

FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO

CIF/NIF:G81731705

Sin centro de trabajo fijo . .

Planificación de la acción preventiva



Aprobado por	Realizado por
FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Ivonne Adanero Alvarez Técnico Superior PRL
	
Fecha: 19-03-2026	Fecha: 19-03-2026



Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva

1.- PLANIFICACIÓN DE LA ACCIÓN PREVENTIVA

El resultado de una evaluación de riesgos debe servir para hacer un inventario de acciones, con el fin de diseñar, mantener o mejorar los controles de riesgos. Es necesario contar con un buen procedimiento para planificar la implantación de las medidas de control que sean precisas después de la evaluación de riesgos.

Los métodos de control se deben escoger teniendo en cuenta los siguientes principios:

- Combatir los riesgos en su origen.
- Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y métodos de trabajo y de producción, con miras, en particular a atenuar el trabajo monótono y repetitivo y a reducir los efectos del mismo en la salud.
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
- Adoptar las medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.
- Dar las debidas instrucciones a los trabajadores.
- Adoptar las medidas de Vigilancia de la Salud que sean preceptivas.

Revisión del plan

El plan de actuación debe de revisarse antes de su implantación, considerando lo siguiente:

- Si los nuevos sistemas de control de riesgos conducirán a niveles de riesgo aceptables.
- Si los nuevos sistemas de control han generado nuevos peligros.
- La opinión de los trabajadores afectados sobre la necesidad y la operatividad de las nuevas medidas de control.

La evaluación de riesgos debe ser, en general, un proceso continuo. Por lo tanto la adecuación de las medidas de control debe de estar sujeta a una revisión continua y modificarse si es preciso. De igual forma, si cambian las condiciones de trabajo, y con ello varía los peligros y los riesgos, habrá de revisarse la evaluación de riesgos.

Criterio seguido para la realización de la planificación de la acción preventiva.

Una vez realizada la evaluación de riesgos en la empresa FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO y según establece el Artículo 16 de la L.P.R.L., se tomarán medidas de control en aquellas situaciones donde la estimación del riesgo se haya valorado con una tolerabilidad de 2 o superior, es decir, 2, 3 y 4 .

A continuación pasaremos a exponer los resultados de la evaluación de riesgos y la planificación de la acción preventiva que se ha estimado como la más oportuna.

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva comunes a los puestos de trabajo

MEDIDAS PREVENTIVAS/CORRECTORAS COMUNES A TODOS LOS PUESTOS DE TRABAJO

1-Formar e informar al trabajador de los riesgos asociados a su puesto de trabajo y de las medidas preventivas a aplicar según los ART. 18 y 19 de la Ley 31/1995.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Incluido en el contrato	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2-Coordinación de actividades empresariales según el Art.24 de la Ley 31/1995.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

3-Garantizar la vigilancia de la salud del trabajador según el Art. 22 de la Ley 31/1995

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Segun presupuesto	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

4-Entregar al trabajador los procedimientos de trabajo relacionados con su puesto de trabajo según el Art.2 de la Ley 54/2003.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Implantacion inmediata	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva comunes a los puestos de trabajo

5-Entregar al trabajador los Equipos de Protección Individual necesarios para realizar su trabajo y disponer de registro de entrega de los mismos. Velar por su empleo y correcto estado de uso, caducidad de los mismos, etc. en todo momento según el Art.17 de la Ley 31/1995.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Segun presupuesto	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

6-Entregar al trabajador los manuales de instrucciones de uso y mantenimiento de los equipos de trabajo empleados. El lugar de ubicación de los manuales deberá ser conocido, cercano al puesto de trabajo, y de fácil acceso, en virtud de REAL DECRETO 1215/1997, de 18 de julio por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

7-Entregar al trabajador las fichas de datos de seguridad de los productos químicos empleados. en virtud del REAL DECRETO 374/2001, de 6 de abril sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

8-Realizar y documentar operaciones de mantenimiento de los equipos de trabajo empleados, en virtud del REAL DECRETO 1215/1997, de 18 de julio por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva comunes a los puestos de trabajo

Continuo en el tiempo	Segun presupuesto	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	
-----------------------	-------------------	------------------------	--

9-Restringir el uso de equipos de trabajo a personal autorizado y con formación específica en su manejo, en virtud del REAL DECRETO 1215/1997, de 18 de julio por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

10-La empresa deberá entregar a los trabajadores la evaluación de riesgos de sus puestos de trabajo, en virtud de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

11-Notificar al SPA la existencia de personal especialmente sensible a determinados riesgos (trabajadoras gestantes o en período de lactancia, personal menor de edad o con discapacidades física, psíquica o sensorial, etc), en virtud del artículo 25 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

12-Notificar al SPA la existencia de accidentes laborales y/o enfermedades profesionales, en virtud de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales.

