



MÁSTER EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE UN HOGAR DEL JUBILADO

JUNTO CON UN PLAN DE ACTUACIÓN COVID-19

TRABAJO FIN DE MÁSTER. CURSO: 2020-2021 ESPECIALIDAD: Seguridad en el

Trabajo

AUTOR: Rocío Gómez Samblás

Febrero, 2021

TUTOR: Miguel Ángel Puebla Hernanz

INDICE

INDICE	2
1. INTRODUCCIÓN.	3
2. OBJETO DEL PPRL.....	3
3. DESCRIPCIÓN E IDENTIFICACIÓN.	3
3.1 DESCRIPCIÓN DEL HOGAR DEL JUBILADO.	3
3.1.1 DATOS DEL EDIFICIO.....	3
3.1.2 ACTIVIDADES Y HORARIOS.	3
3.1.3 DESCRIPCIÓN DEL ENTORNO FÍSICO DEL EDIFICIO.	6
4. USUARIOS DEL CENTRO.	7
5. FUNCIONES Y OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES.....	9
6. METODOLOGÍA POR SEGUIR PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS.	10
7. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN.....	28
8. PLANIFICACIÓN DE LA ACCIÓN PREVENTIVA.	34
9. DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL.	50
10. PLAN DE ACTUACIÓN COVID-19.....	65
11. BIBLIOGRAFÍA.	82
ANEXOS.....	83

1. INTRODUCCIÓN.

2. OBJETO DEL PPRL.

El objeto del trabajo es la realización de un Plan de Prevención de Riesgos Laborales (PRL) de un Hogar del jubilado localizado en Martos (Jaén) en el que se definen la estructura, las responsabilidades, las funciones, las prácticas, los procedimientos, los procesos y los recursos necesarios para conseguir la integración de la prevención de riesgos laborales en el sistema de gestión del centro. Igualmente, en este trabajo se tendrán en cuenta las medidas a tomar contra el COVID- 19, y para ello, se diseñará un plan de actuación según el protocolo de la Junta de Andalucía (JA).

3. DESCRIPCIÓN E IDENTIFICACIÓN.

3.1 DESCRIPCIÓN DEL HOGAR DEL JUBILADO.

3.1.1 DATOS DEL EDIFICIO.

El Hogar del Jubilado situado en Martos (Jaén) es un centro destinado a la promoción del bienestar de las personas en situación de jubilación. Las actividades realizadas en este centro son tendentes al fomento de la convivencia, la integración, la participación, solidaridad y a propiciar la relación con el medio social.

3.1.2 ACTIVIDADES Y HORARIOS.

El centro de día consta de un edificio construido en una sola planta de 460 m². El edificio se divide en una cafetería, una sala de reuniones y actividades lucrativas, una peluquería, dos despachos, la conserjería, el *hall*, un salón-comedor, la sala de lectura, una cocina y su almacén.

En la siguiente *tabla 1* se muestra un listado de actividades realizadas en el recinto:

Tabla 1 Actividades

Actividad/ Recinto	Superficie (m²)	Ocupación
Cafetería	91	61
Biblioteca	28	14
Salón de usos múltiples	61	61
Peluquería	8	4
Hall / entrada principal	40	20
Salón comedor	105	71
Cocina de la cafetería	18	3
Almacén cocina	8	0
Aseos públicos	24	12
Despacho Dirección	10	1
Despacho 2	10	1
Consejería	12	6
Patio exterior trasero	65	32
Patio exterior entrada	60	24

En la *Tabla 2* se muestran los horarios de los trabajadores:

Tabla 2 Horario

TRABAJADORES EXTERNOS

	LUNES	MATES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
(Limpiadora)	De 8 a 12 h. / De 15 a 18 h.	De 8 a 11 h. / De 15 a 18 h.	De 8 a 12 h. / De 15 a 19 h.	De 8 a 12 h. / De 15 a 16 h.	De 8 a 12 h. / de 15 a 19 h.	

SERVICIO DE CAFETERÍA- AUTÓNOMOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
(Gestión bar)	De 8:30 a 19 h.	De 8:30 a 19 h.	De 8:30 a 19 h.	De 8:30 a 19:30 h.	De 8:30 a 19 h.	De 8:30 a 14 h.

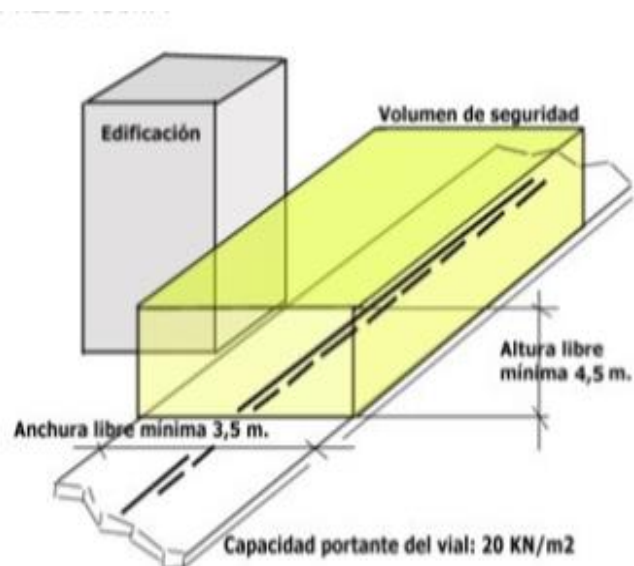
(Camarero)	De 8:30 a 13 h./ De 16:30 a 17 h.	De 8:30 a 13 h./ De 16:30 a 17 h.	De 8:30 a 13 h./ De 16:30 a 17 h.	De 8:30 a 13 h./ De 16:30 a 17 h.	De 8:30 a 13 h./ De 16:30 a 17 h.	De 8:30 a 14 h.
TRABAJADORES						
(Director)	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	
(Conserjes)	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	
	De 15 a 19 h	De 15 a 19 h	De 15 a 19 h	De 15 a 19 h	De 15 a 19 h	
(Administración)	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	De 8 a 15 h.	

3.1.3 DESCRIPCIÓN DEL ENTORNO FÍSICO DEL EDIFICIO.

En un radio de 200 m del edificio se pueden apreciar los medios externos de protección (hidrantes exteriores, bocas de incendios, fuentes de abastecimiento, etc.)

En cuanto a la situación de los accesos y las condiciones de accesibilidad para vehículos pesados y de servicios a continuación se especifican las siguientes características:

- Una anchura mínima libre de 3,5 metros (m).
- Una altura mínima o galibo de 4,5 m.
- Una capacidad portante del vial de 20 kN/m².



4. USUARIOS DEL CENTRO.

CLASIFICACIÓN DE LOS USUARIOS.

Los usuarios que son consecuencia de las actividades a las que se destina el edificio se muestran en la *tabla 3*, clasificados en 3 apartados:

Tabla 3 Clasificación de usuarios

Trabajadores/as	Visitantes	Operarios concurrentes
Personas que conforman la plantilla de la empresa.	Todas las personas que acuden a las dependencias y locales a realizar diversas actividades y gestiones que durante cierto intervalo de tiempo forman parte de la ocupación del edificio.	- Trabajadores/as pertenecientes al servicio de limpieza. - Trabajadores/as pertenecientes a mantenimiento de edificios municipales. - Trabajadores/as del servicio de cafetería y restauración. - Voluntarios de peluquería.

Es importante señalar que los operarios concurrentes son trabajadores pertenecientes a otras empresas o actividades, pero que realizan funciones de gestión, administración, seguridad, limpieza y mantenimiento de las diferentes instalaciones, redes, máquinas y equipos de que está dotado el centro. Aunque estos operarios no pertenecen a la plantilla del centro, pueden prestar servicios durante un periodo de tiempo, y por consiguiente, sus actuaciones deben ser concurrentes con las propias de la actividad desarrollada en este inmueble.

DESCRIPCIÓN DE LOS PUESTOS DE TRABAJO.

TRABAJADORES PROPIOS DEL HOGAR DEL JUBILADO:

- **DIRECTOR:** se encarga de coordinar todas las actividades que se realizar en el centro supervisando el desempeño de los empleados; también controla los presupuestos, establece los objetivos generales además de asegurar que todas las actividades se realizan de manera eficiente, organizada, segura y rentable.
- **ADMINISTRACIÓN:** se encarga de tomar decisiones en el área de contabilidad y del control administrativo del centro.
- **CONSERJE:** en este puesto de trabajo las funciones que se realizan son la apertura y cierre de las instalaciones, la información, atención y recepción de los usuarios del centro de día; el control de la correspondencia y documentación, así como de su distribución; la realización de recados oficiales dentro y fuera del centro; comunicar las anomalías que se producen en la instalación, sacar fotocopias y todo lo relacionado con la reprografía y cualquier otra función relacionada con las anteriores, es el encargado de solucionar averías, de controlar los sistemas eléctricos (programar el encendido y apagado de las luces, la calefacción, el aire acondicionado etc.), del mantenimiento de los jardines y de la vigilancia del centro.
- **GESTIÓN BAR:** se encarga de crear un ambiente propicio en el bar y la organización del personal que trabaja en el bar, de realizar inventarios de forma periódica, de cocinar, etc.
- **CAMARERO/S:** son los encargados de preparar las mesas, tomar pedidos, servir a los clientes, realizar el cobro, etc.

TRABAJADORES DE EMPRESA EXTERNA:

- **LIMPIADORA:** se encarga de mantener limpio el edificio, reponer materiales (papel higiénico o servilletas), etc.

5. FUNCIONES Y OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES.

FUNCIONES GENERALES.

- Integrar la prevención en el conjunto de sus tareas, respetando las normas y medidas preventivas establecidas en la empresa.
- Asumir los contenidos del Plan de Prevención de la empresa.

FUNCIONES ESPECÍFICAS.

Los trabajadores, con arreglo a su formación y siguiendo las instrucciones del empresario, deberán en particular arts. 29 LPRL¹y 58.1 ET²

- Conocer y cumplir las normas internas y, en cualquier caso, actuar conforme a las instrucciones recibidas de sus superiores. Usar y mantener correctamente los equipos y medios de protección individual necesarios para realizar los trabajos, asegurándose de que son los adecuados y que están en perfectas condiciones de uso.
- Usar adecuadamente, en función de las instrucciones recibidas y de la naturaleza y riesgos previsibles, las máquinas, equipos de trabajo, herramientas, sustancias peligrosas y, en general, todos los medios facilitados para el desarrollo de su actividad.
- Mantener en correcto estado de conservación y de orden y limpieza toda el área, equipos, herramientas y otros elementos a su cargo.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.

¹ Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

² Estatuto de los Trabajadores.

- Cooperar con el empresario para que éste pueda garantizar unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Informar de inmediato a su superior jerárquico directo, y a los trabajadores designados para realizar actividades de protección y de prevención o, en su caso, al servicio de prevención, acerca de cualquier situación que, a su juicio, entrañe, por motivos razonables, un riesgo para la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Observar el comportamiento adecuado y no trabajar bajo los efectos del alcohol o de drogas, al objeto de evitar la puesta en peligro de uno mismo, de sus compañeros, así como de otras personas o de los bienes y equipos de la empresa.
- Asistir a las actividades formativas de carácter general o específico en materia de Prevención de Riesgos que la empresa establezca y comprometerse a la aplicación de las enseñanzas recibidas.
- Utilizar correctamente los dispositivos de seguridad y no ponerlos fuera de funcionamiento sin la autorización pertinente.
- Realizar los reconocimientos médicos que sean precisos por razones de vigilancia de la salud en el marco establecido en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

6. METODOLOGÍA POR SEGUIR PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS.

La metodología que se ha utilizado para la evaluación de riesgos laborales es la recomendada por el Instituto de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT)³, con este método se consigue cuantificar el nivel de riesgo existente para poder jerarquizar racionalmente su prioridad de corrección adoptando un criterio de toma de decisiones. Para ello se siguen los pasos:

1. Recopilación de la información necesaria.
2. Identificación de riesgos por puesto de trabajo.
3. Evaluación de los riesgos identificados.

³ Evaluación de Riesgos Laborales (INSHT)

✓ **RECOPILACIÓN DE LA INFORMACIÓN NECESARIA.**

Esta fase previa se dedica a la identificación de las instalaciones, lugares y puestos existentes en el centro de trabajo. Así mismo, se ha recopilado toda la documentación que pudiera aportar algún dato significativo para las sucesivas fases de identificación y valoración de los riesgos laborales, como estadísticas de accidentes, características de materiales empleados, fichas de seguridad de sustancia peligrosas, mediciones higiénicas, inspecciones de seguridad realizadas, etc.

