

Prevencion10.es

Cuestionario de Evaluación
EVALUA-T:
Tu actividad a medida (formulario genérico)



Documento único que incluye: Plan de prevención de riesgos laborales, evaluación de riesgos y planificación de la actividad preventiva (Artículo 2.4 del Real Decreto 39/1997, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención)

actividad

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Instrucciones

Este fichero contiene el cuestionario de evaluación de la herramienta evaluat para la actividad que has seleccionado.

En este documento se incluye una Evaluación de RIESGOS GENERALES y de cada uno de los PUESTOS de TRABAJO posibles en la Actividad.

Deberás completar el cuestionario indicando por cada 'Medida Preventiva' contemplada en cada Riesgo, contestando en 'Adoptada': SI, NO o NP (NO PROCEDE)

Cuando contestes 'NO', deberás planificar la corrección para ese incumplimiento. Te proponemos una posible solución. Ten en cuenta la prioridad de la medida:

Baja	Puedes tener un riesgo de nivel bajo.	Ponte un plazo razonable de sustitución, por ejemplo de 5 meses.
Media	Puedes tener un riesgo de nivel medio.	Ponte un plazo razonable de sustitución, por ejemplo de 2 meses.
Alta	Puedes tener un riesgo alto.	Ponte inmediatamente medidas provisionales y corrige la situación lo antes.

Recuerda que toda esta documentación deberá estar a disposición de la Autoridad laboral.

Ante cualquier duda, consulta las páginas web de **Prevencion10.es** y del INSST. Además, también puedes llamar a nuestro servicio de atención telefónica. Su horario de atención de lunes a viernes de 9:00 a 14:00.

stop
Riesgos Laborales
913 63 43 00



Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Instalaciones y equipos eléctricos y de gas

RIESGO: Electrocución, asfixia e incendio

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las instalaciones eléctrica y de gas están certificadas y revisadas por un instalador autorizado.				
Las instalaciones se mantienen en buen estado de funcionamiento.				
Se prohíbe al personal trabajador la realización de cualquier reparación por sencilla que parezca.				
Se vigila que las tuberías, gomas, conexiones y quemadores estén en buen estado.				
Se comprueban, periódicamente, los interruptores diferenciales accionando el pulsador de prueba.				
Se evita sobrecargar los enchufes.				
Todos los equipos eléctricos se conectan a la red mediante clavijas en buen estado.				
Se deja de utilizar, inmediatamente, cualquier equipo eléctrico o de gas en malas condiciones.				
Los equipos eléctricos disponen de marcado CE.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Situaciones de violencia

RIESGO: Situaciones de violencia y acoso

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se evita que los trabajadores se queden solos aquellos momentos que puedan dar lugar a situaciones violentas.				
Se dispone de mecanismos de seguridad y protección frente a atracos. (P. ej. alarmas, cámaras, etc.).				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Condiciones ambientales

RIESGO: Daños por falta de iluminación

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
La iluminación general es suficiente para poder circular sin dificultad.				
La iluminación en los puestos de trabajo permite realizar las tareas con comodidad.				
Las ventanas tienen elementos, como cortinas o estores, para modular la luz natural.				
Las luminarias incorporan sistemas, como pantallas o difusores, para evitar deslumbramientos.				
Se sustituyen rápidamente las lámparas fundidas o parpadeantes.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Condiciones ambientales

RIESGO: Trastornos derivados de la temperatura y de la mala climatización

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se garantizan unas condiciones de temperatura y humedad confortables.				
Se garantiza la renovación del aire en los locales mediante una buena ventilación.				
Se evita la ubicación de puestos de trabajo en zonas afectadas por corrientes de aire molestas.				
Se realiza el mantenimiento de los sistemas de climatización de acuerdo con las instrucciones del fabricante.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Condiciones ambientales

RIESGO: Trastornos derivados del ruido

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se adquieren los equipos de trabajo teniendo en cuenta su nivel de ruido.				
Se reduce el volumen de los teléfonos para evitar molestias entre los trabajadores.				
El local está aislado para que el ruido exterior no perturbe el desarrollo normal del trabajo.				
Los equipos ruidosos están alejados de los puestos de trabajo para no dificultar la comunicación.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Riesgos generales**