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva comunes a los puestos de trabajo

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva por puestos de trabajo

MEDIDAS PREVENTIVAS/CORRECTORAS POR PUESTOS DE TRABAJO

PERSONAL DE OFICINA :

1-Facilitar y orientar la atención necesaria para desempeñar las tareas, ajustando la cantidad y calidad de la información recibida.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2-Proporcionar las ayudas pertinentes para que la carga o esfuerzo de atención y de memoria llegue hasta niveles que sean manejables (ajustando la relación entre la atención necesaria y el tiempo que se ha de mantener).

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

3-Reorganizar el tiempo de trabajo (tipo de jornada, duración, flexibilidad, etc.) y facilitar suficiente margen de tiempo para la autodistribución de algunas breves pausas durante cada jornada de trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

4-Se deberán establecer pausas y cambios de actividad a lo largo de la jornada, siguiendo las indicaciones de la Guía Técnica.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

Docente :

1-Se debe distribuir equitativamente la carga de trabajo y se deben establecer pausas y descansos cuando sea preciso evitar el riesgo de fatiga.

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva por puestos de trabajo

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2-La empresa llevará a cabo un seguimiento y control de los puestos de trabajo y las prácticas laborales para detectar las sobre cargas de trabajo

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

planificacion	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Equipos de oficina: Impresora / fotocopiadora / fax / escáner / destructora de papel, etc. Planificacion

MEDIDAS PREVENTIVAS/CORRECTORAS POR EQUIPOS DE TRABAJO

1-Equipos de oficina: Impresora / fotocopiadora / fax / escáner / destructora de papel, etc.

1.- Garantizar el correcto estado de la instalación eléctrica del equipo: realizar mantenimientos preventivos y correctivos periódicos documentados de la misma.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Segun presupuesto	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2.- Extremar las precauciones durante el uso del equipo o ante solución de incidencias básicas: obstrucciones, atascos, cambios de tóner, etc. Antes de intentar resolver cualquier incidencia. desconectar el equipo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

3.- Extremar las precauciones durante el uso del equipo o ante solución de incidencias básicas: obstrucciones, atascos, cambios de tóner, etc. en previsión de partes o elementos a elevada temperatura.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

planificación	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Equipos de sonido: reproductor, altavoces, etc. Planificación

4.- Mantener el equipo en correctas condiciones de uso. No manipular.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

5.- No sobrecargar los enchufes abusando de ladrones o regletas, no utilizar regletas en cascada, ni conectar a las bases de enchufe aparatos de potencia superior a la prevista o varios aparatos que en conjunto suponga una potencia superior, tampoco se realizaran empalmes o conexiones

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

6.- No manipular elementos eléctricos que se hayan mojado, con las manos mojadas o con el suelo húmedo. Si cae agua u otro líquido sobre algún aparato eléctrico, desconectar el circuito. No tocar nunca a una persona que esté bajo tensión eléctrica, desconectar primero la electricidad

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2-Equipos de sonido: reproductor, altavoces, etc.

planificacion	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Escalera manual Planificación

1.- No sobrecargar los enchufes abusando de ladrones o regletas, no utilizar regletas en cascada, ni conectar a las bases de enchufe aparatos de potencia superior a la prevista o varios aparatos que en conjunto suponga una potencia superior, tampoco se realizaran empalmes o conexiones

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2.- No manipular elementos eléctricos que se hayan mojado, con las manos mojadas o con el suelo húmedo. Si cae agua u otro líquido sobre algún aparato eléctrico, desconectar el circuito. No tocar nunca a una persona que esté bajo tensión eléctrica, desconectar primero la electricidad

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

3-Escalera manual

1.- Emplear un un equipo de protección individual anticaídas completo anclado a un punto estable e independiente de la escalera / adoptar otras medidas de protección alternativas en caso de realizar trabajos a más de 3,5 m. de altura, desde el punto de operación al suelo, que requieran movimientos o esfuerzos peligrosos para la estabilidad del trabajador.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Segun presupuesto	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

planificacion	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Pantalla de visualización de datos (P.V.D.) Planificación

