



Fdi ND-023

PERSONAL DE MANTENIMIENTO



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 este puesto puede implicar, entre otras, las siguientes tareas de mantenimiento: pequeñas reparaciones eléctricas, de fontanería, cambio de luminarias, pintura, etc.

RIESGOS DETECTADOS

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

- Caída de personas a distinto nivel.
- 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 contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas.
- Exposición a contaminantes químicos.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Exposición a radiaciones no ionizantes.
- Exposición al ruido.
- Exposición a vibraciones.
- Incendios y explosiones.
- Accidentes de tráfico.
- Posiciones inadecuadas, sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, manipulación de cargas y desplazamientos.
- Insatisfacción, contenido del trabajo.

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.
- Almacенamientos seguros.
- Herramientas Manuales (alicates, cuchillos, destornilladores, llaves, martillos, sierras de arco, tijeras, etc.).
- Fichas de Prevención de Máquinas Portátiles (taladro, lijadora, amoladora, sierra circular, sierra de calar, martillo percutor, etc.).
- Uso seguro de aparatos eléctricos.
- Uso de fotocopiadoras.
- Uso de plaguicidas.
- Precauciones Universales ante riesgos biológicos.
- Ruido
- Incendios
- Medios de extinción de incendios.
- Manipulación manual de cargas.
- Higiene Postural.
- Estrés en los centros educativos.
- Ejercicios para prevención de fatiga física y visual.
- Promoción de relaciones saludables.
- Comunicación interpersonal.
- Conductas que no deben ser permitidas en el lugar de trabajo.

Guías de prevención

- Uso de herramientas manuales y máquinas portátiles.
- Aulas de Tecnología y Pequeños Talleres.
- Utilización y almacenaje de productos químicos peligrosos.
- Riesgos en Trabajos de Soldadura.
- 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.
- Primeros auxilios.
- Seguridad vial.

Las Fichas y Guías de Prevención analizan riesgos comunes a diferentes puestos o 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, tanto los Centros de Profesores y Recursos como la Escuela de Administración Pública, 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 a distinto nivel

- Cuando realices **trabajos en cubiertas** éstos deben ser autorizados por escrito por la Dirección del Centro. Se ejecutarán utilizando equipos de trabajos adecuados a la tarea (plataformas elevadoras, andamios, etc.) o protecciones colectivas (barandillas, etc.). Si continuaran existiendo riesgos residuales de caída en altura se deberán utilizar EPI contra caídas de altura (arnés, sistemas anticaídas anclados a puntos de fijación adecuados, etc.).
- Cuando trabajes en **alturas superiores a 2 metros**, utiliza medios de protección adecuados como andamios, escaleras, plataformas, etc.
- No utilices medios no adecuados (sillas, mesas, cajas, andamios o plataformas improvisadas) para acceder o realizar tareas en lugares elevados ni las realices en días de viento.
- Cuando utilices escaleras portátiles usa calzado con suela antideslizante, equipo de protección frente a caída con arnés de seguridad, cinturón anticaída y casco y lleva en una bolsa portaherramientas los útiles de trabajo que vayas a necesitar.
- Debes leer atentamente la *Ficha de Prevención de Escaleras de Mano* y respetar su contenido.

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

- Colabora en mantener las zonas de tránsito libres de obstáculos (cables eléctricos, herramientas, etc.).
- No utilices medios no adecuados (sillas, mesas, cajas...) para acceder a lugares elevados.
- Al acabar cada tarea, recoge el material sobrante y limpia el área de trabajo.
- Mantén los suelos limpios, elimina con la mayor rapidez posible manchas, desperdicios, derrames, etc.
- Utiliza calzado 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.
- Utiliza guantes apropiados (de cuero, serraje, flor piel, etc.) cuando la superficie del objeto a manipular sea resbaladiza o susceptible de producir lesiones en las manos (cortes, quemaduras, etc.).
- Cuando manipules objetos o equipos pesados usa calzado de seguridad (con puntera reforzada).
- Lee y respeta el contenido de la *Ficha de Prevención de Almacenamientos Seguros*.

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 las máquinas (taladros, lijadoras, sierras, etc.) y herramientas (alicates, martillos, llaves, etc.) de acuerdo con las instrucciones del fabricante y las Fichas y Guías de Prevención citadas.
- Cuando utilices máquinas y herramientas, emplea los Equipos de Protección Individual (guantes, gafas, etc.) indicados en las instrucciones del fabricante.
- No retires ni anules protecciones de los equipos de trabajo.
- Utiliza los equipos y herramientas exclusivamente en la forma y para las tareas para las que han sido concebidos (instrucciones del fabricante).
- No uses el aire comprimido para la limpieza de máquinas o vestuario.
- Guarda los objetos cortantes o punzantes (herramientas, piezas, restos de material, etc.) en un lugar adecuado tan pronto como termines de utilizarlos.
- Utiliza guantes de serraje y calzado de seguridad (con puntera reforzada) cuando manipules objetos pesados o con aristas cortantes.