Para la identificación de puestos, como ya se ha mencionado anteriormente, se ha considerado el concepto de “puesto de trabajo” de forma tal que agrupe a todos los trabajadores que realicen funciones similares y estén sometidos a los mismos riesgos.

Una vez determinados los puestos objeto de evaluación, se han recogido informaciones en los lugares de trabajo mediante inspecciones de las condiciones de trabajo y entrevistas con los propios trabajadores y con los mandos intermedios, con los cuales se han analizado de forma conjunta los elementos peligrosos para su salud y seguridad.

LISTA DE CHEQUEO

ESPACIOS DE TRABAJO	
1. El suelo es adecuado a las condiciones de uso (resistencia, antideslizante, etc).	NO
2. El suelo es regular y uniforme.	SI
3. El suelo se mantiene limpio y exento de sustancias resbaladizas.	NO
4. Las dimensiones adoptadas permiten movimientos seguros.	SI
4.1. La superficie mínima es de 2 metros cuadrados.	SI

4.2. La altura de techos mínima es de 3 m (2.5 m en oficinas).	SI
5. El espacio de trabajo está ordenado y con el equipamiento necesario.	SI
5.1. La superficie de trabajo está libre de obstáculos tanto en el suelo como en altura.	SI
5.2. Existen los ámbitos y medios para la localización de documentos y planos.	SI
6. Los espacios de trabajo están libres de interferencias	NO
8. La iluminación en el puesto de trabajo es adecuada al tipo de operación realizada.	NO

INSTALACIÓN ELÉCTRICA	
4. Los cuadros eléctricos y los receptores confieren un grado de protección igual o superior a IP 2x (no pueden tocarse con los dedos partes en tensión en operaciones ordinarias).	SI
5. Las clavijas y bases de enchufes son correctas y sus partes en tensión son inaccesibles a los dedos cuando la clavija está parcial o totalmente introducida en la base.	SI
6. Los conductores eléctricos mantienen su aislamiento en todo el recorrido y los empalmes y conexiones se realizan de manera adecuada impidiendo el contacto con partes en tensión.	NO
10. Se dispone de interruptores diferenciales de alta sensibilidad (0,03 A) y magnetotérmicos.	SI
11. Las máquinas o herramientas que carecen de sistema de puesta a tierra, disponen de protección por doble aislamiento.	SI
12. El emplazamiento es mojado (impregnados de humedad, duchas uso colectivo, cámaras frigoríficas, fábricas de aprestos y tintes, tintorerías, lavanderías, etc., e instalaciones a la intemperie).	NO
13. El local presenta riesgo de incendio y explosión (Locales en que se fabrique, procesen, manipulen o almacenen sustancias sólidas, líquidas o gaseosas, susceptibles de inflamarse o explotar).	SI

INCENDIOS	
1. En la empresa se usan y/o almacenan combustibles sólidos (papel, cartón, maderas, etc.)	SI
1.1. Su almacenamiento se realiza en áreas específicas para tal fin.	SI
2. En la empresa se usan y/o almacenan productos inflamables (P.I. < 55° C)	NO
3. Está prohibido fumar en zonas donde se almacenan y/o manejan productos combustibles y/o inflamables.	N/P
4. Están controlados otros posibles focos de ignición (instalación eléctrica, cargas electroestáticas, estufas de llama viva, etc).	SI
5. Está garantizado que evitaría que un incendio producido en cualquier zona del local se propague libremente al resto de la planta y/o edificio.	NO
6. Un incendio producido en cualquier zona del local se detectaría con prontitud a cualquier hora y se transmitiría a los equipos de intervención.	NO
7. Existen extintores en número suficiente, eficaces al tipo de fuego y correctamente distribuidos.	NO

9. Hay trabajadores formados y adiestrados en el manejo de los medios para la lucha contra incendios.	NO
---	----

VENTILACIÓN, CLIMATIZACIÓN	
1. La empresa dispone de instalación de aire acondicionado.	SI
2. El sistema mantiene siempre un caudal (m ³ /h) de aire exterior mínimo	SI
3. Las tomas de aire exterior están ubicadas y orientadas correctamente.	SI
4. En todos los locales de la empresa hay suministro y extracción de aire, que en número y distribución son adecuados o, en su defecto, tiene ventanas que se pueden abrir.	SI
5. Los difusores y los retornos funcionan correctamente y no están obstruidos total o parcialmente.	SI
6. Está establecido un programa de mantenimiento preventivo de las instalaciones de aire acondicionado.	SI
7. El programa incluye las operaciones de limpieza. Ejemplo: eliminación de suciedad y restos, cambio de filtros, recogida de derrames de agua, etc.	SI

CALOR Y FRÍO	
1. Las temperaturas son superiores a 26° C.	NO
10. Las temperaturas se sitúan entre 20° C en invierno y 23° C en verano.	SI
12. La humedad relativa se mantiene cercana al 50%.	SI
13. Las corrientes de aire que inciden sobre las personas, si es que existen, ¿están controladas?	SI
14. Se evitan los cambios bruscos de temperatura.	NO
15 Se realizan trabajos a bajas temperaturas ambientales.	NO

ILUMINACIÓN	
1. Se han emprendido acciones para conocer si las condiciones de iluminación de la empresa se ajustan a las diferentes tareas visuales que se realizan.	NO
2. Se ha constatado que los niveles de iluminación existentes (general y localizada) son los adecuados, en función del tipo de tarea, en todos los lugares de trabajo o paso.	SI
3. Si los niveles de iluminación son insuficientes en todos o en algún puesto de trabajo, se ha comprobado que el número y la potencia de los focos luminosos instalados son suficientes.	SI
4. Hay establecido un programa de mantenimiento preventivo periódico, mediante el cual se subsanen las anomalías que tienen como consecuencia una disminución de los niveles de iluminación.	SI
4.1. Entre las actuaciones previstas en el programa de mantenimiento, está contemplada la sustitución rápida de los focos luminosos fundidos o deteriorados.	NO
6.2. El programa de mantenimiento contempla la limpieza regular de focos luminosos, luminarias, difusores, paredes, etc.	SI
4.3. El programa de mantenimiento prevé la renovación de la pintura de paredes, suelos, etc., y la utilización de colores claros y materiales mates.	NO

5. Todos los focos luminosos tienen elementos difusores de la luz y/o protectores antideslumbrantes.	SI
6. La posición de las personas evita que éstas trabajen de forma continuada frente a las ventanas.	SI
7. Los puestos están orientados y ubicados de modo que se eviten los reflejos o las imágenes de los focos luminosos en las superficies, máquinas, equipos de trabajo, PVD.	NO

✓ IDENTIFICACIÓN GENERAL DE RIESGOS.

Esta fase tiene por objeto relacionar cada uno de los puestos de trabajo del centro con los riesgos de accidente o de enfermedad profesional que pueden materializarse en aquellos durante la realización de las operaciones encomendadas a sus ocupantes, incluyendo los que puedan afectar específicamente a colectivos determinados que son objeto de protección especial (disminuidos físicos, psíquicos o sensoriales, mujeres en situación de embarazo o de lactancia, menores de edad y, en general, trabajadores especialmente sensibles a algún riesgo por sus características personales o estado biológico conocido).

En función de la actividad desarrollada y de las condiciones de trabajo existentes, se han agrupado los posibles accidentes de trabajo y enfermedades profesionales en las siguientes 37 categorías de riesgos.

Código de forma. - Riesgo de accidente:

1. Caídas de personas a distinto nivel.
2. Caídas de personas en el mismo nivel.
3. Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento.
4. Caídas de objetos en manipulación.
5. Caídas de objetos desprendidos.
6. Pisadas sobre objetos.
7. Choques contra objetos inmóviles.
8. Choques contra objetos móviles.
9. Golpes o cortes por objetos o herramientas.
10. Proyección de fragmentos o de partículas.
11. Atrapamientos por o entre objetos.
12. Atrapamientos por vuelco de máquinas o de vehículos.
13. Sobreesfuerzos.
14. Exposición a temperaturas ambientales extremas.
15. Contactos térmicos.
16. Contactos eléctricos directos.

- 17.** Contactos eléctricos indirectos.
- 18.** Inhalación, contacto o ingestión de sustancias nocivas.
- 19.** Contactos con sustancias caústicas y/o corrosivas.
- 20.** Exposición a radiaciones.
- 21.** Explosiones.
- 22.** Incendios. Factores de inicio.
- 23.** Incendios. Propagación.
- 24.** Incendios. Medios de lucha.
- 25.** Incendios. Evacuación.
- 26.** Accidentes causados por seres vivos.
- 27.** Atropellos, golpes o choques contra o con vehículos.
- 28.** Accidentes de tráfico.
- 29.** Causas naturales.
- 30.** Fatiga mental.
- 31.** Fatiga física.
- 32.** Fatiga crónica.
- 33.** Insatisfacción.
- 34.** Exposición a contaminantes químicos.
- 35.** Exposición a contaminantes físicos.
- 36.** Exposición a contaminantes biológicos.
- 37.** Otros riesgos.

✓ **ACLARACIONES A LOS RIESGOS CONSIDERADOS.**

La clasificación de un riesgo por la forma se refiere al suceso que ha tenido como resultado directo la lesión, es decir, la manera en que el objeto o la sustancia causante ha tenido contacto con el accidentado.

- **Caídas de personas a distinto nivel**

Incluye tanto las caídas de alturas (edificios, andamios, árboles, máquinas, etc) como en profundidades (puentes, excavaciones, aberturas de tierra, etc).

- **Caídas de personas en el mismo nivel**

Incluye caídas en lugares de paso o superficies de trabajo y caídas sobre o contra objetos.

- **Caídas de objetos por desplome o derrumbamiento**

Incluye el desplome de edificios, muros, andamios, escaleras, mercancías apiladas, etc.; así como los hundimientos de masas de tierra, roca, aludes, etc.

- **Caídas de objetos en manipulación**

Incluye las caídas de herramientas, materiales, etc., sobre un trabajador, siempre que el accidentado sea la misma persona a la cual le caiga el objeto que estaba manipulando.

- **Caídas de objetos desprendidos**

Incluye las caídas de herramientas, materiales, etc., encima de un trabajador siempre que no la estuviera manipulando.

- **Pisadas sobre objetos**

Incluye los accidentes que dan lugar a lesiones como consecuencia de pisadas sobre objetos, sean éstos o no cortantes o punzantes.

- **Choques contra objetos inmóviles**

El trabajador, como parte dinámica, al desplazarse se golpea contra algún objeto que no estaba en movimiento.

- **Choques contra objetos móviles**

El trabajador sufre golpes, cortes, rascadas, etc., ocasionados por elementos móviles de máquinas e instalaciones. No se incluyen los atrapamientos.

- **Golpes o cortes por objetos o herramientas**

El trabajador es lesionado por un objeto o herramienta que se mueva por fuerzas diferentes a la gravedad. Se incluyen martillazos, golpes con otras herramientas. No se incluyen los golpes por caídas de objetos.

- **Proyección de fragmentos o de partículas**

Comprende los accidentes debidos a la proyección sobre el trabajador en particular o fragmentos voladores procedentes de una máquina o herramienta.

- **Atrapamiento por o entre objetos**

Los derivados por elementos de máquinas, diversos materiales, etc

- **Atrapamientos por vuelco de máquinas o de vehículos**

Incluye los debidos a vuelcos de tractores, vehículos y otras máquinas, quedando el trabajador atrapado por ellos.

- **Sobreesfuerzos**

Accidentes originados por la utilización esporádica de cargas o por movimientos mal realizado

- **Exposición a temperaturas ambientales extremas**

Exposición a temperaturas extremas. Accidentes causados por alteraciones fisiológicas al encontrarse los trabajadores en un ambiente excesivamente frío o caliente.

- **Contactos térmicos**

Accidentes debidos a las temperaturas que tienen los objetos que entren en contacto con cualquier parte del cuerpo (se incluyen líquidos y/o sólidos).

- **Contactos eléctricos directos**

Se incluyen los accidentes causados por el contacto del cuerpo humano con una parte metálica activa (conductor, cable, etc) que está en tensión.

