

PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

EVALUACIÓN DE PUESTO: CUIDADOR/CUIDADORA

DATOS IDENTIFICATIVOS

EMPRESA: FUNDACIO CATALANA PER A LA PARALISI

DOMICILIO: LULL 163 - BARCELONA

Ref. del contrato: 08/09/00076/2006

Ref.: 001660-15-50087

Fecha: 29/10/2014



Descripción de las tareas realizadas en el puesto:

El personal de dicho puesto de trabajo se encarga principalmente atención directa a los residentes con parálisis cerebral

La tarea principal es la asistencia a los usuarios del centro: ayudarlos para desarrollar su actividad cuando éstos lo requieren. Esta asistencia incluye: higiene diaria, duchas, afeitados, secado de pelo, acostarse, ponerse/quitar la ropa,.. para ello se dispone de grúas especializadas para el movimiento de personas con movilidad reducida. También entre las tareas está dar de comer a los residentes (normalmente cada cuidador se encarga de dos residentes), calentar la comida. (la comida es proporcionada por un catering). Realizando también las curas y dando las medicaciones a los residentes.(que tienen ya preparadas)

La actividad también incluye tareas de limpieza de instalaciones y habitaciones. utilizando para ello útiles convencionales. También se realizan tareas de lavandería con lavadora y secadora convencional: colada del centro (toallas, sábanas, mantas,..) y ropa de los usuarios, recogida y transporte de ropa, y planchado de sábanas y ropa mediante plancha convencional. Control de curas de los residentes y la medicación. hay un armario con las indicaciones de cada residente.

El personal de este puesto de trabajo no realiza ningún tipo de mantenimiento, solo limpia el centro. Tampoco limpian campana extractora de cocina, ventanales exteriores, ni se suben a alturas de más de 2m.

El horario de los cuidadores es por turnos mañana, tarde y noche (rotativo). Hay también el personal de fin de semana con turno de 12:00 h

Relación de equipos de trabajo utilizados en el puesto:

EQUIPO DE TRABAJO	MARCA / MODELO	Nº DE SERIE
Escaleras de mano	NO DISPONIBLE/NO DISPONIBLE	NO DISPONIBLE
Limpiadora eléctrica	IPC GANSOW/CT30-B	8000182686

1. LUGARES DE TRABAJO.

Las tareas del puesto requieren que en determinados momentos se camine sobre suelo húmedo o mojado	SI
Las tareas del puesto requiere la limpieza de escaleras fijas	SI
Se detecta alguna otra anomalía significativa	SI

RIESGOS	VALORACIÓN
Caídas al mismo nivel tropiezos, resbalones, etc	Tolerable
Caídas a distinto nivel al transitar por escaleras fijas del centro.	Moderado
Atrapamiento entre objetos	Tolerable
Golpes con elementos inmóviles	Tolerable

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
------------------	-----------



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
------------------	-----------

Disponer de señalización de suelos mojados

3

INFORMACIÓN

cuando se produzcan derrames o vertidos se deberá recoger inmediatamente los mismos y señalar la situación de suelo deslizante mientras se mantenga la situación de riesgo.

Durante la limpieza de escaleras fijas se mantendrá la suficiente precaución para prevenir el riesgo de caídas a distinto

EPIs	TAREAS
------	--------

Calzado de uso profesional de categoría I según norma UNE-EN-20347

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

Correcto estado de orden y limpieza.

Anual

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 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

R.D. 485/97, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

R.D. 486/1997 disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

2 . ENERGÍAS UTILIZADAS.

Se utiliza energía eléctrica a nivel de usuario.

SI

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

Contactos eléctricos

Tolerable

Contacto eléctrico por operaciones elementales (conexión y desconexión de equipos)

Tolerable

INFORMACIÓN

No accionar interruptores de luz enchufar o desenchufar receptores eléctricos , con las manos mojadas o pisando sobre suelo mojado. No tirar del cable de conexión en el desconexión de receptores eléctricos. No pasar la fregona mojada sobre torretas , bases múltiples o bases de clavijas conexionadas, así como sobre empalmes en conductores eléctricos conectados. No utilizar bayetas o paños empapados de agua en la limpieza de receptores eléctricos.

