



Fdi D-029

**DOCENTE F.P.
SERVICIOS SOCIOCULTURALES
Y A LA COMUNIDAD**



Servicio de Salud y Riesgos
Laborales de Centros Educativos

Dirección General de
Personal Docente

Consejería de
Educación y Empleo

EVALUACIÓN DE RIESGOS

La Junta de Extremadura, en cumplimiento de su deber de protección con respecto a su personal, ha llevado a cabo la Evaluación de Riesgos del Centro y de los puestos de trabajo adscritos al mismo.

Dicha evaluación ha sido elaborada por el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, dependiente de la Dirección General de Personal Docente, y ha sido remitida a la Dirección del Centro, la cual puede ser consultada por todo el personal del centro.

DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

El desempeño de dicho puesto implica la planificación de diversas actividades teórico-prácticas de enseñanza dirigidas a ayudar en el ámbito de la atención sociosanitaria, integración social, animación sociocultural, educación infantil e interpretación de la Lengua de Signos dirigido a personas y colectivos con especiales necesidades de salud física, psíquica y social: mayores, discapacitados, enfermos crónicos y convalecientes, niños, sordomudos, etc., aplicando las estrategias y procedimientos más adecuados.

RIESGOS DETECTADOS

La Evaluación de Riesgos ha concluido que el desempeño de dicho puesto puede suponer la exposición a ciertos riesgos:

- Caída de personas al mismo nivel.
- Caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación.
- Golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y entre objetos.
- Contactos eléctricos.
- Contactos térmicos (quemaduras), y con sustancias cáusticas y/o corrosivas.
- Exposición a condiciones termohigrométricas inadecuadas.
- Exposición a contaminantes químicos.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Incendios y explosiones.
- Accidentes de tráfico.
- Utilización de Pantallas de Visualización de Datos.
- Posiciones inadecuadas, sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, manipulación de cargas y desplazamientos.
- Insatisfacción, contenido del trabajo.
- Problemas del Aparato Fonador.

Con el fin de eliminarlos o minimizar la exposición a los mismos, el Centro adoptará las medidas preventivas reflejadas en la Evaluación de Riesgos.

Como personas trabajadoras, en virtud de lo dispuesto en el Plan de Prevención de la Junta de Extremadura (aprobado mediante [RESOLUCIÓN de 3 de noviembre de 2008 de la Dirección General de la Función Pública](#)), debemos colaborar con el Centro en la aplicación de dichas medidas y, en

concreto, respetar las instrucciones en materia de prevención de riesgos laborales que se nos trasladen.

MEDIDAS PREVENTIVAS A ADOPTAR

Para minimizar los riesgos citados anteriormente es necesario que adoptes tanto las medidas preventivas descritas en esta ficha, como las incluidas en las siguientes Fichas y Guías de Prevención:

Fichas de prevención

- Escaleras de mano.
- Almacenamientos seguros.
- Uso de herramientas y material de oficina.
- Herramientas: cuchillos.
- Uso seguro de aparatos eléctricos.
- Uso de fotocopiadoras.
- Precauciones Universales ante riesgos biológicos.
- Autoclave.
- Utilización de gases combustibles.
- Incendios.
- Medios de extinción de incendios.
- Pantallas de visualización de datos (PVD).
- Manipulación manual de cargas.
- Higiene Postural.
- Estrés en los centros educativos.
- Ejercicios para prevención de fatiga física y visual.
- Uso correcto de redes sociales en el entorno de trabajo.
- Promoción de relaciones saludables.
- Comunicación interpersonal.
- Conductas que no deben ser permitidas en el lugar de trabajo.
- Inteligencia emocional.
- Teletrabajo.
- Problemas de la voz en docentes.

Guías de prevención

- Utilización y almacenamiento de productos químicos peligrosos.
- Prevención de riesgos de laboratorios (si utilizas material o equipos sanitarios).
- Ejercicios prevención de trastornos musculoesqueléticos.
- Ejercicios para prevenir las situaciones de estrés.
- Catálogo de medidas para la prevención de conductas violentas en los centros de trabajo.
- Selección y utilización de equipos de protección individual.
- Primeros auxilios.
- Seguridad vial.

Las Fichas y Guías de Prevención analizan riesgos comunes a diferentes puestos/centros educativos que por su complejidad merecen un análisis detallado. Las mismas son elaboradas por integrantes del Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, y se publican en su página web (portal EDUCAREX). Allí puedes encontrar, además de las listadas arriba, otras que pueden ser de tu interés. Como complemento a esta información, los Centros de Profesores y Recursos desarrollan anualmente diversas actividades formativas relacionadas con la prevención de riesgos laborales.