- **Contactos eléctricos indirectos**

Accidentes debidos al contacto del cuerpo humano con masas metálicas (carcasas, vigas metálicas, etc.), cuya función habitual no es conducir la electricidad – para lo que no están diseñadas ni protegidas – y que, accidentalmente, por defectos, etc., se ponen en tensión. Es decir, que sólo anormalmente, por contactos con otras partes en tensión, están electrizados.

- **Inhalación, contacto o ingestión de sustancias nocivas**

Contempla los accidentes debidos a estar expuestos a una atmósfera tóxica o por el contacto o la ingestión de productos nocivos. Se incluyen las asfixias y los ahogos.

- **Contactos con sustancias caústicas y/o corrosivas**

Considera los accidentes por contactos con sustancias y productos que provocan lesiones externas.

- **Exposición a radiaciones**

Se incluyen tanto las ionizantes como las no ionizantes.

- **Explosiones**

Acciones que dan lugar a lesiones causadas por la onda expansiva o sus efectos secundarios. Accidentes producidos por un aumento brusco de volumen de una sustancia, o por reacciones químicas violentas en un determinado medio. Incluye la rotura de recipientes a presión, la deflagración de nubes de productos inflamables, etc.

- **Incendios. Factores de inicio**

Incluye el riesgo de incendio provocado por la presencia de fuentes de ignición.

- **Incendios. Propagación**

Los producidos por las reacciones en cadena.

- **Incendios. Medios de lucha**

Los derivados de la falta de medidas de extinción en materia de incendios.

- **Incendios. Evacuación**

Los originados por la falta de medidas de señalización o evacuación necesarias.

- **Accidentes causados por seres vivos**

Se incluyen los accidentes causados directamente por personas y animales, ya sean agresiones, molestias, mordeduras, picaduras, etc.

- **Atropellos, golpes o choques contra o con vehículos**

Incluye los atropellos de personas por vehículos, así como los accidentes de vehículos en que el trabajador lesionado va sobre el vehículo o los vehículos. No se incluyen los accidentes de tráfico.

- **Accidentes de tráfico**

Están incluidos en este apartado los accidentes de tráfico ocurridos dentro del horario laboral independientemente de que sea su trabajo habitual o no. No se consideran los accidentes *in-itinere* (al ir o al volver del trabajo).

- **Causas naturales**

Se incluyen los accidentes sufridos en el centro de trabajo, pero que no son consecuencia del propio trabajo, sino que son atribuidos a fenómenos naturales que pueden incidir en el desarrollo normal de las actividades de la empresa, pudiendo conllevar riesgos adicionales. Se deben tener en cuenta entre otros aspectos, la orografía del terreno en el que esté ubicada la empresa, por si se encuentra ubicada en la cercanía de ríos fácilmente desbordables ante unas lluvias intensas, lo que puede provocar desprendimientos de tierra y/o incidir en la estructura de la misma, así como éste u otros fenómenos que puedan ocasionar paros en el suministro de energía, cortes de carreteras, etc., que puedan traer consigo fallos en el suministro de materias necesarias para el ejercicio correcto y seguro de la actividad de la empresa.

- **Fatiga mental**

En este apartado se engloban los incidentes que tienen su origen en las situaciones de estrés, tensión, etc., derivadas de los modos de recepción y tratamiento de información, así como en las respuestas.

- **Fatiga física**

La responsable del desgaste físico debido, bien por la posición, desplazamiento, esfuerzos, manejo de cargas, etc.

- **Fatiga crónica**

Consideraremos la existencia de fatiga crónica cuando exista una agitación y/o cansancio duradero, debido a un trabajo intenso y prolongado y que se reitera de forma habitual a lo largo de sucesivas jornadas laborales.

- **Insatisfacción**

Se engloban aquellos riesgos originados por la organización del trabajo: contenido, monotonía, roles, autonomía, comunicaciones, relaciones, tiempo de trabajo, etc.

- **Exposición a contaminantes químicos**

Las producidas por una exposición crónica a materia inerte (no viva) y que pueden estar presentes en el aire bajo diferentes formas: polvo, gas, vapor, niebla, etc.

- **Exposición a contaminantes físicos**

Las originadas por una exposición crónica a situaciones de ruido, vibraciones, radiaciones ionizantes, radiaciones no ionizantes, estrés térmico, iluminación, etc.

- **Exposición a contaminantes biológicos**

Las provocadas por seres vivos, tales como los virus, las bacterias, los hongos o los parásitos.

- **Otros**

Cualquier otro tipo de riesgo no contemplado en los apartados anteriores.

✓ **EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES.**

Para estimar el riesgo hay que tener en cuenta la severidad del daño y la probabilidad de que ocurra un peligro.

Severidad del daño: para determinar la potencial severidad del daño se gradúa desde ligeramente dañino hasta extremadamente dañino.

- Ejemplos de ligeramente dañino: daños superficiales (cortes y magulladuras, irritación de los ojos por polvo) / Molestias e irritación (dolor de cabeza o discomfort).
- Ejemplos de dañino: quemaduras, conmociones, torceduras importantes, fracturas menores, sordera, dermatitis, asma, trastornos musculoesqueléticos.
- Ejemplos de extremadamente dañino: amputaciones, fracturas mayores, lesiones múltiples, cáncer, otras enfermedades crónicas que acorten severamente la vida.

Probabilidad de que ocurra el daño: se puede graduar desde baja hasta alta con el siguiente criterio:

- **Probabilidad Alta:** El daño ocurrirá siempre o casi siempre.
- **Probabilidad Media:** El daño ocurrirá en algunas ocasiones.
- **Probabilidad Baja:** El daño ocurrirá raras veces.

El producto de la **probabilidad** por las **consecuencias**, denominado **nivel de riesgo** se gradúa en cinco categorías que se obtienen en la *tabla 4*:

Tabla 4

ESTIMACIÓN DEL VALOR DEL RIESGO		Consecuencias o Severidad		
		LEVE	GRAVE	MUY GRAVE
Probabilidad	BAJA	Trivial	Tolerable	Moderado
	MEDIA	Tolerable	Moderado	Importante
	ALTA	Moderado	Importante	Intolerable

✓ **VALORACIÓN DE RIESGOS: DECIDIR SI LOS RIESGOS SON TOLERABLES.**

El resultado de una evaluación de riesgos debe servir para hacer un inventario de acciones, con el fin de diseñar, mantener o mejorar los controles de riesgos. La **prioridad** de las actuaciones a realizar deberá estar relacionada con el orden de magnitud de los riesgos, es decir:

- **Riesgo *importante*:** prioridad I.
- **Riesgo *moderado*:** prioridad II.
- **Riesgo *tolerable*:** prioridad III.
- **Riesgo *trivial*:** prioridad IV.

Los niveles de riesgo indicados en el cuadro anterior forman la base para decidir si se requiere mejorar los controles existentes o implantar unos nuevos, así como la temporización de las acciones. En la siguiente tabla se muestra un criterio sugerido como punto de partida para la toma de decisión. La tabla también indica que los esfuerzos precisos para el control de los riesgos y la urgencia con la que deben adoptarse las medidas de control deben ser proporcionales al riesgo.

Una vez realizada la estimación de los riesgos detectados, es preciso determinar para aquellos riesgos identificados como moderados, importantes o intolerables si se encuentran controlados o no, para ello se debe considerar si se han tomado medidas de control, si son adecuados los procedimientos de trabajo y si se ha informado y formado al personal.

7. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN.

En la siguiente *tabla 5* se muestran los resultados de la evaluación de los riesgos existentes por puesto de trabajo.

Tabla 5 Ficha de riesgos por puesto de trabajo

	PUESTOS DE TRABAJO						
RIESGO	Conserje 1	Administrativos	Director/a	Limpiador/a	Conserje 2	Camarero	Gerente del bar
21						Explosión en la cocina	
2	Caída al mismo nivel			Caídas al mismo nivel			
13				Sobreesfuerzos		Sobreesfuerzos	
17	Contacto eléctrico indirectos				Contactos eléctricos indirectos		
15							Contactos con puntos calientes
10							Proyección de partículas

31		Posturas forzadas/ trabajos PVD					
9						Accidente de trabajo cocina (cortes, etc)	
22						Incendio de la cocina	
36							Contaminación biológica
34				Exposición a contaminantes químicos			
30		Fatiga mental					
4	Caída de objetos por manipulación			Caída de objetos por manipulación			

A continuación, basándonos en el producto de las categorías que aparecen en la *tabla 4*, se ha realizado una estimación de riesgos laborales por puesto de trabajo, la cual se muestra en la siguiente *tabla 6*.

Tabla 6 Estimación de riesgos por puesto de trabajo

CONSERJES												
	Peligro identificado	Probabilidad			Consecuencias			Estimación del Riego				
Nº	Breve Descripción	B	M	A	L	G	MG	T	TO	M	I	IN
2	Caídas al mismo nivel		X		X				X			
13	Sobreesfuerzos			X		X					X	
4	Caída de objetos por manipulación		X		X				X			
17	Contactos eléctricos indirectos	X					X			X		
ADMINISTRATIVO												
	Peligro identificado	Probabilidad			Consecuencias			Estimación del Riego				
Nº	Breve Descripción	B	M	A	L	G	MG	T	TO	M	I	IN
31	Posturas forzadas / trabajos PVD		X			X				X		
30	Fatiga mental		X			X				X		

DIRECTOR/A												
	Peligro identificado	Probabilidad			Consecuencias			Estimación del Riesgo				
Nº	Breve Descripción	B	M	A	L	G	MG	T	TO	M	I	IN
31	Posturas Forzadas / trabajos con PVD		X			X				X		
30	Fatiga Mental		X			X				X		
LIMPIADOR/A												
	Peligro identificado	Probabilidad			Consecuencias			Estimación del Riesgo				
Nº	Breve Descripción	B	M	A	L	G	MG	T	TO	M	I	IN
2	Caídas al mismo nivel			X		X					X	
4	Caída de objetos por manipulación	X			X			X				
34	Exposición a contaminantes químicos			X		X					X	
13	Sobreesfuerzos			X		X					X	

CAMARERO/A												
	Peligro identificado	Probabilidad			Consecuencias			Estimación del Riego				
Nº	Breve Descripción	B	M	A	L	G	MG	T	TO	M	I	IN
2	Caídas al mismo nivel			X		X					X	
4	Caída de objetos por manipulación			X	X					X		
21	Explosión en la cocina	X					X			X		
13	Sobreesfuerzos			X	X					X		
22	Incendio cocina	X		X						X		
17	Contactos eléctricos indirectos		X		X				X			
9	Accidente de trabajo cocina (corte, etc.)		X		X				X			

GERENTE DEL BAR												
	Peligro identificado	Probabilidad			Consecuencias			Estimación del Riego				
Nº	Breve Descripción	B	M	A	L	G	MG	T	TO	M	I	IN
2	Caídas al mismo nivel			X		X					X	
4	Caída de objetos por manipulación			X	X					X		
21	Explosión en la cocina			X			X					X
13	Sobreesfuerzos			X		X					X	
22	Incendio cocina			X			X					X
17	Contactos eléctricos indirectos		X		X				X			
9	Accidente de trabajo cocina (cortes, etc.)			X	X					X		
10	Proyección de partículas		X		X				X			
36	Contaminación biológica (alimentos en mal estado)	X				X			X			
15	Contacto con puntos calientes			X	X					X		

8. PLANIFICACIÓN DE LA ACCIÓN PREVENTIVA.

▪ NORMAS DE SEGURIDAD.

Una vez identificados los riesgos de cada uno de los puestos de trabajo dentro del centro, se procederá a establecer las correspondientes medidas preventivas, priorizando en los riesgos que pueden ser más dañinos para el trabajador.

En la siguiente *tabla 7* se muestra el orden de prioridad según el grado de peligrosidad del riesgo:

Tabla 7

PRIORIDAD ALTA	PRIORIDAD MEDIA	PRIORIDAD BAJA
Riesgos Intolerables e Importantes	Riesgos Moderados	Riesgos Tolerables y Triviales

En base a los criterios anteriores se ha realizado una planificación de la actividad preventiva en el centro de trabajo, habiéndose adoptado las medidas preventivas con el siguiente orden de prioridad:

Combatir los riesgos en su origen.

- 1º Eliminar los riesgos (sustitución de elementos peligrosos por otros seguros).
- 2º Reducir los riesgos que no puedan ser eliminados, implantando los sistemas de control adecuados.
- 3º Aplicar medidas de protección colectiva antes que individuales.

