



Unidad de
Prevención de
Riesgos Laborales
Universidad Zaragoza

Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales





Unidad de
Prevención de
Riesgos Laborales
Universidad Zaragoza

Procedimientos
Unidad de Prevención de Riesgos
Laborales

**Evaluación de Riesgos
Ergonómicos y Psicosociales**

CÓDIGO: PoPRL-EVA-03

Revisión: 00

Fecha: 14/11/2012

Página 2 de 10

Responsable elaboración:
TÉCNICOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS
LABORALES

Fecha: 14/11/12

Revisado:
RESPONSABLE-UPRL

Fecha: 4/12/12

Aprobado:
SRA. GERENTE

Fecha: 9-1-13

 <p>Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza</p>	<p>Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales</p>	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
		Revisión: 00
	<p>Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales</p>	Fecha: 14/11/2012
		Página 1 de 10

ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN
2. OBJETO
3. CAMPO DE APLICACIÓN
4. DEFINICIONES
5. LEGISLACIÓN Y NORMAS DE CONSULTA
6. DESARROLLO
 - 6.1. Personas y herramientas
 - 6.2. Hoja de registro
7. RESPONSABILIDADES
8. HISTORIAL DE REVISIONES

 Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
		Revisión: 00
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales	Fecha: 14/11/2012
		Página 2 de 21

1. INTRODUCCIÓN.-

La evaluación de los puestos de trabajo es necesaria para que se cumpla el criterio de la LPRL (Ley de Prevención de Riesgos Laborales) de adaptación del trabajo a la persona. Desde la ergonomía se procura que los elementos ambientales y las máquinas se adapten a las capacidades y dimensiones del trabajador.

Otro capítulo de evaluación se relaciona con las dimensiones psicosociales del trabajo. En las evaluaciones iniciales y de control se formulan cuestiones básicas para detectar los problemas en sus fases iniciales.

Se asumen los principios de igualdad de trato entre hombres y mujeres, con arreglo al artículo 2 y al apartado 2 del artículo 3 del *Tratado constitutivo de la Comunidad Europea* y la jurisprudencia del Tribunal de Justicia. Dichas disposiciones del *Tratado* proclaman la igualdad entre mujeres y hombres como una "misión" y un "objetivo" de la Comunidad e imponen la obligación positiva de "promover" dicha igualdad en todas sus actividades, incluidas las relacionadas con la Prevención de Riesgos Laborales.

2. OBJETO.-

El objeto del procedimiento es lograr establecer una metodología para la recogida de los riesgos ergonómicos y psicosociales de los trabajadores y trabajadoras de la Universidad de Zaragoza de manera homogénea.

La evaluación se realiza teniendo en cuenta, con carácter general, la naturaleza de la actividad, las características de los puestos de trabajo

 Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales	Revisión: 00
		Fecha: 14/11/2012
		Página 3 de 10

existentes y de los trabajadores que deban desempeñarlos, con inclusión de trababajadores especialmente sensibles y trabajadoras embarazadas (art. 25 LPRL). La evaluación se realiza también con ocasión de la elección de los equipos de trabajo, de las sustancias o preparados químicos y del acondicionamiento de los lugares de trabajo. La evaluación tiene en cuenta aquellas otras actuaciones que deban desarrollarse de conformidad con lo dispuesto en la normativa sobre protección de riesgos específicos y actividades de especial peligrosidad. La evaluación será actualizada cuando cambien las condiciones de trabajo y, en todo caso, se someterá a consideración y se revisará, si fuera necesario, con ocasión de los daños para la salud que se hayan producido. Se actualizará cuando sean detectados cambios en el estado biológico o psicofísico del trabajador.

3. CAMPO DE APLICACIÓN.-

El presente procedimiento se aplicará a los trabajadores y trabajadoras de la Universidad de Zaragoza.

4. DEFINICIONES.-

A efectos de la presente Procedimiento se entenderá por:

- 'riesgo ergonómico': probabilidad de sufrir un evento adverso e indeseado, accidente o enfermedad, durante la realización de algún trabajo y condicionado por los factores de riesgo ergonómico.

- 'factores de riesgo ergonómico': atributos o elementos de una tarea que aumentan la posibilidad de que un trabajador o usuario, expuesto a ellos, desarrolle una lesión, enfermedad o efecto no deseado.

 Unidad de Prevencción de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevencción de Riesgos Laborales	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
		Revisión: 00
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales	Fecha: 14/11/2012
		Página 4 de 10

- 'discriminación directa': la situación en que una persona sea, haya sido o pudiera ser tratada de manera menos favorable que otra en situación comparable por razón de sexo,

- 'discriminación indirecta': la situación en que una disposición, criterio o práctica aparentemente neutros sitúan a personas de un sexo determinado en desventaja particular con respecto a personas del otro sexo, salvo que dicha disposición, criterio o práctica pueda justificarse objetivamente con una finalidad legítima y que los medios para alcanzar dicha finalidad sean adecuados y necesarios,

- 'acoso': la situación en que se produce un comportamiento no deseado relacionado con el sexo de una persona con el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad de la persona y de crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo,

- 'acoso sexual': la situación en que se produce cualquier comportamiento verbal, no verbal o físico no deseado de índole sexual con el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo.

5. LEGISLACIÓN Y NORMAS DE CONSULTA.-

Ley 31/95 de Prevencción de Riesgos Laborales

REAL DECRETO 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevencción.