Además, **recuerda** que, si sufres un **accidente laboral**, debes informar a la **Dirección** (será investigado y se adoptarán las medidas preventivas necesarias para evitar su repetición) y, si estás **embarazada o en periodo de lactancia**, debes solicitar a la Dirección el **modelo de comunicación**

elaborado por el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos (tras su recepción, dicho Servicio comprobará que las condiciones de trabajo no suponen un riesgo ni para ti ni para tu descendiente).

Medidas a adoptar para prevenir la caída de personas al mismo nivel

- Colabora en mantener las zonas de tránsito libres de obstáculos (cables eléctricos, objetos, herramientas,...).
- Al acabar la tarea, recoge el material sobrante y limpia el área de trabajo.
- No utilices medios no adecuados (sillas, mesas, cajas...) para acceder a lugares elevados.
- Si utilizas escaleras de mano, sigue las medidas preventivas y recomendaciones que se establecen en la *Ficha de Prevención de Escaleras de Mano*.
- Cuando transites por escaleras, extrema las precauciones (lleva una mano libre para agarrarte al pasamano, evita las prisas...).
- Debes extremar las precauciones cuando realices actividades en zonas exteriores y en especial, en días de condiciones climatológicas adversas (lluvias, heladas, etc.).
- Utiliza, siempre que puedas, calzado cerrado con suela antideslizante.

Medidas a adoptar para prevenir la caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación.

- Ordena adecuadamente las estanterías, entre otras recomendaciones, evita el exceso de peso u objetos, sitúa los más pesados en la parte más baja, etc.
- No almacenes objetos delante de las estanterías, deja espacio suficiente para pasar y acceder fácilmente a las mismas.
- Evita el almacenamiento de materiales sobre armarios, especialmente si se trata de materiales que por su peso u otras características, puedan ocasionar daños al caer mientras se manipulan.
- Organiza los equipos, herramientas y utensilios en un lugar de almacenaje estable y seguro.
- Lee y respeta el contenido de la *Ficha de Prevención de Almacenamientos Seguros*.
- Utiliza guantes apropiados (de cuero, serraje, piel flor, etc.) cuando la superficie del objeto a manipular sea resbaladiza o susceptible de producir lesiones en las manos (cortes, quemaduras, etc.).
- Evita utilizar recipientes de vidrio de capacidad superior a los dos litros por su difícil manejo. Trasvasa los líquidos a recipientes de menores dimensiones debidamente etiquetados o utiliza recipientes con espitas que no hagan necesario su trasvase.

Medidas a adoptar para prevenir golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y entre objetos

- Utiliza los equipos exclusivamente en la forma y para las tareas para las que han sido concebidos (instrucciones del fabricante).
- No retires ni anules las protecciones de los equipos de trabajo.
- Utiliza los equipos de protección individual recomendados en el manual de instrucciones de cada equipo y en la evaluación de riesgos de tu categoría.
- Realiza las operaciones de mantenimiento, limpieza, ajuste, reparación, etc., desconectado el equipo de la corriente eléctrica.
- Advierte al responsable del Centro de cualquier anomalía detectada en los equipos de trabajo (sobrecalentamientos, olores extraños, chispas, etc.)
- Vacía las papeleras y los cubos de basura sin introducir las manos en ellos. Pon especial cuidado en el momento de cambio de bolsas de basura ya que pueden contener elementos cortantes o punzantes.
- Retira del uso el menaje que presente bordes en mal estado, fisuras o roturas.
- En caso de roturas de vidrio o cerámica, recógelas con sumo cuidado, ayudándote de útiles adecuados que impidan el corte (cepillo y recogedor, por ejemplo) y límpialos tras su uso. Utiliza recipientes resistentes para almacenar latas, vidrios, etc.
- Una vez utilizadas, no encapsules ni manipules las agujas ni otros elementos similares, cortantes o punzantes. Deposítalos tan pronto como termines de utilizarlos en contenedores apropiados (resistentes y con tapa de seguridad).
- Lee y respeta el contenido de la Ficha de Prevención de *Cuchillos*.
- En operaciones de corte utiliza **guantes anticorte** en la mano que sujete los alimentos a cortar.
- Utiliza los equipos de protección individual recomendados en el manual de instrucciones de cada equipo y/o herramienta y en la Evaluación de Riesgos de tu categoría.
- Si realizas tareas con riesgo de proyección de partículas (trasvase de líquidos peligrosos, , corte de huesos o piezas congeladas, etc.) utiliza **gafas estancas** para proteger los ojos.
- Lee y respeta el contenido de la *Guía de Prevención de Riesgos en Laboratorios*.
- En cuanto al material de uso docente, sigue las recomendaciones de la *Ficha de Prevención sobre Herramientas y material de oficina*.