También es importante revisar el plan de actuación antes de su aplicación considerando lo siguiente:

- Si las nuevas medidas de prevención de riesgos implantadas conducirán a niveles de riesgo aceptables.
- Si las nuevas medidas preventivas han generado nuevos peligros.
- La opinión de los trabajadores afectados sobre la necesidad y la operatividad de las nuevas medidas preventivas.

- **ACCIONES PREVENTIVAS DE CARÁCTER GENÉRICO.**

El objeto de este plan es la sistematización de un conjunto de actuaciones preventivas a desarrollar en el periodo señalado según un orden de prioridades previamente dispuesto y con el fin de evitar los accidentes e incidentes o reducir el alcance de sus efectos. El presupuesto asignado para la ejecución de la planificación de la acción preventiva será el suficiente para acometer las acciones necesarias.

En base a la información obtenida en la evaluación de riesgos laborales del Hogar del jubilado, se propone elaborar la Planificación de la actividad preventiva ajustada a las necesidades de su empresa, y que de forma orientativa abarca los siguientes puntos:⁴

- **Dirección y Promoción.**

La empresa debe redactar una declaración de intenciones en la que se refleje el interés de la dirección en fomentar la Seguridad y Salud en el Trabajo.

- **Investigación de Accidentes.**

Se establecerá un procedimiento por escrito para investigar las lesiones, enfermedades profesionales, daños a la propiedad, accidentes, etc.

- **Inspecciones Planeadas.**

Se deberán planear y efectuar inspecciones generales para mejorar las condiciones de Seguridad. Estas inspecciones se efectuarán ayudándose de *Check Lists* puestos al día con los cambios de instalaciones, procesos, etc.

- **Normas de Seguridad.**

Se establecerán las Normas Generales de Seguridad escritas y se entregará una copia de estas a cada operario. Se preparará una lista con las distintas ocupaciones especializadas, para determinar la necesidad de dictar normas específicas de trabajo.

- **Formación.**

Se diseñará un plan de formación e información donde se contemple la formación inicial, general, específica, de reciclaje, etc., revisándolo anualmente y adecuándolo a las necesidades del personal.

⁴ NTP 485: Documentación del sistema de prevención de riesgos laborales (II)

➤ **Preparación para Casos de Emergencia.**

Se redactará un Plan de Emergencia cuya extensión y profundidad será acorde con el nivel de riesgo y actividad de la empresa.

➤ **Equipos de Protección individual.**

Se procederá a la identificación de las necesidades de Equipos de Protección Individual (generales y específicos), y una selección de los más adecuados.

➤ **Análisis de Puestos de Trabajo y Observaciones Planeadas.**

Se realizarán Análisis y se redactarán procedimientos de Trabajo, según la priorización obtenida en la presente Evaluación, tras la adecuada preparación del personal designado.

Paralelamente se establecerá un programa de observaciones de Puestos de Trabajo o tareas donde se comprueben y verifiquen los procedimientos elaborados.

➤ **Estadísticas de Accidentes.**

Se elaborarán Análisis Estadísticos de los Accidentes y Enfermedades Profesionales, a fin de llevar a cabo el seguimiento y control del programa implantado.

A continuación, en las *tablas 8, 9, 10, 11, 12* se muestran los planes de acción preventiva de cada puesto de trabajo del Hogar del jubilado.

Tabla 8

PLAN DE ACCIÓN PREVENTIVA DEL PUESTO DE TRABAJO			
Actividad:	CONSERJE/S		
Riesgos: Nº: 4	Acción requerida:	Fecha de realización Fecha de comprobación	Período:
Sobreesfuerzos	Participar en actividades de formación en técnicas de manejo de cargas. Utilizar una técnica adecuada de levantamiento de cargas: - Situar el peso cerca del cuerpo. - Mantener la espalda recta. - Flexionar las rodillas y separar los pies ligeramente, uno de ellos más adelantado. Mantener los pies próximos al peso. - Usar los músculos de brazos y piernas, nunca los dorsales. - Evitar girar el tronco, es preferible girar todo el cuerpo dando pequeños pasos con los pies. Durante el traslado ir siempre con la espalda recta, conservando los brazos pegados al cuerpo.		

	No se incline con las piernas estiradas. Se debe evitar elevar cargas por encima del nivel de los hombros. Procurar no portar demasiados objetos a la hora de colocarlos o retirarlos de su lugar de almacenamiento o uso. Los objetos pesados o de gran volumen serán manipuladas entre dos personas. Examinar la carga antes de su manipulación para ver la mejor forma de agarrarla y localizar las zonas que pueden resultar peligrosas en el momento del agarre y manipulación. Nunca deben cogerse las cargas estando en situación inestable o desequilibrada.	
Contactos eléctricos indirectos	Comprobar el buen estado de los cables, enchufes, conexiones, etc; no sobrecargar los enchufes, comprobar periódicamente los diferenciales y magnetotérmicos; no efectuar reparaciones provisionales; las reparaciones las debe hacer un electricista profesional; situar los cables de forma que no puedan ser aplastados, dañados o sometidos a tracción, y fuera de las vías de paso; el trabajador/a comunicará cualquier anomalía o defecto eléctrico a Dirección y señalizará el equipo con la anotación de “no usar, equipo averiado”.	, Comienzo 1 Comprobación 1/
Caída al mismo nivel	Mantener ordenado y limpio el lugar de trabajo y las zonas de paso, ordenando y eliminando los obstáculos que puedan provocar una caída. Cuando se produzcan salpicaduras o derrames de líquidos en el suelo, limpiarlos inmediatamente, avisando de tal situación, si es preciso, a las personas que puedan verse afectadas y colocar la señalización de “piso mojado” Utilización de EPIS: zapatos con suela antideslizante, cómodo y con poco tacón.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Caída de objetos por manipulación	Limpiar las herramientas o materiales resbaladizos o con grasa, utilizar guantes para mayor agarre, calzado de seguridad	Comienzo 1 Comprobación 1/

Tabla 9

PLAN DE ACCIÓN PREVENTIVA DEL PUESTO DE TRABAJO			
Actividad:	ADMINISTRATIVOS Y DIRECTOR/A		
Riesgos: Nº 2	Acción requerida:	Fecha de realización Fecha de comprobación	Período:
Posturas forzadas/ trabajos con PVD	Evitar mantener la misma postura durante toda la jornada laboral; regular el asiento de manera adecuada para estar sentado correctamente. Se recomienda no cruzar las piernas; mantener el tronco derecho, apoyado en el respaldo de la silla y frente a la tarea a realizar; girar todo el cuerpo al mismo tiempo; colocar la pantalla del ordenador de modo que la parte superior esté a la altura de los ojos o por debajo, pero nunca por encima; hacer pequeños descansos.	Comienzo 1 Comprobación 1/	
Fatiga mental	Alternar trabajos, realizar meditación, ejercicio físico.	Comienzo 1 Comprobación 1/	

Tabla 10

PLAN DE ACCIÓN PREVENTIVA DEL PUESTO DE TRABAJO			
Actividad:	LIMPIADOR/A		
Riesgos: Nº 4	Acción requerida:	Fecha de realización Fecha de comprobación	Período:
Exposición a contaminantes químicos	Leer las etiquetas y pedir las fichas de seguridad de los productos a manipular, no realizar mezclas incontroladas de productos químicos (lejía y sulfumán), utilizar mascarilla, guantes y ropa de protección adecuada. En cualquier caso, lavarse las manos después de utilizar los productos de limpieza. Ventilar los locales durante y después de limpiar. Guardar los envases de los productos bien cerrados y ordenados en un lugar seco y fuera de los focos de calor. No fumar, ni comer, ni mascar chicle cuando se estén utilizando productos de limpieza.	Comienzo 1 Comprobación 1/	

Caídas al mismo nivel	Mantener ordenado y limpio el lugar de trabajo y las zonas de paso, ordenando y eliminando los obstáculos que puedan provocar una caída. Cuando se produzcan salpicaduras o derrames de líquidos en el suelo, limpiarlos inmediatamente, avisando de tal situación, si es preciso, a las personas que puedan verse afectadas y colocar la señalización de “piso mojado” Utilización de EPIS: zapatos con suela antideslizante, cómodo y con poco tacón.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Sobreesfuerzos	Evitar almacenar en armarios o estantes colocados al ras del suelo utensilios de uso diario y pesado. En los almacenes y armarios, lo que más pesa debe estar colocado a un nivel comprendido entre la cadera y el pecho del trabajador/a.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Caída de objetos por manipulación	Limpiar las herramientas o materiales resbaladizos o con grasa, utilizar guantes para mayor agarre, calzado de seguridad.	Comienzo 1 Comprobación 1/

Tabla 11

PLAN DE ACCIÓN PREVENTIVA DEL PUESTO DE TRABAJO			
Actividad:	CAMARERO		
Riesgos: Nº 7	Acción requerida:	Fecha de realización Fecha de comprobación	Período:
Caídas al mismo nivel	Mantener ordenado y limpio el lugar de trabajo y las zonas de paso, ordenando y eliminando los obstáculos que puedan provocar una caída. Utilización de EPIS: zapatos con suela antideslizante, cómodo y con poco tacón.	Comienzo 1 Comprobación 1/	
Caída de objetos por manipulación	Limpiar las herramientas o materiales resbaladizos o con grasa, utilizar guantes para mayor agarre; formación para conocer las precauciones necesarias a la hora de utilizar objetos cortantes o punzantes.	Comienzo 1 Comprobación 1/	
Sobreesfuerzos	Mantener una buena higiene postural (mantener la espalda recta al agacharse ayuda a prevenir sobrecargas musculares y lesiones).	Comienzo 1 Comprobación 1/	

Explosión cocina	Si se detecta olor a gas, bajo ningún concepto se conectará la luz o cualquier aparato eléctrico y se deberá: - Abrir las ventanas para ventilar. - Avisar a Dirección para que se tomen las medidas oportunas. Disponer de una adecuada instalación y realizar un correcto mantenimiento periódico de las instalaciones que puedan generar un riesgo de explosión. Este mantenimiento periódico se realizará a través de una empresa mantenedora autorizada.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Incendio cocina	Mantener las instalaciones en perfecto estado de orden y limpieza, evitando almacenamientos de los materiales combustibles (papel, cartón, etc.) junto a equipos eléctricos o focos de calor e ignición. Evitar el uso de estufas o radiadores portátiles, ya que pueden ser causa de incendio. Mantener la instalación eléctrica en correcto estado y no sobrecargar los enchufes. Respetar la prohibición de fumar en todo el centro de trabajo. En caso de incendio, se deben seguir las pautas de actuación establecidas en el Plan de Autoprotección del centro. No situar objetos o materiales delante o junto a los medios de extinción. Los equipos de extinción de incendios deberán ser fácilmente accesibles. Realizar revisiones periódicas (visualmente) de los equipos de extinción de incendios. En caso de observar deficiencias, comunicar al Colaborador/a de Seguridad del centro las anomalías detectadas. Conocer el funcionamiento de los medios de extinción.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Accidente de trabajo (cortes, etc.)	En caso de rotura de vasos, platos, etc., retire los trozos de inmediato utilizando cepillo y recogedor, nunca utilizando las manos.	Comienzo 1 Comprobación 1/

Contacto eléctrico indirecto	Comprobar el buen estado de los cables, enchufes, conexiones, etc.; no sobrecargar los enchufes, comprobar periódicamente los diferenciales y magnetotérmicos; no efectuar reparaciones provisionales; las reparaciones las debe hacer un electricista profesional; situar los cables de forma que no puedan ser aplastados, dañados o sometidos a tracción, y fuera de las vías de paso; el trabajador/a comunicará cualquier anomalía o defecto eléctrico a Dirección y señalará el equipo con la anotación de “no usar, equipo averiado”.	Comienzo 1 Comprobación 1/
-------------------------------------	--	-------------------------------

Tabla 12

PLAN DE ACCIÓN PREVENTIVA DEL PUESTO DE TRABAJO			
Actividad:	GERENTE DEL BAR / COCINERO		
Riesgos: Nº 10	Acción requerida:	Fecha de realización Fecha de comprobación	Período:
Incendio cocina	Mantener las instalaciones en perfecto estado de orden y limpieza, evitando almacenamientos de los materiales combustibles (papel, cartón, etc.) junto a equipos eléctricos o focos de calor e ignición.	Comienzo 1 Comprobación 1/	

