

Puesto de trabajo:

P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado

Trabajos habituales y esporádicos:

Las tareas desarrolladas por los trabajadores adscritos a este puesto de trabajo son:
venta directa de materiales didácticos a los alumnos y clientes que acuden a la librería.
atención al público y atención telefónica.

recepción de material didáctico, recuento y colocación del mismo.

alta de albaranes en la aplicación.

venta contra reembolso de los materiales previa solicitud.

confección de paquetes de reembolso para su entrega en correos así como la documentación necesaria para su envío y recepción por el alumno.

cuadre de caja diaria y control de pagos por tarjetas.

control de ingresos bancarios y facturación.

liquidación mensual de ventas.

Número de trabajadores:

4

Equipos de trabajo:

Los equipos de trabajo utilizados son:

- Escalera de mano. Archivo definitivo Librería ()

Productos químicos:

En base a la información proporcionada por la empresa se considera que no se utilizan productos químicos que impliquen la identificación de riesgos que puedan materializarse durante la realización de las operaciones encomendadas en este puesto de trabajo.

Equipos de protección individual:

No se utilizan equipos de protección individual en este puesto de trabajo

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4		
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO	
1	Caídas de personas a distinto nivel	Tránsito.Escalera fija.	M	M	M	Informar al trabajador sobre la necesidad de extremar las precauciones durante el transito por escalera fija.	RD 486/1997
1	Caídas de personas a distinto nivel	Trabajos en altura. Escalera de mano.	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el uso de pequeñas escaleras manuales. Dejar constancia documental de su entrega.	RD 2177/2004
1	Caídas de personas a distinto nivel	Trabajos en altura. Escalera de mano. Ausencia o deficientes elementos de apoyo antideslizantes (Escalera de mano. Archivo definitivo Librería)	M	M	M	Prohibir la utilización de la escalera en las condiciones actuales. Retirar de uso hasta que se dote a la escalera de dispositivos antideslizantes en su base, por ejemplo zapatas de seguridad, espolones, repuntas, zapatas adaptadas, etc. Informar a los trabajadores de dicha circunstancia.	RD 2177/2004
1	Caídas de personas a distinto nivel	Trabajos en altura. Escalera de mano .Ausencia de marcado de escalera (Escalera de mano. Archivo definitivo Librería)	M	M	M	Retirar del servicio la escalera y sustituirla por otra que disponga de marcado con la norma UNE de aplicación en su diseño y fabricación (EN 131), así como pictogramas referentes a su uso y disposición.	RD 2177/2004, UNE-EN 131
2	Caídas de personas al mismo nivel	Ausencia de orden y limpieza. Cables en zonas de paso.	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre la necesidad de evitar distribuir mangueras, cables o alargaderas y equipos de trabajo ocupando zonas de paso. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
2	Caídas de personas al mismo nivel	Tránsito.Distracciones. Uso de tablet, smartphone y dispositivos PDA	M	M	M	Informar a los trabajadores que no se deben utilizar dispositivos: tablet, smartphone y dispositivos PDA mientras el usuario esté desplazándose. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
3	Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento	Almacenamiento en estanterías o armarios.	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el almacenamiento de material en estanterías y armarios. Dejar constancia documental de su entrega.	RD 486/1997
4	Caídas de objetos en manipulación	Caída de objetos durante la manipulación manual de libros y otros ejemplares de librería	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre la idoneidad del uso de carros auxiliares para traslado libros, siempre que sea posible. Cuando las características de la zona de trabajo no lo permita la manipulación, podrá hacerse entre varios trabajadores.	Ley 31/1995

(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta	(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta	(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M: Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional
--	---	---

