



Consejería de Educación,
Universidades y Sostenibilidad
Dirección General de Personal
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

PROFESORADO DE SECUNDARIA DE FORMACIÓN PROFESIONAL: ORGANIZACIÓN Y PROCESOS DE MANTENIMIENTO DE VEHÍCULOS.





POLÍTICA DE PREVENCIÓN DE LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, UNIVERSIDADES Y SOSTENIBILIDAD



¿CUAL ES SU OBJETIVO?

Garantizar la seguridad y salud del personal a su servicio en todos los aspectos relacionados con el trabajo, adaptando cuantas medidas sean necesarias, integrándolas en el conjunto de sus actividades y decisiones.

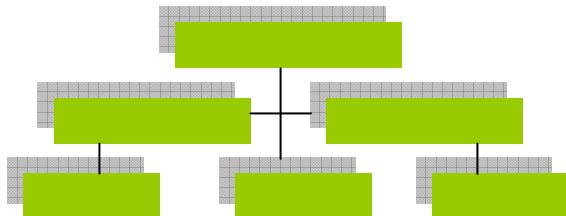
¿CUAL ES MI DEBER?

Velar según tus posibilidades, por tu propia seguridad y salud, y por la de aquellas personas que te rodean en tu actividad, así como cooperar en el cumplimiento de las medidas que se adopten en ésta materia.

ORGANIZACIÓN DEL SISTEMA DE PREVENCIÓN

¿CÓMO ESTA ORGANIZADO?

La Consejería dispone de un **Servicio de Prevención propio**. Asimismo y con el fin de facilitar la implementación de la prevención en el centro docente, se ha creado la figura del Coordinador de Prevención de Riesgos Laborales en los centros educativos.



¿SOBRE QUÉ COLECTIVO PUEDE ACTUAR?

El Servicio de Prevención de Educación realiza las actuaciones relativas a la prevención de riesgos laborales de todo el personal propio docente y no docente que está destinado en los centros educativos dependientes de esta Consejería.

¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL SERVICIO DE PREVENCIÓN?

Proporcionar a la Administración Educativa de la Comunidad Autónoma de Canarias el asesoramiento y apoyo que precise, en función de los tipos de riesgos existentes en el ámbito de los centros educativos públicos no universitarios de Canarias.



EL/LA COORDINADOR/A DE PREVENCIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

¿QUIENES SON LOS/LAS COORDINADORES/AS DE PREVENCIÓN?

Son los docentes con la acreditación para el ejercicio de las funciones en prevención de riesgos laborales de nivel básico designados por los/as Directores/as para llevar a cabo dichas funciones preventivas en cada centro educativo.

¿MI CENTRO TIENE COORDINADOR/A?

Conforme a la normativa vigente el/la Director/a podrá designar un docente como Coordinador/a de Prevención. En caso contrario, será la propia dirección del centro la que asuma dichas funciones.

CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS EMPLEADOS PÚBLICOS

¿CÓMO PARTICIPO? ¿Y LAS CONSULTAS?

La participación y consultas se canalizan a través del sistema de representación colectiva existente, compuesto por:

- Los Delegados de prevención.
- El Comité de Seguridad y Salud.

El personal podrá efectuarles propuestas dirigidas a la mejora de los niveles de protección.





¿Y SI DETECTO UNA SITUACION DE RIESGO?

Si a juicio del docente, la situación entraña un riesgo para la seguridad y salud, éste informará de inmediato al equipo directivo o, en su caso, al coordinador/a de prevención a fin de que se adopten las medidas necesarias.

¿QUÉ OTRAS OBLIGACIONES TENGO?

El personal docente, con arreglo a su formación y siguiendo las instrucciones de la dirección, deberá en particular:

- Usar adecuadamente las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte y, en general, cualesquier otros medios con los que desarrollen su actividad.
- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados y de acuerdo con las instrucciones recibidas.
- No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad
- Cooperar con el equipo directivo para que pueda garantizar unas condiciones de trabajo seguras.

