

CUESTIONARIO DE RECOGIDA DE INFORMACIÓN

**Envejecimiento activo: hábitos saludables y
conductas seguras en la gestión de la edad en
el sector de piensos compuestos para animales**

CON LA FINANCIACIÓN DE

ES2024-0035



Presentación del proyecto

Desde CESFAC estamos realizando un proyecto denominado *“Envejecimiento activo: hábitos saludables y conductas seguras en la gestión de la edad en el sector de piensos compuestos para animales”*.

En este proyecto se pretende evaluar la capacidad de trabajo entendida como la combinación de salud percibida, hábitos saludables y conductas seguras en operarios/as del sector de piensos compuestos, con el fin de identificar áreas de mejora y elaborar una Guía de hábitos saludables y trabajo seguro para un envejecimiento activo.

Por la importancia del proyecto y su repercusión, éste ha sido subvencionado por la Fundación **Estatad para la Prevención de Riesgos Laborales F.S.P.** para ser desarrollado durante el año 2025.

Como parte del proyecto se contempla la realización de cuestionarios para su cumplimentación, por responsables de seguridad y salud laboral de las empresas, recursos humanos, mandos intermedios, etc.

Se trata de un cuestionario totalmente **ANÓNIMO Y CONFIDENCIAL**. Las respuestas a las preguntas planteadas facilitarán conocer mejor estos aspectos, garantizando en todo momento el anonimato y la confidencialidad de la información recibida.

Agradecemos de antemano su colaboración.

Por favor, antes de responder a las preguntas, lea atentamente las instrucciones que se indican a continuación.

Responda primero los datos sociodemográficos.

Para las 25 afirmaciones siguientes marque la opción que mejor describa su situación en la escala 1 = Totalmente en desacuerdo ... 5 = Totalmente de acuerdo.

Conteste pensando en su trabajo actual en la producción de piensos compuestos. El cuestionario es anónimo y confidencial.

Recuerde: NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN RESPONDER

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Edad: Menor de 55 años 55 años o más

Sexo: Mujer Hombre

Antigüedad en el puesto: 1-5 años 6-10 años 11-15 años ≥ 16 años

Absentismo prolongado: Número de ausencias ≥ 1 mes en los últimos 5 años _____

Capacidad laboral actual comparada con la mejor capacidad laboral que ha tenido a lo largo de su vida laboral.

Considere que su mejor capacidad laboral o capacidad laboral óptima tiene un valor de 10 puntos.
¿Cuántos puntos daría a su capacidad de trabajo actual? (0 significa que actualmente no puede trabajar)

Completamente incapaz de trabajar	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Capacidad laboral en mi mejor momento

BLOQUE A. SALUD PERCIBIDA

1. Mi estado general de salud es adecuado para cumplir con las exigencias de mi puesto.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

2. Me siento con la energía necesaria durante toda la jornada laboral.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

3. Comparado con el año pasado, mi salud ha mejorado.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

BLOQUE B. EXIGENCIAS FÍSICAS Y PSICOSOCIALES

4. Puedo manejar sin dificultad la carga física habitual de mi trabajo.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

5. El nivel de ruido, polvo u otros agentes no supera mi tolerancia personal.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

6. Mantengo la concentración, aunque el ritmo de producción sea elevado.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

7. Siento apoyo suficiente de compañeros y mandos cuando el trabajo se complica.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

BLOQUE C. CONDICIONES DE SALUD DIAGNOSTICADAS

8. Ninguna enfermedad crónica limita actualmente mi rendimiento laboral.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

9. *El dolor musculoesquelético interfiere con mis tareas (punta invertida).**

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

10. Trato adecuadamente con medicación o seguimiento médico mis problemas de salud.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

BLOQUE D. ANSENTISMO Y PRONÓSTICO

11. Las ausencias por enfermedad han sido escasas en los últimos 12 meses.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

12. Confío en poder realizar este mismo trabajo dentro de 2 años.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

BLOQUE E. RECURSOS COGNITIVOS

13. Mantengo la atención en tareas repetitivas sin cometer errores.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

14. Encuentro soluciones creativas cuando surge un problema técnico.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

15. Después del trabajo, desconecto mentalmente con facilidad.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

BLOQUE F. HÁBITOS SALUDABLES

16. Realizo al menos 150 minutos semanales de ejercicio físico moderado.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

17. Duermo entre 7 y 9 horas de buena calidad la mayoría de las noches.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

18. Mi alimentación diaria incluye frutas, verduras y proteínas de calidad.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

19. No fumo cigarrillos ni consumo tabaco en otras formas.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

20. Mi ingesta de alcohol se mantiene por debajo de los límites de bajo riesgo.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

BLOQUE G. CONDUCTAS SEGURAS EN EL TRABAJO

21. Uso siempre los equipos de protección individual requeridos.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

22. Adapto la postura y aplico técnicas de levantamiento seguro al manipular cargas.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

23. Detengo la producción si detecto una situación de riesgo grave o inminente.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

24. Participo en los programas de formación periódica sobre seguridad y salud.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

25. Comunico incidentes o “casi accidentes” para ayudar a prevenir daños futuros.

1	Totalmente en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	Neutro
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo