



# MANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD

## PARA PUESTOS DE OFICINAS



### Contenido

1.- DERECHOS Y OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.....	2
2.- IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN PUESTOS DE OFICINAS. ....	3
3.- NORMAS Y RECOMENDACIONES BASICAS DE SEGURIDAD. ....	4
4- NORMAS BASICAS A SEGUIR ANTE UNA EMERGENCIA POR EL PERSONAL DE LA UNIVERSIDAD .....	4



## 1.- DERECHOS Y OBLIGACIONES DE LOS TRABAJADORES EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.

### [Resumen del Capítulo III de la Ley de Prevención de Riesgo Laborales](#)

#### Obligaciones:

- Velar, según sus posibilidades, por su propia seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas personas que pueda afectar su actividad profesional.
- Usar adecuadamente cualquier medio con el que desarrolle su actividad.
- No poner fuera de funcionamiento los medios y equipos de protección.
- Informar a los Trabajadores Designados y Responsables sobre las situaciones que puedan suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la Autoridad Laboral.
- Cooperar con el empresario para que pueda garantizar unas condiciones.

#### Derechos:

- Protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo.
- Información, consulta y participación, formación en materia preventiva.
- Vigilancia de la salud eficaz.
- Participación y representación.

**El incumplimiento por los trabajadores de las obligaciones en materia de prevención de riesgos tendrá la consideración de incumplimiento laboral.**

El [Plan de Prevención de la UVa](#) define las responsabilidades en temas de prevención de todos los miembros de la Comunidad Universitaria, específicamente en el [Documento de Organización de la Prevención](#) vienen de forma explícita las responsabilidades de los diferentes puestos dentro de la Institución.



## 2.- IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN PUESTOS DE OFICINAS.

En este apartado, se incluyen los riesgos que se dan de forma genérica en puestos de oficinas y las medidas preventivas para evitarlos.

Para información más precisa, consúltese la evaluación de riesgos de su centro y departamento. Cada actualización de la evaluación se envía al Decano/ Director del Centro y a los Directores de los Departamentos/ Directores/Jefes de Servicios/ Unidades.

DESCRIPCION DEL RIESGO	MEDIDAS PREVENTIVAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contactos eléctricos durante el uso de equipos o instalaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emplear con racionalidad los equipos.</li> <li>• No manipular las instalaciones.</li> <li>• Evitar el uso de ladrones de electricidad.</li> <li>• No utilice el aparato o instalación averiada hasta después de su reparación e impida que otros lo utilicen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Algunos de estos puestos tienen una parte de atención al público, puede generar fatiga emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formación e información de los trabajadores: acudir a la formación promovida por el Servicio de Prevención</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fatiga por adoptar posturas o gestos inadecuados, trabajo ocasional con P.V.D.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aun cuando el puesto no es clasificable como de P.V.D. por el escaso tiempo efectivo que han de pasar delante de la pantalla se recomienda que los trabajadores se formen e informen en el tema: acudir a la formación promovida por el Servicio de Prevención</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Golpes y cortes por el mobiliario de la oficina u otros objetos en la misma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adoptar buenas prácticas de orden y limpieza</li> </ul>



### 3.- NORMAS Y RECOMENDACIONES BASICAS DE SEGURIDAD.

[Riesgos y recomendaciones básicas de seguridad en: oficinas.](#)

[Riesgos y recomendaciones básicas de seguridad: puestos que manejan P.V.D.](#)

[Recomendaciones básicas de prevención en: trabajos de atención al público.](#)

[Plan de movilidad de la UVA: mejora tu salud y mejora seguridad vial.](#)

[Normas básicas de actuación en caso de Emergencia y Prevención de incendios.](#)

### 4- NORMAS BASICAS A SEGUIR ANTE UNA EMERGENCIA POR EL PERSONAL DE LA UNIVERSIDAD

[Normas básicas de emergencias en los centros de la UVa](#)

[Directorio de centros: teléfonos y puntos de encuentro en evacuación](#)