Ref: 2_EvRiesPu_2009942_108292

UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA
BRAVO MURILLO 38

Evaluación de riesgos laborales

Página 58

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4		
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO	
7	Golpes contra objetos inmóviles	Accesos y tránsitos	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre la necesidad de mantener el puesto de trabajo libre de obstáculos, con espacio suficiente para acceder y permanecer en el mismo de manera segura y ergonómica. Permitiendo cambios de postura y movimientos de trabajo. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995, RD 488/1997
7	Golpes contra objetos inmóviles	Accesos y tránsitos	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre la necesidad de extremar las precauciones cuando se transite y trabaje en el almacén de la librería.	Ley 31/1995, RD 488/1997
9	Golpes o cortes por objetos o herramientas	Uso de material de oficina.	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el uso de material de oficina. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
9	Golpes o cortes por objetos o herramientas	Uso de material de oficina.	M	M	M	La empresa estudiará, en las próximas adquisiciones de material, comprar cutter retráctiles, para minimizar el riesgo de cortes en las manos	Criterio técnico.
13	Sobreesfuerzos	Posturas de trabajo. Exposición significativa a posturas forzadas (más de 1 h acumulada por jornada) de algún segmento corporal (tronco, brazos, cabeza-cuello, piernas).	M	M	M	Establecer medidas organizativas que permitan realizar pausas en el puesto o bien mejorar la gestión de las existentes, de forma que las tareas que supongan la adopción de posturas forzadas, lleven asociados tiempos de recuperación muscular.	ISO 11226, UNE 1005-4
Observaciones: Se identifica la postura sentada para el desarrollo de los trabajos a nivel usuario de pantallas de visualización de datos y colocación de ejemplares (libros) a distintas alturas en los expositores y/o estanterías. El desarrollo del trabajo permite al alternancia de tareas, así como la realización de pausas a demanda del trabajador.							
13	Sobreesfuerzos	Posturas de trabajo. Exposición significativa a posturas forzadas (más de 1 h acumulada por jornada) de algún segmento corporal (tronco, brazos, cabeza-cuello, piernas).	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar derivados de la postura mantenida en posición sentado. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995

(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta	(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta	(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M: Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional
--	---	---

Ref: 2_EvRiesPu_2009942_108292

UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA

BRAVO MURILLO 38

Evaluación de riesgos laborales

Página 59

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)	
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4	
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO
13	Sobreesfuerzos	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los beneficios de realizar ejercicios de estiramientos.	Ley 31/1995
13	Sobreesfuerzos	M	M	M	Formar a los trabajadores sobre el riesgo y medidas preventivas en tareas de manipulación manual de cargas.	RD 487/1997
13	Sobreesfuerzos	M	M	M	Informar sobre el riesgo y medidas preventivas en tareas de manipulación manual de cargas. Dejar constancia documental de su entrega.	RD 487/1997
13	Sobreesfuerzos	M	M	M	Limitar a 5 kg el peso manipulado en posición de sedestación. Limitar la manipulación manual de cargas por encima de la altura de los hombros o por debajo de las rodillas.	RD 487/1997
Observaciones: Se manejan pesos variados. Dispone de carro para el traslado de los ejemplares. La frecuencia de la manipulación de peso es muy variada en el tiempo, como en el comienzo de curso y después, también varía mucho, en función del día de la semana y hora del día.						
16	Contactos eléctricos	M	M	M	Formar a los trabajadores sobre los riesgos derivados del uso de equipos eléctricos, así como de las medidas de protección y prevención aplicables.	RD 1215/1997
16	Contactos eléctricos	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el uso de equipos eléctricos. Dejar constancia documental de su entrega.	RD 1215/1997
16	Contactos eléctricos	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el uso de la instalación eléctrica.	Ley 31/1995
21	Incendios	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre las normas de actuación ante emergencias, así como de las medidas preventivas para evitar su generación. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
24	Accidentes de tráfico y/o en desplazamiento	B	A	M	Formar a los trabajadores sobre la seguridad en los desplazamientos con el objeto de prevenir accidentes in-itinere.	Ley 31/1995
(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta		(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta			(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M: Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional	

