuales de ayuda, listas de verificación, registros y formularios, procedimientos de trabajo, etc..) siguiendo los principios de claridad, sencillez y utilidad real.</p> <p>- Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</p> <p>- Cuando una tarea implica un esfuerzo mental de cierta consideración y con cierta continuidad, es necesario introducir pausas que permitan la recuperación de la fatiga.</p>
<p><b>SITUACIÓN PELIGR. POR INFORM. O FORMACIÓN INSUFIC.</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Situaciones, prácticas y</p>	<p>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, etc...</p> <p>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</p> <p>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</p>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho, ... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consigna informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	--	--	--

## Puesto de Trabajo: **Auxiliar Administrativo Atención Primaria**

### Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Los sufridos por el trabajador al ir o al volver del trabajo a su domicilio, realizando el recorrido habitual.  Pueden ocurrir tropiezos, caídas, choques con vehículos, resbalones e incluso atropellos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad</a></li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: [prerielab.caceres@salud-juntaex.es](mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es)

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>vial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **HERRAMIENTAS Y ÚTILES MANUALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAÍDA DE MATERIALES O PIEZAS EN MANIPULACIÓN</b>	C: Leve E: Frecuente P: Posible = Trivial	<p>Caída de objetos, herramientas, materiales indebidamente ubicados, estanterías, falta de anclaje, sobrecarga, etc....</p> <p>Caída de objetos o herramientas manipuladas por adopción de posturas forzadas.</p> <p>Caída de objetos por falta de espacio en el lugar de trabajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No sobrecargar las estanterías ni armarios. Colocar los materiales más pesados en las baldas intermedias.</li> <li>- Sujetar de forma segura los materiales y herramientas en el lugar de trabajo.</li> <li>- Actuar con precaución, sin prisas, sujetando los materiales transportados adecuadamente.</li> <li>- Cuando se manipule cualquier objeto o herramienta, sujetarlo bien con la mano, cerca del cuerpo, sin adoptar posturas forzadas.</li> <li>- Los archivadores deben disponer de sistemas que impidan la apertura al mismo tiempo de más de un cajón y contar con dispositivos de bloqueo en los cajones.</li> </ul>

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS DE TRABAJO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>GOLPES/ CORTES CON OBJETOS O HERRAMIENTAS</b>	C: Leve E: Continua P: Posible = Tolerable	- Golpes contra objetos móviles e inmóviles (cajones abiertos, objetos en zonas de paso, pasillos de anchura insuficiente, etc.).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las mesas de trabajo y muebles accesorios deberán estar ordenados y los cajones de mesas y archivadores cerrados cuando no se estén utilizando.</li> <li>- Las puertas de los armarios deben mantenerse cerradas.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organización y orden en la zona de trabajo.</li> <li>- No dejar obstáculos en las zonas de paso. Mantener el orden y la limpieza en el lugar de trabajo.</li> <li>- Las ventanas abiertas no deberán colocarse de forma que puedan constituir un riesgo para los trabajadores.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	<p>El personal trabajador de esta categoría profesional utiliza la mayor parte de su jornada laboral equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.</p> <p>Riesgo por mantener una postura incorrecta, incorrecto diseño del puesto de trabajo de pantallas de visualización de datos.</p> <p>Puesto de trabajo: Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización, provisto en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona-máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de</p>	<p>- Los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización deben cumplir con los requisitos establecidos en el RD. 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.</p> <p>- La colocación de la pantalla es fundamental. Se recomienda situar la pantalla a una distancia nunca inferior a 30 cm. respecto a los ojos del usuario (lo habitual es entre 40 y 75 cm.) y a una altura tal que la parte superior de la misma coincida con la altura de los ojos del usuario de manera que pueda ser visualizada dentro del espacio situado entre la línea de visión horizontal y la trazada a 40° bajo la horizontal de forma que la flexión del cuello esté entre 0 y 25 °.</p> <p>- Si el teclado no dispone de soporte para manos, colocarlo dejando un espacio mínimo de 10 cm. en la mesa delante del teclado. Este soporte o espacio es muy importante para</p>

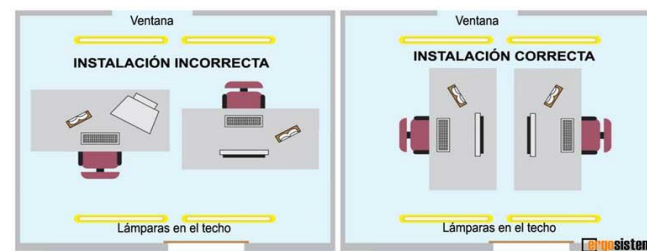


Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>trabajo, así como el entorno laboral inmediato.</p> <p>Comprenden riesgos de fatiga visual, fatiga mental y trastornos músculo-esqueléticos.</p> <p>Se observa en la visita que los cinco puestos de trabajo de PVD disponen de todo lo necesario para el desarrollo de su tarea.</p>	<p>reducir la tensión estática en los brazos y espalda.</p> <p><u>Mesa de trabajo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El plano de trabajo será suficientemente amplio y debe permitir la disposición flexible de sus diferentes elementos.</li> <li>- El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda.</li> <li>- La superficie deben carecer de esquinas o aristas agudas.</li> </ul> <p><u>Asiento de trabajo:</u></p> <p>Las sillas destinadas a los puestos de trabajo con equipos con pantallas de visualización, deben reunir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura del asiento ajustable en el rango necesario para la población de usuarios.</li> <li>- Respaldo con una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación.</li> <li>- Profundidad del asiento regulable, de tal forma que el usuario pueda utilizar el respaldo sin que el borde del asiento le presione las piernas.</li> <li>- Mecanismos de ajuste fácilmente accesibles y accionables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados.</li> <li>- Se recomienda la utilización de silla dotadas de 5 apoyos para el suelo, con ruedas. Dichas ruedas deben ser adecuadas al tipo de suelo existente, con el fin de evitar desplazamientos involuntarios.</li> </ul> <p>- Se recomienda la utilización de reposapiés homologado que deberá cumplir las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Debe tener una inclinación mínima de 5º y podrá regularse hasta al menos 15º sobre el plano horizontal.</li> <li>* Tendrá unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de profundidad.</li> <li>* Las superficies serán antideslizantes, tanto para los pies como para la zona de apoyo en el suelo.</li> </ul> <p>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</p>
--	--	--	--

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

- Para evitar la aparición de la fatiga muscular, en líneas generales, como pauta orientativa en el trabajo con PVD. se recomiendan pausas de 5 a 10 minutos por cada hora u hora y media de trabajo.
- Un operador de PVD debe adaptar su visión a tres contrastes de iluminación diferentes, siendo por ello difícil establecer el nivel óptimo de iluminación, no obstante, los niveles aceptables serán de 300 a 500 lux.
- Las paredes y superficies pintadas de colores no brillantes.
- El campo situado detrás del operador debe ser de luminancia lo más débil posible.
- La luz diurna, como única fuente luminosa no es conveniente porque está sujeta a variaciones fuertes, no obstante, teniendo en cuenta que la mayor parte de las instalaciones con PVD tienen ventanas, se considerarán los siguientes puntos:
  - \* La pantalla debe colocarse de forma perpendicular a las ventanas y es preferible que éstas queden a la izquierda del operador.
  - \* Ninguna ventana debe encontrarse delante ni detrás de la pantalla. Colocar persianas si no fuera posible cambiar la ubicación del puesto en los que existan ventanas detrás o delante.
  - \* La pantalla debe quedar alejada de las ventanas para que el exceso de iluminación diurna no dificulte la adaptación de los ojos del operador a la relativa oscuridad de la pantalla.
  - \* La línea de visión del operador a la pantalla debería ser paralela a las lámparas del techo.
  - \* Es recomendable la colocación de persianas de láminas con el fin de poder regular la entrada de la luz.




**Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres**

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 310 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vigilancia de la Salud, para determinar si se requiere algún dispositivo corrector especial para realizar su trabajo sin que sirvan para ello los dispositivos normales. Utilización de lentes correctoras cuando sea necesario para evitar la fatiga visual.</li> <li>- Relajar los ojos en las pausas. Valorar la posibilidad de utilización de algún hidratante ocular recomendado por el médico especialista.</li> <li>- Especial atención a los trabajadores de edad avanzada, ya que el cambio en el tamaño corporal tiene implicaciones para el diseño de los puestos de trabajo. El posicionamiento de las pantallas de visualización de datos debe ser diferente para estos trabajadores, tanto por las dimensiones antropométricas como por posibles problemas de visión que pueden obligar a usar lentes bifocales. Igualmente, las alturas de los planos de trabajo y las distancias de alcance necesitan ser menores para adecuarse a la pérdida de estatura. La utilización de mobiliario regulable (sillas, etc.) es especialmente adecuado con trabajadores adultos.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.</li> <li>- Se adjunta dentro de las consignas informativa, información a los trabajadores usuarios de PVD. Se adjunta ficha de información preventiva sobre "utilización de pantallas de visualización de datos", esta ficha se puede consultar en el portal del SES/Gestor Documental/12.- Prevención de riesgos laborales.</li> </ul>
<p><b>CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</b></p>	<p>C: Importante E: Continua P: Muy Posible = <b>Moderado</b></p>	<p>El personal trabajador que realiza esta actividad es considerado usuario de pantallas de visualización de datos, la mayor parte de sus tareas las pasa en posición sentado utilizando el ordenador.</p> <p>Se observa en la visita que el trabajador cuenta con asiento ergonómico, espacio suficiente para las piernas y apoyar el</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar al personal de esta categoría profesional auriculares manos libres, para utilizar cuando deben usar a la vez el teléfono y el ordenador. Los puestos de trabajo están situados juntos, por lo que los trabajadores no pueden utilizar la opción manos libres incorporada en el teléfono pues se interferirían en el trabajo.</li> <li>- Como los cinco trabajadores de esta categoría profesional, rotan por los distintos puestos de trabajo, se recomienda que al inicio de la jornada laboral cada trabajador se adapte el puesto que vaya a ocupar, regulando la silla, pantalla, y todo lo necesario a sus necesidades antropométricas para no tener que adoptar posturas forzadas en el desarrollo de la tarea.</li> <li>- El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de</li> </ul>