FUENTE DE DAÑO: Lugar de trabajo				
RIESGO: Golpes y atrapamientos				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
El centro de trabajo se mantiene limpio y ordenado.				
Los pasillos y escaleras están libres de obstáculos y su anchura que permite utilizarlos con comodidad.				
Las vías de acceso a los puestos de trabajo permiten el paso sin dificultad.				
Las dimensiones del lugar de trabajo permiten a los trabajadores realizar sus tareas cómodamente.				
Los pavimentos y escaleras no resbalan, son regulares y están en buenas condiciones.				
Cuando el suelo está húmedo, se señala.				
Las escaleras y rampas, de más de 60 cm de altura, tienen barandillas y cuentan con protección para impedir la caída de objetos.				
La anchura mínima de las puertas exteriores es de 80 cm.				
Las puertas y mamparas transparentes están señalizadas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Lugar de trabajo

RIESGO: Golpes y atrapamientos

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las puertas automáticas o de apertura vertical tienen dispositivos de seguridad para impedir su cierre o desplome.				
Las puertas de vaivén cuentan con ojos de buey o huecos para permitir la visión del lado opuesto.				
Las puertas correderas cuentan con dispositivos para impedir su salida de los carriles.				
Los ascensores y montacargas siguen el calendario de mantenimiento y las inspecciones según la normativa vigente.				
Los montacargas se usan solo para el transporte de materiales y mercancías.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Mobiliario				
RIESGO: Golpes y desplome de objetos				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las estanterías son estables y están ancladas a la pared.				
Se evita el apilamiento inestable de materiales en la parte superior de los armarios y las estanterías altas.				
En las estanterías, se colocan los objetos más pesados en los niveles inferiores o intermedios y los más ligeros en la parte superior.				
La mesas y archivadores tienen dispositivos antivuelco (que impidan la apertura de dos cajones simultáneamente).				
Los cajones cuentan con dispositivos para evitar su salida de las guías.				
Se impide la utilización del mobiliario (sillas, cajoneras, etc.) a modo de escaleras.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Situaciones de emergencia

RIESGO: Quemaduras, asfixia e incendio

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los sistemas contraincendio están debidamente instalados, señalizados y son revisados por una entidad competente.				
Las fuentes de calor (estufas, hornos, etc.) están alejadas de los materiales combustibles o inflamables.				
Las vías y salidas de evacuación están señalizadas y se mantienen libres de obstáculos en todo momento.				
Las puertas de emergencia abren hacia el exterior y sin necesidad de llave.				
Se dispone alumbrado de emergencia para facilitar la evacuación.				
Se comprueba, periódicamente, el estado de la instalación de extinción (p. ej. extintores) y del alumbrado de emergencia.				
Todos los trabajadores saben cómo actuar en caso de incendio u otra emergencia.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Condiciones organizativas

RIESGO: Problemas relacionales y organizativos

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
La jornada laboral se ajusta al horario establecido en el contrato de trabajo.				
Se evita que, de forma habitual, haya puestos con excesiva carga de trabajo.				
Se establecen pausas y descansos a lo largo de la jornada para evitar la aparición de la fatiga.				
Se dispone, por norma general, de tiempo suficiente para realizar el trabajo sin presiones.				
Se evitan, en la medida de lo posible, las tareas monótonas y repetitivas.				
Las tareas asignadas se corresponden con las funciones propias de sus puestos de trabajo.				
El personal tiene claras cuáles son sus tareas y se evita que reciban instrucciones contradictorias.				
Se favorece la autonomía del personal para administrar sus pausas, regular su ritmo de trabajo y organizar sus tareas.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Riesgos generales

FUENTE DE DAÑO: Condiciones organizativas

RIESGO: Problemas relacionales y organizativos

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los trabajadores disponen de la formación, los medios técnicos y el apoyo organizativo necesario para el desarrollo de sus tareas.				
Se promueve un buen ambiente de trabajo.				
Se permite la participación del personal en las decisiones que puedan afectar a su trabajo.				
Se favorece la comunicación con los superiores jerárquicos respecto a los problemas relacionados con el trabajo.				
Se informa al personal sobre su rendimiento y se les reconoce el trabajo bien hecho.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajo nocturno

RIESGO: Trastornos de la alimentación

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Durante el turno de noche, se realizan pausas para que el personal pueda comer de forma equilibrada.				

FUENTE DE DAÑO: Trabajo nocturno

RIESGO: Falta de conciliación

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
El personal conoce el calendario de turnos con suficiente antelación.				