Riesgos y medidas preventivas en la utilización de la energía eléctrica

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 614/2001 - Disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico y Guía Técnica de desarrollo del I.N.S.H.T.



Compruebe el contenido del documento en www.preencionfremap.es usando el CVS: 346696C4F850CFD2



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

3 . EQUIPOS DE TRABAJO.

Se utilizan equipos de trabajo propios del puesto como carros, aspiradoras, útiles y elementos manuales	SI
Se usan escaleras de mano.	SI
Se detecta alguna otra anomalía significativa	SI

RIESGOS	VALORACIÓN
Caída de cargas transportadas	Moderado
Quemaduras con utensilios y/o elementos calientes	Moderado
Atrapamientos	Tolerable
Cortes en la utilización de herramientas	Tolerable
Golpes (choque contra objetos inmóviles y/o móviles) durante la utilización de los carros , gruas, ...	Tolerable
Caídas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano	Moderado
Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas durante el empuje de carros, utilización de la grúa, manipulación de personas con movilidad reducida,...	Moderado

FORMACIÓN

- Normas básicas de seguridad en el manejo de personas con movilidad reducida.
- Normas de seguridad en la utilización de los equipos y útiles de trabajo del puesto
- Normas de seguridad en la utilización de escaleras portátiles
- Riesgos y medidas preventivas en puestos de limpieza y lavandería

INFORMACIÓN

- Normas básicas de seguridad en el manejo de personas con movilidad reducida.
- Normas de seguridad en la utilización de los útiles y equipos de trabajo
- Riesgos y medidas preventivas en el manejo de escaleras manuales
- Riesgos y medidas preventivas en puestos de limpieza y lavandería.

CONTROLES PERIÓDICOS

PERIODICIDAD

mantenimiento preventivo de los equipos eléctricos utilizados (secadora, plancha, lavadora,..)	Según fabricante
Establecer un programa de mantenimiento preventivo de todos los equipos y útiles de trabajo del puesto	Según fabricante
Correcto estado de las escaleras de mano	Trimestral
correcto estado de las herramientas manuales	Trimestral
correcto estado de conservación y uso de los carros (estabilidad, rodamientos,..)	Trimestral





PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 1215/1997, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo. Guía de desarrollo del INSHT.

R.D. 2177/2004, por el que se modifica el R.D. 1215/1997, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo, en materia de trabajos temporales en altura

R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

4. PRODUCTOS QUÍMICOS UTILIZADOS.

Se utilizan productos químicos por parte de los trabajadores	SI
Las operaciones de almacenamiento revisten algún riesgo.	NO
Se realizan de forma segura las mezclas de productos / sustancias.	SI
La actividad implica el trasvase de productos químicos.	SI
Se dispone de Ficha de Seguridad de los productos químicos.	NO

RIESGOS	VALORACIÓN
Contacto con productos químicos.	Tolerable
Proyección de líquidos	Tolerable

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
.Comprobar en la ficha de seguridad de los productos químicos el tipo de guante necesario (neopreno, látex, nitrilo..) para su manipulación	1
Disponer las fichas de seguridad en lugares accesibles y conocidos por todos los trabajadores que manipulen productos químicos	2

FORMACIÓN
Riesgos y medidas preventivas en el manejo y almacenamiento de productos químicos.
Formación en el almacenamiento y manejo de productos químicos

INFORMACIÓN
No mezclar los productos de limpieza salvo que tengan instrucciones claras sobre su compatibilidad de los mismos y su proporción para realizar la mezcla.
Recomendaciones básicas para identificar los riesgos de los productos químicos.
Manejo de productos químicos
Almacenamiento de productos químicos
Instrucciones de seguridad para el trasvase manual de los productos químicos
Instrucciones contempladas en las etiquetas y fichas de datos de seguridad y procedimientos de uso de estos productos y equipos de protección individual a utilizar.

EPIs	TAREAS
------	--------

Compruebe el contenido del documento en www.prevencionfremap.es usando el CVS: 346696C4F850CFD2



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

EPIs	TAREAS
-------------	---------------

Gafas de protección ocular de categoría II, según Norma UNE-EN 166

Guantes de nitrilo de categoría III certificados frente al riesgo químico según Norma UNE-EN-374 1, 2 y 3

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

Efectuar mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos y accesorios de trasvase.

Anual

Mantener actualizada la relación de productos químicos existente en los centros de trabajo.

Anual

CRITERIOS DE REFERENCIA

GT 374/2001 Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos presentes en los lugares de trabajo relacionados con Agentes Químicos

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.

R.D. 374/2001 sobre Protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los Agentes Químicos durante el trabajo

R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.

5 . AGENTES BIOLÓGICOS.

Existe evaluación específica previa y se mantienen las condiciones de la misma	NO
Se ha concluido en la sección la necesidad de realizar un informe específico de evaluación del riesgo biológico.	NO
El puesto está adscrito a una sección y se ha identificado o evaluado el riesgo biológico en la misma.	NO
Se dispone de suficientes instalaciones sanitarias (lavabos, duchas, vestuarios, productos lavabojos y antisépticos para la piel)	SI
Se dispone, dentro de la jornada laboral, de tiempo suficiente antes de la comida y/o antes de abandonar el trabajo para el aseo personal.	SI
Los trabajadores disponen de ropa de trabajo adecuada.	SI
Se dispone de un sistema que impide mezclar la ropa de trabajo con la ropa de calle.	NO

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

Posible exposición a Agentes Biológicos de los grupos 2 y 3 según R.D. 664/1997, por diferentes vías (Sin Intención Deliberada de Manipularlos)

Moderado

MEDIDAS TÉCNICAS	PRIORIDAD
-------------------------	------------------

Proporcionar medios que impidan mezclar la ropa de trabajo con la ropa de calle

2

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas en la exposición a agentes biológicos

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas en la exposición a agentes biológicos





PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

INFORMACIÓN

sobre tareas que requieran equipos de protección individual , frente a la exposición a agentes biológicos , así como el correcto uso de los mismos.

EPIs

Guantes de protección frente a la penetración de microorganismos por vía dérmica de categoría II según Norma UNE-EN 374- 2

Máscara con filtros tipo P3 o mascarilla autofiltrante de protección frente a aerosoles o salpicaduras tipo FFP3 de categoría III según Norma UNE-EN 140 y UNE-EN 149 respectivamente

TAREAS

CRITERIOS DE REFERENCIA

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.

GT 664/1997 Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos.

R.D. 664/1997 sobre protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo

OBSERVACIONES

Las tareas de limpieza incluye la limpieza de lavabos.
Manipulación y tratamiento de ropa sucia donde pueden quedar restos de fluidos corporales.

6 . POSTURAS DE TRABAJO.

Las tareas implican la exposición significativa a posturas forzadas (más de 1 h acumulada por jornada) de algún segmento corporal (tronco, brazos, cabeza-cuello, piernas).

SI

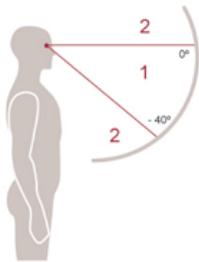




PREVÉ LO IMPREVISIBLE

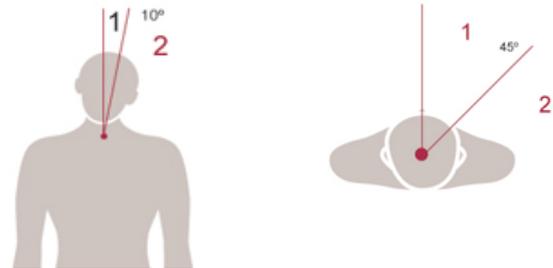
Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

Flexión cabeza/cuello



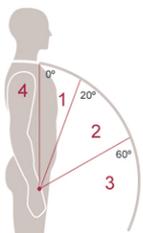
CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Inclinación lateral cabeza/cuello



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Flexión de Tronco



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Elevación – Abducción del brazo



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Tronco flexionado > 20° de manera repetida (>2 veces/minuto).