**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

		<p>antebrazo.</p> <p>No se observan deslumbramientos en la pantalla.</p> <p>Los trabajadores disponen de silla ergonómica, reposapiés.</p> <p>No disponen de auriculares manos libres.</p> <p>Se observa que el trabajador que atiende al público tiene que adoptar posturas forzadas cuando intercambia documentación con los usuarios.</p>	<p>trabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La mesa o superficie de trabajo deberán ser poco reflectantes, tener dimensiones suficientes y permitir una colocación flexible de la pantalla, del teclado, de los documentos y del material accesorio.</li> <li>- La iluminación general y la iluminación especial (lámparas de trabajo), cuando sea necesaria, deberán garantizar unos niveles adecuados de iluminación.</li> <li>- En líneas generales deben evitarse las posturas forzadas y el mantenimiento de la misma postura durante mucho tiempo.</li> </ul> <p><b>POSTURA CORRECTA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cabeza levantada y mentón paralelo al suelo.</li> <li>* Columna vertebral erguida y apoyada en el respaldo.</li> <li>* Hombros paralelos al teclado y superficie de la pantalla.</li> <li>* Brazos verticales y antebrazos horizontales con el codo en ángulo recto.</li> <li>* Las manos sin extensión ni desviaciones.</li> <li>* Rodillas en ángulo recto y dejando un espacio entre el borde del asiento y el hueso poplíteo (parte posterior de la rodilla).</li> <li>* Pies apoyados sobre el suelo o reposapiés con tobillos en ángulo recto.</li> </ul> <div style="text-align: right;">  </div>
--	--	--	--



**Servicio de Prevención de Riesgos Laborales**  
**Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres**

			<p>- Organización de trabajo: alternar las tareas de sentado utilizando de manera continua la PVD con otras que no requieran mantener la postura y atención de manera continua, o establecer pausas necesarias cuando esta alternancia no sea posible o no sea suficiente.</p> <p>- En cuanto a los alcances, se dispondrán los distintos elementos según su frecuencia de uso en las tres zonas del puesto de trabajo. Es importante utilizar la zona de alcance óptimo y establecer una buena disposición de los elementos que se utilizan en el área de trabajo. Ello permitirá realizar el movimiento sin esfuerzo y minimizará las posturas forzadas.</p> <div data-bbox="1294 564 1778 863" data-label="Diagram"> </div> <p>- Emplear los equipos y herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</p> <p>- Almacenaje y estanterías: Utilizar banqueta o escalera de tamaño adecuado para alcanzar los objetos que se almacenan en los estantes de más altura. Evitar manipular cargas por encima de los hombros y evitar las torsiones. Los materiales deben situarse frente al trabajador, colocando los más pesados en las zonas intermedias. Los materiales que se utilizan con mayor frecuencia deben almacenarse en los estantes cuya altura no supere la altura del hombro. Es recomendable guardar los materiales de uso cotidiano lo más cerca posible del lugar donde han de ser utilizados.</p> <p>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</p>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			- Formar e informar a los trabajadores de esta categoría profesional sobre los riesgos del uso de Pantallas de Visualización de Datos y las medidas preventivas a adoptar para evitar lesiones.
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EQUIPOS INFORMÁTICOS Y DE OFICINA**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A POLVOS, FIBRAS</b>	C: Leve E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Posible inhalación del polvo del tóner de la impresora y de la fotocopiadora, especialmente durante el cambio del mismo.	- Las fotocopiadoras deben estar ubicadas en lugares con ventilación.  - Cuando se sustituya el cartucho de tóner evitar mancharse las manos poniéndose unos guantes desechables, si ocurre lavarse inmediatamente las manos con agua y jabón.

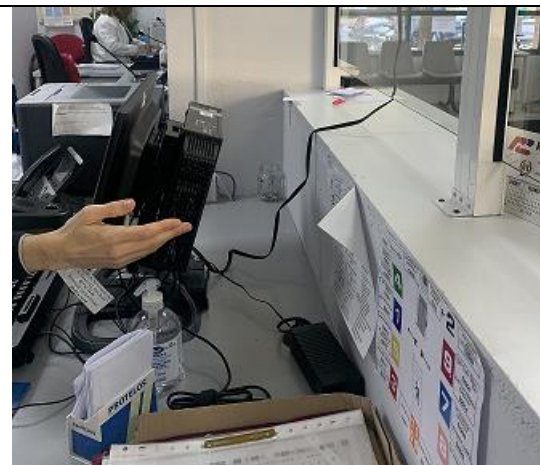
Fuente de Riesgo: **POSTURAS Y ESFUERZOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS</b>	C: Importante E: Continua P: Posible = <b>Moderado</b>	Se valora este riesgo por la postura que tiene que adoptar el trabajador para intercambiar documentación con los usuarios.  La mesa de trabajo tiene una profundidad de 81 cm. provocando que el trabajador tenga que adoptar una postura forzada de extensión de tronco y brazo cada vez que intercambia documentación.	- Como se observa en la imagen inferior, detrás de la pantalla del ordenador queda un espacio libre de unos 24 cm. inutilizado. Como posible solución para evitar que el personal tenga que realizar una extensión de tronco-brazo cada vez que intercambia documentación con los usuarios, se podría o bien hacer un corte lineal a las mesas de 15 cm o bien ampliar la repisa del mostrador existente 15 cm hacia el interior.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres



Los trabajadores disponen de intercomunicador para atención al público.



Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	Se valora este riesgo por ser trabajadores de un centro sanitario.  Los puesto de trabajo disponen de mampara de protección para la atención al público.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Desinfección periódica de la piel.</li> <li>- Hábitos higiénicos adecuados: no comer ni beber en la zona de trabajo, no fumar en el centro de trabajo, lavado antes del inicio y tras la finalización de los trabajos.</li> <li>- Es recomendable que todos los trabajadores conozcan su grado de inmunización frente a aquellos riesgos biológicos vacunables que puedan estar relacionados con su puesto de trabajo, vacunándose en caso necesario.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: [prerielab.caceres@salud-juntaex.es](mailto:prerielab.caceres@salud-juntaex.es)

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres



- Riesgo de contacto con residuos sanitarios que no se hayan eliminado correctamente.

- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc..., sistema de climatización no tratados y controlado.

- Exposición a virus o bacterias por relacionarse con usuarios y/o compañeros.

y siempre que se produzca un derrame.

- Tratamiento y eliminación de los residuos conforme a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.

- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS,	C: Importante E: Frecuente P: MuyPosible	Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el	- Terminar de implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 316 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>INTRUSISMO</b></p>	<p>= <b>Moderado</b></p>	<p>interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductas intimidatorias.</li> <li>- Violencia física.</li> <li>- Vandalismo: se deteriora o destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</li> </ul> <p>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</li> <li>- El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.</li> <li>- Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</li> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc...a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--------------------------	--------------------------	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</p> <p>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control sobre el ambiente de trabajo.</p> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <p>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></p> <p>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></p> <p>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></p> <p>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></p>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de los distintos servicios, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</li> <li>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **RELACIONES EN EL TRABAJO, ROL, STATUS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ORGANIZACIÓN EN EL TRABAJO, RELACIONES, ROL, STATUS</b>	C: Leve E: Ocasional P: Posible = <b>Trivial</b>	<p>Relaciones entre compañeros dentro del trabajo.</p> <p>Deficiente definición de las tareas, funciones, competencias,... en el puesto de trabajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición del contenido de las tareas y responsabilidad de cada puesto de trabajo.</li> <li>- Conocimiento de sus funciones, objetivos, procedimientos a seguir para realizar su actividad, así como conocer el límite de su responsabilidad.</li> <li>- Sistema de comunicación transparente, fiable, con credibilidad, que reduzca la aparición de falsos rumores y las confusiones a que éstos dan lugar.</li> <li>- Establecer un sistema de resolución de conflictos, que sea ágil, eficiente. Darlo a conocer a los trabajadores.</li> <li>- Implicación de la Dirección en la resolución siempre que sea necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>



Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Determinada por la relación que se establece entre las exigencias del trabajo y las características del individuo.  Dificultad para dar respuesta a los requisitos del puesto de trabajo por: sobrecarga o infracarga de trabajo, planificación inadecuada de tareas, problemas de comunicación, apremio de tiempo, poca participación, órdenes contradictorias, responsabilidad, falta de información/formación, etc..	Medidas para prevenir riesgos derivados de factores organizacionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asignación de tareas y responsabilidades.</li> <li>- Facilitar la comunicación y participación de todos los trabajadores.</li> <li>- Planificación e información de la dinámica de trabajo.</li> <li>- Evitar tareas monótonas.</li> <li>- Formación del puesto de trabajo.</li> <li>- Etc.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En casos de tareas que requieran una atención y concentración elevada, alternar dentro de lo posible con otras tareas de menor exigencia mental, o bien realizar pausas.</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Formación e información de los programas informáticos que se tengan que utilizar para el desarrollo de su tarea.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica. Mantener actualizados los útiles y equipos de trabajo (manuales de ayuda, listas de verificación, registros y formularios, procedimientos de trabajo, etc..) siguiendo los principios de claridad, sencillez y utilidad real.</li> <li>- Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</li> <li>- Cuando una tarea implica un esfuerzo mental de cierta consideración y con cierta</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			continuidad, es necesario introducir pausas que permitan la recuperación de la fatiga.
<b>SITUACIÓN PELIGR. POR INFORM. O FORMACIÓN INSUFIC.</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<p>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, etc...</p> <p>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</p> <p>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</p> <p>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho, ... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</p> <p>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</p> <p>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</p> <p>- Se entrega desde este servicio " Consigna informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</p>

