| MINISTERIO DE AMBIENTE Y DESARROLLO SOSTENIBLE  | **LISTA DE CHEQUEO CONDICIONES PUESTO DE TRABAJO**  | logo calidad MADS 2 |
| --- | --- | --- |
| Proceso: Administración del Talento Humano |
| Versión: 1 | Vigencia: 07/10/2015 | Código: F-A-ATH-33 |

|  |  |
| --- | --- |
| **FECHA:** |  |
| **NOMBRE DEL TRABAJADOR Y C.C. :** |  |
| **AREA DE TRABAJO Y CARGO:**  |  |
| **TIEMPO DE SERVICIO EN EL MADS:** |  |

**ESTACION DE TRABAJO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **SI** | **NO** |
| La estación de trabajo es lineal |  |  |
| La estación de trabajo es tipo “L” |  |  |
| El ancho del plano de trabajo permite adecuada organización de elementos de trabajo |  |  |
| La altura de la Estación de trabajo es de 70 a 75 cm |  |  |
| Los elementos del puesto de trabajo se encuentran organizados |  |  |
| Cuenta con espacio suficiente para introducir y acomodar las piernas |  |  |

**PANTALLA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Pantalla plana con sistema ajustable en altura |  |  |
| Pantalla plana no sin sistema de ajuste en altura |  |  |
| La pantalla se encuentra frente al usuario |  |  |
| El borde superior de la pantalla queda aproximadamente a la altura de los ojos |  |  |
| La altura de la pantalla se encuentra por encima de la cabeza |  |  |
| La pantalla se encuentra ubicada a una distancia entre 45 y 70 cm. de los ojos |  |  |

**SILLA DE TRABAJO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| La silla cuenta con características ergonómicamente aceptables: asiento ajustable en altura y profundidad, espalda ajustable en altura e inclinación, 5 aspas de sustentación |  |  |
| La silla de trabajo se encuentra en buen estado |  |  |
| El espaldar de la silla favorece adecuado apoyo dorso lumbar. |  |  |

**TECLADO Y MOUSE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| El teclado se encuentra ubicado frente al trabajador (a) |  |  |
| El teclado y el mouse se encuentran al mismo nivel en la superficie de trabajo |  |  |
| Los antebrazos quedan apoyados en la mesa de trabajo al momento de la digitación |  |  |
| El teclado y el mouse quedan frente al trabajador (a) |  |  |

**ELEMENTOS DE CONFORT ERGONÓMICO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| El trabajador (a) cuenta con apoyapiés |  |  |
| El trabajador (a) necesita apoyapiés |  |  |
| El trabajador (a) cuenta con base para monitor |  |  |
| El trabajador (a) necesita base para monitor |  |  |

**OTRAS CONSIDERACIONES**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| La iluminación permite visibilidad satisfactoria |  |  |
| El ambiente sonoro es confortable |  |  |
| La ventilación es satisfactoria |  |  |
| Las áreas de tránsito permiten el desplazamiento con facilidad |  |  |
| Cableado desorganizado |  |  |
| Realiza pausas activas con frecuencia |  |  |
| Buena Higiene Postural |  |  |
| Molestias a nivel osteomuscular: |  |  |

**RECOMENDACIONES GENERALES**

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **Firma y C.C.** |