Ref: 2_EvRiesPu_2009942_108292

UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA
BRAVO MURILLO 38

Evaluación de riesgos laborales

Página 60

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4		
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO	
24	Accidentes de tráfico y/o en desplazamiento	Desplazamientos al ir y volver del trabajo	B	A	M	Informar a los trabajadores sobre la seguridad en los desplazamientos con el objeto de prevenir accidentes in-itinere. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
24	Accidentes de tráfico y/o en desplazamiento	In misión. Desplazamiento a pie y/o en transporte público	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en los desplazamientos fuera del centro de trabajo a pie y/o en transporte público. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
24	Accidentes de tráfico y/o en desplazamiento	In misión. Desplazamiento en vehículo.	M	M	M	Formar a los trabajadores en relación con la normas de seguridad vial, conducción segura y la ergonomía postural al volante.	Ley 31/1995
24	Accidentes de tráfico y/o en desplazamiento	In misión. Desplazamiento en vehículo.	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en los desplazamientos fuera del centro de trabajo en vehículo. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
28	Ergonómicos	Condiciones ergonómicas ambientales (para su valoración ergonómica, los parámetros deben encontrarse dentro de los considerados como aceptables por el R.D. 486/97). Ambiente lumínico.	M	M	M	Verificar periódicamente que el nivel de iluminación en el puesto de trabajo es de al menos 500 lux.	RD 488/1997, GT-RD 488/1997
28	Ergonómicos	Condiciones ergonómicas ambientales (para su valoración ergonómica, los parámetros deben encontrarse dentro de los considerados como aceptables por el R.D. 486/97). Ambiente térmico.	M	M	M	Verificar periódicamente que la temperatura del puesto de trabajo se encuentra comprendida entre los 17 -27 °C. Se recomienda que para los usuarios de pantallas de visualización de datos la temperatura operativa sea mantenida dentro del siguiente rango: En época de verano.....23º a 26ºC En época de invierno.....20º a 24ºC La sequedad de los ojos y mucosas se puede prevenir manteniendo la humedad relativa entre el 45% y el 65%, para cualquiera de las temperaturas comprendidas dentro de dicho rango.	Guía INSHT (Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME)

(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta	(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta	(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M: Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional
--	---	---

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4		
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO	
28	Ergonómicos	Uso PVDs. Espacio y equipos de trabajo.	M	M	M	Verificar periódicamente que las condiciones ergonómicas del puesto de trabajo, se mantienen en el tiempo. En caso contrario, se adoptaran medidas técnicas que garantizar la ergonomía postural.	RD 488/1997
Observaciones: Requisitos silla:Altura del asiento ajustable en el rango necesario. 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 manejables en posición sentado y contruidos a prueba de cambios no intencionados. Con 5 apoyos para el suelo. El entorno de trabajo contará con dimensiones suficientes para permitir el acceso al mismo, tomar asiento y levantarse con facilidad.							
28	Ergonómicos	Uso PVDs. Espacio y equipos de trabajo.	M	M	M	Reubicar el mobiliario del puesto de trabajo de gestión de biblioteca, de modo que se garantice un espacio libre debajo de la mesa para que el trabajador pueda tener una postura cómoda, así como un espacio mínimo libre entre el borde de la mesa y el teclado de unos 10 centímetros.	RD 488/1997
Observaciones: Ver fotografía 2 del anexo.							
28	Ergonómicos	Uso PVDs. Usuario PVDs. Uso de tablet, smartphone y dispositivos PDA. Ausencia de formación e información	M	M	M	Formar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas derivados del trabajo con Pantallas de Visualización de datos.	RD 488/1997
28	Ergonómicos	Uso PVDs. Usuario PVDs. Uso de tablet, smartphone y dispositivos PDA. Ausencia de formación e información	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas derivados del trabajo con Pantallas de Visualización de datos. Dejar constancia documental de su entrega.	RD 488/1997
28	Ergonómicos	Uso PVDs. Usuario PVDs. Uso de tablet, smartphone y dispositivos PDA. Ausencia de formación e información	M	M	M	Informar a los trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar en el uso de tablet, smartphone y dispositivos PDA. Dejar constancia documental de su entrega.	RD 488/1997
29	Psicosociales	Estrés.	M	M	M	Formar a los trabajadores sobre el riesgo y medidas preventivas a adoptar frente al estrés laboral.	CT ITSS 2012; NTP 534, NTP 544, NTP 575, NTP 659