Medidas a adoptar para prevenir contactos eléctricos

- Lee y respeta el contenido de la *Ficha de Prevención de Uso Seguro de Aparatos Eléctricos*, que incluye pautas relativas a la puesta en servicio, consejos de seguridad para una correcta conexión e información sobre las verificaciones a realizar en caso de mal funcionamiento.
- Si observas alguna deficiencia en la instalación eléctrica (conductores accesibles, cables pelados, tomas o interruptores deteriorados, chispazos, humo, cosquilleo al contacto con partes metálicas de un equipo, etc.), debes comunicarlo inmediatamente al responsable del Centro.

Medidas a adoptar para prevenir contactos térmicos (quemaduras) y contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas

Para evitar quemaduras químicas:

- Antes de comenzar tareas de limpieza de quemadores, planchas, vitrocerámica, etc., debes verificar que las mismas se encuentran apagadas y completamente frías.
- Usa recipientes de una capacidad adecuada, bastante superior al volumen a contener. No debes llenar los recipientes hasta arriba, así se evitan desbordamientos.
- Comprueba los termostatos de hornos, freidoras, etc., antes de la introducción de los alimentos, vajillas, etc.
- Orienta los mangos de las sartenes hacia el interior de los fogones. No tengas fuegos encendidos mientras no se vayan a utilizar.
- Utiliza pinzas portabandejas o manoplas anticalóricas para manipular objetos a elevada temperatura.
- No calientes en los hornos vajillas no destinadas a tal uso. Haz los cambios de aceite siempre en frío.
- No utilices agua para intentar apagar aceites inflamados.
- Utiliza Equipos de Protección Individual contra quemaduras térmicas: manoplas anticalóricas.

Para evitar quemaduras químicas:

- Si utilizas productos con características corrosivas o cáusticas (ver pictograma en el envase del producto que se utilice) usa guantes adecuados al producto y protección ocular si son previsibles salpicaduras (ver también medidas preventivas relativas a la exposición a contaminantes químicos).
- Lee y respeta el contenido de la *Guía de Prevención de Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos*.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes químicos.

- Utiliza los Equipos de Protección Individual recomendados en cada producto por el fabricante y ten a mano la ficha de datos de seguridad de los productos que utilices.
- Evita el contacto repetido de la piel desnuda con sustancias irritantes como pueden ser los detergentes, para ello, utiliza guantes adecuados para cada tarea (úsalos también cuando vayas a estar mucho rato en contacto con el agua). Mantén los guantes correctamente, limpiándolos y secándolos (también por la parte interior) después de su uso. Limpia, aclara y sécate minuciosamente la piel después de usarlas.
- Presta un especial cuidado durante el trasvase de líquidos.
- Siempre que sea posible sustituye los productos más peligrosos por otros de menor riesgo.
- Cuidado con las mezclas, **nunca combines lejía y amoníaco.**
- Antes de utilizar un producto, lee detenidamente la información sobre el mismo (etiqueta, pictogramas, ficha de datos de seguridad, etc.).
- Lee y respeta el contenido de las *Guías de Prevención de Riesgos de Laboratorios* y la relativa a *Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos*.
- Si utilizas fotocopiadoras, impresoras, etc., sigue las instrucciones de utilización proporcionadas por el fabricante, especialmente durante el cambio de tóner o de otros componentes; utiliza guantes y después lávate las manos.
- Utiliza tizas duras con portatizas o tizas líquidas. Minimiza la acumulación de polvo de tiza en el aula. Realiza la limpieza de borradores o gamuzas de forma frecuente y, a ser posible, en el exterior de la misma.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes biológicos

- En caso de lesiones en la piel, cúbrelas con apósitos impermeables antes de continuar con tu trabajo.
- En las tareas que puedan implicar contacto con fluidos biológicos (sangre, microorganismos, etc.) utiliza guantes y lávate las manos antes y después de cada actuación, aunque los hayas utilizado, y cuando las manos se hayan manchado con material potencialmente contagioso.
- No uses joyas y relojes (impiden una correcta higiene). Es recomendable tener las uñas cortas y sin esmalte. Si se produjese un accidente con riesgo biológico (inoculación percutánea, contacto de fluidos biológicos con heridas abiertas, piel no intacta...) debes retirar el objeto, limpiar la herida con agua corriente durante dos o tres minutos, desinfectar con povidona yodada u otro producto similar y cubrir con un apósito impermeable. Si el contacto ha sido con una mucosa debes lavarte con agua abundante.
- Todos los accidentes o incidentes con riesgo biológico deberán ser comunicados a la Dirección, a fin de que la misma se ponga en contacto a la mayor brevedad posible con el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos.
- No comas ni bebas en las zonas donde exista riesgo de contacto con fluidos biológicos (aseos, botiquines...).
- Lee y respeta el contenido de la *Ficha de prevención de Precauciones Universales*.