## Puesto de Trabajo: **CELADOR**

### Fuente de Riesgo: **ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACCIDENTES IN ITINERE</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible <b>= Tolerable</b>	Accidente de trabajo que sufre el trabajador en el trayecto entre su domicilio particular y el lugar de trabajo o viceversa. Siendo el trayecto el habitual y normal para el recorrido y cuya finalidad deba ser acudir o volver al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salir del domicilio con suficiente tiempo para evitar las prisas.</li> <li>- Tener especial cuidado los días lluviosos o con niebla, hielo, nieve...</li> <li>- Si se desplaza andando, evite las prisas y los despistes, utilice calzado con tacón medio o bajo, antideslizante. Cumpla las normas de seguridad vial.</li> <li>- Si se desplaza en vehículo, conducir con cuidado, cumpliendo las normas de circulación. Mantenimiento adecuado y periódico del vehículo utilizado en los desplazamientos. Evitar distracciones, no utilizar el móvil, especial precaución si está tomando medicamentos, consulte con su médico la conveniencia o no de conducir. No ingerir alcohol ni drogas. Ponerse el cinturón de seguridad o casco según sea el vehículo utilizado en el desplazamiento.</li> <li>- Si acude en bicicleta, ciclomotores o motocicletas utilice siempre casco homologado.</li> <li>- Si se desplaza en transporte público, cumplir con las normas, sentarse durante el trayecto y si no es posible sujetarse adecuadamente. No deambule por el medio del transporte utilizado estando éste en marcha.</li> <li>- Si acude como peatón también le afectan las normas de circulación, camine por las aceras, no invada la calzada, preste especial atención a las salidas de aparcamientos y garajes. Cruce las calles por los pasos de peatones. Evite conductas de riesgo.</li> <li>- Formar e informar al trabajador sobre los riesgos existentes y de sus medidas preventivas a adoptar para prevenir accidentes in itinere. Se adjunta ficha de información preventiva sobre seguridad vial. El documento está disponible para todos los trabajadores en el portal del SES: <a href="#">Gestor documental/12.- Prevención Riesgos Laborales/ ficha SC003.0 seguridad</a></li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>vial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar modos de desplazamiento como caminar o bicicleta en desplazamientos cortos.</li> <li>- Vigilancia periódica de la salud, corrección de defectos físicos, principalmente visuales y auditivos.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **HERRAMIENTAS Y ÚTILES MANUALES**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CAÍDA DE MATERIALES O PIEZAS EN MANIPULACIÓN</b>	C: Leve E: Frecuente P: Posible = <b>Trivial</b>	<p>Caída de objetos, herramientas, materiales indebidamente ubicados, estanterías, falta de anclaje, sobrecarga, etc....</p> <p>Caída de objetos o herramientas manipuladas por adopción de posturas forzadas.</p> <p>Caída de objetos por falta de espacio en el lugar de trabajo.</p> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional utilizan un carro para transportar los materiales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No sobrecargar las estanterías ni armarios. Colocar los materiales más pesados en las baldas intermedias.</li> <li>- Apilar las mercancías adecuadamente. Dejar suficiente espacio en el almacén para el paso de elementos de transporte como carros y el manejo de mercancías.</li> <li>- Mantener el orden y la limpieza, realizar un adecuado almacenamiento y la correcta manipulación de los productos son cruciales para evitar accidentes.</li> <li>- Los pasillos y las zonas de almacenamiento deben mantenerse libres de objetos y limpiarse periódicamente, especialmente después de cualquier derrame o caída de la carga o parte de la misma.</li> <li>- Sujetar de forma segura los materiales y herramientas en el lugar de trabajo.</li> <li>- Cuando se utilice el carro para transportar los materiales, comprobar previo a su utilización: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Confirmar que el peso a transportar es el apropiado para el carro.</li> <li>- Asegurar que las cargas están equilibradas, bien colocadas y aseguradas.</li> <li>- Evitar utilizar el carro en superficies húmedas, deslizantes o desiguales.</li> </ul> </li> <li>- Actuar con precaución, sin prisas, sujetando los materiales transportados adecuadamente.</li> <li>- Cuando se manipule cualquier objeto o herramienta, sujetarlo bien con la mano, cerca del</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:

Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES

Teléfono: 927 256 819

mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>cuerpo, sin adoptar posturas forzadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los archivadores deben disponer de sistemas que impidan la apertura al mismo tiempo de más de un cajón y contar con dispositivos de bloqueo en los cajones.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **MANIPULACIÓN DE MATERIALES O PRODUCTOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CHOQUES CON ELEMENTOS FIJOS</b>	C: Leve E: Frecuente P: Muy Posible = <b>Tolerable</b>	- Golpes y atrapamientos al manipular objetos, materiales, cajas, carros....	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para manipular cajas de material utilizar guantes de riesgo mecánico.</li> <li>- Orden y limpieza en el almacén general, evitando tener ocupados los pasillos.</li> <li>- No actuar con prisas, tener precaución.</li> <li>- Cuando se desplace un carro, ir con precaución de no chocar ni golpear marcos y puertas al entrar o salir de los locales.</li> </ul>
<b>MANIPULACIÓN DE CARGAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se considera que la manipulación manual de cargas puede entrañar riesgos dorsolumbares cuando se manipulan cargas superiores a 3 Kg. en condiciones desfavorables.</p> <p>Aparece este riesgo en la manipulación de materiales, mobiliario,... en el centro de trabajo y en la ayuda de movilización de pacientes.</p> <p>Disponen de guantes de protección mecánica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para la manipulación de cargas utilizar guantes de protección mecánica.</li> <li>- En el desplazamiento de una carga mediante empuje, realizar el traslado por el recorrido que presente menos desniveles, no presente escaleras, y el suelo sea regular. Siempre que el recorrido presente desniveles buscar un recorrido alternativo y utilizar el ascensor siempre que sea posible.</li> <li>- Los elementos rodantes de elementos de transporte deberán estar en buen uso, con un mantenimiento adecuado y periódico.</li> <li>- Facilitar y utilizar calzado cerrado, antideslizante, recomendado por este servicio.</li> <li>- Colocar las cajas almacenadas en las estanterías de tal manera que, las más pesadas estén situadas a una altura comprendida entre las rodillas y los hombros del trabajador, dejando la zona situada por encima de los hombros para las menos pesadas.</li> <li>- Manipular las cargas en condiciones ideales de manipulación (carga cercana al cuerpo, columna recta, sin giros ni inclinaciones y con una sujeción firme) Evitar manipular bultos</li> </ul>

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres

Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
--	---------------------------------------	-----------------------	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>de peso superiores a 25 kg (hombres) o 15 kg (mujeres). Repartir el peso en varios viajes o solicitar ayuda a un compañero.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguir las 5 reglas para levantar cargas superiores a 3 kg:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Disponer los pies de forma tal que la base de sustentación nos permita conservar el equilibrio. En principio los pies han de estar separados por una distancia equivalente a la anchura de los hombros.</li> <li>2. Doblar las rodillas.</li> <li>3. Acercar al máximo el objeto al centro del cuerpo.</li> <li>4. Levantar el peso de forma gradual, suavemente y sin sacudidas, espalda recta.</li> <li>5. No girar el tronco mientras se está levantando la carga, es preferible pivotar sobre los pies.</li> </ol> </li> <li>- El manejo de una carga entre dos personas deberá considerarse cuando se produzca alguna de las siguientes circunstancias:             <ul style="list-style-type: none"> <li>* El objeto que se debe manejar tiene al menos dos dimensiones superiores a 76 cm, independientemente de su peso.</li> <li>* El levantamiento del peso no es el trabajo habitual y su peso es superior a 15 kilos.</li> <li>* El objeto es muy largo y es difícil su traslado de forma estable por una sola persona.</li> </ul> </li> <li>- Siempre que se tenga que manipular una carga superior a los pesos recomendados, se tenga que adoptar posturas forzadas para su manipulación, o sea voluminosa, dividirla siempre que sea posible, en caso contrario esperar la ayuda de un compañero.</li> <li>- Para manipular una carga situada en altura, utilizar una escalera de mano adecuada, no adoptar posturas forzadas intentando alcanzar la carga.</li> <li>- Se recomienda realización de pequeñas pausas siempre que sea posible, de modo orientativo entre 10 o 15 minutos cada 2 h. de trabajo o alternar las tareas por otras en las que trabajen distinto grupo muscular.</li> <li>- Formar e informar a los trabajadores en cuanto a los riesgos de la manipulación manual de cargas y las medidas preventivas a adoptar para evitar daños a la salud.</li> </ul>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			- Se facilita a los trabajadores de esta categoría profesional, junto con las consignas informativas, díptico informativo sobre manipulación manual de cargas.
<b>SOBRESFUERZOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Desequilibrio que se produce entre la capacidad física de un trabajador y las exigencias de la tarea.</p> <p>Las consecuencias de los sobreesfuerzos abarcan desde el dolor y la inflamación de diverso grado hasta lesiones graves e incapacitantes.</p> <p>Entre las causas físicas se encuentran: los movimientos manuales, la manipulación de cargas, las malas posturas y movimientos forzados, los movimientos repetitivos, las vibraciones, etc.</p> <p>Entre las causas relacionadas con la organización del trabajo cabe destacar: el ritmo de trabajo, los horarios de trabajo, el trabajo monótono, posturas forzadas al trabajar sobre superficies irregulares y/o deslizantes, no disponer de herramientas adecuadas para la manipulación de cargas, posturas forzadas por trabajar en espacios confinados con escasa visibilidad y espacios reducidos, falta de formación, etc...</p>	<p>- Formar e informar al trabajador sobre las medidas preventivas para prevenir riesgos por sobreesfuerzos, incluyendo, en especial, técnicas de manejo manual de cargas, con reciclajes periódicos.</p> <p>- Formar al trabajador sobre el manejo de las herramientas facilitadas para el traslado de cargas, de manera que no suponga un riesgo añadido su inadecuada utilización.</p> <p>- Colocar las cajas almacenadas en las estanterías de tal manera que, las más pesadas estén situadas a una altura comprendida entre las rodillas y los hombros del trabajador, dejando la zona situada por encima de los hombros para las menos pesadas.</p> <p>- Manipular las cargas en condiciones ideales de manipulación (carga cercana al cuerpo, columna recta, sin giros ni inclinaciones y con una sujeción firme) Evitar manipular bultos de peso superiores a 25 kg (hombres) o 15 kg (mujeres). Repartir el peso en varios viajes o solicitar ayuda a un compañero.</p> <p>- Emplear los equipos y herramientas adecuados para cada tipo de trabajo, conservándolas en buen estado, de modo que no sea necesario un esfuerzo adicional para compensar el deficiente servicio de la herramienta. Seleccionar útiles de trabajo (mangos, alargaderas) con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas.</p> <p>- Cuando por motivo de la zona de trabajo sea necesaria la adopción de posturas forzadas, se recomienda variar de postura cuando se noten molestias y realizar pequeñas pausas, que favorezcan el descanso postural cada cierto tiempo.</p> <p>- Diseñar correctamente las tareas y actividades, adaptando previamente el puesto de trabajo a la función a desarrollar (mobiliario, distancias de alcance a los materiales, iluminación...) favoreciendo una posterior ejecución cómoda y exenta de posturas forzadas.</p> <p>- Evitar restricciones de espacio, manteniendo en todo momento el orden y la limpieza en los locales donde se realice cualquier tipo de tarea. Recoger toda la herramienta y el material al finalizar la jornada. Depositar las basuras y desperdicios en recipientes adecuados.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es conveniente alternar actividades repetitivas con otras menos forzadas. Realizar dentro de lo posible pausas cortas más a menudo que una pausa larga.</li> <li>- Es conveniente alternar tareas de actividad estática con dinámica.</li> <li>- Utilizar calzado cerrado, antideslizante, recomendado por este servicio.</li> <li>- Vigilancia específica de la salud de los trabajadores.</li> <li>- Efectuar ejercicios musculares para estirar los músculos, aliviar la tensión e incrementar la circulación. Hábitos de vida saludable.</li> <li>- Evitar posturas que mantengan la columna vertebral en rotación, flexión-extensión, utilizar los pies para los cambios de posición.</li> <li>- Evitar agacharse flexionando la columna hacia delante, agacharse flexionando las rodillas manteniendo la espalda recta.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **SUSTANCIAS QUÍMICAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se evalúa este riesgo por la posibilidad de exposición por incidentes o accidentes en el transporte de productos químicos.</p> <p>Se valora asimismo por la posibilidad de inhalación de productos químicos cuando desarrolla su tarea en el centro, bien por mala ventilación, organización de trabajo, envases abiertos, derrames, etc...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los trabajadores deberán conocer el producto que manipulan y seguir las instrucciones de manipulación que se indica en la ficha del mismo.</li> <li>- Deberán seguir las instrucciones en caso de derrame y emergencia.</li> <li>- Las fichas de seguridad de los productos químicos manipulados deben estar en el servicio a disposición de todos los trabajadores.</li> <li>- Éstos deberán estar informados sobre las precauciones de manipulación, riesgos que conlleva su manipulación si los hubiera, actuación en caso de derrame, equipos de protección individual a utilizar así como la forma de desecharlos.</li> <li>- Organizar el almacén de productos químicos considerando las características de peligrosidad de los productos y sus incompatibilidades:</li> </ul>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agrupar por características semejantes.</li> <li>• Establecer separaciones de sustancias incompatibles.</li> <li>• Aislar o confinar los de características especiales (tóxicos, cancerígenos, explosivos,...)</li> <li>• Correcto etiquetaje.</li> <li>• Llevar un registro actualizado de los productos químicos almacenados.</li> <li>• Se facilita cartel informativo sobre incompatibilidades en el almacenamiento conjunto de productos químicos, este cartel deberá estar en dicha zona en lugar visible.</li> </ul> <p>- Comprobar que todos los productos están adecuadamente envasados y etiquetados.</p> <p>- Almacenar los productos en superficies lisas, debiendo estar los recipientes bien cerrados y de pie.</p> <p>- Es conveniente disponer de procedimientos de trabajo con los productos químicos peligrosos, así como procedimientos de orden y limpieza y de emergencias (actuación en caso de salpicaduras, derrames o rotura de envase, incendio, etc...). Estos procedimientos deben ser conocidos por todos los trabajadores, los cuales deberán seguirlos.</p> <p>- Especial atención con las trabajadoras embarazadas, comunicarlo a este servicio, con el fin de poner las limitaciones de manipulación de productos químicos.</p> <p>- Vigilancia periódica de la salud.</p> <p><u>GENERAL:</u></p> <p>- Antes de utilizar cualquier producto, debemos fijarnos en primer lugar que esté correctamente etiquetado y en los pictogramas de seguridad de la etiqueta, con el fin de tomar las medidas preventivas oportunas.</p> <p>- Leer atentamente la ficha de seguridad del producto, seguir las instrucciones de uso y de derrame indicadas por el fabricante. Utilizar los EPIS (equipos de protección individual) que indique el mismo como son guantes, mascarilla, gafas....</p> <p>- Observar rutinariamente el estado de los envases junto con sus etiquetas, esto ayuda a prevenir accidentes.</p>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>- Si hay un vertido, abrir las ventanas si es posible, usar el kit de derrames y salir de la sala.</p> <p>- Las operaciones con productos químicos, como envasado, trasvase, almacenamiento, etc... deben llevarse a cabo siguiendo métodos de trabajo precisos. Deben elaborarse instrucciones, que pueden referirse tanto a un producto concreto, como a una clase de productos que presenten riesgos similares, teniendo en cuenta, al menos, los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zona de trabajo y actividad desarrollada.</li> <li>- Identificación de la sustancia peligrosa.</li> <li>- Riesgos para el ser humano y medio ambiente.</li> <li>- Medidas de protección a utilizar.</li> <li>- Incompatibilidades de almacenamiento.</li> <li>- Actuación en caso de peligro.</li> <li>- Primeros auxilios en caso de accidente.</li> <li>- Condiciones de disposición y eliminación de residuos.</li> </ul> <p>- Los recipientes de productos químicos peligrosos de capacidad superior a 2 litros deben transportarse en carros de transporte.</p> <p><u>ALMACENAJE PRODUCTOS QUIMICOS GENERAL:</u></p> <p>- Es aconsejable destinar un local para almacenamiento de productos químicos, este área debe ser de acceso restringido, con suficiente ventilación y luminosidad. Adecuadamente señalizado, disponiendo de un kit de derrames de productos químicos a mano, así como tener acceso a lavajos y extintores. No se deben almacenar productos químicos en pasillos ni lugares de paso.</p> <p>- Se debe limitar el stock de productos y almacenar sistemáticamente la mínima cantidad posible para poder desarrollar cómodamente el trabajo del día a día. No superar la capacidad de almacenamiento detallada en el RD 656/2017 Reglamento de Almacenamiento de Productos Químicos.</p> <p>- Para lograr un adecuado almacenamiento de los productos químicos, en primer lugar hay que disponer de un inventario actualizado.</p>
--	--	--	---

