



Prevención de riesgos en Oficinas y Despachos

Prevención de Riesgos en la actividad de Trabajo en Oficinas.

La Unión Europea, consciente de las dificultades que las pequeñas y medianas empresas, especialmente las denominadas microempresas, tienen en la aplicación de las respectivas legislaciones nacionales sobre Prevención de Riesgos Laborales, ha desarrollado un proyecto cuyo objetivo es proporcionar guías para la evaluación de riesgos, de una gran parte de las ocupaciones y/o actividades que se realizan de forma similar en todos los países de la Unión.

Estas guías están dirigidas a los empresarios y a los trabajadores, especialmente de las empresas más pequeñas, con la intención de que puedan abordar, por sí mismos, la tarea de evaluar sus riesgos y asumir, a continuación, las acciones preventivas oportunas. Todo ello de una forma necesariamente simplificada, que permita superar la carencia de conocimientos específicos, frecuente en estas pequeñas empresas.

Índice

Introducción

1 Objetivos de la guía

2 Principales riesgos asociados al trabajo de oficina

- RIESGOS RELACIONADOS CON LA CARGA FÍSICA
- RIESGOS RELACIONADOS CON LAS CONDICIONES AMBIENTALES
- RIESGOS RELACIONADOS CON ASPECTOS PSICOSOCIALES
- PRINCIPALES PROBLEMAS ERGONÓMICOS ASOCIADOS AL TRABAJO DE OFICINA, CUADRO RESUMEN

3. Características de un equipamiento adecuado

- 3.1. Entorno de trabajo. Incluye las dimensiones mínimas del entorno y las condiciones ambientales
- 3.2. Mobiliario. Características y dimensiones mínimas de la silla y de la mesa de trabajo
- 3.3. Equipo informático. Características de la pantalla del ordenador y del teclado
- 3.4. Programas informáticos. Facilidad de uso y forma en la que se presenta la información

4. Consejos para mejorar la configuración de su puesto de trabajo

- 4.1. Distribución de espacios en el entorno de trabajo
- 4.2. Ajuste de la silla de trabajo
- 4.3. Disposición de los elementos de trabajo sobre la superficie de la mesa
- 4.4. Cuadro Resumen