

# LISTA DE COMPROBACIÓN ERGONÓMICA

## CÓMO EMPLEAR

### LA LISTA DE COMPROBACIÓN

1. Pregunte al jefe cuantas dudas tenga. Debería conocer los principales productos y métodos de producción, el número de trabajadores (masculinos y femeninos), el horario de trabajo (incluidas las pausas y horas extras) y cualquier problema laboral importante.
2. Defina el área de trabajo que será inspeccionada. En el caso de una empresa pequeña, podrá inspeccionarse el área de producción completa. En el caso de empresas grandes, deberán definirse las áreas de trabajo concretas para su comprobación por separado.
3. Repase la lista de comprobación e invierta algunos minutos en dar una vuelta por el área de trabajo antes de comenzar a comprobarla.
4. Lea cada ítem cuidadosamente. Busque la manera de aplicar cada requisito. Si fuera necesario, pregunte a los jefes o a los empleados. Si el requisito ya está siendo empleado o si no es necesario, marque NO en "¿Propone Ud. alguna acción? Si Ud. cree que el requisito debería cumplirse, marque SÍ. Utilice el espa-

cio inferior COMENTARIOS para escribir sus sugerencias o su localización.

5. Cuando haya terminado, vuelva a mirar los ítems marcados con SÍ. Seleccione aquellos cuyas mejoras parezcan más importantes. Marque PRIORITARIO en estos ítems.
6. Antes de concluir, asegúrese de que cada ítem esté marcado con NO o SÍ, y que algunos de los ítems marcados con SÍ han sido marcados con PRIORITARIO.

## MANIPULACIÓN Y ALMACENAMIENTO DE LOS MATERIALES

1. Vías de transporte despejadas y señaladas.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
2. Mantener los pasillos y corredores con una anchura suficiente para permitir un transporte de doble sentido.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_

3. Que la superficie de las vías de transporte sea uniforme, antideslizante y libre de obstáculos.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
4. Proporcionar rampas con una pequeña inclinación, del 5 al 8 %, en lugar de pequeñas escaleras o diferencias de altura bruscas en el lugar de trabajo.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
5. Mejorar la disposición del área de trabajo de forma que sea mínima la necesidad de mover materiales.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
6. Utilizar carros, carretillas u otros mecanismos provistos de ruedas, o rodillos, cuando mueva materiales.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
7. Emplear carros auxiliares móviles para evitar cargas y descargas innecesarias.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
8. Usar estantes a varias alturas, o estanterías, próximos al área de trabajo, para minimizar el transporte manual de materiales.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
9. Usar ayudas mecánicas para levantar, depositar y mover los materiales pesados.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
10. Reducir la manipulación manual de materiales usando cintas transportadoras, grúas y otros medios mecánicos de transporte.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
11. En lugar de transportar cargas pesadas, repartir el peso en paquetes menores y más ligeros, en contenedores o en bandejas.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
12. Proporcionar asas, agarres o buenos puntos de sujeción a todos los paquetes y cajas.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
13. Eliminar o reducir las diferencias de altura cuando se muevan a mano los materiales.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
14. Alimentar y retirar horizontalmente los materiales pesados, empujándolos o tirando de ellos, en lugar de alzándolos y depositándolos.  
¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_

15. Cuando se manipulen cargas, eliminar las tareas que requieran el inclinarse o girarse.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

16. Mantener los objetos pegados al cuerpo, mientras se transportan.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

17. Levantar y depositar los materiales despacio, por delante del cuerpo, sin realizar giros ni inclinaciones profundas.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

18. Cuando se transporte una carga más allá de una corta distancia, extender la carga simétricamente sobre ambos hombros para proporcionar equilibrio y reducir el esfuerzo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

19. Combinar el levantamiento de cargas pesadas con tareas físicamente más ligeras para evitar lesiones y fatiga, y aumentar la eficiencia.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

20. Proporcionar contenedores para los desechos, convenientemente situados.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