INFORMACION EN MATERIA DE RIESGOS LABORALES

¿QUÉ INFORMACIÓN SE FACILITA?



centro docente.

- Los riesgos asociados a su puesto de trabajo y las medidas de protección y prevención aplicables a dichos riesgos.
- Los riesgos asociados al centro de trabajo donde desempeñe su actividad el docente y las medidas y actividades de protección y prevención aplicables a dichos riesgos.
- Las medidas adoptadas en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de su

RIESGOS ASOCIADOS AL PUESTO DE TRABAJO

Se informará directamente a cada empleado público de los riesgos y medidas asociados a su puesto de trabajo mediante la **Ficha Informativa** específica de su puesto. Se facilitara dicha información a través de los directores de los centros docentes. Las fichas específicas del puesto están a disposición en el enlace de prevención de riesgos laborales de la página

<http://www.gobiernodecanarias.org/ceus/servicios/riesgos-laborables-centros-publicos/info/>



RIESGOS ASOCIADOS A CADA CENTRO

Su centro de destino tiene riesgos generales asociados al lugar de trabajo, que pueden afectar a todos los usuarios del mismo. Como usuario del centro su Director/a le facilitará la información sobre dichos riesgos.



MEDIDAS DE EMERGENCIA Y EVACUACION

Solicite al Director/a de su centro o al coordinador/a de prevención en su caso, la información sobre el Plan de Autoprotección Escolar. Dicho plan recoge las actuaciones que usted debe desarrollar en caso de emergencia, familiarícese con ellas y tenga en cuenta que todos los años se realizará un simulacro para poner en práctica las normas sobre evacuación.

[+ info] http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/mediateca/publicaciones/?attachment_id=22



FORMACION PARA EL PERSONAL DOCENTE

El personal docente recibirá formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, mediante la participación en cursos sobre Prevención de Riesgos Laborales en el entorno de trabajo, cursos que vienen siendo organizados con carácter anual por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de Educación.



SALUD LABORAL

VIGILANCIA DE LA SALUD



La **vigilancia de la salud** es una actividad preventiva que va dirigida a proteger la salud de los trabajadores por medio de reconocimientos médicos, estadísticas de accidentes, estudios de absentismo, encuestas de salud, etc. y todo lo que aporte información sobre el estado psico-físico de los empleados públicos.

Con carácter general los **exámenes de salud o reconocimientos médicos** tendrán un carácter voluntario, salvo en aquellos casos en que la normativa vigente prevea lo contrario.

La Consejería de Educación, Universidades y Sostenibilidad tiene establecido un protocolo para las **solicitudes** de reconocimiento médico. Oportunamente la dirección de su centro educativo le informará sobre el particular.

PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE A DETERMINADOS RIESGOS DERIVADOS DEL TRABAJO

Esta Consejería garantizará la protección de los empleados públicos que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, incluidos aquellos que tengan reconocida la situación de discapacidad física, psíquica o sensorial, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados de sus funciones mediante la adaptación personalizada de su puesto de trabajo, si es posible.

Quien pertenezca a este colectivo y precise una adaptación de su puesto deberá solicitarla al órgano de personal por medio de una instancia y acompañando la documentación relativa a su estado de salud.



RIESGO EN EL EMBARAZO O LACTANCIA NATURAL

Se trata de una situación protegida que pudiera dar lugar a una adaptación del puesto de trabajo al estado de la mujer trabajadora. De no resultar técnica u objetivamente posible dicha adaptación, o no pueda razonablemente exigirse por motivos justificados:

- Si la trabajadora pertenece al **Régimen Especial de MUFACE** y su médico considera que padece riesgo afectando a su embarazo o lactancia, deberá marcar la casilla correspondiente en el parte de baja y adjuntar un informe especificando la situación de riesgo existente (en el caso de riesgo en la lactancia deberá ser el especialista en pediatría).
- Si la trabajadora pertenece al **Régimen General de la Seguridad Social** el procedimiento lo inicia su médico de cabecera y finaliza en la Mutua de Accidentes de Canarias (MAC), organismo que deniega o concede la prestación económica.