NP

Elevación de Brazo

Tronco flexionado > 20° estático y sin apoyo.

NP

Brazo elevado > 20° de manera repetida (>2 veces/minuto).

NP

Se carece de apoyo para la espalda.

NP

Brazo flexionado > 20° estático y sin apoyo.

NP

Abducción de Brazo

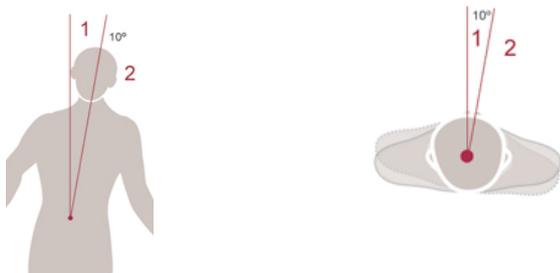
Brazo elevado > 20° de manera repetida (>2 veces/minuto).

NP

Brazo flexionado > 20° estático y sin apoyo.

NP

Inclinación lateral o Giro de tronco



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

Postura de pie rodillas flexionadas / De rodillas o En cuclillas



CALIFICACIÓN: NO PROCEDE

CALIFICACIÓN GLOBAL: NO PROCEDE



Compruebe el contenido del documento en www.preencionfremap.es usando el CVS: 346696C4F850CFD2

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

Sobreesfuerzo por exposición a posturas de trabajo inadecuadas o forzadas

Moderado

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas derivados de trabajos con exposición a posturas forzadas

INFORMACIÓN

Ejercicios Posturales de Espalda. Posición de trabajo sentado y de pie.

Riesgos y medidas preventivas derivados de trabajos con exposición a posturas forzadas

CRITERIOS DE REFERENCIA

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)

Norma UNE-EN 1005-4. Seguridad en las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Evaluación de las posturas y movimientos de trabajo en relación con las máquinas

7 . MANIPULACIÓN MANUAL DE CARGAS.

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

La manipulación manual de cargas identificada puede ser evaluada por el método de la Guía Técnica del R.D. 487/1997 **NO**

La recogida o depósito de la carga implica la adopción de posturas forzadas acusadas (trabajos por encima del hombro o por debajo de las rodillas), flexión del tronco, etc. **SI**

Las características, diseño, condiciones o contenido de la carga implican factores que agravan la manipulación. Como por ejemplo peso, volumen, superficies cortantes, calientes o abrasivas, aristas punzantes . **SI**

Las condiciones de los lugares de trabajo (orden, limpieza, accesos, desniveles, iluminación) permiten una manipulación correcta. **SI**

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

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas

Moderado

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas para la manipulación manual de cargas

INFORMACIÓN

en elevaciones con giro, procura mover los pies en vez de girar la cintura

Riesgos y medidas preventivas en tareas de manipulación manual de cargas.

Si el peso de la carga es excesivo o su volumen dificulta una fácil manipulación , pide ayuda a otros compañeros.

normas de actuación en el volteo de colchones.Realizar el volteo de colchones entre dos personas





PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

CONTROLES PERIÓDICOS	PERIODICIDAD
Fomentar el uso, en todos los casos que se considere necesario, de los medios mecánicos disponibles para la carga de bultos en el camión, para evitar el riesgo por levantamiento debido a manipulaciones realizadas a alturas por encima del codo. Atender este aspecto principalmente en el caso del manejo de pesos importantes.	Anual
Limitar la manipulación manual de cargas por encima de la altura de los hombros o por debajo de las rodillas. Mantener las condiciones de almacenamiento de las cargas con más peso o con mayor frecuencia de manipulación entre estos límites.	Diario
Mantener los espacios de trabajo libres de obstáculos que eviten el acercamiento a la carga en la recogida o impliquen posturas forzadas en el depósito de esta. El espacio de trabajo permitirá mantener una posición de bipedestación evitando giros del tronco.	Semanal
Revisar periódicamente el estado de las ruedas de los carros/ contenedores para evitar esfuerzos innecesarios de empuje/ tracción	Semestral

CRITERIOS DE REFERENCIA
GT 487/1997 Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas.
R.D. 487/1997 Disposiciones Mínimas de Seguridad y Salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañen riesgos, en particular dorsolumbares

8 . MOVIMIENTOS REPETITIVOS.