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar los riesgos de cada una de las sustancias que se van a almacenar. Todos los envases de los productos deben disponer siempre de su etiqueta.</li> <li>- Los productos deberán organizarse (agrupar y clasificar) por su riesgo, respetando las restricciones de almacenamiento conjuntos de productos incompatibles, así como las cantidades máximas recomendadas. Ejemplo: no se pueden almacenar ácidos junto con bases.(se adjunta cuadro de incompatibilidades). Los productos inertes pueden utilizarse como elementos de separación entre productos peligrosos. Los productos cancerígenos y altamente tóxicos así como las sustancias inflamables, conviene tenerlas aisladas.</li> <li>- Para el almacenamiento en estanterías, debe tenerse en cuenta:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los recipientes que contienen líquidos y son de mayor capacidad vayan en las baldas más bajas, se recomienda no colocar en estantes elevados recipientes más grandes de medio litro.</li> <li>- Los recipientes más grandes hay que colocarlos a los niveles más bajos.</li> <li>- Los frascos altos situarlos hacia atrás y los pequeños delante.</li> <li>- Los productos más peligrosos abajo y los más inofensivos arriba.</li> </ul> </li> <li>- El producto almacenado debe ser únicamente el necesario, no se recomienda tener grandes existencias de los productos.</li> <li>- Es recomendable nombrar a una persona responsable del almacén.</li> </ul> <p><b><u>GESTIÓN DE RESIDUOS:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los residuos de productos químicos, debe segregarse según lo indicado en la ficha de datos de seguridad del mismo y lo indicado en esta evaluación (contenedores debidamente etiquetados).</li> <li>- Los residuos generados, recipientes que contienen restos anatómicos en formol, envases vacíos o con restos de formaldehído, material usado en la recogida y absorción de derrames o salpicaduras, instrumental contaminado, etc... se eliminarán en contenedores específicos, debidamente etiquetados como residuos peligrosos grupo IV.</li> <li>- Los contenedores de residuos deben estar cerrados en todo momento, no dejar la</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>tapadera abierta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los residuos sanitarios de naturaleza química, son todos los residuos de naturaleza química tanto peligrosos como no peligrosos, generados como consecuencia de la actividad sanitaria propiamente dicha. Se incluyen productos químicos peligrosos, residuos que contienen mercurio, productos químicos no peligrosos, residuos de medicamentos no citotóxicos ni citostáticos. Los residuos sólidos en nuestros centros se recogerán en contenedores color rojo, de tamaño adecuado, de un solo uso homologado, y los residuos líquidos en garrafas homologadas. Dotar al servicio de contenedores de residuos químicos, mínimo uno en cada zona del laboratorio.</li> <li>- Cuando se manipulen se deberán utilizar guantes de nitrilo, y actuar con precaución de no romper envases ni derramar los productos, pueden ser incompatibles y formar vapores tóxicos.</li> <li>- Hay que dotar con anterioridad al laboratorio de contenedores específicos para productos químicos.</li> </ul> <p><b>EMERGENCIAS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Debe de haber un plan de actuación en relación con las situaciones de emergencia que pudieran producirse según las características de los productos almacenados. Este plan debe constar por escrito y todos los trabajadores deben conocerlo y estar formados respecto al mismo. Las recomendaciones generales ante fugas, derrames y salpicaduras son: <ul style="list-style-type: none"> <li>- En caso de derrames accidentales se debe actuar rápidamente para su absorción, neutralización o eliminación.</li> <li>- La eliminación de pequeños derrames se hará, según el caso, con agentes absorbentes o neutralizantes que una vez usados se depositarán en recipientes para residuos. Como norma general se descarta el uso de serrín como absorbente para líquidos inflamables y corrosivos, recomendando carbón activo, sepiolita y otros.</li> <li>- Durante el proceso de limpieza se utilizarán los elementos de protección adecuados (EPI).</li> <li>- En el caso de salpicaduras de piel y ojos deben lavarse con abundante agua. No intentar neutralizar y acudir al médico con prontitud, aportando información</li> </ul> </li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>contenida en la etiqueta o ficha de datos de seguridad (FDS).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el caso de derrames o vertidos sobre la ropa de trabajo, ésta debe quitarse rápidamente, lavándola, o colocarse bajo una ducha, según la magnitud de la impregnación. Si hay contacto con la piel acudir al médico.</li> <li>- Disponer de ducha de seguridad cerca (no más de 10 metros) de donde se realicen trasvase de productos químicos.</li> <li>- Disponer de lavajos en todas las secciones donde se manipulan productos químicos.</li> <li>- Vigilancia de la salud tras exposición accidental aguda. Comunicarlo al servicio de prevención y rellenar el "parte de comunicación de accidente de trabajo", disponible en el portal del SES: Gestor documental/ 12. Prevención de riesgos laborales/ Protocolos/ Comunicación accidente de trabajo.</li> </ul>
--	--	--	--

