

## Contenidos

1 SÍNDROME DEL EDIFICIO ENFERMO.....	3
1.1 FACTORES DEL SÍNDROME DEL EDIFICIO ENFERMO.....	4
2 CALIDAD DEL AIRE INTERIOR.....	5
2.1 CONTAMINANTES DEL AIRE INTERIOR.....	5
2.2 CONTAMINANTES BIOLÓGICOS DEL AIRE INTERIOR.....	7
3 EVALUACIÓN, PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA CALIDAD DEL AMBIENTE INTERIOR.....	7
4 EVALUACIÓN INICIAL DE LOS RIESGOS.....	8
4.1 IDENTIFICACIÓN DE LOS PELIGROS.....	8
4.2 ESTIMACIÓN DE LOS RIESGOS.....	9
4.2.1 ESTIMACIÓN DE LOS RIESGOS DEBIDOS A CONTAMINANTES QUÍMICOS.....	9
4.2.2 ESTIMACIÓN DE LOS RIESGOS DEBIDOS A CONTAMINANTES FÍSICOS.....	10
4.2.2.1 AMBIENTE TÉRMICO.....	10
4.2.2.2 RUIDO.....	11
4.2.2.3 ILUMINACIÓN.....	11
4.2.2.4 VENTILACIÓN.....	11
4.2.2.5 CONTAMINANTES BIOLÓGICOS.....	12
4.3 VALORACIÓN DE LOS RIESGOS.....	12
4.3.1 CRITERIOS DE VALORACIÓN USADOS EN CALIDAD DEL AMBIENTE INTERIOR.....	13
4.3.1.1 NORMATIVA LEGAL.....	13
4.3.1.2 CRITERIOS DE VALORACIÓN DE ORGANISMOS DE RECONOCIDO PRESTIGIO.....	13
4.3.1.3 NORMAS TÉCNICAS.....	13
4.3.2 CRITERIOS DE VALORACIÓN PARA LOS CONTAMINANTES FÍSICOS.....	14
4.3.2.1 AMBIENTE TÉRMICO.....	14
4.3.2.2 ILUMINACIÓN.....	14
4.3.2.3 RUIDO.....	14
4.3.3 CRITERIOS DE VALORACIÓN PARA LA VENTILACIÓN.....	15
4.3.4 CRITERIOS DE VALORACIÓN PARA LOS CONTAMINANTES BIOLÓGICOS.....	15
5 METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN DE LA CALIDAD DEL AMBIENTE INTERIOR CUANDO EXISTEN QUEJAS O PROBLEMAS DE ORIGEN DESCONOCIDO.....	16
5.1 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	16
5.2 FASES EN LAS QUE SE REALIZA.....	17
5.2.1 FASE 1.....	17
5.2.2 FASE 2.....	18
5.2.3 FASE 3.....	19
5.2.4 FASE 4.....	19
6 PREVENCIÓN Y CONTROL DE LOS RIESGOS RELACIONADOS CON LA CALIDAD DEL AMBIENTE INTERIOR.....	20
6.1 TIPOS DE ACTUACIONES PREVENTIVAS.....	20
6.1.1 ACTUACIÓN SOBRE LAS FUENTES.....	20
6.1.1.1 Eliminación o reducción de las fuentes.....	20
6.1.1.2 Sustitución de las Fuentes.....	21
6.2 ACTUACIONES SOBRE LA TRANSMISIÓN DE LA CONTAMINACIÓN.....	21
6.2.1 CONTROL DE LA VENTILACIÓN.....	21
6.2.2 CONTROL DE LA LIMPIEZA DEL AIRE.....	22
6.3 ACTUACIONES SOBRE LOS TRABAJADORES.....	23
6.4 FORMACIÓN, INFORMACIÓN CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES.....	

## 5.2.2 FASE 2

**Visita de inspección** al edificio, con una revisión detallada de sus instalaciones

- Inspección de los sistemas de ventilación y climatización
- Ver si el diseño es adecuado al número de ocupantes y usos del edificio
- Observar el estado de las instalaciones: mantenimiento y limpieza
- Comprobar su funcionamiento con respecto a los parámetros de diseño
- Conocer el tipo de regulación
- Comprobar que el aire exterior llega a todos los trabajadores:
  - Ver si la disposición y distribución de las entradas de aire exterior y las salidas de aire viciado son adecuadas
  - En caso de ventilación natural, confirmar su eficacia en todos los puestos de trabajo
- **Evaluación (medición y valoración) de los parámetros ambientales exigidos por la legislación, RD 486/97:** caudal de aire exterior suministrado por trabajador y de la temperatura, humedad relativa y velocidad del aire.
- **Encuesta** anónima a un número representativo de trabajadores, con el fin de localizar las áreas conflictivas, que serán aquéllas donde el número de quejas sea mayor. El cuestionario debe pedir información sobre:
  - **Datos personales objetivos:** edad, sexo, estudios realizados, categoría profesional, antigüedad en el puesto, jornada y horario de trabajo, si se es fumador / no fumador, etc.
  - **Síntomas:** patologías y molestias. El cuestionario debe diferenciar claramente si los síntomas se dan sólo en el edificio o también fuera de él.
  - **Posibles factores ambientales** que pudieran producir los problemas: equipos de trabajo, obras recientes, posibilidad de abrir las ventanas, etc.
  - **Algunos factores psicosociales** (no demasiados, porque el estudio en profundidad de los factores psicosociales correspondería a una fase más avanzada de la investigación).
- Identificación de las posibles fuentes de contaminación