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.
- Antes de iniciar cualquier trabajo comprueba con la ayuda de un polímetro la ausencia de tensión y utiliza herramientas adecuadas para este tipo de trabajos (mangos aislantes, etc.).
- Cuando realices trabajos con riesgo de arco eléctrico (cuadros eléctricos, etc.) utiliza pantallas faciales resistentes a los mismos.

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

- Utiliza protección en las manos (manoplas anticalóricas) cuando manipules objetos calientes y utiliza gafas estancas en aquellas tareas donde puedan producirse salpicaduras, especialmente de sustancias cáusticas o corrosivas.
- Cuando utilices productos debes leer atentamente la *Guía de Prevención de Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos* y respetar su contenido como las instrucciones de utilización de los mismos.
- Sigue las recomendaciones establecidas para trabajos de soldadura en la Fichas y Guías de Prevención citadas anteriormente.
- Si sufres una quemadura, utiliza crema para tratarla, o si es en los ojos lavajos de emergencia y acude al médico con la mayor presteza posible.

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 utilizados.
- Limpia, aclara y sécate minuciosamente la piel si has utilizado sustancias irritantes.
- Si sufres un corte, limpia la herida con agua o suero fisiológico, procede a su secado y cúbrela con un apósito impermeable antes de continuar con tus tareas.
- Si realizas tareas que implican la generación de polvo en suspensión o aerosoles debes utilizar mascarillas autofiltrantes.
- Cuando utilices fotocopiadoras, impresoras, etc. sigue las instrucciones de utilización proporcionadas por el fabricante, especialmente durante el cambio de tóner o de otros componentes. Durante el cambio del tóner utiliza guantes y después lávate las manos.
- Utiliza los productos químicos (desatascadores, pinturas, colas, disolventes, etc.) de acuerdo con las fichas de seguridad proporcionadas por el fabricante y emplea los equipos de protección individual indicados en las mismas (gafas, mascarilla, etc.).
- No almacenes productos químicos en envases diferentes al original.
- Debes leer atentamente la *Guía de Prevención relativa a Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos* y respetar, tanto su contenido como las instrucciones y Fichas de Seguridad de los productos.
- Cuando realices **trabajos con cemento** utiliza guantes impermeables.
- Si realizas **trabajos de soldadura** (incluido afilado de electrodos) utiliza protección respiratoria: mascarillas autofiltrantes FFP2. No utilices varillas que contengan torio y sigue las instrucciones para trabajos de soldadura que se establecen en las Fichas y Guías de Prevención indicadas anteriormente.
- Si manejas **productos fitosanitarios**, debes estar capacitado para ello (carnet de plaguicidas de usos agrarios) y sigue las instrucciones y recomendaciones de la *Ficha de Prevención Agraria sobre Plaguicidas*.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes biológicos

- Si sufres alguna lesión en la piel (cortes, pinchazos, etc.), cúbreelas con apósitos impermeables antes de continuar con tu trabajo.
- Si realizas tareas que impliquen contacto con aguas fecales, objetos oxidados u otros residuos orgánicos, utiliza botas y guantes impermeables o traje de agua (en su caso). En caso de contacto accidental con ellos debes asearte (ducha, cambio de ropa, etc.), con la máxima premura posible.
- Lávate las manos antes y después de cada actuación, aunque hayas utilizado guantes, así como cuando las manos se hayan manchado con material potencialmente contagioso.
- Actúa con precaución al manipular objetos cortantes o punzantes para evitar sufrir heridas.
- En caso de que se produzca 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 la herida con povidona yodada u otro producto similar y cubrir la herida 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 ésta 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 la exposición a radiaciones no ionizantes

- Sigue las instrucciones o recomendaciones de la *Guía de Prevención de Riesgos en Trabajos de Soldadura*.
- Emplea pantallas o casco de soldador con filtro de grado de protección adecuado para trabajos de soldadura y evita exponer zonas de piel desnuda a la radiación procedente de los procesos de soldadura.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición al ruido

- Utiliza protectores auditivos (orejeras) cuando trabajes con máquinas o equipos que produzcan un mayor nivel de ruido (amoladoras, taladros, etc.), y siempre que así se especifique en las instrucciones de uso del fabricante de dichos equipos.
- Sigue las instrucciones o recomendaciones de la *Ficha de Prevención del Ruido*.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a vibraciones

- En caso de que utilices amoladoras, taladros, etc., efectúa periodos de descanso si la tarea es de larga duración.
- No alteres o modifiques las máquinas respecto a su condición de fabricación (mangos, asideros o accesorios originales).

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.
- 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 la Dirección).
- Además, sería conveniente que leyeras atentamente las *Fichas de Prevención de Incendios y Medios de Extinción de Incendios*.

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 los riesgos asociados a posiciones inadecuadas, sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas o 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, etc.
- 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 postura

Medidas a adoptar para prevenir los riesgos asociados a la insatisfacción o al 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, relaciones saludables entre trabajadores, comunicación interpersonal...*
- Asimismo, para evitar o minimizar dicho riesgo, entre otras medidas, planifica las actividades teniendo en cuenta los imprevistos y alternas tareas cuando realices trabajos que resulten monótonos o sin contenido.

Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos

iPor una prevención integradora!