FUENTE DE DAÑO: Trabajo nocturno

RIESGO: Alteraciones del sueño

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se procura reducir la carga de trabajo durante el turno de noche.				
Se reduce la duración del turno de noche al mínimo imprescindible.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Mascotas				
RIESGO: Contagio de enfermedades				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las tijeras, grapadoras y otros instrumentos punzantes se usan y mantienen correctamente.				
Se evita atender a mascotas que presentan síntomas de encontrarse enfermas.				
Se conocen las características de cada animal: comportamiento, vacunas, enfermedades relevantes...				
Se utilizan bozales o correas para evitar las mordeduras de los animales nerviosos o agresivos.				
Los instrumentos cortantes o punzantes se guardan y almacenan de forma adecuada.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre cómo movilizar mascotas de forma correcta.				
Se ha informado al servicio de Medicina del Trabajo de la presencia de trabajadoras embarazadas o en periodo de lactancia.				
Se siguen las indicaciones del servicio de Medicina del Trabajo relativas a la protección de la maternidad.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Tráfico y circulación

RIESGO: Accidentes de tráfico

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se respetan las normas de circulación y las recomendaciones de la Dirección General de Tráfico.				
Los vehículos siguen el calendario de revisiones del fabricante y pasan las ITV reglamentarias.				
Los trabajadores saben cómo circular de forma segura con motos y bicicletas.				
Se respetan las normas de circulación y las recomendaciones de la Dirección General de Tráfico.				
Los vehículos siguen el calendario de revisiones del fabricante y pasan las ITV reglamentarias.				
Los trabajadores saben cómo circular de forma segura con motos y bicicletas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Instrumentos de corte y despiece

RIESGO: Cortes e infecciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Las tareas de corte se realizan sobre tablas o superficies no resbaladizas.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				
Se utilizan guantes de malla para las tareas de despiece o corte.				
Se desecha, inmediatamente, la vajilla y menaje en mal estado.				
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Las tareas de corte se realizan sobre tablas o superficies no resbaladizas.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				
Se utilizan guantes de malla para las tareas de despiece o corte.				
Se desecha, inmediatamente, la vajilla y menaje en mal estado.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Tijeras y utensilios cortantes

RIESGO: Cortes e infecciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Clientes y público				
RIESGO: Situaciones de violencia				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se han establecido pautas y estrategias sobre cómo tratar a personas ajenas a la empresa (clientes, alumnos, pacientes, etc.).				
Los trabajadores saben cómo actuar ante situaciones violentas.				
Se dispone de un entorno agradable y adecuado para atender a los clientes o usuarios.				
Se ajusta el número de trabajadores a las demandas del servicio (número de clientes, usuarios, etc.).				
Se han establecido pautas y estrategias sobre cómo tratar a personas ajenas a la empresa (clientes, alumnos, pacientes, etc.).				
Los trabajadores saben cómo actuar ante situaciones violentas.				
Se dispone de un entorno agradable y adecuado para atender a los clientes o usuarios.				
Se ajusta el número de trabajadores a las demandas del servicio (número de clientes, usuarios, etc.).				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Gases a presión

RIESGO: Explosión y asfixia

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las botellas se colocan asegurándolas para que no se caigan.				
Las tomas de las botellas están protegidas frente a golpes y roturas.				
Se procura almacenar la menor cantidad de botellas posible.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Instrumentos punzantes y cortantes

RIESGO: Cortes e infecciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				
Los utensilios de corte están bien afilados y tienen mangos antideslizantes.				
Los utensilios de corte se transportan y almacenan de manera adecuada para evitar cortes y heridas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos para reparaciones

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos para reparaciones

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos para reparaciones

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos y equipos de limpieza

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se utilizan solo, salvo para alguna necesidad concreta, productos de limpieza de uso doméstico.				
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se evitan las mezclas de productos de limpieza diferentes.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Se proporcionan guantes de limpieza y se promueve su uso.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos y equipos de limpieza

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

FUENTE DE DAÑO: Productos y equipos de limpieza

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se utilizan carros para el transporte del material de limpieza.				
Los mangos de las fregonas y cepillos permiten mantener la espalda erguida.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Maquinaria específica para tintorerías

RIESGO: Riesgos derivados del uso de máquinas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se sigue el calendario de revisiones y mantenimiento de cada máquina.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
La puerta de la lavadora permanece cerrada hasta que la señal de aviso, o el desbloqueo, permitan su apertura.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Agua				
RIESGO: Dermatitis e infecciones de piel				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
El personal se seca bien las manos después de estar en contacto con el agua.				
Se proporcionan guantes de goma para trabajos en mojado y se fomenta su uso.				
El personal se seca bien las manos después de estar en contacto con el agua.				
Se proporcionan guantes de goma para trabajos en mojado y se fomenta su uso.				
El personal se seca bien las manos después de estar en contacto con el agua.				
El personal se seca bien las manos después de estar en contacto con el agua.				
El personal se seca bien las manos después de estar en contacto con el agua.				
El personal se seca bien las manos después de estar en contacto con el agua.				
Se proporcionan guantes de goma para trabajos en mojado y se fomenta su uso.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Escaleras de mano

