

GERENCIA: Oficina de Filiales

REVISADO POR: Oficina de Filiales

ELABORADO POR: Servicio Seguridad y Salud en el Trabajo

APROBADO POR: Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo

FECHA :

07 Setiembre 2015

ITEM	AREA	ACTIVIDAD	PELIGRO	RIESGO	CONSECUENCIAS A LA SALUD	REQUISITO LEGAL	ACTIVIDAD RUTINARIA	ACTIVIDAD NO RUTINARIA	EMERGENCIAS	PROBABILIDAD						IS: INDICE DE SEVERIDAD	INDICE DE RIESGO (IR=IP x IS)	NR: NIVEL DE RIESGO	RIESGO SIGNIFICATIVO SI/NO	CONTROLES					MEDIDA DE CONTROL
										Indice de personas expuestas (A)	Indice de procedimientos existentes(B)	Indice de capacitación (C)	Indice de exposición al riesgo (D)	IP: Índice de Probabilidad (A+B+C+D)	Eliminación					Sustitución	Controles de Ingeniería	Controles Administrativos	Equipos de Protección Personal		
1			Uso de equipos de computo	Fatiga fisica	Trastornos Musculo esqueléticos	Ley 29783 RM-375-TR	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO				X		<p>Sentarse con los hombros relajados, no levantar, no encoger, no rotar hacia adelante, con los codos pegados al cuerpo y doblados formando un ángulo de aproximadamente 90°, no extender fuera del frente de su cuerpo.</p> <p>Usar siempre el respaldar de la silla para apoyar su espalda con el cuerpo superior recto o recuéstese levemente hacia atrás.</p> <p>Usar el mouse manteniendo las muñeca derecha o recta mientras está trabajando,</p> <p>La posición de las rodillas al mismo nivel o levemente por debajo del nivel de sus caderas, no hacer presión o colocarlas sobre la base de la silla. Reportar a mantenimiento cualquier silla rota o defectuosa, evitar usar hasta que este en buenas condiciones.</p> <p>Utilizar sillas ergonómicas que tengas respaldar alto y base ajustable, 5 apoyos y reposabrazos.</p>	
2			Pantalla de Visualización de Datos	Fatiga visual	Trastorno visual, ardor cansancio, dolor de cabeza, vértigo.	Ley 29783 RM-375-TR	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO				X		<p>Es necesario adoptar una postura correcta. Situar la pantalla (PVD), teclado y mouse al mismo nivel, enfrente; de manera que no tenga que torcer el tronco o el cuello para manejarlo y pueda verlo con la cabeza recta.</p> <p>Colocar la pantalla en posición frontal hacia el colaborador, ligeramente inclinada para evitar reflejos, a la altura de la vista; a una distancia no superior del alcance de los brazos.</p> <p>Realizar ejercicios de relación ocular. Parpadeos.</p> <p>Pausa activa de 10 minutos por cada 50 minutos de trabajo realizadas ante el Pantallas de Visualización de Datos.</p>	
3			Archiveros, estantes	Caída de materiales, archivos	Golpes, contusiones, cortes, etc.	Ley 29783	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO						<p>Anclar los archivadores o estantes.</p> <p>Debidamente ordenados, permitiendo el paso de las personas.</p> <p>No apilar con archivadores, materiales, paquetes y/o artículos pesados en partes altas de archivadores.</p>	
4			Uso de equipos eléctricos en oficinas	Contacto directo	Quemaduras	Ley 29783	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO				X		<p>Utilizar correctamente todos los equipos eléctricos de la oficina.</p> <p>Evitar tener líquidos cerca del teclados o el mouse.</p> <p>Los cables eléctricos, telefónicos o de red, deben estar protegidos por canaletas. Los enchufes deben estar instalados cerca, para no tener que utilizar extensiones, no utilizar "triples" como adaptadores.</p> <p>No manipular nunca los equipos eléctricos (computo, microondas, cafeteras, hervidores) con las manos húmedas o mojadas, no limpiar con líquidos los equipos eléctricos cuando están conectados a la corriente eléctrica y no sobrecargar los enchufes.</p> <p>Reportar el estado de los cables deteriorados, enchufes malogrados.</p> <p>Recuerde siempre apagar los equipos cuando no los vaya a usar más o cuando se retire de la oficina.</p>	