ACCIDENTE LABORAL O EN ACTO DE SERVICIO



Se trata de toda lesión corporal que el trabajador sufre con ocasión o por consecuencia del trabajo. Incluye: los accidentes en el lugar y durante el tiempo de trabajo, accidentes *in itinere*, accidentes en misión y accidentes de cargos electos de carácter sindical, entre otros.

Si el accidente en acto de servicio afecta a un empleado público dependiente del **Régimen Especial de MUFACE**, la asistencia médica será dispensada por la entidad privada o pública elegida por el funcionario.

Si el accidente laboral afecta a un empleado público dependiente del **Régimen General de la Seguridad Social**, la asistencia médica será dispensada por la Mutua (MAC), así como su reconocimiento y emisión, si procede, de la baja laboral (que será remitida al Director del Centro).



RIESGOS ASOCIADOS AL PUESTO DE TRABAJO

CAÍDAS AL MISMO NIVEL

CAUSAS Mal estado del suelo, derrames, presencia de obstáculos o una incorrecta disposición del mobiliario.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Mantener las zonas de paso libres de obstáculos y limpias.
- Limpiar y/o recoger de forma inmediata cualquier derrame de aceite, grasas, líquido de frenos, refrigerante, etc. que se produzca en el taller. Evitar pisar sobre suelos mojados. Disponer de un equipo para derrames, que conste de cilindro de recuperación, material absorbente, guantes y máscaras, y herramientas de limpieza.
- Utilizar carros portapiezas.
- Los equipos de trabajo deben almacenarse en los lugares establecidos, siguiendo las indicaciones en cuanto a limpieza y conservación, especialmente al final de la última clase.
- Evitar tender cables por el suelo.



CAÍDAS A DISTINTO NIVEL

CAUSAS Caídas en el foso, por las escaleras o desde plataformas.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- El foso deberá cubrirse o cercarse cuando no se use. Durante su uso se colocarán barandillas de 90 cm de altura y rodapié de 15 cm.
- La salida del foso deberá estar situada en zona de salida libre.
- Colocar anclajes en plataformas.



ATRAPAMIENTO POR O ENTRE OBJETOS

CAUSAS Desplazamiento de los vehículos durante su reparación o mantenimiento.
 Utilización de máquinas – herramientas.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Colocar calzos a los vehículos o hacer uso de los sistemas de bloqueo del mismo.
- No portar prendas u objetos susceptibles de quedar atrapados en órganos móviles (cadenas, pulseras, anillos, ropa holgada, pelo suelto...)
- Utilizar manga corta o puños elásticos.



CAÍDAS DE OBJETOS

CAUSAS Golpes por caída de cargas suspendidas o por caída de los equipos de elevación (grúas, gatos hidráulicos, elevadores, cilindros hidráulicos/neumáticos, etc.).

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Comprobar la estabilidad de los medios auxiliares de elevación antes de iniciar los trabajos.
- Todos los equipos de elevación deberán indicar de forma visible la carga máxima autorizada y dispondrán de seguro de protección (bloqueo automático, fines de carrera, paradas de emergencia,...). Una vez elevada la carga, se colocarán calzos o pivotes.
- Establecer la prohibición (avisos, señales, etc) de situarse debajo de las cargas que estén suspendidas.
- Antes de bajar la carga debe cerciorarse que no hay ningún peligro para personas, herramientas, cables, etc., y sólo entonces dar la orden de bajada.
- Realizar mantenimientos periódicos de los equipos auxiliares de elevación.