(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta	(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta	(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M:Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional
--	---	--

Ref: 2_EvRiesPu_2009942_108292

UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA
BRAVO MURILLO 38

Evaluación de riesgos laborales

Página 62

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4		
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO	
29	Psicosociales	Estrés.	M	M	M	Informar sobre el riesgo y medidas preventivas a adoptar frente al estrés laboral. Dejar constancia documental de su entrega.	CT ITSS 2012; NTP 534, NTP 544, NTP 575, NTP 659
29	Psicosociales	Factores interpersonales. Relaciones personales.	M	M	M	Los trabajadores deberá adoptar las medidas preventivas reflejadas en la ficha de información: Atención al público	Ley 31/1995
29	Psicosociales	Fatiga derivada de la ordenación del tiempo de trabajo.	M	M	M	Formar a los trabajadores sobre riesgos y medidas preventivas a adoptar frente a la carga mental en el trabajo.	CT ITSS 2012; NTP 534, NTP 544, NTP 575, NTP 659
29	Psicosociales	Fatiga derivada de la ordenación del tiempo de trabajo.	M	M	M	Informar sobre los riesgos y medidas preventivas a adoptar frente a fatiga mental en el trabajo. Dejar constancia documental de su entrega.	CT ITSS 2012; NTP 534, NTP 544, NTP 575, NTP 659
30	Otros riesgos	Gestión PRL. Formación.	M	M	M	Formar a los trabajadores sobre los riesgos específicos de su puesto de trabajo así como de las medidas de protección y prevención aplicables.	Ley 31/1995
30	Otros riesgos	Gestión PRL. Formación.	M	M	M	Reciclar periódicamente la formación a los trabajadores sobre los riesgos de su puesto de trabajo, así como las medidas de protección y prevención aplicables.	Ley 31/1995
30	Otros riesgos	Gestión PRL. Información.	M	M	M	Informar a los trabajadores de los riesgos de seguridad y salud en su trabajo así como de las medidas de protección y prevención aplicables. Dejar constancia documental de su entrega.	Ley 31/1995
30	Otros riesgos	Gestión PRL. Información.	M	M	M	Reciclar periódicamente la información a los trabajadores sobre los riesgos de su puesto de trabajo, así como las medidas de protección y prevención aplicables.	Ley 31/1995
30	Otros riesgos	Gestión PRL. Vigilancia de la salud.			d.n	Garantizar a los trabajadores la vigilancia periódica de su estado de salud en función de los riesgos inherentes al trabajo.	Ley 31/1995
30	Otros riesgos	Gestión PRL. Equipos de trabajo. Ausencia de manual de instrucciones (Escalera de mano. Archivo definitivo Librería)			d.n	Solicitar al fabricante o suministrador el manual de instrucciones en castellano. En caso de que no esté disponible se deberán elaborar unas instrucciones en castellano para la correcta utilización del equipo.	RD 1215/1997

(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta	(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta	(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M: Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional
--	---	---

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)	
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado					Nº TRABAJADORES EXPUESTOS: 4	
RIESGOS IDENTIFICATIVOS	FACTOR DE RIESGO	P	C	VR	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO
30	Otros riesgos			d.n	Realizar un mantenimiento preventivo del equipo de trabajo teniendo en cuenta las instrucciones del fabricante, o, en su defecto, las características de estos equipos, sus condiciones de utilización y cualquier otra circunstancia normal o excepcional que pueda influir en su deterioro o desajuste.	RD 1215/1997
30	Otros riesgos			d.n	Registrar el mantenimiento realizado al equipo, ya sea preventivo y/o correctivo.	RD 1215/1997
30	Otros riesgos			d.n	Inventariar las escaleras para poder identificarles con claridad y elaborar e implantar un procedimiento de control periódico. Registrar el mantenimiento realizado, ya sea preventivo y/o correctivo. Habilitar un lugar específico para su almacenamiento y evitar el deterioro de las mismas.	RD 1215/1997

