

EVALUACIÓN DEL RIESGO			Legislación aplicable	VALORACIÓN DEL RIESGO										MEDIDAS A TOMAR		
nº	Riesgo identificado	Daños asociados al riesgo		Probabilidad			Consecuencias			Estimación del riesgo				Medida de control preventiva propuesta	Comprobación eficacia	
			PB	PM	PA	LD	D	ED	T	TO	M	I	IN			
1	Ergonómico de carga física (Manipulación de cargas)	Fatiga física, contusiones, cortes, heridas, fracturas y lesiones musculoesqueléticas	RD 487/1997		X		X				X				Minimizar el peso de las cargas lo máximo posible Añadir asas con dimensiones adecuadas a las cargas La anchura de la carga no debe superar la anchura de los hombros Evitar el levantamiento de cargas a nivel de suelo	Comprobar semanalmente que las cargas no sean excesivamente pesadas, y que los equipos para el manejo mecánico de las cargas funcionen correctamente
2	Ambiental físico (Iluminación)	Fatiga ocular, cansancio, dolor de cabeza, estrés	RD 486/1997	X			X		X						Emplear luz natural siempre que sea posible Evitar los deslumbramientos directos por luz solar o fuentes de alta luminancia La iluminación del entorno debe ser homogénea y potenciada en la zona de trabajo Utilización de luces cálidas en el establecimiento	Comprobar diariamente el sistema de iluminación, mirando que no haya fallos en el sistema, y comprobando que la iluminación natural sea la máxima posible
3	Psicosocial de contenido de trabajo (Estrés laboral)	Alteraciones emocionales, alteraciones cognitivas, cambios en el comportamiento Aumento frecuencia cardíaca y respiración, aumento de la tensión muscular y alteraciones de sueño y digestivas	INSHT		X		X				X				Organización de la jornada laboral y tiempos de trabajo, incluyendo turnos, descansos y pausas. Proporcionar 12 citas anuales a un psicólogo para cada trabajador subvencionadas por la empresa Realizar actividades grupales mensualmente para crear un mejor ambiente	Comprobar mensualmente que los trabajadores estén cómodos con sus funciones, teniendo pequeñas charlas con ellos sobre nuevas sugerencias
4	Incendio	Daños pulmonares, irritación del aparato respiratorio, enfermedades cardíacas y pulmonares, quemaduras, contusiones, traumatismos.	RD 393/2007	X				X			X				Colocar extintores adecuados a los tipos de fuego posibles Señalizar la ubicación de los equipos de extinción Instalar sistemas de detección de alarma Decorar con materiales resistentes al fuego.	Realizar un simulacro de incendio anualmente, y comprobar cada 3 meses el funcionamiento de los sistemas de detección de alarma
5	Ergonómico de carga física (Movimientos repetitivos)	Síndrome del túnel carpiano, tendinitis, síndrome del manguito rotador, codo de tenista, lesiones musculares	RD 486/1997		X		X				X				Adaptar el mobiliario y la distancia de alcance de los materiales a las características personales de cada individuo Realizar las tareas evitando las posturas incómodas del cuerpo y de la mano y procurar mantener, en lo posible, la mano alineada con el antebrazo, la espalda recta y los hombros en posición de reposo. Efectuar reconocimientos médicos periódicos que faciliten la detección de posibles lesiones musculoesqueléticas Establecer pausas periódicas que permitan recuperar las tensiones y descansar.	Revisar cada 3 meses que las instalaciones estén bien adaptadas al puesto de trabajo, y escuchar sugerencias en función de cada trabajador para mejorar sus condiciones