	Evitar el uso de estufas o radiadores portátiles, ya que pueden ser causa de incendio. Mantener la instalación eléctrica en correcto estado y no sobrecargar los enchufes. Respetar la prohibición de fumar en todo el centro de trabajo. En caso de incendio se deben seguir las pautas de actuación establecidas en el Plan de Autoprotección del centro. No situar objetos o materiales delante o junto a los medios de extinción. Los equipos de extinción de incendios deberán ser fácilmente accesibles. Realizar revisiones periódicas (visualmente) de los equipos de extinción de incendios. En caso de observar deficiencias, comunicar al Colaborador/a de Seguridad del centro las anomalías detectadas. Conocer el funcionamiento de los medios de extinción.	
Explosión cocina	Si se detecta olor a gas, bajo ningún concepto se conectará la luz o cualquier aparato eléctrico y se deberá: - Abrir las ventanas para ventilar. - Avisar a Dirección para que se tomen las medidas oportunas. Disponer de una adecuada instalación y realizar un correcto mantenimiento periódico de las instalaciones que puedan generar un riesgo de explosión. Este mantenimiento periódico se realizará a través de una empresa mantenedora autorizada.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Caída de objetos por manipulación	Limpiar las herramientas o materiales resbaladizos o con grasa, utilizar guantes para mayor agarre.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Sobreesfuerzos	Mantener una buena higiene postural (mantener la espalda recta al agacharse ayuda a prevenir sobrecargas musculares y lesiones).	Comienzo 1 Comprobación 1/

Caída al mismo nivel	Mantener ordenado y limpio el lugar de trabajo y las zonas de paso, ordenando y eliminando los obstáculos que puedan provocar una caída. Utilización de EPIS: zapatos con suela antideslizante, cómodo y con poco tacón.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Accidente de trabajo cocina (cortes o pinchazos)	Comprobar que los cuchillos y otras herramientas de corte están bien afilados y los mangos en buen estado. No utilizar los cuchillos para otros usos para los que no estén diseñados. Guardar los cuchillos y otros utensilios de corte de forma segura (soportes, en cajones dentro de sus respectivas fundas, etc.). Utilizar guantes de malla metálica en las tareas de corte, siempre en la mano contraria a la portadora del cuchillo. En caso de rotura de vasos, platos, etc., retire los trozos de inmediato utilizando cepillo y recogedor, nunca utilizando las manos.	Comienzo 1 Comprobación 1/
Contacto con puntos calientes	Antes de introducir alimentos con cierta humedad en aceite, escurrirlos lo máximo posible para evitar salpicaduras de aceite a alta temperatura. Comprobar la temperatura del aceite o los termostatos de hornos, freidoras, etc. antes de la introducción de alimentos, vajillas, etc. Como norma general todos los recipientes calientes deben manipularse con guantes antitérmicos. Evitar dejar recipientes con líquidos en las inmediaciones de las freidoras o planchas calientes. Manipular entre dos personas las cazuelas de gran volumen llenas de líquidos calientes, con precaución y coordinándose en los movimientos. Orientar los mangos de los recipientes de forma que no se pueda tropezar con ellos y verter su contenido. Protegerse las manos y el resto del cuerpo antes de tocar o coger recipientes calientes que contengan líquidos en ebullición. Las operaciones de trasvase de fluidos calientes y de añadir componentes a los diferentes guisos, se harán lo más lentamente posible.	Comienzo 1 Comprobación 1/

Contacto eléctrico indirecto	Comprobar el buen estado de los cables, enchufes, conexiones, etc.; no sobrecargar los enchufes, comprobar periódicamente los diferenciales y magnetotérmicos; no efectuar reparaciones provisionales; las reparaciones las debe hacer un electricista profesional; situar los cables de forma que no puedan ser aplastados, dañados o sometidos a tracción, y fuera de las vías de paso; el trabajador/a comunicará cualquier anomalía o defecto eléctrico a Dirección y señalará el equipo con la anotación de “no usar, equipo averiado”.	Comienzo 1 Comprobación 1/
-------------------------------------	--	-------------------------------

Proyección de partículas	Se debe utilizar gafas de seguridad durante las tareas en las que se puedan producir proyecciones.	
Contaminación biológica alimentaria	Mantener limpia las encimeras y los utensilios de cocina. Comprar los alimentos en buen estado. Mirar las etiquetas para conocer los ingredientes. Tirar los alimentos en mal estado a la basura. Lavar las frutas frescas y vegetales con agua limpia. Mantener temperaturas adecuadas en el refrigerador (4,5 ° C o menos) y en la nevera (17° o menos). Descongelar los alimentos adecuadamente y cocinarlos justo después de descongelarlos. Refrigerar las sobras inmediatamente. Ponerlas en recipientes poco profundos y bien tapados.	Comienzo 1 Comprobación 1/

Para una correcta ejecución de las medidas correctoras expuestas en los planes de acción preventiva de cada puesto de trabajo es necesario la asignación de personas responsables para cada una de las medidas formuladas en *las tablas 8, 9, 10, 11 y 12*. No obstante, en la siguiente *tabla 13* se muestran las personas responsables de instaurar las medidas correctoras en los plazos establecidos.

Tabla 13 Personas responsables

LIMPIADORAS	SERVICIO DE PREVENCIÓN AJENO (SPA)	DIRECTOR	ADMINISTRADOR	CONSERJE
Mantenimiento de luminarias (limpieza).	Señalización de peligro, indicación, obligación, advertencia, peligro en el centro de trabajo.	Poner a disposición de los trabajadores zonas acondicionadas para el descanso.	Adquisición de filtros o contratación de servicios para la conservación de los equipos de aire acondicionado.	Comprobar el buen estado de los cables, enchufes, conexiones, etc.; no sobrecargar los enchufes, comprobar periódicamente los diferenciales y magnetotérmicos.
	Concienciar a los trabajadores del uso de los equipos de protección individual.	Organización y cambios de los procesos de trabajo.	Contratar con el servicio de prevención ajeno exámenes médicos específicos.	

	Establecer y difundir un plan de emergencia y evacuación.	Contratar a personal adecuado y suficiente para el correcto cumplimiento de las medidas propuestas en el plan de prevención	Adquisición de equipos de protección individual (botas guantes gafas mascarillas etc).	
	Formación e información a los trabajadores de los riesgos de cada puesto.			
	Mantenimiento de los equipos de protección individual.			

El presente Plan de Acción Preventiva pretende implantar un Sistema de Gestión para la Prevención de Riesgos Laborales para satisfacer las necesidades de la organización en materia de seguridad y salud, mejorar la cuenta de resultados y proteger los intereses de la organización, cumpliendo como mínimo con la legislación vigente y adoptando un compromiso de mejora continua de la acción preventiva.

9. DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL.

En la actualidad la empresa no dispone de un sistema formal de Gestión de la prevención, por tanto, en primer lugar, estableceremos su posición actual respecto a la seguridad y salud en el trabajo y la gestión preventiva.

COMPROMISO, FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

<i>La dirección de la empresa ha manifestado su preocupación por la prevención de riesgos laborales y su voluntad para facilitar los medios adecuados para la mejora de las condiciones de trabajo.</i>	SI
<i>Esta manifestación ha sido trasladada a todo el personal de la empresa.</i>	SI
<i>Se han definido por escrito los principios de actuación para el desarrollo de la política de prevención de riesgos laborales y mejora de las condiciones de trabajo.</i>	SI

Estas responsabilidades en materia de prevención de riesgos laborales abarcan a todo el personal de la empresa.

NO

Hay una exigencia y control de estas responsabilidades a todo el personal de la empresa.

NO

La Dirección de la empresa muestra, con su comportamiento cotidiano, su preocupación por las condiciones de trabajo del personal.

SI

ANÁLISIS, PLANIFICACIÓN Y CONTROL

Se ha efectuado recientemente algún estudio de evaluación de las condiciones de trabajo en la mayoría de los puestos de la empresa.

SI

En función de estos análisis, se han determinado los objetivos concretos a alcanzar por la prevención de riesgos laborales y las mejoras de las condiciones de trabajo.

NO

La planificación de la prevención se ha traducido en la elaboración de un documento o programa de prevención.

SI

FORMACIÓN

<i>Todo trabajador recibe formación suficiente y adecuada en métodos de trabajo y prevención de riesgos con motivo de su contratación, o cambio de tarea y cuando se introduce una nueva tecnología.</i>	NO
<i>Dicha formación es específica y centrada en su puesto de trabajo o función.</i>	NO
<i>Se adapta a la evolución de los riesgos y a la aparición de nuevos riesgos.</i>	NO
<i>Se repite periódicamente, si es necesario</i>	SI
<i>Se imparte durante el tiempo de trabajo.</i>	SI
<i>Las acciones formativas están dirigidas a capacitar y adiestrar a los trabajadores a fin de mejorar sus aptitudes en el puesto de trabajo.</i>	SI
<i>Las acciones formativas están dirigidas a mejorar la actitud de los trabajadores y su motivación dentro de la organización.</i>	SI
<i>Los mandos intermedios están directamente implicados en la formación de los trabajadores a su cargo.</i>	SI
<i>Se dispone de manual de instrucciones o procedimientos de trabajo para facilitar la acción formativa.</i>	SI

INFORMACIÓN

<i>Los trabajadores o sus representantes reciben información acerca de los riesgos para la seguridad y la salud, así como de las medidas y actividades de protección o de prevención aplicadas.</i>	SI
<i>Se ha informado a todo el personal acerca de quiénes son los encargados de poner en práctica los primeros auxilios, la lucha contra incendios y la evacuación en caso de emergencia.</i>	SI
<i>Se han adoptado las medidas necesarias para informar a los trabajadores que desempeñan una función específica en la protección de la seguridad y de la salud de los trabajadores.</i>	SI
<i>Dicha información abarca los resultados de la evaluación de riesgos y las medidas de protección previstas.</i>	SI
<i>Dicha información abarca los accidentes de trabajo ocurridos en la empresa, así como los informes remitidos a la autoridad laboral competente referentes a estos accidentes.</i>	NO
<i>Dicha información abarca los resultados de todas las actividades de inspección de riesgos llevadas a cabo en la empresa.</i>	NO
<i>Se efectúan reuniones periódicas de los mandos con los trabajadores sobre temas relativos a la mejora de los métodos, la organización del trabajo y las condiciones de trabajo en general.</i>	SI
<i>Hay establecido un sistema de información, formal y directo para los trabajadores, sobre diversos temas acerca de la situación y evolución de la empresa.</i>	SI

PARTICIPACIÓN

<i>Hay establecido algún sistema que permita la participación de los trabajadores o sus representantes en las cuestiones que afectan a la seguridad y salud en el trabajo.</i>	SI
<i>Este sistema es mayoritariamente utilizado por los trabajadores.</i>	SI
<i>Ello implica la consulta de los trabajadores en las materias correspondientes a este marco y, en particular ante modificaciones y cambios en los puestos de trabajo.</i>	NO
<i>Ello implica el derecho de los trabajadores o sus representantes a comunicar los riesgos laborales detectados y a formular propuestas para su corrección.</i>	NO
<i>Se adoptan resoluciones a partir de las sugerencias de los trabajadores.</i>	NO
<i>Los trabajadores o sus representantes tienen la posibilidad de participar, o son consultados, sobre cualquier acción que pueda tener efectos sustanciales sobre su seguridad y salud.</i>	NO
<i>Los trabajadores con función específica en materia de prevención de riesgos laborales disponen de una dispensa laboral suficiente y de los medios necesarios para poder ejercer sus funciones.</i>	SI

<i>Hay establecido algún sistema de participación de los trabajadores, para tratar cuestiones referentes a la mejora de la organización del trabajo.</i>	NO
--	-----------

NORMAS Y PROCEDIMIENTO DE TRABAJO

<i>La empresa ha dictado por escrito normas relativas al tema prevención de riesgos laborales o procedimientos de trabajo seguros.</i>	SI
<i>Se han divulgado convenientemente a todos los trabajadores.</i>	SI
<i>Considera que todas las normas promulgadas son necesarias y que no existe un número excesivo.</i>	SI
<i>Son de obligado cumplimiento.</i>	SI
<i>Afectan a la mayoría de los puestos de trabajo.</i>	SI
<i>Su contenido mayoritario es referente a procedimientos de trabajo con integración de los aspectos de seguridad.</i>	NO
<i>Los trabajadores o sus representantes participan en la elaboración de estas normas.</i>	NO