RIESGO: Caídas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las escaleras están en buen estado de conservación y tienen la altura suficiente para el trabajo que se realiza.				
Se asegura el correcto montaje y colocación antes de su uso.				
Las escaleras de tijera tienen dispositivos para evitar su apertura incontrolada.				
Se evita el uso de la escalera con las manos ocupadas, de lado o de espaldas.				
Se evitan los estiramientos horizontales excesivos por no mover la escalera.				
Se ha enseñado al personal a utilizar las escaleras de mano de forma segura.				
Las escaleras están en buen estado de conservación y tienen la altura suficiente para el trabajo que se realiza.				
Se asegura el correcto montaje y colocación antes de su uso.				
Las escaleras de tijera tienen dispositivos para evitar su apertura incontrolada.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Escaleras de mano

RIESGO: Caídas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se evita el uso de la escalera con las manos ocupadas, de lado o de espaldas.				
Se evitan los estiramientos horizontales excesivos por no mover la escalera.				
Se ha enseñado al personal a utilizar las escaleras de mano de forma segura.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas				
RIESGO: Heridas, proyección de partículas				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Condiciones meteorológicas				
RIESGO: Problemas derivados de la meteorología				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
La ropa de trabajo es apropiada para las condiciones meteorológicas existentes.				
Se adecúan los tiempos de trabajo en función de la meteorología.				
Cuando son necesarias, se realizan pausas para beber agua o tomar bebidas calientes.				
La ropa de trabajo es apropiada para las condiciones meteorológicas existentes.				
Se adecúan los tiempos de trabajo en función de la meteorología.				
Cuando son necesarias, se realizan pausas para beber agua o tomar bebidas calientes.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Maquinaria específica para hostelería

RIESGO: Riesgos derivados del uso de máquinas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se sigue el calendario de revisiones y mantenimiento de cada máquina.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Niños pequeños y bebés

RIESGO: Contagio de enfermedades

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se extreman las medidas de higiene en tareas como el cambio de pañales, limpieza de vómitos, comida, etc.				
Se vigila la aparición de síntomas infectocontagiosos y se evita la permanencia en el centro de los niños enfermos.				
Se fomenta la vacunación entre la plantilla.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Niños pequeños y bebés

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre la forma correcta de manipular las cargas.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre cómo movilizar personas de forma correcta.				

FUENTE DE DAÑO: Objetos en reparación

RIESGO: Electrocutión

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Objetos en reparación

RIESGO: Heridas y cortes

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se utilizan equipos de protección individual para evitar cortes con objetos afilados.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se utilizan equipos de protección individual para evitar cortes con objetos afilados.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Plantas y tierra

RIESGO: Contagio de enfermedades

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se utilizan de guantes de trabajo, con marcado CE, resistentes a cortes y pinchazos.				
Se evita la acumulación de residuos orgánicos en las zonas no habilitadas para ello.				
Se evita que las personas trabajadoras coman o beban con las manos manchadas de tierra o plantas.				
Se fomenta que las personas trabajadoras se vacunen frente al tétanos.				
Se utilizan de guantes de trabajo, con marcado CE, resistentes a cortes y pinchazos.				
Se evita la acumulación de residuos orgánicos en las zonas no habilitadas para ello.				
Se evita que las personas trabajadoras coman o beban con las manos manchadas de tierra o plantas.				
Se fomenta que las personas trabajadoras se vacunen frente al tétanos.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas				
RIESGO: Heridas, proyección de partículas				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Se comprueba la correcta colocación de elementos auxiliares como discos abrasivos, sierras, etc.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Se utilizan equipos de protección para evitar cortes, proyecciones, etc.				
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Se comprueba la correcta colocación de elementos auxiliares como discos abrasivos, sierras, etc.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas

RIESGO: Heridas, proyección de partículas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Se utilizan equipos de protección para evitar cortes, proyecciones, etc.				
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Se comprueba la correcta colocación de elementos auxiliares como discos abrasivos, sierras, etc.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas

RIESGO: Heridas, proyección de partículas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Se utilizan equipos de protección para evitar cortes, proyecciones, etc.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas				
RIESGO: Trastornos de las extremidades superiores				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Pantallas de visualización de datos (PVD)