2.- Situar la escalera de forma que se pueda acceder fácilmente al punto de operación sin tener que estirarse o colgarse. Para acceder a otro punto de operación no se debe dudar en variar la situación de la escalera volviendo a verificar los elementos de seguridad de la misma.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

3.- Las escaleras de mano se inspeccionarán antes de realizar un trabajo y periódicamente (de acuerdo a las instrucciones marcadas por el fabricante), rechazándose las que no ofrezcan una garantía de seguridad. Deberán disponer de etiquetado bien visible mostrando instrucciones de uso , peso máximo admisible y norma UNE de referencia. Ante la presencia de cualquier defecto de los descritos se deberá retirar de circulación la escalera. Esta deberá ser reparada por personal especializado o retirada definitivamente.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Periodico	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

4-Pantalla de visualización de datos (P.V.D.)

1.- Realizar pausas de descanso cortas y frecuentes, de 10 min. cada hora y media de trabajo con pantallas de visualización de datos. Practicar algunos ejercicios gimnásticos para relajar la musculatura de cuello, columna, espalda y brazos. Se recomienda, siempre que sea posible, intercalar diferentes actividades.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

planificacion	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Teléfono fijo / móvil. Planificacion

2.- El asiento de trabajo deberá reunir las siguientes características:

- Deberá ser estable, proporcionando al usuario libertad de movimiento y procurándole una postura confortable.
- La altura del mismo deberá ser regulable.
- El respaldo deberá ser reclinable y su altura ajustable.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Segun presupuesto	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

3.- Canalizar adecuadamente / retirar el cableado de alimentación situado bajo / junto al puesto de trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

5-Proyector

1.- No manipular los componentes eléctricos de los equipos empleados (clavija, conexiones, etc.).

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

6-Teléfono fijo / móvil.

planificacion	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Teléfono fijo / móvil. Planificacion

planificación	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Útiles y herramientas de oficina. Planificación

1.- Evitar la sujeción del auricular con el hombro y la cabeza ya que esa postura genera sobrecarga muscular en la zona del cuello y los hombros. Procurar mantener el cuello lo más recto posible, evitando flexiones del mismo que superen los 30 grados.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

7-Útiles y herramientas de oficina.

1.- Realizar todas las labores con el máximo grado de atención y cautela, especialmente con herramientas cuyos materiales posean filos cortantes o agudos.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

2.- Distribución adecuada de los trabajos a lo largo de la jornada laboral. Hábitos saludables (alimentación equilibrada, descanso, realización de ejercicios físico), técnicas de apoyo (cognitivas y otras técnicas a nivel reactivo). Desde el punto de vista de la organización, las medidas para la prevención de la fatiga mental se centran en mejoras de las condiciones de trabajo, revaloración del puesto de trabajo y Organización del tiempo de trabajo.

Tiempo de implantación	Coste aproximado	Responsable	Control
Continuo en el tiempo	Sin coste_equipo	ALBERTO GARCÍA CASTAÑO	

Planificación de la acción preventiva	FUNDACION DE LA DANZA ALICIA ALONSO	Fecha de evaluación: 19-03-2026
Fecha de concierto: 19-03-2026	Interterritorial de Prevención de Riesgos, S. L.	Planificación preventiva por lugares de trabajo

Artículo 19 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales: Formación de los trabajadores.

1. En cumplimiento del deber de protección, el empresario deberá garantizar que cada trabajador reciba una formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva, tanto en el momento de su contratación, cualquiera que sea la modalidad o duración de ésta, como cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe o se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo.
La formación deberá estar centrada específicamente en el puesto de trabajo o función de cada trabajador, adaptarse a la evolución de los riesgos y a la aparición de otros nuevos y repetirse periódicamente, si fuera necesario.
2. La formación a que se refiere el apartado anterior deberá impartirse, siempre que sea posible, dentro de la jornada de trabajo o, en su defecto, en otras horas pero con el descuento en aquélla del tiempo invertido en la misma.
La formación se podrá impartir por la empresa mediante medios propios o concertándola con servicios ajenos, y su coste no recaerá en ningún caso sobre los trabajadores.

Se comunica a la empresa que todos los trabajadores podrán asistir a los cursos de formación específicos de su actividad, que se imparten en las instalaciones del SPA de lunes a viernes de 9:00 a 12:00 horas.

Se recomienda a la empresa que se ponga en contacto con el Servicio de Prevención con la suficiente antelación (mínimo dos días laborables) para la mejor organización de los cursos.