<i>Existe un sistema eficaz para evaluar y poner al día las normas según los cambios que se produzcan en las instalaciones, equipos y procesos.</i>	NO
<i>Existe un sistema de control, claramente definido, del cumplimiento de las normas.</i>	NO
<i>Se aplica, de forma generalizada, la legislación vigente sobre señalización en los lugares de trabajo.</i>	SI

MANTENIMIENTO

<i>Hay establecido un sistema de mantenimiento preventivo mediante revisiones periódicas, a fin de reducir al máximo la intervención por fallos y averías.</i>	NO
<i>Las revisiones de mantenimiento siempre son realizadas por personal especializado.</i>	SI
<i>Hay establecido un sistema por el que los trabajadores puedan comunicar por escrito las deficiencias que requieren ser subsanadas.</i>	SI
<i>Las prioridades de intervención del servicio de mantenimiento están marcadas por aspectos de seguridad.</i>	SI

<i>Se dispone de un registro de las revisiones efectuadas que afecte a todos los elementos con funciones claves de seguridad.</i>	SI
<i>Existe una programación de las revisiones a efectuar con especificación de todas las operaciones a realizar en elementos clave de instalaciones, máquinas y equipos.</i>	SI
<i>Se utiliza un formulario de chequeo para facilitar la indicación de las tareas a realizar en las revisiones periódicas de las instalaciones.</i>	SI
<i>Se registran los fallos o deficiencias detectadas en las revisiones periódicas.</i>	SI
<i>Existe un programa de mantenimiento predictivo que fije los plazos para la sustitución de los diferentes elementos clave de la instalación, previo a su deterioro.</i>	NO
<i>Hay establecidos procedimientos de trabajo para todas aquellas tareas críticas que puedan generar riesgos considerables en las intervenciones de mantenimiento.</i>	SI

PROTECCIONES PERSONALES

<i>Es necesario el uso de protecciones personales en algún puesto de trabajo.</i>	SI
<i>En la adquisición de elementos de protección personal se controla el grado de protección, las posibles interferencias con el proceso productivo y la coexistencia de riesgos simultáneos.</i>	SI
<i>Los trabajadores o sus representantes intervienen a la hora de escoger los medios de protección más idóneos.</i>	SI
<i>La dirección de la empresa está convencida de la necesidad de su uso.</i>	SI
<i>Se informa a los trabajadores acerca de la necesidad de su uso.</i>	NO
<i>Se instruye a los trabajadores apropiadamente en el uso, características, posibilidades y limitaciones de los equipos de protección personal.</i>	NO
<i>Existe una normativa interna que regule la utilización de equipos de protección personal en los puestos de trabajo afectados y la obligatoriedad de su uso, en su caso.</i>	NO
<i>Existe un control efectivo del suministro y la asignación personalizada a los trabajadores de los equipos de protección personal.</i>	NO
<i>Los equipos de protección personal se ajustan a las características anatómicas de cada trabajador.</i>	NO
<i>Los trabajadores son los responsables del mantenimiento y conservación del equipo que se les entrega.</i>	SI
<i>Hay establecidos lugares adecuados para guardar y conservar los equipos de protección persona</i>	NO

<i>Existe un control efectivo de la correcta utilización de los equipos de protección personal.</i>	NO
---	-----------

ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS Y PRIMEROS AUXILIOS

<i>Su empresa desarrolla una actividad que suponga una situación de grave riesgo, catástrofe o calamidad pública para personas, medio ambiente o bienes.</i>	NO
--	-----------

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

<i>El trabajo implica la realización de tareas cortas y repetitivas.</i>	NO
<i>La preparación de los trabajadores está en consonancia con el trabajo que realizan.</i>	SI
<i>El trabajador conoce la totalidad del proceso.</i>	SI
<i>La organización del trabajo depende de causas externas al trabajador.</i>	SI
<i>El trabajador puede tener iniciativa en la resolución de incidencias.</i>	SI
<i>Puede detener el trabajo o ausentarse cuando lo necesita.</i>	SI
<i>Puede elegir su método de trabajo.</i>	SI

<i>Tiene la posibilidad de controlar el trabajo realizado.</i>	SI
<i>Se carece de una definición exacta de las funciones que deben desarrollarse en cada puesto de trabajo.</i>	NO
<i>Se obvia la opinión de los trabajadores sobre aspectos que afectan a su trabajo.</i>	SI
<i>En las relaciones entre trabajadores existe rivalidad o conflictividad.</i>	NO
<i>Por regla general el ambiente laboral permite una relación amistosa o de colaboración.</i>	SI
<i>Pueden expresarse las divergencias de opinión.</i>	SI
<i>Los conflictos entre el personal son inhabituales. Se manifiestan de manera clara y se procura resolverlo.</i>	SI
<i>La tarea dificulta o impide el trabajo en grupo o la comunicación con otras personas.</i>	NO
<i>El trabajo implica el trabajo a turnos.</i>	SI

- **ACTUACIONES PARA REALIZAR.**

La situación todavía es mejorable en algunos aspectos en cuanto a prevención de riesgos laborales que detallamos a continuación:

En cuanto al compromiso, funciones y responsabilidades del personal del “Hogar del jubilado” es necesario comunicar a todos los trabajadores cuáles son sus responsabilidades para obedecer en materia de prevención de riesgos laborales y, por consiguiente, se debe verificar el cumplimiento de éstas mediante el empleo de medidas de control y vigilancia, en tanto que siempre se guarde en la adopción y aplicación de éstas la consideración debida a la dignidad humana.

Por otra parte, en lo referente al análisis, planificación y control, es necesario establecer unos objetivos concretos que tienen que seguir los trabajadores en sus puestos de trabajo, para que, de esta manera, puedan disfrutar de un entorno de trabajo adecuado y seguro.

La formación de los trabajadores en prevención de riesgos laborales y en métodos de trabajo, debe de adecuarse a cada uno de los puestos de trabajo, y también, ser suficiente. Para cumplir con estos requisitos, la formación impartida a cada trabajador debe de actualizarse pasado un periodo de tiempo (no más de un año) debido a los nuevos riesgos que puedan presentarse o, porque el trabajador haya cambiado de puesto de trabajo y las tareas a realizar sean distintas a las previas (en este caso la formación se dará cuando el trabajador cambie de puesto de trabajo).

Es necesario informar a los trabajadores de los accidentes de trabajo ocurridos en el “Hogar del jubilado” para que sean conscientes del alcance real de los riesgos derivados del trabajo realizado.

Se debe optimizar la participación de los trabajadores en materia de Prevención de Riesgos Laborales (PRL), de manera que es necesario implantar un sistema de participación de los trabajadores para que éstos puedan aportar sugerencias en la aplicación de las medidas preventivas estableciendo así un canal de comunicación de los trabajadores con sus superiores y así hacerles saber a éstos los riesgos que no han sido evaluados en los puestos de trabajo.

Es imprescindible darle la oportunidad a los trabajadores para que puedan participar en la elaboración de las normas e instrucciones de seguridad; éstas deben describir de manera clara y concreta la forma correcta de realizar determinadas operaciones, trabajos o tareas que puedan generar daños si no se realizan de la manera adecuada.

Por otra parte, también sería interesante establecer un sistema eficaz para la evaluación y actualización de las instrucciones de seguridad conforme a los cambios que se produzcan en las instalaciones, equipos y procesos. Por último, para asegurar el cumplimiento de las normas e instrucciones de seguridad por parte de los trabajadores, sería recomendable instaurar un sistema de control claramente definido.

Para reducir los posibles accidentes causados por fallos y averías sería recomendable realizar revisiones periódicas en los aparatos y electrodomésticos utilizados. Además, para tener un control de estas revisiones es preciso disponer de una hoja de registro donde estén apuntadas cada una de las revisiones con todos los datos actualizados. Finalmente, para una óptima gestión del mantenimiento del Hogar del jubilado sería ideal instalar un programa de mantenimiento predictivo en el que figuren los plazos para la sustitución de piezas de los aparatos y electrodomésticos antes de su deterioro y/o avería.

Para una gestión adecuada de los equipos de protección es necesario:

- 1) Realizar una evaluación de riesgos de cada puesto de trabajo para establecer las medidas preventivas de protección y vigilancia de la salud oportunas.
- 2) En base a la evaluación se ha de seleccionar los Equipos de Protección Individual (EPIs) más adecuados.
- 3) Ofrecer información y formación necesaria a los trabajadores para una utilización correcta de los EPIs.
- 4) Proporcionar de forma gratuita a los trabajadores los EPIs que deban utilizar, reponiéndolos cuando sea necesario.
- 5) Controlar a los trabajadores con respecto a un adecuado mantenimiento de los EPIs, limpieza, desinfección cuando proceda, y su almacenamiento.

- 6) Comprobar que los trabajadores utilizan adecuadamente los EPIs.
- 7) Cambiar o sustituir el EPI en caso de modificarse alguna circunstancia o condición de trabajo.

Con respecto a la organización del trabajo, sobre todo en los puestos de trabajo por turnos, es recomendable facilitar la compatibilidad de la vida familiar y laboral, por ejemplo introduciendo medidas de flexibilidad horaria y de jornada de acuerdo con las necesidades derivadas del trabajo doméstico-familiar; adecuar la cantidad de trabajo al tiempo que dura la jornada a través de una buena planificación como base de la asignación de tareas; y proporcionar pausas adecuadas que permitan la recuperación efectiva del trabajador tanto a nivel físico como psicológico.

DOCUMENTACIÓN.

Según la Ley 31/ 1995 de Prevención de Riesgos Laborales será necesario que el Hogar del jubilado disponga de la siguiente documentación:

- El Plan de Prevención de Riesgos Laborales, la Evaluación de Riesgos y la Planificación de la Acción Preventiva.
- Los Informes de Inspecciones de Seguridad de las instalaciones.
- Los Contratos y nóminas de los trabajadores.
- Partes de altas y bajas de los trabajadores.
- El contrato de Servicio de Prevención ajeno.
- Los Informes de Aptitud Médica de Salud de los trabajadores.
- Los certificados obligatorios de las medidas de control implantadas en el centro de trabajo.
- La relación entre los accidentes de trabajo y las enfermedades que hayan durado más de un día.
- El documento de asociación a la Mutua de Accidentes Laborales y Enfermedades Profesionales.
- El horario y calendario laboral.
- Los recibos de los salarios de los trabajadores.
- El justificante de que la empresa está inscrita en la Seguridad Social.
- Los justificantes de que se está pagando a la Seguridad Social.
- Resumen de horas extraordinarias.
- Libro de contabilidad.

- **Inspección de riesgos.**

Periódicamente se inspeccionarán los riesgos existentes, así como otros nuevos que se pudieran generar y se establecerá un registro.

- **Investigación de accidentes e incidentes.**

Todos los accidentes e incidentes serán investigados y registrados con el fin de mejorar la prevención de riesgos laborales. Aunque, según el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) considera que es imposible investigar todos los accidentes que se producen, y que por tanto se debe centrar la investigación de estos según los siguientes criterios:

- **Investigar TODOS los accidentes mortales y graves. Tales accidentes deben ser investigados por distintos motivos:**

- Por el efecto psicológico que un accidente mortal produce en el entorno de la empresa en que ha sucedido.
- A causa de las consecuencias demostradas.
- Y, por las posibles repercusiones legales.

- **Investigar aquellos accidentes leves, los incidentes o incluso accidentes blancos en los que se dé alguna de las siguientes características:**

- Que estos accidentes se repitan notablemente.
- Que exista riesgo potencial de causar lesiones graves en los trabajadores.
- Y, por último, que la causa del accidente sea desconocida.

- **Formación e información.**

Se dará formación teórica y práctica, suficiente y adecuada en materia preventiva tanto en el momento de la contratación de cada trabajador como cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe éste. Además, esta formación será dada cuando se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo.

Hay que señalar, que esta formación estará centrada en el puesto de trabajo o función de cada trabajador y se adaptará a la evolución de los riesgos y la aparición de otros nuevos. Será impartida a través de un curso a nivel básico de Prevención de Riesgos Laborales, y se repetirá periódicamente si es necesario. Así mismo los trabajadores serán informados sobre los riesgos inherentes a su actividad y las medidas a adoptar.

- **Seguimiento y controles periódicos.**

Debido a las numerosas medidas a adoptar y a lo cambiante de las obras este Plan se revisará a los seis meses con el fin de ver su grado de cumplimiento, y si es necesario modificar algo.