RIESGO: Sobrecarga física y mental

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
La pantalla está colocada a 40-75 cm de los ojos del usuario.				
Se evita la aparición de reflejos o deslumbramientos en la pantalla.				
El respaldo de las sillas es regulable en altura y con apoyo lumbar.				
Se dispone, al menos, de 10 cm libres entre el borde de la mesa y el teclado para apoyar las muñecas.				
Se proporcionan atriles y reposapiés a los trabajadores que los solicitan.				
Los trabajadores saben cómo ajustar el mobiliario para mejorar su salud postural.				
Se promueven buenas prácticas para prevenir el sedentarismo (p. ej. pausas cortas, estiramientos, etc.).				
La pantalla está colocada a 40-75 cm de los ojos del usuario.				
Se evita la aparición de reflejos o deslumbramientos en la pantalla.				
El respaldo de las sillas es regulable en altura y con apoyo lumbar.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Pantallas de visualización de datos (PVD)

RIESGO: Sobrecarga física y mental

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se dispone, al menos, de 10 cm libres entre el borde de la mesa y el teclado para apoyar las muñecas.				
Se proporcionan atriles y reposapiés a los trabajadores que los solicitan.				
Los trabajadores saben cómo ajustar el mobiliario para mejorar su salud postural.				
Se promueven buenas prácticas para prevenir el sedentarismo (p. ej. pausas cortas, estiramientos, etc.).				

FUENTE DE DAÑO: Agua en piscinas

RIESGO: Dermatitis e infecciones de piel

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
La indumentaria de los monitores se adecua a las condiciones ambientales de la piscina.				
Los monitores se secan y se quitan la ropa mojada lo antes posible.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Música

RIESGO: Hipoacusia y otros trastornos del ruido

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se ha realizado una evaluación de la exposición del ruido al que están expuestos los trabajadores.				
Se cumple con el programa de medidas establecidas en la evaluación de la exposición al ruido.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Cámaras de frío

RIESGO: Hipotermia y congelación

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se utilizan guantes o manoplas, con marcado CE, para evitar el contacto con las superficies muy frías.				
Se utiliza ropa de trabajo adecuada para acceder al interior de las cámaras de frío.				
Se ha dado información sobre buenas prácticas de trabajo. Por ejemplo, consumir líquidos calientes no excitantes.				
Se utilizan guantes o manoplas, con marcado CE, para evitar el contacto con las superficies muy frías.				
Se utiliza ropa de trabajo adecuada para acceder al interior de las cámaras de frío.				
Se ha dado información sobre buenas prácticas de trabajo. Por ejemplo, consumir líquidos calientes no excitantes.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Cámaras de frío

RIESGO: Atrapamientos

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las puertas de las cámaras de frío se pueden abrir desde el interior.				
Las cámaras de frío cuentan con un sistema de alarma y alumbrado de emergencia.				
Las puertas de las cámaras de frío se pueden abrir desde el interior.				
Las cámaras de frío cuentan con un sistema de alarma y alumbrado de emergencia.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Usuarios o pacientes				
RIESGO: Contagio de enfermedades				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Los residuos biológicos se almacenan y recogen según la normativa vigente.				
Se garantiza la limpieza y desinfección del material sanitario no desechable.				
Se fomenta la vacunación entre la plantilla.				
Se utilizan, en caso necesario, guantes o mascarillas para la exploración de los pacientes o usuarios.				
Se extreman las medidas de higiene personal después de cada exploración.				
Los residuos biológicos se almacenan y recogen según la normativa vigente.				
Se garantiza la limpieza y desinfección del material sanitario no desechable.				
Se fomenta la vacunación entre la plantilla.				
Se utilizan, en caso necesario, guantes o mascarillas para la exploración de los pacientes o usuarios.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Usuarios o pacientes				
RIESGO: Contagio de enfermedades				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se extreman las medidas de higiene personal después de cada exploración.				
Los residuos biológicos se almacenan y recogen según la normativa vigente.				
Se garantiza la limpieza y desinfección del material sanitario no desechable.				
Se fomenta la vacunación entre la plantilla.				
Se utilizan, en caso necesario, guantes o mascarillas para la exploración de los pacientes o usuarios.				
Se extreman las medidas de higiene personal después de cada exploración.				
Los residuos biológicos se almacenan y recogen según la normativa vigente.				
Se garantiza la limpieza y desinfección del material sanitario no desechable.				
Se fomenta la vacunación entre la plantilla.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Usuarios o pacientes

RIESGO: Contagio de enfermedades

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se utilizan, en caso necesario, guantes o mascarillas para la exploración de los pacientes o usuarios.				
Se extreman las medidas de higiene personal después de cada exploración.				