21. Marcar las vías de evacuación y mantenerlas libres de obstáculos.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

### HERRAMIENTAS MANUALES

22. En tareas repetitivas, emplear herramientas específicas al uso.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

23. Suministrar herramientas mecánicas seguras y asegurar que se utilicen los resguardos.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

24. Emplear herramientas suspendidas para operaciones repetidas en el mismo lugar.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

25. Utilizar tornillos de banco o mordazas para sujetar materiales u objetos de trabajo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

26. Proporcionar un apoyo para la mano, cuando se utilicen herramientas de precisión.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

27. Minimizar el peso de las herramientas (excepto en las herramientas de percusión).

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

28. Elegir herramientas que puedan manejarse con una mínima fuerza.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
29. En herramientas manuales, proporcionar una herramienta con un mango del grosor, longitud y forma apropiados para un cómodo manejo.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
30. Proporcionar herramientas manuales con agarres, que tengan la fricción adecuada, o con resguardos o retenedores que eviten deslizamientos y pellizcos.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
31. Proporcionar herramientas con un aislamiento apropiado para evitar quemaduras y descargas eléctricas.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
32. Minimizar la vibración y el ruido de las herramientas manuales.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
33. Proporcionar un "sitio" a cada herramienta.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
34. Inspeccionar y hacer un mantenimiento regular de las herramientas manuales.
35. Formar a los trabajadores antes de permitirles la utilización de herramientas mecánicas.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
36. Proporcionar un espacio suficiente y un apoyo estable de los pies para el manejo de las herramientas mecánicas.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
- SEGURIDAD DE LA MAQUINARIA DE PRODUCCIÓN**
37. Proteger los controles para prevenir su activación accidental.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
38. Hacer los controles de emergencia claramente visibles y fácilmente accesibles desde la posición normal del operador.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
39. Hacer los diferentes controles fácilmente distinguibles unos de otros.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
40. Asegurar que el trabajador pueda ver y alcanzar todos los controles cómodamente.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_

41. Colocar los controles en la secuencia de operación.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
42. Emplear las expectativas naturales para el movimiento de los controles.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
43. Limitar el número de pedales y, si se usan, hacer que sean fáciles de operar.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
44. Hacer que las señales e indicadores sean fácilmente distinguibles unas de otras y fáciles de leer.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
45. Utilizar marcas o colores en los indicadores que ayuden a los trabajadores a comprender lo que deben hacer.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
46. Eliminar o tapar todos los indicadores que no se utilicen.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
47. Utilizar símbolos solamente si éstos son entendidos fácilmente por los trabajadores locales.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
48. Hacer etiquetas y señales fáciles de ver, leer y comprender.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
49. Usar señales de aviso que el trabajador comprenda fácil y correctamente.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
50. Utilizar sistemas de sujeción o fijación con el fin de que la operación de mecanizado sea estable, segura y eficiente.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
51. Comprar máquinas seguras.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
52. Utilizar dispositivos de alimentación y expulsión, para mantener las manos lejos de las zonas peligrosas de la maquinaria.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
53. Utilizar guardas o barreras apropiadas para prevenir contactos con las partes móviles de la maquinaria.  
¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
Observaciones \_\_\_\_\_
54. Usar barreras interconectadas para hacer imposible que los trabajadores alcancen puntos peligrosos cuando la máquina esté en funcionamiento.

¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

55. Inspeccionar, limpiar y mantener periódicamente las máquinas, incluidos los cables eléctricos.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

61. Proporcionar una superficie de trabajo estable y multiusos en cada puesto de trabajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

56. Formar a los trabajadores para que operen de forma segura y eficiente.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

62. Proporcionar sitios para trabajar sentados a los trabajadores que realicen tareas que exijan precisión o una inspección detallada de elementos, y sitios donde trabajar de pie a los que realicen tareas que demanden movimientos del cuerpo y una mayor fuerza.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

**MEJORA DEL DISEÑO DEL PUESTO DE TRABAJO**

57. Ajustar la altura de trabajo a cada trabajador, situándola al nivel de los codos o ligeramente más abajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

