

FORMULARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD LABORAL

La siguiente ficha de autoevaluación consta de 5 ítem, cada punto será identificado con un sí, no, o no aplica. Esta actividad debe realizarse en el proceso de postulación a la modalidad de teletrabajo para personas funcionarias no académicas de la Universidad de Santiago de Chile.

I. SUPERFICIES DE TRABAJO					
N°	QUÉ CONDICIÓN SE DEBE VERIFICAR	RESULTADO			REFERENCIA LEGAL Y/O TÉCNICA DEL ESTANDAR
		SI	NO	N/A	
1	¿El piso se encuentra en buenas condiciones para el tránsito (sin orificios, alfombras rotas o con puntas dobladas)?				Artículo 5° Decreto Supremo N° 594 (que regula las condiciones de sanitarias y ambientales en los lugares de trabajo).
2	Si el piso es una superficie lisa como cerámico o piso flotante ¿cuenta con sistema antideslizante?				
3	¿Los cuadros, repisas u otras decoraciones adosadas a la pared se encuentran firmes y sin peligro de caídas en caso de sismos?				
4	¿El sector de acceso al lugar de trabajo se mantiene libres de obstáculos que impida un fácil y seguro desplazamiento del teletrabajador(a), tanto en las tareas normales como en situaciones de emergencia?				Artículo 7° Decreto Supremo N° 594 (que regula las condiciones de sanitarias y ambientales en los lugares de trabajo).
5	¿La escalera utilizada para el acceso del lugar de trabajo posee baranda (pasamanos), con todos sus peldaños con antideslizante y sin obstáculos que dificulte la bajada o subida?				
II. CONDICIONES AMBIENTALES					
N°	QUÉ CONDICIÓN SE DEBE VERIFICAR	RESULTADO			REFERENCIA LEGAL Y/O TÉCNICA DEL ESTANDAR
		SI	NO	N/A	
6	¿Su lugar de trabajo cuenta con iluminación natural o artificial?				El nivel de iluminación en el lugar de trabajo debe permitir una adecuada lectura de documentos y visualización de caracteres en pantalla.
7	¿El campo visual en el puesto de trabajo se encuentra libre de reflejos, brillos directos o indirectos que dificulten la ejecución de la tarea o generen molestias visuales?				Referido específicamente al campo visual en el plano de trabajo, observar apantallamientos de luminarias, medios de control de luz natural y la orientación del puesto de trabajo perpendicular a ventanas.
8	¿Se puede controlar el ruido externo presente en el lugar de trabajo que permita mantener la atención en el desarrollo de su tarea?				Debe permitir mantener la atención en el desarrollo de la tarea.
9	¿La temperatura en el puesto de trabajo le permite trabajar sin sensación de frío ni de calor (percepción de confort térmico)?				La temperatura recomendada: Rango promedio en invierno: 20 °C a 23 °C, y rango promedio en verano 23 °C a 26 °C
10	¿En el lugar de trabajo se mantiene por medios naturales o artificiales una ventilación que contribuya a proporcionar condiciones ambientales confortables?				Deben existir condiciones ambientales confortables, que no causen molestias o perjudiquen la salud del trabajador.
11	¿Cuenta el lugar de trabajo con espacio suficiente para almacenar todos sus implementos de trabajo, permitiéndole mantener el orden y limpieza?				Mantenga su espacio de trabajo limpio y en orden.
III. INSTALACIONES ELÉCTRICAS					
N°	QUÉ CONDICIÓN SE DEBE VERIFICAR	RESULTADO			REFERENCIA LEGAL Y/O TÉCNICA DEL ESTANDAR





12	¿Las conexiones de lámparas, computador, impresora y otros artefactos eléctricos se encuentra en condiciones de funcionamiento seguras? (sin señal de haberlos sobre cargados, estén derretidos o manchados con negro).				Verifique y mantenga el buen estado de cables, conexiones, enchufes y conexiones eléctricas en general.
13	¿Los cables y conexiones están instalados de tal forma que no obstaculizan las vías de tránsito?				Ubique y asegure los cables y conexiones de forma tal que no obstaculicen vías de tránsito, ni impidan el movimiento regular en la estación de trabajo.

IV. EN CASO DE EMERGENCIAS

N°	QUÉ CONDICIÓN SE DEBE VERIFICAR	RESULTADO			REFERENCIA LEGAL Y/O TÉCNICA DEL ESTANDAR
		SI	NO	N/A	
14	¿Tiene definida la zona de seguridad frente a sismo y se encuentra despejada y libre de obstáculo?				Asegúrese de conocer el plan de contingencia de la comunidad o las recomendaciones que Mutual de Seguridad o la misma Universidad que entrega al respecto.
15	¿El lugar de trabajo está libre de objetos que puedan caer desde altura (muebles, paredes)?				Los elementos colgantes o adosados a muros y estantes deben estar asegurados.
16	¿Dispone de los números de emergencias visibles y actualizados tales como; ambulancia, bomberos, mutualidad que se encuentra afiliada la Universidad?				Mantenga visibles y a la mano los números de emergencia. También se sugiere disponer de un extintor dentro de la vivienda para atender posibles conatos de incendio.
17	¿Si el lugar de trabajo está en zona de riesgos de tsunami conoce el Plan Comunal de Evacuación?				El plan debe contener entre otros, vías de evacuación, las zonas de seguridad, entre otros.

V. CONDICIONES ERGONOMICAS (ADAPTACIÓN DE LOS DISPOSITIVOS FÍSICOS A LA PERSONA)

N°	QUÉ CONDICIÓN SE DEBE VERIFICAR	RESULTADO			REFERENCIA LEGAL Y/O TÉCNICA DEL ESTANDAR
		SI	NO	N/A	
18	¿La superficie de trabajo (mesa o escritorio) cuenta con espacio, para acomodar todos los elementos de trabajo (PC, notebook, teléfono, documentos y otros)?				Se recomienda al menos 120 cm de ancho, por 70 cm de profundidad.
19	¿Dispone de suficiente espacio bajo la superficie de trabajo para mover las piernas y cambiar de postura?				Recomendable al menos 60 cm profundidad.
20	¿El borde superior de la pantalla está ubicada a la altura de los ojos, y mantiene una distancia ojos-pantalla?				Si utiliza notebook, se recomienda el uso de alza notebook o similar, más teclado y mouse periférico con mousepad (apoya muñecas).
21	¿Cuenta con una silla con respaldo que le permita apoyar su columna y regular la altura?				Silla con respaldo que se adapte a la curvatura normal de la columna lumbar, Idealmente que cuente con regulación en altura y profundidad del respaldo.



RESPONSABLE DEL REGISTRO	
NOMBRE:	
RUT:	
CARGO:	
DEPEDENCIA: (UNIDAD, CENTRO DE COSTO)	
JEFATURA DIRECTA:	
FIRMA FUNCIONARIO(A)	