La tarea se caracteriza por ciclos iguales y cortos y durante, al menos, una hora por turno.	SI
El trabajo realizado implica movimientos repetidos similares de las extremidades superiores cada pocos segundos.	SI
Los movimientos implican posturas forzadas de las extremidades superiores.	NO

RIESGOS	VALORACIÓN
Lesiones por movimientos repetitivos de extremidades superiores	Tolerable

FORMACIÓN
Riesgos y medidas preventivas en el puesto de cuidador/a

INFORMACIÓN
Riesgos y medidas preventivas derivados de la realización de trabajos repetitivos.

CRITERIOS DE REFERENCIA
Norma ISO 11228-3 Ergonomics Manual handling Part 3: Handling of low loads at high frequency
Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (5ª Edición).
Norma UNE EN 1005-5. Seguridad de las máquinas. Comportamiento físico del ser humano. Parte 5: Evaluación del riesgo por manipulación repetitiva de alta frecuencia

OBSERVACIONES
Algunas actividades del puesto implican movimientos repetitivos de las extremidades superiores: tareas de planchado, barrido, fregado, etc.



Compruebe el contenido del documento en www.prevencionfremap.es usando el CVS: 346696C4F850CFD2



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

9 . APLICACIÓN DE FUERZAS.

Se realizan empujes o arrastres de cargas elevadas (carros, bastidores, etc.).

SI

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

Lesiones músculo-esqueléticas por aplicación de fuerzas con o sin impulso

Moderado

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas para la manipulación manual de cargas

INFORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas asociados a la aplicación de fuerzas.

CRITERIOS DE REFERENCIA

Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)

10 . FACTORES PSICOSOCIALES.

El ritmo o cadencia de trabajo viene impuesto al trabajador, al igual que sus pausas o periodos de descanso y no teniendo opción de elección	NO
Las tareas son monótonas, repetitivas o de bajo contenido produciendo fatiga o dificultades para mantener la atención.	NO
Los errores, averías u otros incidentes que pueden presentarse en el puesto de trabajo se dan frecuentemente.	NO
El trabajo implica tareas de alto nivel de exposición social (atención a terceros): de forma permanente o muy frecuente sin ayudas suficientes (apoyos, pausas, etc.) que pueden dar lugar a situaciones de tensión / dificultades de control elevadas / estrés, y que por ello provoquen perturbaciones o malestar significativo.	SI
Existen indicadores (quejas verbales y/o escritas, ó indicadores de salud) que refieran que las condiciones de trabajo o las tensiones que estas producen puedan generar problemas de salud.	NO
Existen indicadores de riesgo o se pueden dar situaciones de violencia contra los empleados (por parte del público, cliente, usuarios...), del tipo de agresiones físicas o verbales.	NO
La empresa proporciona información y permite la participación del trabajador en cuanto a los distintos aspectos de su trabajo.	SI
La información / formación, experiencia y adiestramiento del trabajador le permite realizar la tarea adecuadamente.	SI
Los trabajadores manifiestan dificultades para adaptarse a las condiciones y organización del trabajo.	NO
Los trabajadores manifiestan dificultades para adaptarse a la organización horaria del trabajo.	NO
El trabajo realizado incluye trabajo rotatorio a turnos y/o trabajo nocturno	SI
Los trabajadores participan en la organización y determinación de la turnicidad.	SI
Se planifica e informa a los trabajadores sobre los horarios y turnos anticipadamente.	SI
Los cambios de turno respetan los ritmos circadianos (6-8; 13-15; 20-23).	SI
La carga de trabajo (Nivel de atención elevado, esfuerzo físico importante) en el turno de noche es inferior a la del turno de mañana o tarde, o bien ha sido adaptada a las condiciones específicas de nocturnidad.	SI
La duración del turno de noche es más corta que la del turno de mañana o tarde, o se da un mayor periodo de descanso tras el turno de noche.	SI
Disponen de medios e instalaciones para descansar, ingerir bebida o alimentación caliente (máquinas de bebidas, alimentos o similar) y servicios sanitarios.	SI
Se tiene en cuenta la edad de los trabajadores para adscribirlos al turno de noche.	SI