CHOQUES CONTRA OBJETOS

CAUSAS Golpes contra objetos: mesas, sillas, etc.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Las puertas acristaladas deberán estar señalizadas a la altura de los ojos.
- Las puertas de emergencia deben estar permanentemente abiertas y señalizadas convenientemente. Ser de fácil apertura hacia el exterior y deben estar libres y expeditas de obstáculos, tanto en su acceso como detrás de ellas.
- Cerrar los cajones y puertas de muebles, así como las puertas de los vehículos después de utilizarlos.
- Señalar con líneas amarillas –negras a 45 ° de inclinación, aquellas partes fijas sobresalientes que supongan un obstáculo en las zonas de paso.





CONTACTOS TÉRMICOS		PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS O PARTÍCULAS
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS	CAUSAS
		MEDIDAS PREVENTIVAS
CAUSAS Trabajos con sopletes (soldadura, calentamiento de elementos metálicos o plásticos, motor caliente, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> - Evitar el contacto con superficies calientes, tubos de escape o sustancias químicas fundidas. - Aislarn térmicamente las superficies calientes de los equipos. - Trabajar en espacios lo más amplios posible y en todo caso no cerrados. - Utilizar equipos de protección individual. - Trabajar fuera de las zonas de posibles partículas proyectadas. 	CAUSAS Operaciones de soldadura y lijado o repasos de cordones de soldadura. Introducción de esquirlas en el cuerpo.



GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS		
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS	
CAUSAS Uso de herramientas y maquinaria en operaciones de sustitución o reparación, y en manipulación de piezas de recambio.	<ul style="list-style-type: none"> - Las herramientas deberán ser transportadas en cajas, bolsas o carros portaherramientas. Cuando no se usen, las herramientas se colocarán en paneles, mesas de trabajo o en los propios carros portaherramientas. - Las herramientas estarán en buen estado de conservación. - Las piezas a sustituir se colocarán sobre el banco de trabajo o en bandejas. - Trabajar fuera de las zonas de posibles caídas de piezas. - Utilizar ventosas para la sustitución de lunas pegadas. - Proteger todos los elementos móviles (poleas, ventilador...) de los motores. 	

CONTACTOS ELÉCTRICOS		
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS	
CAUSAS Contactos accidentales con instalación eléctrica en mal estado, uso de equipos eléctricos, máquinas y lámparas portátiles.	<ul style="list-style-type: none"> - Ante la duda considerar que toda instalación, conducto o cable eléctrico se encuentra conectado y en tensión. - Antes de su uso, asegurarse del buen estado de los aparatos o instalación eléctrica. No trabajar con equipos o instalaciones que presenten defectos o estén defectuosos. Desechar cables estropeados, quemados o semidesnudos. - No manipular cables del encendido con el motor en marcha. - Tanto las herramientas eléctricas como las lámparas de alumbrado portátil deberán estar alimentadas con tensión de seguridad. - Los cuadros de mando y cableado fijo estarán aislados y protegidos. - Utilizar enrolladores con enchufes múltiples. - No desmontar ni manipular el interior de equipos eléctricos. - No puentear, sustituir o anular los elementos de los cuadros eléctricos. - No sobrecargar los enchufes abusando de ladrillos o regletas, no utilizar regletas en cascada, ni conectar a las bases de enchufe aparatos de potencia superior a la prevista o varios aparatos que en conjunto suponga una potencia superior, tampoco se realizaran empalmes o conexiones. - No manipular elementos eléctricos que se hayan mojado o con las manos mojadas o con el suelo mojado. Si cae agua u otro líquido sobre algún aparato eléctrico, desconectar el circuito. - Desconectar los equipos eléctricos tirando de la clavija, nunca del cable. - No tocar nunca a una persona que esté bajo tensión eléctrica, desconectar primero la electricidad. 	