10. PLAN DE ACTUACIÓN COVID-19.

El presente Plan de actuación se ha realizado con el objetivo de establecer unos procedimientos e instrucciones alternativos a las condiciones normales, llevadas a cabo tanto dentro como fuera del Hogar del jubilado ante la presente situación de pandemia por el Covid-19.

Por lo tanto, a continuación, se lleva a cabo un análisis de situación de los puestos de trabajo que hay actualmente en el Hogar del jubilado, y a su vez, de las diversas zonas de las que dispone el edificio, y de las actividades realizadas por los usuarios de éste, para así poder evaluar el riesgo de contagio y garantizar la efectividad de la puesta en marcha de las distintas medidas preventivas tanto a nivel organizativo, técnico como equipos de protección colectiva e individual

PUESTOS DE TRABAJO DEL HOGAR DEL JUBILADO.

Las principales características de los puestos de trabajo se recogen en la *tabla 14*, al objeto de poder definir tanto los niveles de riesgo, como las medidas preventivas necesarias.

Tabla 14 Puestos de trabajo

Puesto de trabajo	N° de trabajadores en el puesto	Actividad	Posibilidad de teletrabajo	Contacto con personal externo	Operaciones fuera del Hogar del jubilado	¿Comparten espacios?	Modo de acceso al trabajo
Administrativo /a	1	Gestión del personal	SI	SI	NO	No, dispone de despacho propio	Individual
Director/a	1	Dirección del Hogar del jubilado	SI	SI	NO	No, dispone de despacho propio	Vehículo particular
Conserje	2	Vigilancia, tareas de mantenimiento, correspondencia, energía, apertura y	NO	NO	NO	Si, con todo el Hogar del jubilado	Vehículo particular

		cierre de puertas, contenedores					
Limpiador/a	1	Limpieza de las instalaciones en general	NO	NO	SI	Si, todo el Hogar del jubilado	Autobús urbano
Camarero/a	1	Atender a los clientes del bar del Hogar del jubilado	NO	SI	SI	Si, con todo el personal del hogar del jubilado	Coche propio
Gerente del bar	1	Gestión del bar del Hogar del jubilado	NO	SI	SI	Si, con todo el personal del hogar del jubilado	Vehículo particular

USUARIOS DEL CENTRO DEL HOGAR DEL JUBILADO

Los usuarios del Hogar del jubilado se encuentran en situación de vulnerabilidad ante la infección por COVID-19 por los siguientes motivos:

- Son personas de 55 años o más.
- Habitualmente presentan patología de base o comorbilidades.
- Pueden tener afecciones subyacentes como enfermedades cardíacas, diabetes o enfermedades pulmonares
- Tienen contacto estrecho con otras personas y otros convivientes.
- Suelen pasar mucho tiempo en entornos cerrados y con población igualmente vulnerable.
- Debido a las características de las comunidades de jubilados, ya que son lugares donde las actividades sociales son frecuentes o por los espacios de uso común como los comedores, salas de juego, salas de estar, entre otros.

Por todo ello, las siguientes recomendaciones de prevención y control de la infección por COVID-19 se basan en un escenario tan vulnerable como es el Hogar del jubilado.

Por consiguiente, para poder definir tanto los niveles de riesgo, como las medidas preventivas necesarias, en la siguiente *tabla 15* se recogen las principales actividades realizadas por los usuarios del Hogar del jubilado.

Tabla 15 Actividades realizadas por los usuarios

Actividades dentro del Hogar del jubilado	¿Se comparten espacios?	Nº de jubilados que realizan la actividad	Posibilidad de contacto con personas externas al Hogar del jubilado
Gimnasia de mantenimiento	SI	10 aprox.	SI
Taller de sevillanas	SI	8 aprox.	SI
Taller de estimulación cognitiva	SI	7 aprox.	NO
Baile de salón	SI	8 aprox.	SI
Taller de informática para mayores	SI	7 aprox.	NO
Meriendas	SI	20 aprox.	NO
Actividades fuera del Hogar del jubilado			
Excursiones	SI	40 aprox.	SI
Modo de acceso al Hogar del jubilado			
Coche propio, autobús urbano, taxi, andando			

IDENTIFICACION DE ACTIVIDADES ESENCIALES DE LOS TRABAJADORES.

Una vez recogidas las características de las actividades que se desarrollan en el Hogar del Jubilado, pasamos a clasificar y a identificar las actividades esenciales y las secundarias, para así saber los puntos críticos sobre los que hay que actuar en primer lugar, pudiendo paralizar o ralentizar el resto de las operaciones.

En la siguiente *tabla 16* se muestran la clasificación en actividades esenciales y las secundarias.

Tabla 16 Clasificación de las actividades esenciales y secundarias

Actividad	Prioritaria	Secundaria	Posibilidad de teletrabajo	Nº de empleados que la llevan a cabo en la actualidad	Nº de trabajadores sensibles que la desempeñan	Disponibilidad de sustitutos dentro de la empresa
Gestión del personal	Sí en la realización de las nóminas y gestión de altas y bajas	Evaluación de carrera profesional	SI	1	0	NO
Dirección del Hogar del jubilado	SI	NO	SI	1	0	NO
Vigilancia, tareas de mantenimiento, correspondencia, energía, apertura y cierre de puertas, contenedores	SI	NO	NO	2	0	SI
Limpieza de las instalaciones en general	Sí, se necesita aumentar el nivel de higiene en todas las instalaciones	NO	NO	1	0	NO
Tareas de hostelería (atender clientes, limpieza de mesas y sillas, servir comida/bebida, etc.)	NO	SI	NO	1	0	Sí, por el gerente del bar
Gestión del bar	NO	SI	NO	1	0	NO

EVALUACIÓN DE RIESGOS A TRES NIVELES.

El Hogar del jubilado dispone de una evaluación de riesgos laborales en aplicación de la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, que se complementa y actualiza como consecuencia de la pandemia del COVID-19, en aplicación de los criterios establecidos por el protocolo el Ministerio de Sanidad⁵.

⁵ Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus.

Tabla de Escenarios de riesgo de exposición al COVID- 19 en el entorno laboral

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a un caso sospechoso o confirmado de COVID-19. Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19 trasladado. Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19.	Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19, por ejemplo: – Acompañantes para traslado. – Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza. Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico. Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados. Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.	Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2 metro de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo: – Personal administrativo. – Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente. – Conductores de transportes públicos con barrera colectiva. – Personal de seguridad.

REQUERIMIENTOS

En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.	En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.	En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática): — Protección respiratoria, — Guantes de protección.
--	---	---

Tomando como punto de partida los criterios establecidos por el Ministerio de Sanidad que se incluyen en la tabla adjunta, se procede a hacer una evaluación de riesgo específica para todos los puestos de trabajo del Hogar del jubilado en la siguiente *tabla 17*.

Tabla 17 Evaluación de riesgos específica de los puestos de trabajo

PUESTO DE TRABAJO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	EXPOSICIÓN DE RIESGO	REQUERIMIENTOS
Personal Administrativo	<i>Gestión administrativa, uso de PVD's</i>	Atención al público		Una mampara de protección y mascarilla
Personal directivo	<i>Gestión de administrativa, uso de PVD's</i>	Reuniones, atención al público		Una mampara de protección y mascarilla
Conserjes	<i>Mantenimiento de instalaciones en solitario Energía Correspondencia Gestión de residuos del Hogar del jubilado</i>	Trabajos que requieran dos personas (por ejemplo, uso de escaleras manuales) Vigilancia del Hogar del jubilado Apertura y cierre de puertas		No compartir herramientas y distancia entre puestos de trabajo, uso de mascarilla
Limpiadora	Limpieza de las instalaciones			Uso de mascarilla
Camarero	Limpieza de mesas y sillas	Atender a los clientes del bar, servir comida/bebida		Uso de mascarilla
Gestión del bar	Gestionar el bar del Hogar del jubilado, limpieza	Atender a los clientes del bar		Uso de mascarilla

PLANIFICACIÓN DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS.

Una vez realizado el análisis del estado del Hogar del jubilado se han podido detectar los puntos críticos sobre los que comenzar a trabajar. A partir de este análisis, en la siguiente *tabla 18* se proceden a definir y adoptar una serie de medidas preventivas tomando como referencia el nivel de riesgo en que se encuentran los trabajadores y usuarios del Hogar del jubilado, y así poder evitar la propagación de los posibles contagios mutuos entre éstos y permitir de esta manera la disposición de un espacio libre de COVID-19.

Tabla 18 Medidas preventivas de trabajadores y usuarios del Hogar del jubilado

ORDEN	PUESTO/ ACTIVIDAD	TIPO DE MEDIDAS PREVENTIVAS	DESCRIPCIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS
1	Todo el Hogar del jubilado	Colectiva	- Limpieza de manera minuciosa todas las instalaciones. - Mantener la distancia de seguridad estableciendo barreras físicas de separación como ventanillas, mamparas de metacrilato, cortinas transparentes, etc. - Ventilación natural y/ o mecánica. c) d) e) f) y g). - Impulsar el uso de carteles, señalización, y documentación que fomente las medidas de higiene y prevención. Serán colocadas en lugar visibles del Hogar del jubilado, en especial a la entrada del centro, en los aseos, y comedores, carteles e infografías sobre la higiene de manos, protección personal e información sobre la infección.
2	Personal Administrativo/ Dirección	Organizativa	- Permitir siempre y cuando sea posible que los empleados puedan trabajar desde el hogar (teletrabajo). - Turnos de trabajo distintos, con el objetivo de disminuir el número de personas en el lugar trabajo en un mismo instante.
3	Personal Administrativo/ Dirección	Colectiva	- Proporcionar toallitas u otros productos adecuados para la limpieza y desinfección de las superficies, para que los usuarios puedan desinfectar el sitio que vayan a ocupar.
4	Usuarios del Hogar del jubilado	Organizativas	- Realizar al aire libre el mayor número de actividades posibles.
5	Usuarios del Hogar del jubilado	Personal	- Usar la mascarilla (filtro FFP2 ó FFP3) y gafas de protección / mascarilla quirúrgica y pantalla de protección facial o gafas de protección/ mascarilla de tela o mascarilla desechable y pantalla de protección facial o gafas de protección. a), b), c), d), e).

			- Evitar en lo posible los ambientes interiores concurridos y mal ventilados. - Una correcta higiene de manos: lavar las manos durante 40-60 segundos con jabón corriente si las manos están sucias y/o una solución hidroalcohólica si las manos están limpias. - Cuando sea posible, utilizar puertas de entrada y de salida independientes y evitar cruces. - Proporcionar guías con información básica sobre el virus (que incluyan los signos, síntomas y las formas de contagio), así como estrategias de protección y respuesta tanto para individuos como para familias (que incluyan la higiene de las manos, cubrirse al toser y estornudar y planes de contingencia).
6	Bar/ meriendas	Organizativo	- Promover el uso de la tarjeta de crédito en lugar del uso de dinero en efectivo siempre que sea posible. - En el bar tendrá habilitados espacios suficientes para lavarse y desinfectante las manos.
7	Bar/ meriendas	Colectiva	- Proporcionar alimentos en un formato tal que permita su consumo de manera individual - El agua será suministrada en botellas para uso individual.
8	Todos los trabajadores	Organizativa	- Elaborar un plan de respaldo de dotación del personal ante un aumento de las bajas laborales de los trabajadores o por estar ante un contexto de incremento de riesgo de transmisión del COVID-19. - Contemplar las posibilidades de redistribuir las tareas. - La realización de jornadas continuas, sin cortes para comidas.