REAL DECRETO 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

 Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
		Revisión: 00
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales	Fecha: 14/11/2012
		Página 5 de 10

REAL DECRETO 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 dorso lumbares, para los trabajadores.

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.

REAL DECRETO 614/2001, de 8 de junio, sobre disposiciones mínimas para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores frente al riesgo eléctrico.

REAL DECRETO 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.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de equipos con pantallas de visualización.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: Guías para la Acción Preventiva. Trabajo en Oficinas.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: NTP 232: Pantallas de visualización de datos (PVD): fatiga postural.

 Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
		Revisión: 00
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales	Fecha: 14/11/2012
		Página 6 de 10

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: NTP 242: Ergonomía.
Análisis ergonómico de los espacios de trabajo en oficinas.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: NTP 289: Síndrome del
edificio enfermo: factores de riesgo.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: NTP 358: Olores: un factor
de calidad y confort en ambientes interiores.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: NTP 438: Prevención de
estrés: intervención sobre la organización.

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO.
MINISTERIO DE TRABAJO Y AA. SOCIALES: NTP 445: Carga mental de
trabajo: fatiga.

6. DESARROLLO.-

6.1. PERSONAS Y HERRAMIENTAS

6.1.1 EVALUADOR:

El técnico de Ergonomía y Psicosociología de la U.P.R.L. (Unidad de Prevención de Riesgos Laborales) visitará los puestos de trabajo a evaluar.

6.1.2. NOTIFICACIONES DE EVALUACIÓN:

El técnico de la U.P.R.L. notificará que va a realizar la evaluación de ese puesto de trabajo:

1. Al superior o responsable del área donde esté ubicado el puesto de trabajo.

 Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales	CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales	Revisión: 00
		Fecha: 14/11/2012
		Página 7 de 10

2. A los delegados de prevención y miembros del CSS.

6.1.3. PROCEDIMIENTO EVALUACIÓN:

1. Entrevista con el trabajador/a
2. Medición de luz y dimensiones del puesto de trabajo tras inspección visual.
3. Toma de datos en la Hoja de registro (ver punto 6.2)

Utilizará como herramientas básicas:

1. Luxómetro.
2. Flexómetro.

6.1.4. INFORME DE EVALUACIÓN

El técnico de prevención emitirá un informe con los resultados de la evaluación de los riesgos ergonómicos y/o psicosociales detectados y estimará si es necesaria o conveniente una evaluación más profunda de los riesgos detectados.

6.2. HOJA DE REGISTRO

Apellidos:	Fecha:
Nombre:	Estatura:
Unidad/Servicio:	Peso:
Sección:	Edad:
Puesto:	Extensión:

	Exposición al riesgo	Tiempo de exposición	Valoración
1. Espacio de trabajo. El área de trabajo tiene suficiente espacio y estabilidad La superficie de trabajo se mantiene a la altura del codo La organización espacial es adecuada			

 <p>Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza</p>	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales		CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
			Revisión: 00
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales		Fecha: 14/11/2012
			Página 8 de 10

<p>2. Mobiliario.</p> <p>La mesa tiene dimensiones adecuadas para la tarea La silla es adecuada para la tarea</p>			
<p>3. Ordenador (otras máquinas).</p> <p>Trabaja con pantallas de ordenador (otras máquinas) durante más de dos horas al día La distribución espacial de los elementos informáticos es adecuada</p>			
<p>4. Complementos ergonómicos.</p> <p>Dispone de los complementos ergonómicos (reposapiés, atril, ...) necesarios para su tarea y situación de salud</p>			
<p>5. Carga visual.</p> <p>No se producen situaciones de sobrecarga visual por las tareas a desarrollar o por las condiciones ambientales</p>			
<p>6. Carga postural.</p> <p>No trabaja repetitivamente con los miembros superiores No hay sobrecarga postural</p>			
<p>7. Manejo y manipulación de cargas.</p> <p>Trabaja con cargas superiores a 3 Kg. habitualmente Trabaja con cargas superiores a 15 / 25 Kg. habitualmente</p>			
<p>8. Iluminación.</p> <p>Hay luz natural El nivel de iluminación es suficiente para la tarea No hay deslumbramientos ni reflejos molestos</p>			
<p>9. Ruido.</p> <p>No hay ruido que causa molestias o irritaciones</p>			
<p>10. Condiciones ambientales.</p> <p>Temperatura y humedad son adecuados Hay ventilación suficiente No hay contaminantes químicos, tabaco, olores...</p>			

 Unidad de Prevención de Riesgos Laborales Universidad Zaragoza	Procedimientos Unidad de Prevención de Riesgos Laborales		CÓDIGO: PoPRL-EVA-03
			Revisión: 00
	Evaluación de Riesgos Ergonómicos y Psicosociales		Fecha: 14/11/2012
			Página 9 de 10

11. Factores psicosociales. Trabajo monótono, repetitivo, pocas exigencias Autonomía, implicación en la organización del trabajo Ritmo de trabajo elevado, falta de tiempo Elevada responsabilidad			
12. Violencia en el trabajo. Acoso sexual Acoso laboral Agresión física, amenaza verbal, intimidación			

EVALUADOR:

7. RESPONSABILIDADES.-

El Técnico en Ergonomía y Psicología Aplicada es el responsable de la evaluación de riesgos de los puestos de trabajo.

El responsable de la UPRL, revisará y autorizará las evaluaciones.