RUIDO		RADIACIONES NO IONIZANTES		
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS	CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS	
<p>Uso de herramientas estáticas o portátiles, golpeo sobre la carrocería, caída de objetos al suelo, ventiladores, extractores, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Al margen del ruido generado por la propia actividad del taller, se deberán anular los generados gratuitamente por los alumnos. - Evitar trabajar expuesto frecuentemente a niveles de ruido elevado o a ruidos producidos por golpes. - Al comprar máquinas y demás equipos de trabajo, tener en cuenta el nivel de ruido que producen durante su normal funcionamiento. - Ventiladores, extractores, secadores, etc., se colocarán lo más alejados posible de las zonas habituales de trabajo, se efectuará su mantenimiento según fabricante y se aislarán en la medida de lo posible. - Utilizar los medios de protección individual contra el ruido. 		<ul style="list-style-type: none"> - Aislar convenientemente los equipos y realizar las comprobaciones periódicas que exige la normativa. 	

EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS O TÓXICAS - CONTACTOS CON SUSTANCIAS CAUSTICAS Y/O CORROSIVAS	
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS
<p>Al añadir ácido, bien puro o diluido, puede haber salpicaduras que alcance los ojos, capaces de producir la ceguera. Las baterías pueden ser de Pb-Acido, las baterías de Metal-Níquel y, finalmente, las baterías de Ion-Litio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nunca añada ácido sulfúrico puro al electrolito, sino diluido. - Nunca vierta agua sobre el ácido para diluirlo. - Durante la carga de una batería deben seguirse las instrucciones ofrecidas por el fabricante en cuanto a tensión, temperatura, tiempo, densidad, etc. - Durante el transporte de la batería se mantendrán las celdillas tapadas.

EXPLOSIONES – INCENDIOS: FACTOR DE INCIO	
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS
<p>Emanación de gases, especialmente el hidrógeno en las baterías de plomo. Proximidad de un foco de ignición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nunca acerque ninguna llama o chispa a la batería. No fume. - No deje herramientas u objetos metálicos encima de la batería. - Al sustituir una batería se desconectará en primer lugar el borne negativo (masa). - Al instalar una batería la conexión del borne negativo (masa) se hará en último lugar. - Las abrazaderas de los bornes deben estar adecuadamente apretadas y cubiertas con una ligera capa de vaselina filante. Uso de herramientas antichispas. - Debe evitarse la sobrecarga o carga insuficiente revisando y ajustando el regulador de corriente. - Antes de quitar las pinzas de los bornes se debe interrumpir el circuito de carga. - Resulta muy conveniente soplar sobre las celdillas antes de maniobrar en la batería. - Cuando utilice cables de emergencia enlace en primer lugar los dos polos positivos. Después enlace el negativo de la batería de socorro al negativo de la batería del vehículo en la conexión a masa de esta última de modo que la eventual chispa suceda lejos de los orificios de la batería. - En evitación de chispas estáticas toque un metal puesto a tierra antes de trabajar en la batería. - Mantenga bien ventilada la zona de carga y descarga de la batería. - Es una mala costumbre limpiar los cabos de los conductores de cobre cerca de los acumuladores, así como realizar cualquier labor que implique desprendimientos de partículas metálicas sobre la batería.