(P) Probabilidad B:Baja M:Media A:Alta	(C) Consecuencias B:Baja M:Media A:Alta	(VR) Valor de Riesgo T: Trivial TO: Tolerable M: Moderado I: Importante S: Severo (d.n) Deficiencia normativa (m.e) Metodología Específica (a.p) Apreciación profesional
--	---	---

Ref: 2_EvRiesPu_2009942_108292

UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA
BRAVO MURILLO 38

Evaluación de riesgos laborales

Página 64

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES DE TRABAJADORAS EN SITUACIÓN DE EMBARAZO, QUE HAYAN DADO A LUZ (PARTO RECIENTE) O LACTANCIA

Las medidas preventivas reflejadas serán aplicables en el momento que se constate la existencia de trabajadoras en situación de embarazo, parto reciente o lactancia en el puesto de trabajo.

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado							
RIESGOS IDENTIFICATIVOS		FACTOR DE RIESGO	EM	PR	LA	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO
1	Caídas de personas a distinto nivel	Utilización de escaleras de mano de más de 4 peldaños. Menos de 4 veces / jornada	X			Limitar las tareas que conlleven utilizar escaleras de mano de más de 4 peldaños (menos de 4 veces / jornada) a partir de las semanas de gestación que para estos riesgos determine la entidad colaboradora y/o el criterio médico correspondiente en base a la guía elaborada por el INSS, SEGO y AMAT.	SEGO, INSS, AMAT
1	Caídas de personas a distinto nivel	Utilización de escaleras de mano de más de 4 peldaños. Menos de 4 veces / jornada (Escalera de mano. Archivo definitivo Librería)	X			Limitar las tareas que conlleven utilizar escaleras de mano de más de 4 peldaños (menos de 4 veces / jornada) a partir de las semanas de gestación que para estos riesgos determine la entidad colaboradora y/o el criterio médico correspondiente en base a la guía elaborada por el INSS, SEGO y AMAT.	SEGO, INSS, AMAT
1	Caídas de personas a distinto nivel	Utilización de escaleras de mano de menos de 4 peldaños. De 4 a 8 veces / jornada	X			Limitar las tareas que conlleven utilizar escaleras de mano de menos de 4 peldaños (entre 4 y 8 veces / jornada) a partir de las semanas de gestación que para estos riesgos determine la entidad colaboradora y/o el criterio médico correspondiente en base a la guía elaborada por el INSS, SEGO y AMAT.	SEGO, INSS, AMAT
1	Caídas de personas a distinto nivel	Utilización de escaleras de mano de menos de 4 peldaños. De 4 a 8 veces / jornada (Escalera de mano. Archivo definitivo Librería)	X			Limitar las tareas que conlleven utilizar escaleras de mano de menos de 4 peldaños (entre 4 y 8 veces / jornada) a partir de las semanas de gestación que para estos riesgos determine la entidad colaboradora y/o el criterio médico correspondiente en base a la guía elaborada por el INSS, SEGO y AMAT.	SEGO, INSS, AMAT
4	Caídas de objetos en manipulación	Caída de objetos en manipulación por encima de los hombros.	X			Adaptación del puesto de trabajo. Restricción de tareas que supongan un riesgo de golpes a nivel del abdomen como manipular objetos teniendo que elevar los brazos por encima de los hombros.	Directrices INSHT ER y Maternidad

EM: Embarazada PR: Parto Reciente LA: Lactancia

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES DE TRABAJADORAS EN SITUACIÓN DE EMBARAZO, QUE HAYAN DADO A LUZ (PARTO RECIENTE) O LACTANCIA

Las medidas preventivas reflejadas serán aplicables en el momento que se constate la existencia de trabajadoras en situación de embarazo, parto reciente o lactancia en el puesto de trabajo.