FUENTE DE DAÑO: Usuarios o pacientes

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre cómo movilizar personas de forma correcta.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre cómo movilizar personas de forma correcta.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre cómo movilizar personas de forma correcta.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre cómo movilizar personas de forma correcta.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Manejo de cargas

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las cargas se manipulan, siempre que sea posible, utilizando medios mecánicos (carros, poleas...) o entre varias personas.				
El diseño de las cargas y paquetes permiten un agarre cómodo.				
Las dimensiones máximas de las cargas que se manejan habitualmente son inferiores a 60 x 50 x 60 cm.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre la forma correcta de manipular las cargas.				
Las cargas se manipulan, siempre que sea posible, utilizando medios mecánicos (carros, poleas...) o entre varias personas.				
El diseño de las cargas y paquetes permiten un agarre cómodo.				
Las dimensiones máximas de las cargas que se manejan habitualmente son inferiores a 60 x 50 x 60 cm.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre la forma correcta de manipular las cargas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Manejo de cargas

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las cargas se manipulan, siempre que sea posible, utilizando medios mecánicos (carros, poleas...) o entre varias personas.				
El diseño de las cargas y paquetes permiten un agarre cómodo.				
Las dimensiones máximas de las cargas que se manejan habitualmente son inferiores a 60 x 50 x 60 cm.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre la forma correcta de manipular las cargas.				
Las cargas se manipulan, siempre que sea posible, utilizando medios mecánicos (carros, poleas...) o entre varias personas.				
El diseño de las cargas y paquetes permiten un agarre cómodo.				
Las dimensiones máximas de las cargas que se manejan habitualmente son inferiores a 60 x 50 x 60 cm.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre la forma correcta de manipular las cargas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Manejo de cargas

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las cargas se manipulan, siempre que sea posible, utilizando medios mecánicos (carros, poleas...) o entre varias personas.				
El diseño de las cargas y paquetes permiten un agarre cómodo.				
Las dimensiones máximas de las cargas que se manejan habitualmente son inferiores a 60 x 50 x 60 cm.				
Se ha proporcionado información y entrenamiento sobre la forma correcta de manipular las cargas.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Alimentos frescos				
RIESGO: Contagio de enfermedades				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se siguen las indicaciones y protocolos de las autoridades sanitarias para la manipulación de alimentos.				
Se evita la acumulación de residuos orgánicos en las zonas no habilitadas para ello.				
Las personas trabajadoras se lavan las manos después de manipular los alimentos frescos.				
La limpieza de la ropa de trabajo corre a cargo de la empresa.				
Se siguen las indicaciones y protocolos de las autoridades sanitarias para la manipulación de alimentos.				
Se evita la acumulación de residuos orgánicos en las zonas no habilitadas para ello.				
Las personas trabajadoras se lavan las manos después de manipular los alimentos frescos.				
La limpieza de la ropa de trabajo corre a cargo de la empresa.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Movimientos repetitivos

RIESGO: Trastornos de las extremidades superiores

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Movimientos repetitivos				
RIESGO: Trastornos de las extremidades superiores				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Movimientos repetitivos

RIESGO: Tendinitis y problemas en extremidades superiores

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se distribuye bien el peso en las bandejas procurando no sobrecargarlas demasiado.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos de peluquería				
RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se ha realizado una evaluación de la exposición a agentes químicos a los que están expuestos los trabajadores.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Alumnos

RIESGO: Fatiga emocional

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los trabajadores disponen de cierta autonomía para gestionar el programa lectivo.				
Los profesores disponen de los medios y recursos didácticos necesarios para impartir las clases.				
Los trabajadores saben cómo actuar ante una agresión por parte de los alumnos.				
Los trabajadores disponen de cierta autonomía para gestionar el programa lectivo.				
Los profesores disponen de los medios y recursos didácticos necesarios para impartir las clases.				
Los trabajadores saben cómo actuar ante una agresión por parte de los alumnos.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Fuentes de calor

RIESGO: Quemaduras

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Después de utilizar los objetos calientes, estos se colocan en lugares apropiados hasta que se enfríen.				
El personal sabe cómo se deben manipular los objetos calientes.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Después de utilizar los objetos calientes, estos se colocan en lugares apropiados hasta que se enfríen.				
El personal sabe cómo se deben manipular los objetos calientes.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Fuentes de calor