			- Poner a prueba el plan a través de simulacros y actualizarlo periódicamente.
9	Todos los trabajadores	Colectiva	- Mantener la distancia de seguridad estableciendo barreras físicas de separación como ventanillas, mamparas de metacrilato, cortinas transparentes, etc. - Proporcionar toallitas u otros productos adecuados para la limpieza y desinfección de las superficies, para que los usuarios y trabajadores puedan desinfectar el sitio que vayan a ocupar. - Dar información y la formación a los trabajadores/as, para poder adoptar e implantar correctamente las medidas preventivas. Se debe garantizar que todo el personal del Hogar del jubilado reciba una adecuada información y formación específica y actualizada sobre las medidas que se implanten.
10	Todos los trabajadores	Personal	- Usar preferentemente la mascarilla (filtro FFP2 ó FFP3). - Una correcta higiene de manos: lavar las manos durante 40-60 segundos con jabón corriente si las manos están sucias y/o una solución hidroalcohólica si las manos están limpias. - Cuando sea posible, utilizar puertas de entrada y de salida independientes y evitar cruces. - Teniendo en cuenta los desplazamientos de los usuarios y trabajadores del Hogar del jubilado, en los casos en los que deba viajar más de una persona en el

			vehículo, se respetará que vaya como máximo una persona por cada fila de asientos, manteniéndose la mayor distancia posible entre las personas ocupantes. - Proporcionar guías con información básica sobre el virus (que incluyan los signos, síntomas y las formas de contagio), así como estrategias de protección y respuesta tanto para individuos como para familias (que incluyan la higiene de las manos, cubrirse al toser y estornudar y planes de contingencia).
11	Conserjes	Organizativa	- Turnos de trabajo distintos, con el objetivo de disminuir el número de personas en el lugar trabajo en un mismo instante.
12	Conserjes	Colectiva	- En puestos de trabajo compartidos por más de un trabajador, se realizará la limpieza y desinfección del puesto tras la finalización de cada uso.
13	Limpiadora	Organizativa	- Sustentar un suministro suficiente y necesario del material de limpieza, para poder cometer las tareas de limpieza y desinfección a diario.
14	Todo el Hogar del jubilado	Organizativa	- Colocación señales en el suelo indicando sentidos de circulación separados. - El interior del Hogar del jubilado y los espacios al aire libre deberán disponer de dispensadores de gel hidroalcohólico o desinfectantes con actividad virucida

			autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad, y deberán estar siempre en condiciones de uso.
15	Vigilancia	Organizativa	- Poner en marcha mecanismos de control de acceso para cumplir con el aforo máximo establecido. - Aplicar medidas organizativas para evitar la acumulación de personas que están a la espera para acceder al Hogar del jubilado en los alrededores del edificio, guardado siempre la distancia de seguridad de 1,5 metros.
16	Gimnasia de mantenimiento Taller de sevillanas Taller de estimulación cognitiva Baile de salón Taller de informática para mayores	Organizativa	- Reducir el número de personas que realizan actividades de tiempo libre en el interior del Hogar del jubilado a 6 personas. - Garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de al menos 1,5 metros.
17	Taller de informática para mayores	Colectiva	- Mantener la distancia de seguridad estableciendo barreras físicas de separación como ventanillas, mamparas de metacrilato, cortinas transparentes, etc. - Proporcionar toallitas u otros productos adecuados para la limpieza y desinfección de las superficies, para que los usuarios y trabajadores puedan desinfectar el sitio que vayan a ocupar.

11. BIBLIOGRAFÍA.

- Iglesias, Á. L. S., Cabrera, F. V., & González, A. C. *Manual de gestión de prevención de riesgos laborales*.
- INSHT. Evaluación de Riesgos Laborales. 4–10. https://www.insst.es/documents/94886/96076/Evaluacion_riesgos.pdf/1371c8cb-7321-48c0-880b-611f6f380c1d
- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales, BOE nº 269, de 10 de noviembre. Modificado por Ley 50/ 1998.
- Ministerio de Sanidad del Gobierno de España (2020). *Medidas higiénicas para la prevención de contagios del COVID- 19*.
- Ministerio de Sanidad del Gobierno de España (2020). *Medidas ante el brote del coronavirus COVID-19 - Buenas prácticas en los centros de trabajo*.
- Ministerio de Sanidad del Gobierno de España (2020). *Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al sars-cov-2*.
- NTP 485: Documentación del sistema de prevención de riesgos laborales (II).
- Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores, BOE nº 255, de 24 de octubre.

ANEXOS.

ANEXO 1: MEDIDAS DIRIGIDAS A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA INFECCIÓN.

67

▪ Medidas de carácter organizativo:

1. Modificar la disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos, etc.) en el “Hogar del jubilado” con el objetivo de garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de al menos 1,5 metros.
2. Permitir siempre y cuando sea posible que los empleados puedan trabajar desde el hogar (teletrabajo).
3. Realizar al aire libre el mayor número de actividades posibles.
4. Elaborar un plan de respaldo de dotación del personal ante un aumento de las bajas laborales de los trabajadores o por estar ante un contexto de incremento de riesgo de transmisión del COVID-19.
5. Contemplar las posibilidades de redistribuir las tareas.
6. La realización de jornadas continuas, sin cortes para comidas.
7. Limitar los viajes y/o excursiones a zonas afectadas por la pandemia (tanto dentro como fuera del país).
8. Poner en marcha mecanismos de control de acceso para cumplir con el aforo máximo establecido.
9. Colocación señales en el suelo indicando sentidos de circulación separados.
10. Aplicar medidas organizativas para evitar la acumulación de personas que están a la espera para acceder al Hogar del jubilado en los alrededores del edificio, guardado siempre la distancia de seguridad de 1,5 metros.
11. Turnos de trabajo distintos, con el objetivo de disminuir el número de personas en el lugar trabajo en un mismo instante.
12. Poner a prueba el plan a través de simulacros y actualizarlo periódicamente.
13. El interior del Hogar del jubilado y los espacios al aire libre deberán disponer de dispensadores de gel hidroalcohólico o desinfectantes con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad, y deberán estar siempre en condiciones de uso.
 - a) En el bar tendrá habilitados espacios suficientes para lavarse y desinfectante las manos.

⁶ Buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios del COVID-19.

⁷ Medidas Higiénicas para la prevención de contagios del Covid-19. Disponible en: [Medidas_higienicas_COVID-19.pdf \(mscbs.gob.es\)](https://www.mscbs.gob.es/medidas_higienicas_COVID-19.pdf)

14. Sustentar un suministro suficiente y necesario del material de limpieza, para poder cometer las tareas de limpieza y desinfección a diario.
15. Promover el uso de la tarjeta de crédito en lugar del uso de dinero en efectivo siempre que sea posible.
16. Reducir el número de personas que realizan actividades de tiempo libre en el interior del Hogar del jubilado a 6 personas.

▪ **Medidas de protección colectiva:**

1. Mantener la distancia de seguridad estableciendo barreras físicas de separación como ventanillas, mamparas de metacrilato, cortinas transparentes, etc.
2. Limpieza de forma minuciosa todas las instalaciones.
 - a) Se prestará especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos, perchas, reposabrazos de butacas y otros elementos de similares características.
 - b) Tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.
3. Ventilación natural y/ o mecánica.
 - c) Los sistemas de climatización deben evitar la recirculación de aire.
 - d) Los sistemas de climatización deben maximizar la entrada de aire exterior.
 - e) Realizar la ventilación natural cruzada para asegurar la renovación del aire interior con aire exterior.
 - f) Evitar flujos de aire entre personas en ambientes interiores mal ventilados que pueden transportar aerosoles emitidos por personas infectadas.
 - g) Cumplir las recomendaciones de operación y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación de edificios y locales según la normativa vigente y las Recomendaciones del Ministerio de Sanidad y las organizaciones profesionales.
4. En puestos de trabajo compartidos por más de un trabajador, se realizará la limpieza y desinfección del puesto tras la finalización de cada uso.
5. En actividades lúdicas que se realicen en grupo y sea necesario compartir objetos se realizará la limpieza del objeto tras su uso.
6. Mantener a los trabajadores informados y formados sobre el Plan de Contingencia para el COVID-19.
7. Impulsar el uso de carteles, señalización, y documentación que fomente las medidas de higiene y prevención. Serán colocadas en lugar visibles del Hogar

del jubilado, en especial a la entrada del centro, en los aseos, y comedores, carteles e infografías sobre la higiene de manos, protección personal e información sobre la infección.

8. Proporcionar guías con información básica sobre el virus (que incluyan los signos, síntomas y las formas de contagio), así como estrategias de protección y respuesta tanto para individuos como para familias (que incluyan la higiene de las manos, cubrirse al toser y estornudar y planes de contingencia).
9. Dar información y la formación a los trabajadores/as, para poder adoptar e implantar correctamente las medidas preventivas. Se debe garantizar que todo el personal del Hogar del jubilado reciba una adecuada información y formación específica y actualizada sobre las medidas que se implanten.
10. Proporcionar toallitas u otros productos adecuados para la limpieza y desinfección de las superficies, para que los usuarios y trabajadores puedan desinfectar el sitio que vayan a ocupar.
11. Proporcionar alimentos en un formato tal que permita su consumo de manera individual
12. El agua será suministrada en botellas para uso individual.
13. Desinfectar los asientos del cine de verano tras cada uso.

▪ **Medidas de protección personal**

1. Usar preferentemente la mascarilla (filtro FFP2 ó FFP3)
 - a) Usar siempre en espacios cerrados/ambientes interiores independientemente de la distancia a la que esté otra persona.
 - b) Usar también en espacios exteriores.
 - c) En entornos familiares cuando existen convivientes de riesgo.
 - d) Hacer un uso correcto, lo que incluye no sobrepasar el tiempo de uso. Es muy importante hacer un ajuste adecuado: cubrir boca, nariz y mentón.
2. Evitar en lo posible los ambientes interiores concurridos y mal ventilados.
3. Una correcta higiene de manos: lavar las manos durante 40-60 segundos con jabón corriente si las manos están sucias y/o una solución hidroalcohólica si las manos están limpias.
4. Cuando sea posible, utilizar puertas de entrada y de salida independientes y evitar cruces.
5. Teniendo en cuenta los desplazamientos de los usuarios y trabajadores del Hogar del jubilado, en los casos en los que deba viajar más de una persona en el vehículo, se respetará que vaya como máximo una persona por cada fila de asientos, manteniéndose la mayor distancia posible entre las personas ocupantes.

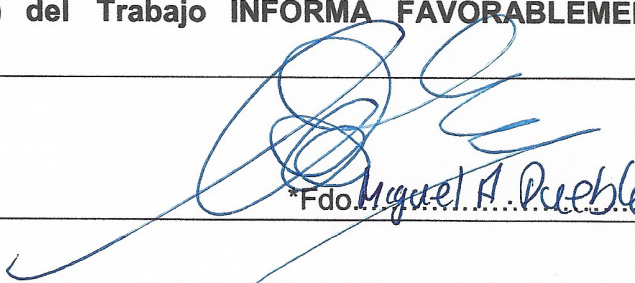


ANEXO 2

AUTORIZACIÓN PARA LA DEFENSA DEL TRABAJO FIN DE MÁSTER

Datos del alumno/a:
DNI: 26054180X
Apellidos, Nombre: Gómez Samblás, Rocío
Máster (y especialidad, en su caso): Máster de Prevención de Riesgos Laborales (Seguridad en el Trabajo).

Datos del Trabajo	
Título del Trabajo: PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE UN HOGAR DEL JUBILADO JUNTO CON UN PLAN DE ACTUACIÓN COVID-19	
Convocatoria (indicar mes de defensa): febrero	Año: 2021

El director/tutor(es/as) del Trabajo INFORMA FAVORABLEMENTE la defensa del mismo:	
Director/a- tutor/a:	 *Fdo. Miguel A. Puebla...
Director/a –tutor/a:	 *Fdo.:.....

*Este formulario, debidamente cumplimentado y firmado (con firma digital o en su defecto, con firma manuscrita y escaneo del documento), deberá ser entregado por el alumno en formato pdf en el mismo soporte digital, junto con el resto de archivos integrantes del trabajo.



ANEXO 3

ENTREGA Y AUTORIZACION DE ACCESO DE COPIA DIGITAL DEL TRABAJO FIN DE MÁSTER

Datos del alumno/a	
DNI: 26054180x	
Apellidos, Nombre: Gómez Samblas, Rocío	
Correo electrónico: rcgmzsmbls@hotmail.com	Tfno.: 667947460
Máster (y especialidad en su caso): Máster de Prevención de Riesgos Laborales (Seguridad en el trabajo).	
Título del Trabajo: PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE UN HOGAR DEL JUBILADO JUNTO CON UN PLAN DE ACTUACIÓN COVID-19.	
Director/Tutor (es/as): Miguel Ángel Puebla Hernanz	
Fecha de entrega: 15/02/2021	

El alumno/a ha realizado la entrega preceptiva de una copia digital de su TFM para su depósito en el Repositorio creado al efecto por la Universidad de Jaén, AUTORIZANDO a:		
Su difusión en acceso libre (marcar con una X la opción elegida)	SI ☒	NO ☐

Fdo.:

*Este formulario, debidamente cumplimentado y firmado (con firma digital o en su defecto, con firma manuscrita y escaneo del documento), deberá ser entregado por el alumno en formato pdf en el mismo soporte digital, junto con el resto de archivos integrantes del trabajo.