Fuente de Riesgo: **AGENTES BIOLÓGICOS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS</b>	C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Se valora este riesgo por ser trabajadores de un centro sanitario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riesgo de contacto con residuos sanitarios que no se hayan eliminado correctamente.</li> <li>- Exposición a contaminantes biológicos por falta de orden y limpieza, no respetar los procedimientos de trabajo, residuos, derrames, etc..., sistema de climatización no tratados y controlado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo trabajador debe estar informado sobre las precauciones universales.</li> <li>- Normas de higiene personal como: Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósitos impermeables durante la actividad laboral, cuando no se puedan cubrir evitar el cuidado directo de los pacientes. Lavado de manos con agua y jabón líquido al comenzar y al terminar la jornada laboral y después de realizar cualquier técnica que puede implicar el contacto con material infeccioso.</li> <li>- Desinfección periódica de la piel.</li> <li>- Hábitos higiénicos adecuados: no comer ni beber en la zona de trabajo, no fumar en el centro de trabajo, lavado antes del inicio y tras la finalización de los trabajos.</li> <li>- Facilitar el aseo en caso de necesidad disponiendo en el centro de trabajo de vestuarios y duchas.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición a virus o bacterias por relacionarse con usuarios y/o compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es recomendable que todos los trabajadores conozcan su grado de inmunización frente a aquellos riesgos biológicos vacunables que puedan estar relacionados con su puesto de trabajo, vacunándose en caso necesario.</li> <li>- Programa de desinfección, desinsectación y desratización específicos.</li> <li>- Las superficies y los equipos de trabajo se descontaminarán por lo menos una vez al día y siempre que se produzca un derrame.</li> <li>- Tratamiento y eliminación de los residuos conforme a la normativa vigente y el procedimiento establecido en el SES.</li> <li>- Ante una emergencia sanitaria, seguir las instrucciones dadas por las autoridades competentes y seguir los protocolos establecidos en la empresa.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **EPI (equipo de protección individual)**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>EPI NO EXISTEN/NO SE UTILIZAN</b>	C: Seria E: Poco Usual P: Muy Posible = <b>Moderado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal estado y utilización de los equipos de protección individuales (EPI).</li> <li>- No dotar a los trabajadores de los equipos de protección necesarios o, teniéndolos, no utilizarlos.</li> </ul> <p>Los trabajadores de esta categoría profesional deben disponer de guantes de protección mecánica y calzado de trabajo cerrado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar equipos que dispongan de marcado CE y que cumplan con la normativa específica de protección.</li> <li>- Elegir el EPI adecuado a cada riesgo y en número suficiente.</li> <li>- Comprobar la eficacia del EPI periódicamente y después de un uso intenso, realizar un mantenimiento adecuado del mismo.</li> </ul> <p>Los EPI necesarios que se debe tener a disposición del trabajador y que éstos deberán utilizar según sea la tarea a realizar, son:</p> <p><u>COMUNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calzado de trabajo cerrado, antiestático, antideslizante (UNE- EN 20347).</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p><b>GUANTES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guantes de protección riesgo biológico y productos químicos (guantes de nitrilo) (UNE-EN 374-1,2,3,4,5).</li> <li>- Guantes de protección mecánica (UNE-EN 388) para manipular cargas</li> </ul> <p><b>PROTECCIÓN OCULAR:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gafas de seguridad o pantalla facial para protección de los ojos frente a salpicaduras.(UNE-EN 166) para utilizar en caso de derrame de producto químico o riesgo salpicaduras.</li> </ul> <p><b>PROTECCIÓN RESPIRATORIA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mascarilla autofiltrante FFP2/FFP3 según sea el riesgo químico o biológico (UNE EN 149).</li> </ul> <p>La protección respiratoria se utilizará en los casos indicados en la ficha de seguridad del producto químico si hay derrames o riesgo de salpicaduras.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bata desechable y/o impermeable antisalpicaduras.</li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **PERSONAS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</b>	C: Importante E: Frecuente P: MuyPosible = <b>Moderado</b>	Se considera agresión cuando un empleado sea objeto de alguna de las siguientes conductas en el interior o fuera del lugar de trabajo como consecuencia del desarrollo de su actividad profesional, por parte de usuarios o compañeros:  - Conductas intimidatorias. - Violencia física. - Vandalismo: se deteriora o	- En proceso de implantación el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.  - Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.  - El trabajo debe desarrollarse en un sistema de trabajo seguro que integre diferentes elementos de vigilancia asistencial, protección, organización de la seguridad y de situaciones de emergencias.  - Medidas organizativas: Reducción dentro de lo posible de los tiempos de espera, comunicación fluida entre el personal y el paciente, en determinadas tareas que se sepa

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>destruye las pertenencias del trabajador o el mobiliario o instalaciones del centro.</p> <p>El personal trabajador de esta categoría profesional, tiene el puesto de trabajo en la entrada al centro.</p>	<p>van a suponer para el paciente o familiares una situación difícil, estar dos compañeros.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ante una situación conflictiva, mantener la calma, hablar pausadamente, emplear frases cortas que faciliten una respiración controlada.</li> <li>- Ante situaciones o pacientes que de antemano se prevea que puede darse una situación conflictiva, actuar con calma, mantener dentro de lo posible la puerta abierta o entreabierta, solicitar la ayuda de un compañero, situarse cerca de una salida, evitar encajonarse.</li> <li>- Favorecer el buen ambiente en el trabajo. Implicación de la dirección en la resolución de conflictos.</li> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc...</li> <li>- Facilitar a los mandos intermedios la formación/información suficiente, clara, continua, etc... sobre sus funciones, competencias, el alcance de las mismas, responsabilidades, etc... a fin de que puedan eficazmente cumplir con sus cometidos. Es muy importante que los mandos intermedios se vean ayudados/respaldados por la Dirección, establecer una vía clara y rápida para resolución de conflictos.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> <li>- En el diseño y construcción de nuevos centros o al plantear reformas se tendrán en cuenta la seguridad: dotar al centro de una salida sin obstáculos que garantice la huida del profesional en situaciones conflictivas o salidas alternativas en los espacios de atención directa a los pacientes.</li> <li>- Impartir formación específica sobre violencia: habilidades en la comunicación, manejo de las situaciones conflictivas, manejo del estrés con efectividad y actuaciones de control</li> </ul>
--	--	--	--



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

			<p>sobre el ambiente de trabajo.</p> <p><u>Protocolos existentes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo de agresiones en nuestra Área de Salud. En caso de agresión seguir lo establecido en el mismo. Ponerlo en conocimiento de este servicio. Se puede consultar en la página web del Área de Salud de Cáceres. <a href="#">Protocolo Agresiones</a></li> <li>- Protocolo de comunicación de posible situación de acoso en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- PROC18 Acoso moral en el trabajo. <a href="#">Protocolo Acoso Moral en el Trabajo</a></li> <li>- Procedimiento de Resolución de conflictos en el SES, seguir lo especificado en el mismo. Se puede consultar en el portal del SES – Gestor documental – apartado nº 12 prevención de riesgos laborales- Proc19 Resolución de conflictos en el SES. <a href="#">Procedimiento Resolución de Conflictos</a></li> <li>-Resolución de 7 de diciembre de 2022, del Vicepresidente Segundo y Consejero, por la que se dispone la publicación del Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del Sistema Sanitario Público de Extremadura frente a las agresiones. Publicación de una guía para profesionales frente a las agresiones. <a href="#">Plan de prevención, actuación y atención a profesionales del sistema sanitario público de Extremadura frente a las agresiones</a></li> </ul>
--	--	--	---

Fuente de Riesgo: **COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ACTITUD NEGATIVA PARA EL TRABAJO</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	<p>Insatisfacción del trabajador por falta de comunicación o comunicación inadecuada tanto vertical como horizontal.</p> <p>Insatisfacción del trabajador por escasa o nula participación en lo</p>	<p>- Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno de organización de trabajo, distribución y priorización de tareas, funciones, sustituciones, apoyos, horarios, etc... sustentado en un estudio de las cargas de trabajo de los distintos servicios, adecuando la plantilla al trabajo real, dándolo a conocer a los trabajadores.</p> <p>-Se recomienda la elaboración de un procedimiento interno, claro, objetivo y conocido por todos los trabajadores para el disfrute de permisos y licencias.</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>referente a su puesto de trabajo, tarea a realizar, organización del trabajo, falta de autonomía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar el trabajo en equipo, resolución de conflictos, buen ambiente laboral, cooperación, ayuda, comunicación, compañerismo, respeto, educación, etc.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc...</li> <li>- Dar a conocer con claridad a los trabajadores el organigrama jerárquico de competencias orgánicas y funcionales así como sus responsabilidades. El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Establecer procedimientos de gestión y resolución de conflictos, conocido por los trabajadores para resolver las quejas en el más corto espacio de tiempo posible, evitando deriven en conflictos que puedan generar un mal clima laboral y afecten negativamente a la seguridad y salud de los trabajadores.</li> <li>- Se recomienda fomentar la comunicación tanto vertical como horizontal, facilitar la cohesión de grupo, favorecer la participación de los trabajadores. Establecer canales de comunicación en los que los mensajes que se transmitan sean claros, comprensibles y accesibles a todos los trabajadores a los que van dirigidos.</li> <li>- La comunicación verbal es fundamental para un correcto desarrollo del trabajo y un buen clima laboral, siempre con educación y respeto al compañero.</li> <li>- Facilitar los canales de comunicación y participación de los trabajadores que sean ágiles y eficaces, así como mecanismos eficientes de resolución de conflictos cuando éstos se presentan.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>
--	--	--	--

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

Fuente de Riesgo: **RELACIONES EN EL TRABAJO, ROL, STATUS**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>ORGANIZACIÓN EN EL TRABAJO, RELACIONES, ROL, STATUS</b>	C: Leve E: Ocasional P: Posible = <b>Trivial</b>	Relaciones entre compañeros dentro del trabajo.  Deficiente definición de las tareas, funciones, competencias,... en el puesto de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición del contenido de las tareas y responsabilidad de cada puesto de trabajo.</li> <li>- Conocimiento de sus funciones, objetivos, procedimientos a seguir para realizar su actividad, así como conocer el límite de su responsabilidad.</li> <li>- Sistema de comunicación transparente, fiable, con credibilidad, que reduzca la aparición de falsos rumores y las confusiones a que éstos dan lugar.</li> <li>- Establecer un sistema de resolución de conflictos, que sea ágil, eficiente. Darlo a conocer a los trabajadores.</li> <li>- Implicación de la Dirección en la resolución siempre que sea necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener conocimiento de sus derechos pero también de sus obligaciones, tanto en el desarrollo de su trabajo como en su comportamiento y relación profesional con sus compañeros, con unos códigos de conductas establecidos, siempre con un trato justo, guardándose un debido respeto interpersonal y facilitando el buen clima laboral.</li> <li>- Es recomendable siempre un estilo de mando respetuoso y adecuado al tipo de organización y de trabajadores, garantizando un trato justo a los trabajadores y la igualdad de oportunidades entre ellos.</li> </ul>