RIESGO: Quemaduras

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Después de utilizar los objetos calientes, estos se colocan en lugares apropiados hasta que se enfríen.				
El personal sabe cómo se deben manipular los objetos calientes.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Después de utilizar los objetos calientes, estos se colocan en lugares apropiados hasta que se enfríen.				
El personal sabe cómo se deben manipular los objetos calientes.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Maquinaria de corte y despiece

RIESGO: Heridas, proyección de partículas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Se comprueba la correcta colocación de elementos auxiliares como discos abrasivos, sierras, etc.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Se utilizan equipos de protección para evitar cortes, proyecciones, etc.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajo en solitario

RIESGO: Inseguridad y situaciones de violencia

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conoce, con antelación, el itinerario de los trabajadores cuando estos salen de la empresa.				
Los trabajadores disponen de los recursos necesarios para afrontar cualquier imprevisto cuando están fuera del centro de trabajo.				
El personal desplazado dispone de los medios necesarios para realizar su trabajo.				
Hay habilitados mecanismos de comunicación entre la base y los trabajadores que están fuera de la empresa.				
Se conoce, con antelación, el itinerario de los trabajadores cuando estos salen de la empresa.				
Los trabajadores disponen de los recursos necesarios para afrontar cualquier imprevisto cuando están fuera del centro de trabajo.				
El personal desplazado dispone de los medios necesarios para realizar su trabajo.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajo en solitario

RIESGO: Inseguridad y situaciones de violencia

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Hay habilitados mecanismos de comunicación entre la base y los trabajadores que están fuera de la empresa.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajar de pie

RIESGO: Trastornos debidos a posturas incómodas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajar de pie

RIESGO: Trastornos debidos a posturas incómodas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajar de pie

RIESGO: Trastornos debidos a posturas incómodas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Trabajar de pie

RIESGO: Trastornos debidos a posturas incómodas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Actividades externas

RIESGO: Inseguridad y situaciones de violencia

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conoce, con antelación, el itinerario de los trabajadores cuando estos salen de la empresa.				
Los trabajadores disponen de los recursos necesarios para afrontar cualquier imprevisto cuando están fuera del centro de trabajo.				
El personal desplazado dispone de los medios necesarios para realizar su trabajo.				
Hay habilitados mecanismos de comunicación entre la base y los trabajadores que están fuera de la empresa.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Quitamanchas y productos para planchado

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se dispone de cabinas de desmanchado dotadas de extracción localizada de aire.				
Se ha realizado una evaluación de la exposición a agentes químicos a los que están expuestos los trabajadores.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Fogones y hornos

RIESGO: Quemaduras

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
El tamaño de los recipientes es adecuado para evitar el derrame de sustancias calientes.				
Los mangos se orientan hacia el interior de los fogones.				
Los hornos solo se abren el tiempo indispensable para su uso.				
Se utilizan guantes u otros utensilios adecuados para manipular objetos calientes.				
Se realizan pausas o rotaciones para que los trabajadores no permanezcan en las zonas de calor por periodos prolongados.				

FUENTE DE DAÑO: Máquinas de coser

RIESGO: Problemas dorsolumbares

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
El respaldo de las sillas es regulable en altura y con apoyo lumbar.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Máquinas de coser

RIESGO: Heridas, proyección de partículas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para mudanzas

RIESGO: Trastornos debidos a posturas incómodas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se han ajustado el asiento y los espejos retrovisores para adoptar una postura confortable.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para mudanzas

RIESGO: Accidentes de tráfico

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se comprueba la correcta sujeción de la mercancía antes de iniciar la marcha.				
Se conocen las condiciones de acceso (forma de estacionamiento, señalización...) de los lugares de carga y descarga.				
El conductor cuenta con algún tipo de ayuda durante las maniobras de marcha atrás.				

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para mudanzas

RIESGO: Trastornos asociados a vibraciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se revisa, de forma periódica, la presión de los neumáticos, el sistema de amortiguación y la suspensión del asiento.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para mudanzas

RIESGO: Caídas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los estribos de acceso a la cabina están limpios de sustancias resbaladizas.				
El acceso a la cabina se realizan siempre de cara al vehículo y sujetándose de las agarradaredas.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Uso de la voz

RIESGO: Trastornos de la voz

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
La acústica de las salas impide la amplificación y reverberación del sonido.				
Se adecúa el número de alumnos a las dimensiones del espacio físico.				
Se han enseñado técnicas de cuidado de la voz a los trabajadores.				
La acústica de las salas impide la amplificación y reverberación del sonido.				
Se adecúa el número de alumnos a las dimensiones del espacio físico.				
Se han enseñado técnicas de cuidado de la voz a los trabajadores.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para agricultura