RIESGOS	VALORACIÓN
Fatiga mental	Tolerable
Fatiga derivada de la ordenación del tiempo de trabajo	Moderado
Estrés laboral	Tolerable

INFORMACIÓN

- Recomendaciones básicas en cuanto a los principios de una alimentación sana y hábitos de vida saludables en relación al trabajo de noche.
- Riesgo de fatiga mental en el trabajo.
- Riesgo general de estrés laboral.
- Riesgos y medidas preventivas derivados de trabajos de atención al público.
- Riesgos y medidas preventivas derivados de la organización de los horarios de trabajo (turnicidad).

CRITERIOS DE REFERENCIA

- Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (INSHT)
- Guía técnica de actuaciones de Inspección sobre riesgos psicosociales
- Guía y Protocolo de actuación inspectora en psicosociales (FPS-ITSS 2006).
- Manual para la evaluación y prevención de riesgos ergonómicos y psicosociales en la PYME (5ª Edición).
- Carga Mental NTP 179,445,534 y 575
- Estrés NTP 318,349, 355, 438, 439 y 574
- Notas Técnicas de Prevención nº 443, 450, 702 y 926.
- Turnicidad NTP 455 y 502.

11 . TRABAJADORES ESPECIALMENTE SENSIBLES.

Se desarrollan trabajos prohibidos a menores.	NO
Existen en el puesto trabajadores especialmente sensibles, incluidos los que tengan discapacidad reconocida.	NO
Existe algún agente o condición de trabajo a los que no pueda exponerse una trabajadora embarazada o en periodo de lactancia.	NO
Existen agentes, procedimientos y condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la trabajadora embarazada o en lactancia	SI
Existen agentes físicos o manipulación manual de cargas pesadas o movimientos, posturas, desplazamientos, fatiga mental y física u otras cargas físicas que puedan influir negativamente	SI
Manipulación manual de cargas pesadas que supongan riesgos, en particular dorsolumbares.	SI
Movimientos, posturas, desplazamientos, fatiga mental y física y otras cargas físicas.	SI
Existen agentes biológicos de los grupos 2, 3 o 4 que puedan influir negativamente	SI
Existen agentes químicos que puedan influir negativamente	NO
Existen procedimientos del Anexo I del RD 665/1997	NO
Se realiza trabajo nocturno o trabajo a turnos	SI





PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

INFORMACIÓN

El puesto incluye agentes, procedimientos o condiciones de trabajo que pueden influir negativamente a mujeres en situación de embarazo o lactancia. Las mujeres en esta situación deben comunicarlo para que se adopten las medidas preventivas adecuadas.

Las tareas del puesto conllevan la exposición a manipulación manual de cargas pesadas que suponen riesgos de tipo dorsolumbar y pueden influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

Las tareas del puesto conllevan la exposición a movimientos, posturas, desplazamientos, fatiga mental y física y otras cargas físicas que puede influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

Las tareas del puesto conllevan la exposición a agentes biológicos de los grupos 2, 3 ó 4 que puede influir negativamente en situación de embarazo o lactancia.

Las tareas del puesto conllevan la realización de trabajo nocturno o trabajo a turnos que puede influir negativamente en situación de embarazo o lactancia. Las mujeres en esta situación deben comunicarlo para adoptar las medidas preventivas adecuadas

CRITERIOS DE REFERENCIA

Decreto 26/07/57 por el que se regulan los trabajos prohibidos a los menores

Decreto 26/07/57 trabajos prohibidos a menores

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.

R.D. 1/1995, de 24 de marzo, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores.

R.D. 298/2009, de 6 de marzo, que modifica el R.D. 39/97, en relación con la aplicación de medidas para la mejora de la seguridad y de la salud en el trabajo de la trabajadora embarazada, que haya dado a luz o en período de lactancia.

12 . SEGURIDAD VIAL..