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA				CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)			
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado							
RIESGOS IDENTIFICATIVOS		FACTOR DE RIESGO	EM	PR	LA	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO
7	Golpes contra objetos inmóviles	Espacio insuficiente.	X			Adaptación del puesto de trabajo. Restricción de tareas que supongan un riesgo de golpes a nivel del abdomen como realizar desplazamientos frecuentes, a un ritmo elevado, con o sin carga, en espacios muy concurridos o estrechos.	Directrices INSHT ER y Maternidad
9	Golpes o cortes por objetos o herramientas	Golpes a nivel del abdomen por objetos móviles, zonas de alta ocupación y tránsito.	X			Adaptación del puesto de trabajo. Restricción de tareas que supongan un riesgo de golpes a nivel del abdomen debido a la proximidad de objetos móviles, trabajo en zonas de alta ocupación y tránsito.	Directrices INSHT ER y Maternidad
13	Sobreesfuerzos	Manipulación manual de cargas (4 o más veces por hora en turnos de 8 horas). 4 a 10 kilos.	X	X		Limitar los trabajos cuya actividad implique realizar manipulación de cargas de 4 a 10 kilos (4 o más veces por hora en turnos de 8 horas) a partir de las semanas de gestación que para estos riesgos determine la entidad colaboradora y/o el criterio médico correspondiente en base a la guía elaborada por el INSS, SEGO y AMAT.	SEGO, INSS, AMAT
13	Sobreesfuerzos	Posturas forzadas.	X	X	X	Evitar posturas forzadas o extremas al realizar la tarea mediante el rediseño del puesto de trabajo y la adaptación del mismo a las medidas, alcances y necesidades de espacio de la embarazada.	Guía INSHT/SEGO
<p>Observaciones: Evitar las inclinaciones repetidas que supongan un esfuerzo físico importante o problemas de equilibrio. Se debe fomentar la alternancia postural. En cuanto a la bipedestación prolongada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durante el primer y segundo trimestre de embarazo se deberán establecer pausas de al menos 15 minutos cada cuatro horas de trabajo en bipedestación. • En el último trimestre, debe evitarse el mantenimiento de la postura de pie durante más de 30 minutos. 							
13	Sobreesfuerzos	Posturas forzadas.	X	X	X	Fomentar periodos cortos de deambulación asegurándose de que las vías de circulación son seguras, anchas y sin obstáculos.	Guía INSHT/SEGO

EM: Embarazada PR: Parto Reciente LA: Lactancia

EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES DE TRABAJADORAS EN SITUACIÓN DE EMBARAZO, QUE HAYAN DADO A LUZ (PARTO RECIENTE) O LACTANCIA

Las medidas preventivas reflejadas serán aplicables en el momento que se constate la existencia de trabajadoras en situación de embarazo, parto reciente o lactancia en el puesto de trabajo.

EMPRESA: UNIV.NAC.DE EDUC. A DISTANCIA					CENTRO: BRAVO MURILLO 38 Madrid (Madrid)		
PUESTO DE TRABAJO: P.A.S. LIBRERÍA. Rectorado							
RIESGOS IDENTIFICATIVOS		FACTOR DE RIESGO	EM	PR	LA	PROPUESTA MEDIDA PREVENTIVA/CORRECTIVA	CRITERIO LEGAL/TÉCNICO
13	Sobreesfuerzos	Posturas forzadas.	X	X	X	Sentarse en un ángulo de 110º para evitar la compresión fetal en sedestación.	Guía INSHT/SEGO
13	Sobreesfuerzos	Posturas forzadas.	X	X	X	Disponer de reposapiés en los trabajos sentados y de pie.	Guía INSHT/SEGO

		EM: Embarazada	PR: Parto Reciente	LA: Lactancia
--	--	----------------	--------------------	---------------