Fuente de Riesgo: **FACTORES ORGANIZATIVOS Y DE GESTIÓN**

Riesgo	Evaluación	Condición	Acción Preventiva
<b>CARGA DE TRABAJO MENTAL</b>	C: Importante E: Ocasional P: Posible = <b>Tolerable</b>	Determinada por la relación que se establece entre las exigencias del trabajo y las características del individuo.	Medidas para prevenir riesgos derivados de factores organizacionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asignación de tareas y responsabilidades.</li> <li>- Facilitar la comunicación y participación de todos los trabajadores.</li> <li>- Planificación e información de la dinámica de trabajo.</li> <li>- Evitar tareas monótonas.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>Dificultad para dar respuesta a los requisitos del puesto de trabajo por: sobrecarga o infracarga de trabajo, planificación inadecuada de tareas, problemas de comunicación, apremio de tiempo, poca participación, órdenes contradictorias, responsabilidad, falta de información/formación, etc..</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formación del puesto de trabajo.</li> <li>- Etc.</li> <li>- Se dará a conocer a los trabajadores de antemano el calendario con la organización de la planilla.</li> <li>- Procurar dominar la emotividad y adoptar una actitud no conflictiva.</li> <li>- Formación e información, sobre habilidades de comunicación, atención al usuario, y toda tarea que se relacione con la actividad y pueda ocasionar al trabajador estrés por desconocimiento.</li> <li>- Diseñar las tareas de forma adecuada y lógica. Mantener actualizados los útiles y equipos de trabajo (manuales de ayuda, listas de verificación, registros y formularios, procedimientos de trabajo, etc..) siguiendo los principios de claridad, sencillez y utilidad real.</li> <li>- Condiciones ambientales adecuadas, evitando que el trabajador esté expuesto a ruido, vibraciones, inadecuada temperatura, etc... que puedan generar incomodidad a los trabajadores expuestos.</li> <li>- Cuando una tarea implica un esfuerzo mental de cierta consideración y con cierta continuidad, es necesario introducir pausas que permitan la recuperación de la fatiga.</li> </ul>
<p><b>SITUACIÓN PELIGR. POR INFORMACIÓN O FORMACIÓN INSUFICIENTE</b></p>	<p>C: Importante E: Frecuente P: Posible = <b>Tolerable</b></p>	<p>Riesgo por falta de formación suficiente.</p> <p>Riesgo por falta o insuficiencia de información.</p> <p>Falta de procedimientos de trabajo en distintas tareas que puedan suponer un riesgo para el trabajador.</p> <p>Situaciones, prácticas y organización de trabajo que</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar procedimientos de trabajo de toda aquella tarea que pueda suponer un riesgo para el trabajador. En dichos procedimientos se deberá incluir la forma de desarrollar la tarea, los riesgos existentes en su desarrollo, las precauciones que debe tener, los equipos de protección individual a utilizar si fuera necesario, las normas de seguridad existentes, la normativa relacionada, etc..</li> <li>- Los procedimientos establecidos deben ser documentos vivos, serán actualizados siempre que se produzcan cambios que les afecte, dándolo a conocer a todos los trabajadores implicados.</li> <li>- Facilitar a los trabajadores la formación/información adecuada para el correcto desarrollo de su tarea, organizando la duración, forma, responsable, etc.</li> </ul>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		<p>pueden poner en riesgo la seguridad y salud del trabajador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador debe tener a su disposición la fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados. Debiendo conocer su correcta manipulación, almacenamiento, desecho,... así como los equipos de protección individual a utilizar en caso necesario.</li> <li>- El trabajador debe tener a su disposición el libro de instrucciones de la maquinaria utilizada, debiendo seguir lo recomendado en el mismo. La maquinaria deberá tener un adecuado mantenimiento.</li> <li>- Esta evaluación de riesgos deberá estar en el centro de trabajo a disposición de los trabajadores.</li> <li>- Se entrega desde este servicio " Consigna informativas" a los trabajadores de esta categoría profesional de nuestra Área de Salud.</li> </ul>
--	--	--	---

# PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 342 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

Los riesgos existentes en esta "Evaluación inicial de riesgos de cocina", tienen una clasificación de trivial, tolerable y moderado.

La mayoría de los riesgos clasificados de trivial y tolerables, las acciones frente al riesgo deben ser "Continuas" con el fin de mantener dicha clasificación y por lo tanto estar controlado el riesgo.



Los riesgos clasificados como moderados y aquellos en los que se necesita realizar alguna acción con plazo de ejecución para evitarlos o minimizarlos son los que se relacionan a continuación:

### Riesgos LUGARES DE TRABAJO:

Lugar de Trabajo: **C.S. MANUEL ENCINAS**

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO  <b>Riesgo:</b> CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL  <b>Condición:</b> No disponen de escalera de mano en el almacén general del centro</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar una escalera de mano de tamaño adecuado para el almacén general del centro pues no dispone de ninguna para acceder a las baldas altas de las estanterías.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA C.S. MANUEL ENCINAS</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> LUGARES DE TRABAJO  <b>Riesgo:</b> CAÍDAS DE OBJETOS DESPRENDIDOS  <b>Condición:</b> Se observa partes del techo en mal estado.            En la visita al centro del día 17/10/24, se observan varias goteras.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Revisar las placas del techo que se observan están en mal estado en la zona de las escaleras y pasillos. Si afecta a la seguridad, reemplazarlas. Reparar el origen de las goteras.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO MANTENIMIENTO</p>	<p>Inmediato</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

 <p>- Revisar las placas del techo que se observan en mal estado en la sala de lactancia. Si afecta a la seguridad reemplazarlas. Reparar el origen de las goteras.</p> 		
<p><b>Fuente:</b> LUGARES DE TRABAJO <b>Riesgo:</b> INCENDIOS <b>Condición:</b> - Se observan obstáculos delante de una BIE situada en la planta -2 que impide su acceso rápido. - Se observa vía de evacuación de la planta -2 llena de obstáculos. <b>Acción:</b> - <i>Pendiente elaborar el plan de emergencias del centro y dar formación a los trabajadores al respecto.</i> - <i>Hablar con la empresa encargada de revisar los medios de extinción de incendios, comunicándole el hecho de que las BIE instaladas tienen etiquetado que deberían haber pasado la revisión en diciembre del año pasado.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO MANTENIMIENTO</p>	<p>Inmediato</p>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres



- Los extintores y las Bies, deben estar libres de obstáculos. Deben ser de fácil acceso para el trabajador o profesional. Dejar libre el acceso a la BIE situada en la planta -2.



- Hablar con la empresa contratada para el mantenimiento de la instalación contra incendios para que nos remita informe de la correcta revisión de los detectores de incendios, pulsadores de alarma y avisadores acústicos.

- Si se necesita utilizar un calefactor como complemento a la climatización del centro, evitar los calefactores infrarrojos o halógenos, se recomienda optar por un modelo de aceite o de aire

Evaluación inicial de riesgos laborales - C.S. MANUEL ENCINAS - Área Salud Cáceres			
Unidad Básica de prevención Riesgos Laborales:	Avd/Pablo Naranjo s/n - 10003 CÁCERES	Teléfono: 927 256 819	mail: preriela.caceres@salud-juntaex.es
Página 345 de 365			

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

*que permita regular la intensidad del chorro de aire. Colocarlo en un lugar adecuado procurando que guarde una distancia aproximada de 1 metro respecto a cualquier objeto.*

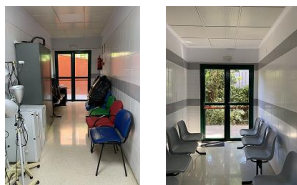
**Fuente: VÍAS Y SALIDAS DE EVACUACIÓN**

**Riesgo: EVACUACIÓN DIFÍCIL EN CASO DE INCENDIOS**

**Condición:** El centro cuenta con dos salidas de emergencias situada en la planta sótano (-2) del edificio. Estas salidas no están señalizadas. Las vías de evacuación que desembocan en estas salidas tienen obstáculos que pueden impedir una correcta evacuación.

- El centro cuenta con señalización de recorridos de evacuación, pero faltan algunas señales.
- No hay señalización en las distintas plantas al lado del ascensor de "no utilizar en caso de incendio"

**Acción:** - *Dejar libre de obstáculos las vías de evacuación situadas en la planta -2*



- *Señalizar las salidas de emergencia de la planta -2 con el cartel de "salida de emergencia"*




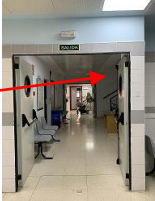

- *Colocar una señal de recorrido ascendente por escaleras en la planta -1.*

GERENTE ÁREA CÁCERES

DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN  
RÉGIMEN ECONÓMICO  
MANTENIMIENTO

Inmediato

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

  <p>- Señalizar en todas las plantas al lado de la puerta del ascensor: “No utilizar en caso de incendio”.</p> 		
---	--	--

**Riesgos – ACTIVIDAD ASISTENCIA MÉDICA Y ENFERMERÍA A PACIENTES DE AP**

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO  <b>Riesgo:</b> ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO  <b>Condición:</b> Los trabajadores de esta categoría profesional se desplazan durante su jornada laboral para realizar avisos domiciliarios y salidas de urgencias, bien andando o en su vehículo propio.  <b>Acción:</b> - Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional chalecos reflectantes que cumplan con la norma UNE EN 471, para utilizar en las salidas de urgencia que requiera trabajar en vías de circulación, principalmente para cuando realizan guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres.</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> LUGARES DE TRABAJO  <b>Riesgo:</b> EXPOSICIÓN A AMBIENTES EXTREMOS</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p>	