Se realizan desplazamientos dentro de la jornada laboral mediante vehículos	NO
Se realizan desplazamientos entre el domicilio y el lugar de trabajo	SI
Se realizan gestiones fuera del centro de trabajo que implique tránsito como peatón.	SI

RIESGOS	VALORACIÓN
Accidente de tránsito en vía pública	Moderado
Accidente in itinere	Moderado

INFORMACIÓN

Seguridad Vial

Seguridad Vial para peatones

CRITERIOS DE REFERENCIA

Código de Circulación

Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales.

13 . MANIPULACIÓN DE OBJETOS.

Se manipulan cargas que puedan suponer riesgo de corte o pinchazo en las manos.	SI
---	----





PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

13 . MANIPULACIÓN DE OBJETOS.

Se manipulan cargas que puedan suponer riesgo de corte, pinchazo o caída de objetos en los pies.	SI
Se manipulan objetos que puedan ocasionar quemaduras por contacto.	SI

RIESGOS	VALORACIÓN
Cortes con objetos rotos de cristal, etc	Moderado
Pinchazo	Tolerable
Sobreesfuerzo por exposición a posturas de trabajo inadecuadas o forzadas	Moderado
Contactos térmicos	Moderado
Cortes por manipulación de cargas	Tolerable
Golpes por caída de cargas manipuladas	Moderado

FORMACIÓN

Riesgos y medidas preventivas para la manipulación manual de cargas

INFORMACIÓN

Manipulación manual de objetos

EPIs

TAREAS

Guantes de protección frente a riesgos mecánicos, según norma UNE-EN 388, categoría II

CRITERIOS DE REFERENCIA

R.D. 773/1997, de 30 mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.





PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.

Movimientos repetitivos

N N S S N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Lesiones por movimientos repetitivos de extremidades superiores

Tolerable

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.

Agentes Biológicos

S S S S N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Posible exposición a Agentes Biológicos de los grupos 2 y 3 según R.D. 664/1997, por diferentes vías (Sin Intención Deliberada de Manipularlos)

Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.

Lugares de trabajo

S S S N S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Atrapamiento entre objetos

Tolerable



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Caídas a distinto nivel al transitar por escaleras fijas del centro.

Moderado

Caídas al mismo nivel tropiezos, resbalones, etc

Tolerable

Golpes con elementos inmóviles

Tolerable

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Energías utilizadas	N	N	S	N	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Contacto eléctrico por operaciones elementales (conexión y desconexión de equipos)

Tolerable

Contactos eléctricos

Tolerable

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Productos químicos utilizados	S	S	S	S	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Contacto con productos químicos.

Tolerable

Proyección de líquidos

Tolerable

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Manipulación manual de cargas	N	N	S	S	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas

Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Aplicación de Fuerzas	N	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Lesiones músculo-esqueléticas por aplicación de fuerzas con o sin impulso

Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS
--------------------	--------------------



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Factores Psicosociales	N	N	S	N	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Estrés laboral	Tolerable
Fatiga derivada de la ordenación del tiempo de trabajo	Moderado
Fatiga mental	Tolerable

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Manipulación de objetos	N	S	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Contactos térmicos	Moderado
Cortes con objetos rotos de cristal, etc	Moderado
Cortes por manipulación de cargas	Tolerable
Golpes por caída de cargas manipuladas	Moderado



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Pinchazo **Tolerable**

Sobreesfuerzo por exposición a posturas de trabajo inadecuadas o forzadas **Moderado**

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Equipos de trabajo	N	N	S	S	S

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN

Atrapamientos **Tolerable**

Caída de cargas transportadas **Moderado**

Caidas a distinto nivel en la utilización de escaleras de mano **Moderado**

Cortes en la utilización de herramientas **Tolerable**

Golpes (choque contra objetos inmóviles y/o móviles) durante la utilización de los carros , gruas, ... **Tolerable**

Quemaduras con utensilios y/o elementos calientes **Moderado**

Sobreesfuerzos por manipulación manual de cargas durante el empuje de carros, utilización de la grua, manipulación de personas con movilidad reducida,.. **Moderado**