Oficina Administrativa

Trabajos Administrativos por de Jefatura Zonal



5		Golpes o choque contra objetos inmóviles	Caídas al mismo nivel	Hematomas.	Ley 29783	X			1	3	2	3	9	1	9	MO	NO				X	Los cajones del escritorio o modular, debe permanecer cerrado cuando no se utilicen y al almacenar materiales o archivos, colocarlos de forma ordenada, que no sobresalgan de los estantes, evitar el apilamiento; así mismo ordenar las papeleras de tal manera que permitan el paso.	
6		Superficies resbaladizas, piso desnivelado	Caída al mismo nivel	Lesiones fracturas o contusiones.	Ley 29783	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO				X	No correr o andar de prisa en la oficina aunque se tenga apuro. Mantener el piso seco y limpio. Los cables eléctricos, telefónicos o de red, deben estar protegidos por canaletas, no expuestos atravesando pasillos o zonas de tránsito.	
7		Nivel de iluminación	Fatiga visual	Irritación de ojos	Ley 29783	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO				X	Se recomienda que en las oficinas debe haber una iluminación adecuada, homogénea y bien distribuida, sea del tipo natural o artificial. Realizar inspecciones periódicas para verificar condiciones de luminarias, cambiar las malogradas.	
8		Limpieza deficiente en área de trabajo	Enfermedades de la piel	Alergias, infecciones, etc.	Ley 29783	X			1	3	1	2	7	1	7	TO	NO				X	Realizar la limpieza diaria y mantener el área de trabajo siempre limpia.	
9	Almacenes	Almacenamiento equipos y materiales	Levantamiento Manual de Cargas	Sobreesfuerzo	Lesiones dorso-lumbares, etc.	Ley: 29783 RM 375-2008-TR	X			2	2	2	3	9	1	9	MO	NO		X	X	X	No levantar peso mas de 25 kg. por persona. Adoptar posturas adecuadas, utilizar los músculos de las piernas más que los de la espalda. El uso de ayuda mecánica, utilizar en lo posible medios con ruedas para el transporte de cargas, como carretillas, trnspaletteas. No manipular cargas pesadas de forma individual.
10		Almacenamiento equipos y materiales	Polvo en mercadería y/o bienes patrimoniales almacenados.	Exposición al polvo.	Alergias, asfixia, etc.	Ley: 29783	X			1	3	2	3	9	1	9	MO	NO		X	X	X	Aseo y limpieza constante. Se necesita mayor ventilación de aire, se recomienda la instalación de extractores de aire, si no existe ventanas. Uso de respiradores para partículas y polvo. El Personal debe usar permanentemente los guardapolvos o mandiles dentro del almacén. No sacudir el polvo, utilizar aspiradoras. El uso de los guantes de látex, lentes de seguridad.
11		Almacenamiento equipos y materiales	Apilado de mercadería y/o bienes patrimoniales	Caída de Apilado de mercadería y/o bienes patrimoniales	Aplastamientos	Ley: 29783	X			2	3	3	2	10	2	20	IM	NO		X	X	X	El Personal de Almacén, debe colocar las mercaderías o Bienes Patrimoniales, en forma ordenada en sus respectivos anaqueles o andamios, no apilar la mercadería de manera desordenada y alturas excesivas. La mercadería no debe obstaculizar los pasillos, vías de evacuación ni salidas. El uso de los EPP, guantes, mandiles, zapatos punta de acero con planta antideslizante,
12		Almacenamiento equipos y materiales	Almacenamiento de productos químicos	Inhalación de productos químicos por rotura de envases	Intoxicación, asfixia	Ley: 29783	X			2	2	3	2	9	2	18	IM	NO		X	X	X	Mantener los recipientes de los productos químicos herméticamente cerrados, y todos deben contener su rútolos o etiquetas de identificación. El ambiente para almacenar productos químicos deberá tener ventilación y extracción de aire forzada o natural, en caso se ambientes cerrados se deberá instalar extractores de aire a fin de evitar la acumulación de gases. Uso de respiradores en caso de fugas.
13	Torres	Encendido y Pagador de Generador eléctrico	Generador electrógeno	Electrocución	Quemaduras	Ley 29783	X			1	3	1	3	8	2	16	MO	NO			X	X	Personal técnico capacitado. Inspección previa del área de los niveles de riesgo en el trabajo, la instalación eléctrica y sistema de puesta a tierra. Uso de equipos de protección personal, casco de seguridad, guantes dieléctricos, zapatos dieléctricos, lentes de seguridad.
14		Revisión de funcionamiento de Generador eléctrico	Ruido de Generador electrógeno	Exposición a ruido	Pérdida auditiva,	Ley 29783	X			1	3	1	3	8	2	16	MO	NO		X	X	X	Uso obligatorio de tapones auditivos cuando el personal realiza sus actividades en el cuarto del generador eléctrico.
15		Revisión y mantenimiento de cableado de Generador eléctrico y equipos eléctricos	Trabajos con tensión	Electrocución por contacto con directo	shock eléctrico	Ley 29783	X			1	3	1	2	7	3	21	IM	NO				X	Personal técnico capacitado. Verificar la desenergización del de la línea en la cual van a trabajar, la instalación eléctrica y sistema de puesta a tierra. Uso de equipos de protección personal, casco de seguridad, guantes dieléctricos, zapatos dieléctricos, lentes de seguridad.
16		Revisión de funcionamiento de la transmisión de la señal	Estructuras metálicas oxidadas	Colapso de la estructura	Golpes, heridas	Ley 29783	X			1	3	1	3	8	2	16	MO	NO		X			Inspección constante de las estructuras de antenas verificando estructuras deterioradas, para solicitar la reparaciones a la Gerencia Técnica. Plan de mantenimiento preventivo de estructuras de torres.

17	Técnico - Operador en retransmisi	Trabajos en antena de transmisión	Radiación Solar	Exposición a radiación UV	Insolación, quemaduras leves, infecciones cutáneas	Ley N° 30102	X				1	2	1	1	5	2	10	MO	NO			X	X	X	Evitar la exposición solar prolongada de 10:00 am a 4:00 pm, protegerse bajo sombra, beber abundante agua. El uso de los lentes de protección solar (UV), gorros de ala ancha, bloqueadores.
18		Manipulación de equipos en antena para transmisión.	Trabajos en estructura de torres (Trabajos en Alturas)	Caídas de persona y objetos	Fracturas, luxaciones, muerte	Ley 29783	X				1	3	2	3	9	2	18	IM	NO			X			Capacitación para trabajos en alturas Conocer y cumplir el instructivo de trabajos en alturas, realizar el permiso de trabajo y realizar el trabajo mínimo 2 personas. Señalizar el área de trabajo con parantes (cachacos) y cintas de seguridad para evitar el paso de terceras personas. Uso adecuado de escalera, andamios y en buen estado Uso de bolsos de cuero portaherramientas Uso de EPP: zapatos de seguridad, casco de seguridad con barbiquejo, Arnés de seguridad de cuerpo entero con cinturón, con línea de anclaje y línea de vida y cinturón de posicionamiento con eslingas para sujeción y protección de correas de arnés en estructura de antena.
19		Ubicación de Retransmisoras en zonas alejadas y frías	Trabajos en exteriores en estación de Invierno	Exposición a Baja Temperatura	Resfríos	Ley 29783	X				1	2	1	1	5	2	10	MO	NO			X	X	X	El personal deberá usar ropa abrigadora, hacer uso de casacas, guantes de lana y protegerse de las lluvias con ponchos o capas impermeables.
20		Ubicación de Retransmisoras en zonas alejadas y frías	Utilización de letrinas improvisadas (en algunos casos) y falta de limpieza	Proliferación de focos infecciosos y gases tóxicos	Infecciones gastrointestinales, diarrea, parasitosis por fermentación de desechos orgánicos que producen dos tipos de gas: dióxido de carbono y metano, que al inhalar produce vértigo que rápidamente produce inconsciencia y lleva a la muerte.	Ley 29783	X				1	3	2	3	9	2	18	IM	NO			X			Instalación de servicios higiénicos adecuados a la realidad de la zona donde se ubique la retransmisora. Para el mantenimiento de limpieza en caso de letrinas adecuadas realizarlos con respiradores adecuados y en equipo, nunca en solitario, ya que el efecto de la inhalación produce vértigo que rápidamente produce inconsciencia y lleva a la muerte.
21	Vigilancia	Custodia de bienes muebles e inmuebles	Robo, asalto	Agresión por delincuentes	Golpes, contusiones, cortes, etc.	Ley 29783	X				1	2	2	2	7	2	14	MO	NO				X		Proteger la instalaciones con cercos perimétricos reforzados. Desplazamiento por zonas y horarios seguros. El Personal no debe transitar con bienes personales de valor. El desplazamiento con bienes patrimoniales lo realizará con autorización y con apoyo de otra persona o movilidad.
22		Ubicación de Retransmisoras en zonas alejadas	Radiación Solar	Exposición a radiación UV	Insolación, quemaduras leves, infecciones cutáneas	Ley N° 30102	X				1	2	1	1	5	2	10	MO	NO			X	X	X	Evitar la exposición solar prolongada de 10:00 am a 4:00 pm, protegerse bajo sombra. El uso de los lentes de protección solar (UV), gorros de ala ancha, bloqueadores.
23		Ubicación de Retransmisoras en zonas alejadas y frías	Trabajos en exteriores en estación de Invierno	Exposición a Baja Temperatura	Resfríos	Ley 29783	X				1	2	1	1	5	2	10	MO	NO			X	X	X	El personal deberá usar ropa abrigadora, hacer uso de casacas, guantes de lana y protegerse de las lluvias con ponchos o capas impermeables.
24		Custodia de bienes muebles e inmuebles	Ronda por las instalaciones	Caídas a mismo nivel	Fracturas, luxaciones, esguinces, hematomas	Ley 29783	X				1	2	1	2	6	2	12	MO	NO			X	X		Mantener las vías de acceso libres de obstáculos, son las utilizadas para una evacuación rápida y efectiva en casos de Emergencias.