**Instrucciones para evaluar el contexto del trabajo**

**Instrucciones**

En este cuestionario se le preguntará acerca de sus condiciones de trabajo. Estas preguntas se refieren al medio ambiente de trabajo, a los posibles riesgos, al ritmo y al contacto con otras personas.

Lea cuidadosamente cada pregunta y ponga atención al marcar su respuesta. Ponga una X sobre el número de la respuesta que mejor describa *su trabajo actual.*

Por ejemplo:

**¿Cuántas horas trabaja durante una semana típica de trabajo?**



40 horas

Más de 40 horas

Menos de 40 horas

Indique su respuesta marcando con una **X** el número que corresponda.

Por favor no haga ningún tipo de marca sobre la línea entre los números.

**1. ¿Con qué frecuencia requiere *su* *trabajo actual* dialogar cara a cara con individuos o con miembros de su equipo de trabajo?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**2. ¿Con qué frecuencia requiere *su* *trabajo actual* hablar en público (un orador con una audiencia)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**3. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* mantener conversaciones telefónicas?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**4. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* el uso de correo electrónico?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**5. ¿Con qué frecuencia requiere *su* *trabajo actual* escribir cartas y memorándums?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**6. ¿Qué tanto se requiere estar en contacto con otras personas (por teléfono, cara a cara o de alguna otra manera) para realizar *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No estoy en contacto con otros | Ocasionalmente estoy en contacto con otros | La mitad del tiempo estoy en contacto con otros | La mayor parte del tiempo estoy en contacto con otros | Constantemente estoy en contacto con otros |



**7. ¿Qué tan importante es trabajar con otras personas, ya sea en grupo o en equipo, para realizar *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No es importante | Algo importante | Importante | Muy importante | Extremadamente importante |



**8. En *su trabajo actual,* ¿qué tan importantes son las interacciones que requieren que usted trate con clientes externos (por ejemplo, con clientes en una tienda) o con el público en general (como en el caso de un policía)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No es importante | Algo importante | Importante | Muy importante | Extremadamente importante |



**9. En *su trabajo actual,* ¿qué tan importantes son las interacciones que requieren que usted coordine o dirija a otros en el desempeño de sus actividades de trabajo (pero no como supervisor ni como líder de un grupo de trabajo)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No es importante | Algo importante | Importante | Muy importante | Extremadamente importante |



**10. ¿Qué tan responsable es usted de la salud y seguridad de otros trabajadores en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No tengo responsabilidad | Limitada responsabilidad | Moderada responsabilidad | Alta responsabilidad | Muy alta responsabilidad |



**11. ¿Qué tan responsable es usted de los resultados y las consecuencias del trabajo de otros trabajadores en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No tengo responsabilidad | Limitada responsabilidad | Moderada responsabilidad | Alta responsabilidad | Muy alta responsabilidad |



**12. ¿Con qué frecuencia se dan situaciones conflictivas en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**13. ¿Con qué frecuencia hay que tratar con individuos desagradables, enojados o descorteses como parte de *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**14. ¿Con qué frecuencia hay que tratar con individuos físicamente agresivos o violentos como parte de *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**15. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* laborar en áreas interiores bajo un medio ambiente controlado (por ejemplo, en un almacén o depósito con aire acondicionado)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



1. **¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* laborar en áreas interiores bajo un medio ambiente no controlado (por ejemplo, en un almacén o depósito sin aire acondicionado)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**17. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* laborar al aire libre expuesto/a a los elementos del clima?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**18. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* laborar al aire libre, pero bajo techo (por ejemplo, en una estructura con techo pero sin paredes)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**19. ¿Con qué frecuencia requiere *su* *trabajo actual* laborar en un vehículo o equipo abierto (por ejemplo, un tractor)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**20. ¿Con qué frecuencia requiere *su* *trabajo actual* laborar en un vehículo u operar equipo cerrado (por ejemplo, en un automóvil)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**21. ¿Qué tan cerca se encuentra usted físicamente a otras personas cuando realiza *su* *trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No trabajo cerca de otros (más allá de 100 pies) | Trabajo con otros pero no cerca (oficina privada) | Ligeramente cerca (comparte oficina) | Moderadamente cerca (equivalente a un brazo de distancia) | Muy cerca (casi se rozan) |