63. Asegurarse de que el trabajador pueda estar de pie con naturalidad, apoyado sobre ambos pies, y realizando el trabajo cerca y delante del cuerpo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

58. Asegurarse de que los trabajadores más pequeños puedan alcanzar los controles y materiales en una postura natural.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

64. Permitir que los trabajadores alternen el estar sentados con estar de pie durante el trabajo, tanto como sea posible.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

59. Asegurarse de que los trabajadores más grandes tienen bastante espacio para mover cómodamente las piernas y el cuerpo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

65. Proporcionar sillas o banquetas para que se sienten en ocasiones los trabajadores que están de pie.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No     Sí     Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

60. Situar los materiales, herramientas y controles más frecuentemente utilizados en una zona de cómodo alcance.

66. Dotar, de buenas sillas regulables con respaldo a los trabajadores sentados.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

67. Proporcionar superficies de trabajo regulables a los trabajadores que alternen el trabajar con objetos grandes y pequeños.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

68. Hacer que los puestos con pantallas y teclados, tales como los puestos con pantallas de visualización de datos (PVD), puedan ser regulados por los trabajadores.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

69. Proporcionar reconocimientos de los ojos y gafas apropiadas a los trabajadores que utilicen habitualmente un equipo con una pantalla de visualización de datos (PVD).

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

70. Proporcionar formación para la puesta al día de los trabajadores con pantallas de visualización de datos (PVD).

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

71. Implicar a los trabajadores en la mejora del diseño de su propio puesto de trabajo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

## ILUMINACIÓN

72. Incrementar el uso de la luz natural.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

73. Usar colores claros para las paredes y techos cuando se requieran mayores niveles de iluminación.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

74. Iluminar los pasillos, escaleras, rampas y demás áreas donde pueda haber gente.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

75. Iluminar el área de trabajo y minimizar los cambios de luminosidad.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

76. Proporcionar suficiente iluminación a los trabajadores, de forma que puedan trabajar en todo momento de manera eficiente y confortable.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

77. Proporcionar iluminación localizada para los trabajos de inspección o precisión.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

78. Reubicar las fuentes de luz o dotarlas de un apantallamiento apropiado para eliminar el deslumbramiento directo.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

79. Eliminar las superficies brillantes del campo de visión del trabajador.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

86. Incrementar el uso de la ventilación natural cuando se necesite mejorar el ambiente térmico interior.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

80. Elegir un fondo apropiado de la tarea visual para realizar trabajos que requieran una atención continua e importante.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

87. Mejorar y mantener los sistemas de ventilación para asegurar una buena calidad del aire en los lugares de trabajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

81. Limpiar las ventanas y realizar el mantenimiento de las fuentes de luz.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

**RIESGOS AMBIENTALES**  
 88. Aislar o cubrir las máquinas ruidosas o ciertas partes de las mismas.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

**LOCALES**

82. Proteger al trabajador del calor excesivo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

89. Mantener periódicamente las herramientas y máquinas para reducir el ruido.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

83. Proteger el lugar de trabajo del excesivo calor o frío procedente del exterior.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

90. Asegurarse de que el ruido no interfiere con la comunicación, la seguridad o la eficiencia del trabajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

84. Aislar o apartar las fuentes de calor o de frío.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

91. Reducir las vibraciones que afectan a los trabajadores a fin de mejorar la seguridad, la salud y la eficiencia en el trabajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

85. Instalar sistemas efectivos de extracción localizada que permitan un trabajo seguro y eficiente.

92. Elegir lámparas manuales eléctricas que estén bien aisladas contra las descargas eléctricas y el calor.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

93. Asegurarse de que las conexiones de los cables de las lámparas y equipos sean seguros.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

**SERVICIOS HIGIÉNICOS Y LOCALES DE DESCANSO**

94. Con el fin de asegurar una buena higiene y aseo personales, suministrar y mantener en buen estado vestuarios, locales de aseo y servicios higiénicos.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