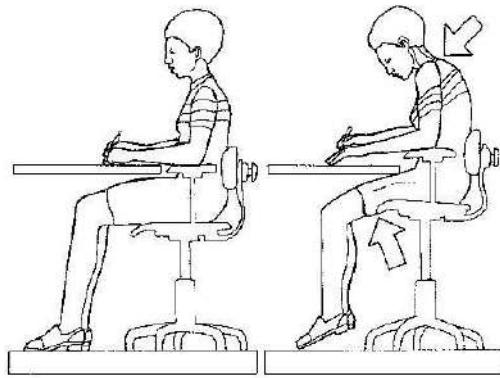


MEDIO AMBIENTE FÍSICO DE TRABAJO		CARGA FÍSICA: ESFUERZO DE LA VOZ	
CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS	CAUSAS	
CAUSAS Discomfort debido a alteraciones en el microclima de trabajo que se crea en el aula-taller.		CAUSAS Esfuerzo mantenido por la voz, condiciones ambientales, hablar demasiado fuerte y rápido, acústica inadecuada, inhalación polvo de la tiza...	
MEDIDAS PREVENTIVAS Se controlarán los factores de riesgo: temperatura, ventilación, humedad relativa del aire, iluminación, ruido, etc - Al margen del ruido ambiental derivado de la propia práctica, se debe anular los generados gratuitamente por los alumnos. - La Temperatura debe oscilar entre 17°C y 24°C, excepto en periodo estival que estará comprendida entre 23°C y 27°C. - La Humedad relativa entre 30% y el 70%. El uso de calefacción provoca un descenso bajo del nivel de humedad. - Obtener el mayor rendimiento de la luz natural siempre que sea posible. Para las tareas realizadas en el aula se requiere un nivel mínimo de iluminación de 500 Lux - Renovación periódica del aire en el aula para mantener un ambiente más limpio e incrementar el bienestar durante la actividad docente. Evitar corrientes de aire. - Adecuar el puesto, evitando fuentes luminosas o ventanas, situadas frente a los ojos y/o apantallando las fuentes de luz brillante.		MEDIDAS PREVENTIVAS - Utilizar tizas antialérgicas y antipolvo o materiales alternativos como pizarras digitales, según capacidad y medios del centro. - Consultar al especialista tan pronto se inicie un cambio en el tono de voz. - Todos los docentes deben realizar el curso de formación online, en la modalidad autodirigido denominado "Disfonías y otros trastornos de la voz en la actividad docente". Para acceder al curso, pinche aquí: http://www.gobiernodecanarias.org/ceus/servicios/riesgos-laborables-centros-publicos/formacion/ - Evitar los ambientes secos y calientes, alcohol, tabaco, cambios bruscos de temperatura, así como la inhalación del polvo de tiza que son factores irritantes de las cuerdas vocales. No hablar mientras se escribe en la pizarra. - No dirigirse a audiencias amplias sin una amplificación adecuada y con una intensidad cómoda para ser oído en cualquier situación. - Evitar el estrés y la fatiga. - Evitar tensar los músculos de la cara, el cuello, hombros y garganta.	



CARGA FÍSICA: POSTURAS FORZADAS

CAUSAS	MEDIDAS PREVENTIVAS
CAUSAS Permanecer en una misma posición, bipedestación, o adoptar posturas inadecuadas durante un espacio prolongado de tiempo.	MEDIDAS PREVENTIVAS - Seleccionar útiles y herramientas de trabajo con diseño adecuado para evitar posturas forzadas y sobreesfuerzos y colocar dichos útiles y demás medios de trabajo al alcance de la mano. - Evitar los movimientos bruscos y forzados del cuerpo. - La altura de la superficie de trabajo estará en función de la naturaleza de la tarea guiándose por la altura del codo: - Trabajos de precisión 5 cm. más alto que la altura del codo apoyado. - Trabajos ligeros de 5 a 10 cm. más bajo del codo apoyado. - Trabajos pesados de 20 a 40 cm. más bajo del codo apoyado. - Posibilitar los cambios de postura y los descansos, alternando de tarea, si es factible y realizar frecuentes estiramientos. - Evitar permanecer de pie, parado y de forma estática. Si no puede evitarlo, es recomendable mantener un pie en alto sobre un objeto y otro apoyado, alternando uno y otro pie. Mantener la espalda recta. - Emplear mobiliario con un diseño adecuado y confortable para evitar posturas forzadas. Verificar su buen estado de conservación. Utilizar sillas o sillones de dimensiones y características adecuadas o ajustables a la talla de trabajador (altura, inclinación, tipo de respaldo, material transpirable...) y en función de la tarea a realizar. - Utilizar calzado cómodo y que sujeté bien el pie. - Realizar la vigilancia periódica de la salud.