RIESGO: Trastornos debidos a posturas incómodas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las personas trabajadoras pueden alternar la postura cuando lo necesitan (p. ej. de pie, sentados, etc.).				
Se utiliza calzado cómodo, cerrado, transpirable y con suela antideslizante.				
Se han ajustado el asiento y los espejos retrovisores para adoptar una postura confortable.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para agricultura

RIESGO: Trastornos asociados a vibraciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se revisa, de forma periódica, la presión de los neumáticos, el sistema de amortiguación y la suspensión del asiento.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Vehículos profesionales para agricultura

RIESGO: Caídas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Los estribos de acceso a la cabina están limpios de sustancias resbaladizas.				
El acceso a la cabina se realizan siempre de cara al vehículo y sujetándose de las agarradaredas.				

FUENTE DE DAÑO: Material de oficina

RIESGO: Heridas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las tijeras, grapadoras y otros instrumentos punzantes se usan y mantienen correctamente.				
Los instrumentos cortantes o punzantes se guardan y almacenan de forma adecuada.				
Las tijeras, grapadoras y otros instrumentos punzantes se usan y mantienen correctamente.				
Los instrumentos cortantes o punzantes se guardan y almacenan de forma adecuada.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Horarios prolongados

RIESGO: Estrés y trastornos derivados

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se reducen al mínimo las pernoctaciones fuera de su domicilio habitual.				
Se cumplen las jornadas de trabajo y se garantiza el descanso entre jornadas.				
Se evita la realización habitual de jornadas prolongadas más allá del horario establecido en el contrato de trabajo.				
Se reducen al mínimo las pernoctaciones fuera de su domicilio habitual.				
Se cumplen las jornadas de trabajo y se garantiza el descanso entre jornadas.				
Se evita la realización habitual de jornadas prolongadas más allá del horario establecido en el contrato de trabajo.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Maquinaria específica para mudanzas

RIESGO: Golpes y desplome de objetos

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se impide el paso por debajo de poleas o plataformas de elevación.				
Se utilizan guantes y calzado de seguridad, con marcado CE, para manipular los objetos.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Los equipos de elevación y sus elementos auxiliares (ganchos, eslingas...) están en buen estado.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Se comprueba la correcta sujeción de los objetos en los sistemas de elevación.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos

RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

Prevencion**10**.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Productos específicos				
RIESGO: Intoxicaciones e irritaciones				
Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se conocen las pautas de uso correcto de los productos empleados (uso según fabricante, no comer ni beber, evitar mezclas incompatibles, etc.).				
Todos los productos se conservan en su envase original.				
Se proporcionan y utilizan los equipos de protección individual indicados por el fabricante del producto.				
Todos los productos están etiquetados y se respetan las indicaciones de la etiqueta.				
Los productos se almacenan cerrados y en lugares ventilados y alejados de fuentes de ignición.				
Se dispone de las fichas de datos de seguridad de los productos peligrosos.				
Se garantiza una buena ventilación cuando se usan productos irritantes o disolventes.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas para plantas

RIESGO: Heridas, proyección de partículas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Se comprueba la correcta colocación de elementos auxiliares como discos abrasivos, sierras, etc.				
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Se utilizan equipos de protección para evitar cortes, proyecciones, etc.				
Se realiza un correcto uso y mantenimiento de los útiles de trabajo.				
Se comprueba la correcta colocación de elementos auxiliares como discos abrasivos, sierras, etc.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: Puesto genérico

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas para plantas

RIESGO: Heridas, proyección de partículas

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanación
Las máquinas y herramientas a motor tienen marcado CE.				
Las herramientas se guardan y almacenan correctamente.				
Se ha enseñado a los trabajadores a utilizar la maquinaria siguiendo las instrucciones del fabricante.				
Los equipos eléctricos se desconectan de la red para su limpieza o reparación.				
Se utilizan equipos de protección para evitar cortes, proyecciones, etc.				

Prevencion10.es | Actividad: **Tu actividad a medida (formulario genérico)**

Puesto: **Puesto genérico**

FUENTE DE DAÑO: Herramientas específicas para plantas

RIESGO: Trastornos de las extremidades superiores

Medidas preventivas	Adoptada	Solución Propuesta	Responsable	Plazo Subsanción
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				
Se dispone de herramientas o utensilios eléctricos para evitar realizar movimientos repetitivos.				
Se usan herramientas y útiles de trabajo con diseño ergonómico.				
Se fomenta la realización habitual de pausas para hacer ejercicios de estiramiento y relajación muscular.				

En a de de 20

Firma del empresario y/o trabajador designado