**22. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia está expuesto/a a sonidos y niveles de ruido que distraen o son incómodos?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**23. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia está expuesto/a a temperaturas muy altas (por encima de los 90 grados F) o muy frías (por debajo de los 32 grados F)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**24. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia está expuesto/a a un nivel de luz insuficiente o demasiado brillante?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**25. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia está expuesto/a a contaminantes (tales como agentes de polución contaminantes, gases, polvo u olores)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**26. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia está expuesto/a a espacios de trabajo estrechos en los que hay que estar en posiciones incomodas?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**27. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia está expuesto/a todo su cuerpo a la vibración (como al operar un martillo perforador o equipo para remover la tierra)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**28. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* que esté expuesto/a a la radiación?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**29. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* que esté expuesto/a a enfermedades o infecciones?** Esto puede ocurrir en el caso de personas que cuidan enfermos, que trabajan en laboratorios, que realizan controles sanitarios, etc.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**30. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* que esté expuesto/a a lugares altos?** Esto puede ocurrir en el caso de personas que trabajan montados en andamios, postes, pasarelas o en escaleras con una longitud de más de 8 pies.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**31. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* que esté expuesto/a a condiciones peligrosas?** Esto puede ocurrir en el caso de personas que trabajan con alto voltaje, materiales inflamables, explosivos o químicos. No incluya el utilizar equipo peligroso.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**32. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* que esté expuesto/a a equipo peligroso?** Esto incluye trabajar con sierras, cerca de maquinaria con partes en movimiento, o trabajar cerca de tráfico vehicular (pero no incluye manejar un vehículo).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**33. ¿Con qué frecuencia requiere *su trabajo actual* que esté expuesto/a a quemaduras leves, cortaduras, mordeduras o picaduras?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**34. ¿Cuánto tiempo pasa sentado/a en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**35. ¿Cuánto tiempo pasa de pie en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**36. ¿Cuánto tiempo pasa subiendo escaleras, andamios o postes en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**37. ¿Cuánto tiempo pasa caminando o corriendo en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**38. ¿Cuánto tiempo pasa arrodillándose, agachándose, inclinándose o arrastrándose en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**39. ¿Cuánto tiempo pasa manteniendo o recuperando el equilibrio en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**40. ¿Cuánto tiempo pasa utilizando sus manos para manejar, controlar o tocar objetos, herramientas o controles en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**41. ¿Cuánto tiempo pasa flexionando o girando su cuerpo en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**42. ¿Cuánto tiempo pasa haciendo movimientos repetitivos en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Menos de la mitad del tiempo | Alrededor de la mitad del tiempo | Más de la mitad del tiempo | Continuamente o casi continuamente |



**43. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia utiliza equipo corriente de protección o seguridad como zapatos de seguridad, gafas, guantes, protección para los oídos, cascos o chalecos salvavidas?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**44. En *su trabajo actual,* ¿con qué frecuencia utiliza equipo especializado de protección o de seguridad, tales como aparatos para respirar, arneses de seguridad, trajes de protección total o protección contra la radiación?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no a diario | Todos los días |



**45. ¿Qué tan serio podría ser el cometer un error en su *trabajo actual* (uno que no pueda corregir fácilmente)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No muy serio | Bastante serio | Serio | Muy serio | Extremadamente serio |



**46. En *su trabajo actual,* ¿qué consecuencias normalmente tienen sus decisiones sobre otras personas, o la imagen, o la reputación o los recursos financieros de la organización?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No tienen consecuencias | Consecuencias menores | Consecuencias moderadas | Consecuencias importantes | Consecuencias muy importantes |



**47. En *su trabajo actual*, ¿con qué frecuencia afectan sus decisiones a otras personas, a la imagen o la reputación, o a los recursos financieros de su empleador?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no diario | Todos los días |



**48. En *su trabajo actual*, ¿cuánta libertad tiene para tomar decisiones sin supervisión?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No hay libertad | Muy poca libertad | Libertad limitada | Algo de libertad | Mucha libertad |



**49. ¿Qué tan automatizado está *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No del todo automatizado | Un poco automatizado | Moderadamente automatizado | Altamente automatizado | Completamente automatizado |



**50. ¿Qué tan importante es ser muy exacto o muy preciso en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No muy importante | Bastante importante | Importante | Muy importante | Extremadamente importante |



**51. En *su trabajo actual,* ¿qué tan importante es realizar actividades físicas que son continuas y repetitivas (por ejemplo, ingreso de datos) o actividades mentales (por ejemplo, verificar las entradas en el libro de contabilidad)?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No muy importante | Bastante importante | Importante | Muy importante | Extremadamente importante |



**52. ¿Qué tanta libertad tiene usted para determinar sus labores, prioridades y metas en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No hay libertad | Muy poca libertad | Libertad limitada | Algo de libertad | Mucha libertad |



**53. ¿Qué tan competitivo es *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No del todo competitivo | Poco competitivo | Moderadamente competitivo | Altamente competitivo | Extremadamente competitivo |



**54. ¿Con qué frecuencia tiene usted que cumplir con plazos estrictos en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nunca | Una vez al año o más pero no cada mes | Una vez al mes o más pero no cada semana | Una vez por semana o más pero no  a diario | Todos los días |



**55. ¿Qué tan importante es mantener el ritmo de trabajo impuesto por la maquinaria o el equipo en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No muy importante | Bastante importante | Importante | Muy importante | Extremadamente importante |



**56. ¿Qué tan regular es su horario de trabajo en *su* *trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Regular (rutina establecida, horario fijo) | Irregular (cambia dependiendo de las condiciones climáticas, demanda de producción o duración del contrato) | Por temporada (sólo dura cierto tiempo del año) |  |



**57. ¿Qué número de horas se trabajan en una semana típica en *su trabajo actual*?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Menos de 40 horas | 40 horas | Más de 40 horas |  |

**