95. Proporcionar áreas para comer, locales de descanso y dispensadores de bebidas, con el fin de asegurar el bienestar y una buena realización del trabajo.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

96. Mejorar, junto a sus trabajadores, las instalaciones de bienestar y de servicio.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

97. Proporcionar lugares para la reunión y formación de los trabajadores.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

**EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL**

98. Señalar claramente las áreas en las que sea obligatorio el uso de equipos de protección individual.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

99. Proporcionar equipos de protección individual que protejan adecuadamente.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

100. Cuando los riesgos no puedan ser eliminados por otros medios, elegir un equipo de protección individual adecuado para el trabajador y de mantenimiento sencillo.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

101. Proteger a los trabajadores de los riesgos químicos para que puedan realizar su trabajo de forma segura y eficiente.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

102. Asegurar el uso habitual del equipo de protección individual mediante las instrucciones y la formación adecuadas, y periodos de prueba para la adaptación.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

103. Asegurarse de que todos utilizan los equipos de protección individual donde sea preciso.

¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

104. Asegurarse de que los equipos de protección individual sean aceptados por los trabajadores.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

105. Proporcionar recursos para la limpieza y mantenimiento regular de los equipos de protección individual.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

106. Proporcionar un almacenamiento correcto a los equipos de protección individual.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

107. Asignar responsabilidades para el orden y la limpieza diarios.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

**ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

108. Involucrar a los trabajadores en la planificación de su trabajo diario.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

109. Consultar a los trabajadores sobre cómo mejorar la organización del tiempo de trabajo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

110. Resolver los problemas del trabajo implicando a los trabajadores en grupos.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

111. Consultar a los trabajadores cuando se hagan cambios en la producción y cuando sean necesarias mejoras para que el trabajo sea más seguro, fácil y eficiente.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

112. Premiar a los trabajadores por su colaboración en la mejora de la productividad y del lugar de trabajo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

113. Informar frecuentemente a los trabajadores sobre los resultados de su trabajo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

114. Formar a los trabajadores para que asuman responsabilidades y dotarles de medios para que hagan mejoras en sus tareas.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

115. Propiciar ocasiones para una fácil comunicación y apoyo mutuo en el lugar de trabajo.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

116. Dar oportunidades para que los trabajadores aprendan nuevas técnicas.

¿Propone alguna acción?

No  Sí  Prioritario

Observaciones \_\_\_\_\_

117. Formar grupos de trabajo, de modo que en cada uno de ellos se trabaje colectivamente y se responsabilicen de los resultados.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

118. Mejorar los trabajos dificultosos y monótonos a fin de incrementar la productividad a largo plazo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

119. Combinar las tareas para hacer que el trabajo sea más interesante y variado.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

120. Colocar un pequeño stock de productos inacabados (stock intermedio) entre los diferentes puestos de trabajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

121. Combinar el trabajo ante una pantalla de visualización con otras tareas para incrementar la productividad y reducir la fatiga.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

122. Proporcionar pausas cortas y frecuentes durante los trabajos continuos con pantallas de visualización de datos.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

123. Tener en cuenta las habilidades de los trabajadores y sus preferencias en la asignación de los puestos de trabajo.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

124. Adaptar las instalaciones y equipos a los trabajadores discapacitados para que puedan trabajar con toda seguridad y eficiencia.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

125. Prestar la debida atención a la seguridad y salud de las mujeres embarazadas.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

126. Tomar medidas para que los trabajadores de más edad puedan realizar su trabajo con seguridad y eficiencia.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

127. Establecer planes de emergencia para asegurar unas operaciones de emergencia correctas, unos accesos fáciles a las instalaciones y una rápida evacuación.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_

128. Aprender de qué manera mejorar su lugar de trabajo a partir de buenos ejemplos en su propia empresa o en otras empresas.  
 ¿Propone alguna acción?  
 No  Sí  Prioritario  
 Observaciones \_\_\_\_\_