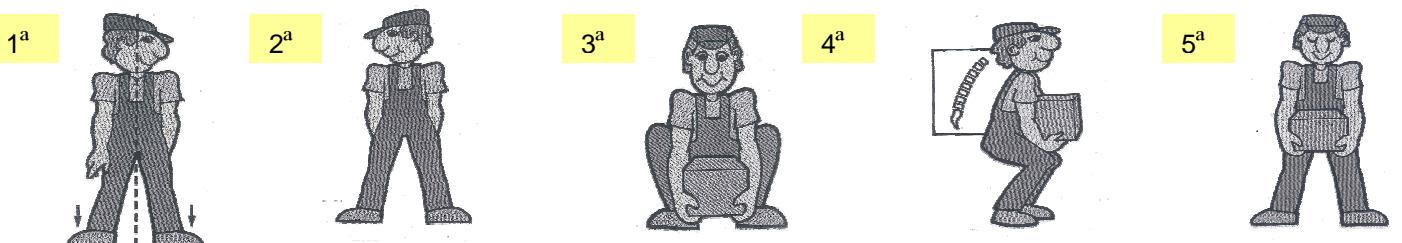


SOBREESFUERZO Y CARGA FÍSICA POR MANEJO DE CARGAS

CAUSAS	Manejar o empujar cargas pesadas o muy voluminosas.
---------------	---

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Respetar las cargas máximas según sexo y edad: se recomienda no sobrepasar los 15 Kg.
- Cuando los pesos a transportar manualmente sobrepasen los pesos anteriores, preferentemente se utilizarán medios de transporte o equipos de elevación auxiliares como carro de transporte, gatos, elevadores, grúa...
- O bien alzar y transportar cargas muy pesadas o de grandes dimensiones, con ayuda de otras personas.
- Disminuir el peso de las cargas.
- Se recomiendan cursos de formación en el manejo adecuado de cargas y realizar la vigilancia periódica de la salud.
- Implantar normas para que los alumnos retiren los equipos y materiales que han utilizado.
- Transportar pesos pegándolos al cuerpo y en posición erguida, por encima de su centro de gravedad, y nunca a un lado del cuerpo.
- Para el transporte de la batería se usarán carretillas
- En el caso de realizar la manipulación de cargas manualmente tendremos en cuenta:
 - 1ª Fase: Apoyar los pies firmemente.
 - 2ª Fase: Separar los pies ligeramente.
 - 3ª Fase: Doblar la cadera y las rodillas para coger la carga.
 - 4ª Fase: Levantar la carga con las espalda recta.
 - 5ª Fase: Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible.
- Todos los docentes deben realizar el curso de formación online, en la modalidad autodirigido denominado "consejos y ejercicios para el cuidado de la espalda". Para acceder al curso, pinche aquí:
<http://www.gobiernodecanarias.org/ceus/servicios/riesgos-laborables-centros-publicos/formacion/>



FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES

CAUSAS	Exigencias psicológicas cuantitativas (volumen, ritmo de trabajo, tiempo, alumnado diverso...); cognitivas (toma de decisiones...); sensoriales (atención...); control del trabajo; carga mental; inseguridad en el trabajo; factores emergentes.
---------------	---

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Para poder prevenir los factores de riesgo psicosocial es imprescindible la identificación de los mismos en el centro.
- Sensibilizar, informar y establecer pautas sobre la mejora de la organización para evitar el estrés, la sensación de falta de apoyo y el mobbing en el trabajo docente.
- Acoger al nuevo docente a fin de facilitarle la adaptación.
- Mantener una comunicación asertiva con todos los agentes de la comunidad escolar y profundizar en técnicas que favorezcan el control emocional.
- Compartir expectativas e inquietudes con el resto de compañeros, de acuerdo con el PEC.
- Apoyo social (apoyo de superiores, Administración Educativa, compañeros, alumnos y padres).
- Siempre que resulte posible, compatibilizar calendarios y horarios docentes con las demandas y las responsabilidades de fuera del trabajo.