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Posturas de trabajo	N	N	S	S	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Sobreesfuerzo por exposición a posturas de trabajo inadecuadas o forzadas	Moderado

CONDICIÓN EVALUADA	MEDIDAS REQUERIDAS				
	M.T.	E.P.I.	INF.	FORM.	C.P.
Seguridad Vial.	N	N	S	N	N

EVALUACIÓN DE RIESGOS	
RIESGO	VALORACIÓN
Accidente de tránsito en vía pública	Moderado
Accidente in itinere	Moderado

SECCIÓN	RIESGO	VALORACIÓN
AZOTEA	Caídas a distinto nivel por actitudes temerarias de usuarios, no respetar normas, etc.	Moderado
AZOTEA	Caídas a distinto nivel en el tránsito por escaleras	Moderado
AZOTEA	Caídas al mismo nivel por la posible presencia de material en vías de paso, etc.	Tolerable
AZOTEA	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro	Moderado
AZOTEA	Golpes por falta de señalización de zonas acristaladas en la pérgola.	Trivial
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Caída al mismo nivel en el tránsito por la sección	Tolerable
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Caída de objetos almacenados	Moderado
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Contacto con sustancias cáusticas y/o corrosivas	Moderado
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro	Moderado
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Golpes con objetos e instalaciones en la sección	Tolerable
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Incendios	Moderado
PLANTAS RESIDENCIALES, COCINA Y RECEPCION	Otros caídas al mismo nivel por falta de iluminación de emergencias en escaleras	Tolerable

PLANTA BAJA - PISCINA	Asfixia por fallos en el sistema de renovación de aire o problemas derivados del empleo de cloro.	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Asfixia	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Atrapamiento por vuelco	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Caída al mismo nivel en el tránsito por la sección	Tolerable
PLANTA BAJA - PISCINA	Caída de objetos desprendidos	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Caídas a distinto nivel por puerta abierta (véase imagen adjunta).	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Contacto con sustancias cáusticas y/o corrosivas provocadas por ejemplo al entrar en contacto con cloro, pudiendo generar irritaciones oculares, de nariz y garganta debido a las cloraminas (cloro combinado).	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Contactos eléctricos por mal uso y manipulación no autorizada.	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Golpes con elementos inmóviles	Tolerable
PLANTA BAJA - PISCINA	Golpes con objetos e instalaciones en la sección	Tolerable
PLANTA BAJA - PISCINA	Incendios	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Otros como por ejemplo caídas al mismo nivel, por deficiencias en la iluminación del recinto.	Tolerable
PLANTA BAJA - PISCINA	Pisadas sobre objetos por ejemplo, escombros, material en desuso, etc.	Tolerable



PREVÉ LO IMPREVISIBLE

Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

PLANTA BAJA - PISCINA	Posible exposición a Agentes Biológicos de los grupos 2 y 3 según R.D. 664/1997, por diferentes vías (Sin Intención Deliberada de Manipularlos)	Moderado
PLANTA BAJA - PISCINA	Posible exposición a Agentes Biológicos del grupo 2 según R.D. 664/1997, por diferentes vías (Sin Intención Deliberada de Manipularlos)	Moderado
OFICINA	Caídas al mismo nivel	P =Media, C = LD; Valoración = Tolerable
OFICINA	Contactos eléctricos con la instalación eléctrica del centro	Moderado
OFICINA	Fatiga visual	Tolerable
OFICINA	Golpes	Trivial
OFICINA	Incendios	P =Baja, C = ED; Valoración = Moderado



Puesto: CUIDADOR/CUIDADORA

EQUIPO	Nº SERIE	RIESGO	VALORACIÓN
Escaleras de mano	NO DISPONIBLE	Caídas a distinto nivel por rotura de la misma o mal uso por parte del usuario.	Moderado
Limpiadora eléctrica	8000182686	Atropellos o golpes con vehículos	Trivial
Limpiadora eléctrica	8000182686	Contactos eléctricos	Moderado
Limpiadora eléctrica	8000182686	Otros definidos por el fabricante en el manual de uso y mantenimiento.	No valorable