6	Ergonómico de carga física (Postura de trabajo inadecuada)	Dolor de cuello, hombros y espalda, desalineación de huesos y músculos, lesiones de la columna vertebral, enfermedades cardíacas, degeneración muscular	RD 486/1997			X	X					X			NO SE INICIARÁ LA JORNADA LABORAL HASTA COMPROBAR LAS SIGUIENTES MEDIDAS: Colocar el material necesario lo más cerca posible para evitar al máximo los desplazamientos y facilitar su alcance entre los planos de los hombros y las caderas Mantener ordenadas las zonas de trabajo Colocar los elementos de trabajo de manera que se eviten los alcances laterales y los giros de tronco o cuello Utilizar calzado cómodo, que no apriete, cerrado y junto a calcetines de hilo algodón o medias que faciliten el riego sanguíneo.	Comprobar cada 4 meses la salud física de los empleados mediante un fisioterapeuta proporcionado por la empresa Comprobar diariamente que los puestos de trabajo estén ordenados de la forma más óptima
7	Biológico	Infecciones, alergias, intoxicaciones, contracción de enfermedades infecciosas, enfermedades crónicas	RD 664/1997	X			X			X					Limpeza y desinfección de las zonas, equipos y herramientas de trabajo Uso de vestuario apropiado y guantes en determinadas tareas Disponer de un botiquín o kit de auxilio para en caso de producirse cortes o pinchazos poder desinfectar la herida y colocar un apósito impermeable	Limpeza de los puestos de trabajo antes o después de iniciar la jornada laboral Comprobar mensualmente que los productos del kit de auxilio estén en perfectas condiciones
8	De seguridad sobre espacios de trabajo (Golpes)	Hematomas, fracturas óseas, contusiones, trastornos musculares, cortes, traumatismos óseos	RD 486/1997		X		X			X					Evitar almacenar objetos, especialmente los pesados, en lugares donde sea difícil alcanzarlos o donde puedan caerse Mantener las zonas de tránsito libres de obstáculos como cajas, papeleras, cables, etc Guardar todos aquellos objetos cortantes o punzantes en un lugar adecuado cuando se termine de utilizarlos	Comprobar diariamente que los puestos de trabajo estén ordenados y durante la jornada laboral mantener el espacio lo más limpio y ordenado posible Revisar cada 3 meses que el espacio de trabajo este adaptado para evitar lesiones graves
9	De seguridad sobre espacios de trabajo (Caídas mismo nivel)	Hematomas, fracturas óseas, contusiones, trastornos musculares, cortes, traumatismos óseos	RD 486/1997	X			X			X					Mantener el suelo del puesto de trabajo limpio y secos Mantener las zonas de tránsito libres de obstáculos como cajas, papeleras, cables, etc Adaptar los materiales del puesto de trabajo para que los efectos de posibles caídas sean mínimos Utilizar calzado adecuado para evitar posibles resbalones	Comprobar diariamente que los puestos de trabajo estén ordenados y durante la jornada laboral mantener el espacio lo más limpio y ordenado posible Revisar cada 3 meses que el espacio de trabajo este adaptado para evitar lesiones graves
10	Contacto con elementos a altas temperaturas	Quemaduras de distintos grados	RD 486/1997			X	X				X				Uso de guantes térmicos adaptados a las funciones del trabajador Evitar tener contacto directo con productos recién elaborados a altas temperaturas Evitar tocar herramientas que estén a altas temperaturas durante su funcionamiento	Revisar diariamente que el suministro de guantes térmicos sea el suficiente Hacer un control mensual de los dispositivos y hacer controles de temperatura a cada uno comprobando que no sobrepasen las temperaturas óptimas
11	Contacto eléctrico indirecto	Descargas eléctricas, trastornos musculares	RD 614/2001	X			X		X						Uso de guantes de materiales no conductores adaptados a las funciones del trabajador Tener las manos secas en todo momento para evitar recibir descargas eléctricas potentes	Revisar diariamente que no haya líquidos derramados por los puestos de trabajo Hacer un control mensual de los dispositivos y comprobando que no haya rupturas en los mismos y comprobando que la fuente de alimentación esté en perfectas condiciones