ACCIDENTE DE TRAFICO

CAUSAS	Desplazamientos en vehículos a motor durante la jornada por motivos laborales (Itinerantes).
---------------	--

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Respetar y seguir las recomendaciones del Código de Circulación.
- Procurar flexibilidad horaria y evitar horas punta.
- Incrementar el uso del transporte público.
- Reciclaje práctico y teórico sobre seguridad vial.
- Evitar consumo de alcohol, drogas y medicamentos contraindicados.
- No fumar, ni utilizar el móvil durante la conducción.
- Usar el cinturón de seguridad en turismos y autobuses escolares y el casco en ciclomotores.
- Realizar la inspección técnica del vehículo con la perceptiva periodicidad (ITV) y el mantenimiento necesario de los frenos, ruedas, luces, dirección, aceite...
- Ajustar el reposacabezas lo más alto posible sin sobreponer la altura máxima de la cabeza, la parte superior quedará por encima de la altura de los ojos.
- Realizar los reconocimientos médicos periódicamente para garantizar la aptitud inicial.





OTRAS MEDIDAS COMPLEMENTARIAS

ELEMENTO AUXILIAR	<ul style="list-style-type: none"> - Densímetro, para comprobar la densidad del electrolito - Voltímetro (con lectura hasta 3 V). - Espátula, para remover el líquido o retirar salientes de la materia porosa. - Lámpara portátil, para examinar la transparencia del líquido y su nivel. - Asa porta-baterías (brida) - Botella antiderrame, para verter el electrolito en las celdillas - Cepillo de alambres para limpiar los terminales y de cerdas fuertes para frotar las partes dañadas - Extractor de terminales, para evitar golpearlos al sacarlos o introducirlos. Llave de estrella aislada para aflojar las tuercas de sujeción de los bornes
Protecciones individuales YA QUE LAS TIENES ¡PÓNTELAS!	<p>Todos los equipos de protección individual deberán ir provistos del marcado CE y de instrucciones de uso.</p> <p>En operaciones con baterías:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gafas o pantallas incoloras, clase D-747 • Guantes, botas y delantal de goma. • Manguitos de nylon. • Ropa antiácido, que no desarrolle cargas estáticas.
OBSERVACIONES 	<ul style="list-style-type: none"> - Detectar los puntos de riesgo, informar de su situación y eliminarlos lo antes posible. Aquello que no pueda solucionar deberá ser comunicado al Coordinador de prevención o, en su defecto, a la Dirección del centro educativo con la máxima celeridad posible, una situación insegura percibida por nosotros puede no serlo por otra persona. <p>Gestión de Compras. Los equipos de trabajo (maquinaria, herramientas), deberán disponer de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Marcado C.E. ▪ Manual de instrucciones en castellano. ▪ Declaración CE de conformidad. <p>Mantenimiento: Aplicar las normas de conservación indicadas por el fabricante en todas las herramientas, en las máquinas y en los equipos de protección individual. Establecer un sistema periódico de revisión y guardar registros de dichas revisiones periódicas.</p> <p>Buenas Prácticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No comer ni guardar comida o bebida en el taller, si no es en sitios habilitados al efecto. - Lavarse las manos antes de comer, beber o usar los servicios. - Mantenga la ropa de trabajo separada de las demás prendas. Cámbiese de ropa antes de salir del taller.

GESTIÓN - PROCEDIMIENTO DE TRABAJO

Las prácticas a realizar en laboratorios / talleres y previstas en la programación, dispondrán de procedimientos de trabajo los cuales estarán a disposición de todos los docentes.



Consejería de Educación,
Universidades y Sostenibilidad
Dirección General de Personal

Material adaptado a partir de las fichas de prevención facilitadas por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Dirección General de Recursos Humanos y Calidad Educativa de la Consejería de Educación, Formación y Empleo de la Comunidad de la Región de Murcia