Medidas a adoptar para prevenir incendios y explosiones

- Mantén ordenados los materiales inflamables o combustibles y evita acumulaciones innecesarias de los mismos. Aléjalos de cualquier foco de calor o ignición.
- Advierte al responsable del Centro si detectas cualquier anomalía que afecte a un equipo de trabajo o a una instalación (ruidos extraños, humos, chispas, etc.)
- Presta especial atención para que los aceites no se sobrecalienten. Mantén limpio de grasas las cercanías de los focos de calor.
- Realiza una limpieza periódica de la campana extractora.
- Si se incendia una sartén o una cazuela, apaga inmediatamente la campana extractora, utiliza una manta ignífuga, una tapadera o un extintor (nunca utilices agua para apagarlos).
- Evita sobrecargar los enchufes, no conectes varios receptores de elevada potencia a una sola toma.
- No utilices braseros eléctricos o calefactores de resistencia, sustitúyelos siempre que sea posible por radiadores de aceite.
- En caso de incendio, debes seguir las pautas establecidas en el Plan de Autoprotección del Centro (si no lo conoces, pregunta a tu Director/a).
- Para evitar el riesgo de explosión de los autoclaves debes seguir las recomendaciones y realizar el mantenimiento que se indique en las instrucciones del equipo y en la Ficha de Prevención del "Autoclave".
- Además, sería conveniente que leyeras atentamente las Fichas de Prevención referente de *Incendios, Medios de Extinción de Incendios y Utilización de Gases Combustibles*.
- Para evitar el riesgo de incendio y explosión de los autoclaves, debes seguir las instrucciones y mantenimiento indicado por el fabricante y las recomendaciones establecidas en *la Guía de Prevención de Riesgos en Laboratorios y la Ficha de Prevención de Riesgos del Autoclave*.
- Utiliza equipos con dispositivos de seguridad que permitan interrumpir el suministro de gases en caso de anomalía.

Medidas a adoptar para prevenir accidentes de tráfico

- Sigue las recomendaciones establecidas en la *Guía de Prevención de Seguridad Vial*.

Medidas a adoptar para prevenir la utilización de pantallas de visualización de datos

- Aunque debido al tiempo de utilización de equipos informáticos que implica tu trabajo es improbable el desarrollo de patologías graves asociadas es conveniente que sigas una serie de pautas para minimizar los riesgos que implica el uso de dichos equipos (ver la *Ficha de Prevención sobre Utilización de Pantallas de Visualización de Datos*).

Medidas a adoptar para prevenir los riesgos asociados a posiciones inadecuadas, sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas y desplazamientos

- Aunque estos riesgos no suelen ser responsables de patologías graves en tu colectivo, es conveniente que adoptes las medidas y recomendaciones establecidas en *las Fichas de Prevención de Manipulación Manual de Cargas e Higiene Postural*, especialmente si tienes que transportar o manipular objetos pesados, alzar o transportar cargas (tierra, plantas, maceteros, etc.), trabajo en bipedestación, adoptar posturas forzadas, sobreesfuerzos...
- Si consideras que en tu caso, la exposición a estos riesgos es significativa, sería conveniente que, además de adoptar las medidas referidas, participases en alguna acción formativa que verse sobre Manipulación manual de cargas o Higiene postural.

Medidas a adoptar para prevenir los riesgos asociados a la insatisfacción y el contenido de trabajo

- El desempeño de tu puesto puede generarte un nivel de estrés inadecuado. Para evitarlo es necesario que leas y sigas las medidas y recomendaciones establecidas en la *Ficha de Prevención sobre Estrés en Centros Educativos*. Asimismo, el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, en su página web (Portal EDUCAREX), tiene colgadas otras fichas que pueden resultar interesantes para prevenir el estrés, por ejemplo, las relativas a *Inteligencia Emocional, Resolución de Conflictos, Disruptividad...*
- Si este riesgo te preocupa a nivel particular, sería conveniente que participases en acciones formativas sobre su prevención, técnicas para afrontarlo, herramientas para evitarlo, que anualmente ofertan los Centros de Profesores y Recursos.

Medidas a adoptar para prevenir problemas del aparato fonador

- El uso continuado de la función vocal puede tener como consecuencia afecciones que, en algunas ocasiones, pueden derivar en enfermedad profesional (nódulos en las cuerdas vocales). Estadísticamente se ha comprobado que la posibilidad de desarrollar alguna patología es más elevada durante los dos o tres primeros años de docencia y en docentes de sexo femenino. Para evitarlo, es necesario que leas atentamente la *Ficha de Prevención sobre Problemas de la Voz en Docentes*.
- Si perteneces a alguno o varios de los colectivos citados, o si sufres con cierta frecuencia afonías, sería conveniente que te formases sobre la fisiología, impostación e higiene de la voz.



Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos

¡Por una prevención integradora!