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Condición:</b> Principalmente en las urgencias, cuando la actividad del trabajador se desarrolle a la intemperie, éste puede estar expuesto a temperaturas o ambientes térmicos extremos (tanto frío acusado en invierno, como calor excesivo en verano).</p> <p><b>Acción:</b> - - <i>Los trabajadores dispondrán de ropa adecuada a las condiciones ambientales, especialmente ropa de abrigo para las salidas al exterior cuando realicen guardias en el PAC de Malpartida de Cáceres. Facilitar una parka para el profesional que la necesite.</i></p>	<p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p</p>
<p><b>Fuente:</b> PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS <b>Riesgo:</b> CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS</p> <p><b>Condición:</b> El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza a la vez en las consultas telefónicas el ordenador y el teléfono. Algunos trabajadores no disponen de auriculares manos libres para utilizar en esta tarea.</p> <p><b>Acción:</b> - <b>Acción:</b> - <i>Facilitar auriculares manos libres al trabajador de esta categoría profesional que lo necesite.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>
<p><b>Fuente:</b> PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS <b>Riesgo:</b> PVD</p> <p><b>Condición:</b> El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración. La enfermera del COPF, no dispone de silla ergonómica para usuarios de PVD, está rota.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar una silla ergonómica con los requisitos establecidos para usuarios de PVD a la enfermera del COPF.</i> - <i>Reparar y en caso necesario sustituir aquella silla de trabajo que no reúna los requisitos establecidos en el RD. 488/1997 de PVD y que se especifican posteriormente en este apartado.</i> - <i>Facilitar reposapiés al trabajador que lo solicite.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> POSTURAS Y ESFUERZOS <b>Riesgo:</b> SOBREENFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS <b>Condición:</b> Las consultas del personal médico no disponen de camilla regulable en altura y algunas no disponen de taburete regulable en altura.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Es recomendable disponer en las consultas de camilla regulable en altura y taburete también regulable en altura para poder utilizar en caso necesario. Estos elementos evitan al trabajador el mantenimiento de posturas forzadas en determinadas exploraciones. Facilitar taburete regulable en altura a los trabajadores que no dispongan del mismo y aquellas camillas que se encuentren en mal estado, ir sustituyéndolas por otras regulables en altura.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>
<p><b>Fuente:</b> PERSONAS <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i> - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>

## Riesgos – ACTIVIDAD MATRONA DE AP

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS <b>Riesgo:</b> PVD <b>Condición:</b> El trabajador/a de esta categoría profesional utiliza habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración. La enfermera del COPF, no dispone de silla ergonómica para usuarios de PVD, está rota. <b>Acción:</b> - <i>Facilitar reposapiés al trabajador que lo solicite.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES  DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>
<p><b>Fuente:</b> POSTURAS Y ESFUERZOS <b>Riesgo:</b> SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS <b>Condición:</b> Las consultas del personal médico no disponen de camilla regulable en altura y algunas no disponen de taburete regulable en altura. <b>Acción:</b> - <i>Es recomendable disponer en las consultas de camilla regulable en altura y taburete también regulable en altura para poder utilizar en caso necesario. Estos elementos evitan al trabajador el mantenimiento de posturas forzadas en determinadas exploraciones. Facilitar taburete regulable en altura a los trabajadores que no dispongan del mismo y aquellas camillas que se encuentren en mal estado, ir sustituyéndolas por otras regulables en altura.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES  DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> PERSONAS  <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO  <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES.  No tienen instalados el botón antipánico.    <b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i>  - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p>       <p>DIRECCIÓN RRHH SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>
--	--	-------------------------

### Riesgos – ACTIVIDAD ODONTÓLOGA Y HIGIENISTA DENTAL DE AP

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS  <b>Riesgo:</b> PVD  <b>Condición:</b> Las trabajadoras de estas categorías profesionales utilizan habitualmente equipos de pantalla de visualización de datos y con niveles altos de atención y concentración.  El puesto de trabajo de la odontóloga no dispone de reposapiés. La trabajadora cuando está sentada no puede apoyar los pies en el suelo. Tampoco dispone de reposapiés el puesto de trabajo de la higienista dental.    <b>Acción:</b>- <i>Facilitar un reposapiés para el puesto de trabajo de la odontóloga y otro para el de la higienista dental.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p>       <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> RIESGOS FÍSICOS <b>Riesgo:</b> EXPOSICIÓN A RUIDOS <b>Condición:</b> Se valora este riesgo en estas categorías profesionales pues en las consultas están instalados al lado o muy cerca del sillón de exploración el motor del sistema de aspiración del equipo dental. Dichos motores producen mucho ruido. Realizada medición con fecha 3/7/2024, dan unos valores comprendidos entre 77 y 81 dB(A) y puesto en conocimiento del servicio de mantenimiento..</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Aislar los motores de los equipos de aspiración de las consultas de odontología. Valorar las distintas acciones para ello, bien sacándolo a la fachada del edificio (sería lo más recomendable si se pudiera) o bien instalándolo dentro de una jaula de Faraday en el interior de un mueble fregadero existente bajo la ventana con salida al exterior.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> AGENTES BIOLÓGICOS <b>Riesgo:</b> EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS <b>Condición:</b> La trabajadora de categoría profesional Odontóloga, no dispone de guantes de tamaño adecuado a su mano. La talla "S" le queda grande, este ajuste deficiente, puede ser una posible causa de fallo en su función de barrera de protección.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar a la trabajadora de esta categoría profesional guantes de nitrilo talla "XS". Los guantes deben ser de tamaño adecuado a la mano del trabajador que los utiliza.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL <b>Riesgo:</b> EPI NO EXISTEN/ NO SE UTILIZAN <b>Condición:</b> - La trabajadora de categoría profesional Odontóloga, utiliza gafas. Nos transmite que no se adapta a llevar gafas de protección antisalpicadura pues le obstaculizan la visión, siendo para ella más cómodo utilizar las mascarillas con pantalla incorporada.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitarle dentro de lo posible mascarillas con pantalla incorporada.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>



Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> PERSONAS <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.  <b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i> - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES  DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>
--	--	-------------------------

### Riesgos – ACTIVIDAD FISIOTERAPEUTA DE AP Y TCAE ÁREA FISOTERAPIA

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS <b>Riesgo:</b> PVD <b>Condición:</b> Se observa en la visita que el puesto de trabajo de PVD ubicado en la consulta de fisioterapeuta dispone de silla ergonómica y espacio suficiente para las piernas y para apoyar los antebrazos. La pantalla del ordenador es regulable en altura. Se observa no dispone de reposapiés. <b>Acción:</b> - <i>Facilitar un reposapiés para este puesto de trabajo.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES  DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> EQUIPOS ELECTROMÉDICOS O ANÁLOGOS <b>Riesgo:</b> RADIACIONES NO IONIZANTES <b>Condición:</b> En las visitas realizadas a la unidad de fisioterapia, Se observa no existe señalización en la entrada a la fisioterapia ni zona de aparataje. Se observa que el mobiliario existente en las salas de diatermia es metálico.</p> <p><b>Acción:</b> - Señalizar a la entrada del área de fisioterapia la existencia de exposición a radiaciones no ionizantes mediante la correspondiente señalización de seguridad y salud homologada.</p> <p>- Señalización sobre la prohibición de entrada en el área donde se emiten radiaciones a personas con marcapasos, otros dispositivos con activación eléctrica o implantes ferromagnéticos (prótesis, placas metálicas, ...).</p> <p>- El mobiliario (camillas, sillas de tratamiento, banquetas,...) que se utilicen junto con los equipos de diatermia es recomendable sean de madera. Adquirir los nuevos que se vayan comprando de madera.</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO MANTENIMIENTO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p> <p>Continua</p>
<p><b>Fuente:</b> POSTURAS Y ESFUERZOS <b>Riesgo:</b> SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS <b>Condición:</b> En la consulta disponen de una camilla no regulable en altura.</p> <p><b>Acción:</b> - Cuando haya que cambiar la camilla de la consulta de fisioterapia, sustituirla por una regulable en altura.</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p. Continua</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> PERSONAS <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.  <b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i> - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES   DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>
--	---	-------------------------

### Riesgos – ACTIVIDAD TÉCNICO CUIDADOS AUXILIAR DE ENFERMERÍA DE AP

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> MANIPULACIÓN DE MATERIALES O PRODUCTOS <b>Riesgo:</b> MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS <b>Condición:</b> Los trabajadores de esta categoría profesional, reponen el material que necesitan las distintas consultas y servicios del centro. Los trabajadores de esta categoría profesional son los encargados del almacén general del centro. Recepcionan y colocan los pedidos y preparan los distintos pedidos realizados por el personal del centro para que lo trasladen los celadores. Posteriormente ellos los colocan.  <b>Acción:</b> - <i>Para la manipulación de cargas utilizar guantes de protección mecánica. Facilitar a los trabajadores unos guantes de protección mecánica.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES   DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> POSTURAS Y ESFUERZOS <b>Riesgo:</b> SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS <b>Condición:</b> No disponen de escalera de mano en el almacén.  <b>Acción:</b> - <i>Facilitar una escalera de mano de tamaño adecuado para el almacén general del centro.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES  DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> PERSONAS <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.  <b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i> - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES  DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>

### Riesgos – ACTIVIDAD VETERINARIO DE AP

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> ZONAS DE CIRCULACIÓN O TRÁNSITO <b>Riesgo:</b> ACCIDENTES DE CIRCULACIÓN DURANTE EL TRABAJO <b>Condición:</b> los veterinarios de este centro de salud disponen de un Opel Corsa y un Peugeot 106, que comparten con los farmacéuticos. Según me indican son muy viejos y cargados de kilómetros. Además de que no son los más adecuados para circular por caminos cuando van a monterías. En estos recorridos se pueden encontrar con baches y agua en los que se les puede quedar el coche estancado. También posibilidad de accidente por cruce de animales en los caminos.  <b>Acción:</b> - <i>La Dirección debe tener organizado un plan de mantenimiento periódico de la flota de</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES  DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN</p>	<p>A c/p. Continua</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><i>vehículos utilizados por estos trabajadores. Reparando lo necesario, y sustituyendo aquellos vehículos que no sean fiables por su antigüedad, número de averías, estado de conservación, etc... especial atención en el buen estado de los neumáticos. Esta categoría profesional debe acudir a fincas y en numerosas ocasiones los accesos no son buenos. Es conveniente que los coches que se les faciliten sean altos para salvar el terreno irregular.</i></p>	<p>RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	
<p><b>Fuente:</b> HERRAMIENTAS Y ÚTILES MANUALES <b>Riesgo:</b> CAÍDAS DE MATERIALES O PIEZAS EN MANIPULACIÓN <b>Condición:</b> No disponen de cinturones portaherramientas para traslado de herramientas. <b>Acción:</b> - <i>Facilitar cinturones portaherramientas para el traslado de las mismas.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES  DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> HERRAMIENTAS Y ÚTILES MANUALES <b>Riesgo:</b> CORTES CON HERRAMIENTAS O ÚTILES <b>Condición:</b> Principalmente objetos cortantes / punzantes como agujas y cuchillos. Al realizar la toma de muestras de los animales, los trabajadores tienen un riesgo elevado de sufrir cortes con el cuchillo, tanto en la mano como en el antebrazo. Los guantes de malla que poseen son cortos, no cubren el antebrazo. Para determinadas tareas de corte que requieren mayor sensibilidad, los trabajadores disponen de guantes de protección anticorte adecuados y guantes de malla. No disponen de fundas para los cuchillos. No disponen de cinturones portaherramientas para traslado de las mismas. Puede producirse el riesgo de cortes o golpes en la utilización del mezclador con cuchilla afilada, o picadora de carne sin los elementos de seguridad apropiados o de forma inadecuada. No disponen de botiquín portátil para llevar a las monterías principalmente. No disponen de afilador para mantener las herramientas cortantes en buen estado. No disponen de contenedor de objetos cortantes/punzantes en el laboratorio ubicado en el PAC</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p>	

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p>de Cáceres.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Las herramientas cortantes se deberán suministrar con sus fundas. Facilitar las fundas.</i>  - <i>Sería recomendable se les facilitara un afilador portátil de herramientas cortantes, con el fin de mantener el filo en buen estado, facilitándoles de esta manera el tener que realizar más fuerza de la necesaria y evitar accidentes por cortes.</i>  - <i>Facilitar un botiquín portátil a cada uno de los profesionales de esta categoría profesional. Contemplado en el riesgo biológico lo que debe contener.</i>  - <i>Los objetos punzantes de un solo uso, depositarlos en los contenedores de residuos adecuados (contenedor rígido amarillo). Facilitar un contenedor de objetos cortantes/punzantes para el laboratorio que tienen en la zona del PAC de Cáceres.</i></p>	<p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> EQUIPOS INFORMÁTICOS Y DE OFICINA  <b>Riesgo:</b> PANTALLA DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)  <b>Condición:</b> No disponen de reposapiés.  El puesto de trabajo de PVD ubicado en el PAC de Cáceres, donde hacen las guardias, no dispone de silla ergonómica para usuarios de PVD.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar reposapiés a los trabajadores de esta categoría profesional.</i>  - <i>Facilitar una silla ergonómica para el puesto de trabajo ubicado en el PAC de Cáceres, que cumpla con los requisitos indicados para usuarios de PVD.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> EQUIPOS DE LABORATORIO, MEDICIÓN O CONTROL  <b>Riesgo:</b> PROYECCIÓN DE LÍQUIDOS CALIENTES  <b>Condición:</b> Posible proyección de líquidos calientes cuando los trabajadores realizan las distintas tareas para el control de la presencia de triquinas en carne.  El análisis de detección de triquina se realiza según un procedimiento de trabajo previamente establecido, donde se tienen que mezclar productos químicos con agua a temperatura muy elevada.  Posibilidad de quemaduras por salpicadura, derrames...  Esta tarea la realizan en el laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres. Los trabajadores no disponen de equipos de protección individual: mascarillas, gafas antisalpicaduras y bata</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p>	

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p>impermeable.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional mascarillas, gafas antisalpicaduras y/o pantalla facial y batas impermeables, pues solo disponen de guantes.</i></p>	<p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> EPI (EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL) <b>Riesgo:</b> EPI NO EXISTEN/ NO SE UTILIZAN <b>Condición:</b> Los trabajadores me trasladan que no disponen de polo de manga corta. Se observa que en laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres, donde realizan tareas como la detección de triquina, solamente disponen de guantes.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>En el laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres, debe haber siempre bata impermeable, mascarillas FFP2, gafas antisalpicaduras y guantes.</i> - <i>Debido a que este puesto de trabajo es ocupado por distintos trabajadores, es conveniente designar a una persona encargada de controlar los EPI existentes y reponer lo necesario.</i> - <i>Facilitar a los trabajadores de esta categoría profesional polos de manga corta para utilizar en el periodo de tiempo que hay monerías y que aún no hace frío, principalmente octubre y noviembre.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> MANIPULACIÓN DE SUSTANCIAS QUÍMICAS <b>Riesgo:</b> EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS <b>Condición:</b> Se evalúa este riesgo por la posibilidad de estar en contacto con productos químicos principalmente Ácido Clorhídrico, Pepsina, etc... principalmente en la tarea de detección de triquina</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar la ficha de datos de seguridad de los productos químicos que manipulan. Estos documentos deben estar en el lugar de trabajo a disposición de los trabajadores.</i> - <i>Es conveniente disponer de un kit de derrames para las sustancias químicas manipuladas. Principalmente en el laboratorio ubicado en el PAC. Este kit debe contener mascarilla FFP2, gafas antisalpicaduras, guantes, bata impermeable y material absorbente ejm. suapel.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

<p><b>Fuente:</b> AGENTES BIOLÓGICOS  <b>Riesgo:</b> EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS  <b>Condición:</b> Los trabajadores de esta categoría profesional no disponen de un botiquín de primeros auxilios para llevar cuando realizan su tarea fuera de las instalaciones del centro. Ejemplo monterías.   Los trabajadores de esta categoría profesional no disponen de contenedor de residuos cortantes/punzantes en el laboratorio ubicado en el PAC.   <b>Acción:</b> - <i>Facilitar un botiquín portátil a los profesionales veterinarios para llevar consigo cuando realicen tareas que puedan ser fuente de riesgo biológico fuera de su centro de trabajo (principalmente en monterías). El botiquín portátil deberá contener según recomienda la NTP 458:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Desinfectantes y antisépticos.</i></li> <li>- <i>Gasas estériles.</i></li> <li>- <i>Venda</i></li> <li>- <i>Esparadrapo</i></li> <li>- <i>Apósitos adhesivos.</i></li> <li>- <i>Tijeras</i></li> <li>- <i>Pinzas</i></li> <li>- <i>Guantes desechables.</i></li> </ul> <p>- <i>El trabajador debe llevarlo consigo, mantenerlo ordenado y reponer lo necesario.</i>  - <i>Facilitar un contenedor de residuos cortantes/punzantes al laboratorio ubicado en el PAC de Cáceres.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> PERSONAS  <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO  <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.   <b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i>  - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>



**Riesgos – ACTIVIDAD FARMACÉUTICO DE AP**

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> AGENTES BIOLÓGICOS  <b>Riesgo:</b> EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS  <b>Condición:</b> Se observa en la visita que en el despacho que ocupa uno de los farmacéuticos del centro, se realizan también pruebas funcionales, en concreto espirometrías, procedimiento en el que se pueden generar aerosoles.  <b>Acción:</b> - Cambiar de ubicación, o bien el equipo para realizar las pruebas de espirometría o bien el despacho del farmacéutico. Cuando se realiza una prueba de espirometría, el trabajador farmacéutico tiene que dejar de realizar su tarea, salir de su despacho y volver a entrar cuando terminan la prueba y sale el paciente. Entendemos que no es el lugar más adecuado para realizar esta prueba, es un procedimiento que puede generar aerosoles y que respira el trabajador farmacéutico cuando vuelve a entrar en su despacho al finalizar la prueba, suponiendo un riesgo biológico.</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN C.S. DIRECCIÓN DE SALUD</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> PERSONAS  <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO  <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.  <b>Acción:</b> - Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.  - Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>


## Riesgos – ACTIVIDAD TRABAJADORA SOCIAL

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> PANTALLA DE VISUALIZACIÓN DE DATOS  <b>Riesgo:</b> PANTALLA DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)  <b>Condición:</b> Se observa en la visita que el puesto de trabajo de PVD dispone de una silla sin brazos y el reposapiés está roto.  <b>Acción:</b> - <i>Facilitar un reposapiés para este puesto de PVD.</i>  - <i>Facilitar una silla ergonómica para usuarios de PVD que reúna los requisitos establecidos en la normativa.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> PANTALLA DE VISUALIZACIÓN DE DATOS  <b>Riesgo:</b> CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS  <b>Condición:</b> No disponen de auriculares manos libres. Tiene uno que se ha comprado ella.  <b>Acción:</b> - <i>Facilitar a la trabajadora auriculares manos libres, para utilizar cuando deben usar a la vez el teléfono y el ordenador.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> PERSONAS  <b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO  <b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.  <b>Acción:</b> - <i>Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores.</i>  - <i>Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁ CERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>

## Riesgos – ACTIVIDAD GRUPO AUXILIAR DE LA FUNCIÓN ADMINISTRATIVA

Condición Detectada	Responsable	Plazo
<p><b>Fuente:</b> PANTALLA DE VISUALIZACIÓN DE DATOS  <b>Riesgo:</b> CARGA ESTÁTICA POR POSTURAS  <b>Condición:</b> Los trabajadores no disponen de auriculares manos libres.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Facilitar al personal de esta categoría profesional auriculares manos libres, para utilizar cuando deben usar a la vez el teléfono y el ordenador. Los puestos de trabajo están situados juntos, por lo que los trabajadores no pueden utilizar la opción manos libres incorporada en el teléfono pues se interferirían en el trabajo.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>
<p><b>Fuente:</b> POSTURAS Y ESFUERZOS  <b>Riesgo:</b> SOBRESFUERZOS POR POSTURAS FORZADAS  <b>Condición:</b> Se valora este riesgo por la postura que tiene que adoptar el trabajador para intercambiar documentación con los usuarios.  La mesa de trabajo tiene una profundidad de 81 cm. provocando que el trabajador tenga que adoptar una postura forzada de extensión de tronco y brazo cada vez que intercambia documentación.</p> <p><b>Acción:</b> - <i>Como se observa en la imagen inferior, detrás de la pantalla del ordenador queda un espacio libre, inutilizado. Como posible solución para evitar que el personal tenga que realizar una extensión de tronco-brazo cada vez que intercambia documentación con los usuarios, se podría o bien hacer un corte lineal a las mesas de 15 cm o bien ampliar la repisa del mostrador existente 15 cm hacia el interior.</i></p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN/SUBDIRECCIÓN RÉGIMEN ECONÓMICO DIRECCIÓN DEL C.S.</p>	<p>Inmediato</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres

		
<p><b>Fuente:</b> PERSONAS</p> <p><b>Riesgo:</b> AGRESIONES, SABOTAJES, ATRACOS, INTRUSISMO</p> <p><b>Condición:</b> Pendiente implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. No tienen instalados el botón antipánico.</p> <p><b>Acción:</b> - Terminar de Implantar el plan de prevención frente a agresiones del SES. Facilitar formación e información a los trabajadores. - Pendiente instalar el botón antipánico en los ordenadores del personal. Facilitar asistencia informática en caso necesario.</p>	<p>GERENTE ÁREA CÁCERES</p> <p>DIRECCIÓN RRHH DIRECTORA/SUBDIRECTORA DEL C.S.</p>	<p>A c/p - Continua</p>

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales  
Unidad Básica de PRL - Área Preventiva de Cáceres