



**Región de Murcia**  
Consejería de Educación, Formación y Empleo  
Dirección General de Recursos Humanos y Calidad Educativa  
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

# **PROFESORADO TÉCNICO DE FORMACIÓN PROFESIONAL: MANTENIMIENTO DE VEHÍCULOS**



CÓDIGO	REVISIÓN	FECHA
591-209	0	01/10/2010



## POLÍTICA DE PREVENCIÓN DE LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN Y EMPLEO



### ¿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 en el edificio administrativo de La Fama, de un **Servicio de Prevención propio**, así mismo 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.

### ¿SOBRE QUE COLECTIVO PUEDE ACTUAR?

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

### ¿QUÉ FUNCIONES TIENE EL SERVICIO DE PREVENCIÓN?

Asesorar, asistir y apoyar en materia preventiva a las Unidades Administrativas y centros educativos dependientes de ésta Consejería, a los empleados públicos y a sus representantes, así como la vigilancia y el control del absentismo laboral.



## EL COORDINADOR DE PREVENCIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS



### ¿QUIENES SON LOS COORDINADORES?

Son los funcionarios designados por los Directores de los Centros educativos para coordinar todas las actuaciones de los centros en materia de prevención.

### ¿MI CENTRO TIENE COORDINADOR?

Dispondrán de Coordinador los centros de educación secundaria, enseñanzas artísticas e idiomas, así como los colegios de educación infantil y primaria con las unidades que se concretan en la orden que establece los procedimientos en materia de Recursos Humanos al inicio de curso. En el resto de casos, las funciones serán asumidas por el equipo directivo.

## CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS EMPLEADOS PÚBLICOS

### ¿CÓMO PARTICIPAMOS? ¿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 de prevención.





## ¿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, cualesquiera 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



### ¿QUE INFORMACION SE FACILITA?

- 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 centro docente.

## RIESGOS ASOCIADOS AL PUESTO DE TRABAJO

Se informara 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 [www.carm.es/educacion](http://www.carm.es/educacion)



## 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 le facilitara la información sobre los dichos riesgos.

## MEDIDAS DE EMERGENCIA Y EVACUACION

Solicite al Director de su centro o al coordinador 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 durante el primer trimestre del curso escolar se realizará un simulacro para poner en práctica las normas sobre evacuación.



## FORMACIÓN 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 los Centros de Profesores y Recursos.



## SALUD LABORAL

### VIGILANCIA DE LA SALUD



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

Los **exámenes de salud o reconocimientos médicos** tendrán un carácter voluntario, salvo el de los funcionarios en prácticas y el de los interinos nombrados, cuya obligatoriedad se recoge en distintas normativas.

Las **solicitudes** de reconocimiento se harán a través de la circular que a principio de curso se remiten a los centros educativos.

### 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 Servicio de Prevención de Riesgos Laborales 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 en los supuestos en que, debiendo la mujer trabajadora cambiar de puesto por otro compatible con su estado, dicho cambio de puesto no resulte técnica u objetivamente posible, 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 IBERMUTUAMUR, 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; y la solicitud de reconocimiento del accidente se realizará según se especifica en la página Web de la Consejería dentro del tema "Prevención de Riesgos Laborales" en el apartado de Riesgos Laborales en Educación, Área de Salud Laboral.
- 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 IBERMUTUAMUR, 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

### CAIDAS 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.



### CAIDAS 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.
- Señalizar con líneas amarillas –negras a 45 ° de inclinación, aquellas partes fijas sobresalientes que supongan un obstáculo en las zonas de paso.





### CONTACTOS TÉRMICOS

#### CAUSAS

Trabajos con sopletes (soldadura, calentamiento de elementos metálicos o plásticos, motor caliente, etc.)

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Evitar el contacto con superficies calientes, tubos de escape o sustancias químicas fundidas.
- Aislar 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.



### PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS O PARTÍCULAS

#### CAUSAS

Operaciones de soldadura y lijado o repasos de cordones de soldadura. Introducción de esquirlas en el cuerpo.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Usar gafas de seguridad; Careta de soldador, en operaciones de soldadura.
- Antes de realizar operaciones con soldadura, radial, lijadoras, etc, compruebe que no se encuentran dentro del radio de acción de las partículas proyectadas, ni personal del taller ni productos inflamables.
- Revisar las protecciones de los equipos que desprenden chispas, antes de usarlos. Realice un correcto acoplamiento de los discos abrasivos y portadiscos de las máquinas, con el fin de reducir al mínimo los riesgos de rotura. Desechar elementos deteriorados o que presenten desperfectos.



### GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS

#### CAUSAS

Uso de herramientas y maquinaria en operaciones de sustitución o reparación, y en manipulación de piezas de recambio.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- 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



Contactos accidentales con instalación eléctrica en mal estado, uso de equipos eléctricos, máquinas y lámparas portátiles.


#### MEDIDAS PREVENTIVAS


- 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 ladrones 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	
<b>CAUSAS</b>	Uso de herramientas estáticas o portátiles, golpeo sobre la carrocería, caída de objetos al suelo, ventiladores, extractores,...etc.	<b>CAUSAS</b>	Uso de equipos que emiten radiaciones tales como: soldadura, láser, acabados especiales,...etc.
MEDIDAS PREVENTIVAS		MEDIDAS PREVENTIVAS	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al margen del ruido generado por la propia actividad del taller, se deberán anular los generados gratuitamente por los alumnos.</li> <li>- Evitar trabajar expuesto frecuentemente a niveles de ruido elevado o a ruidos producidos por golpes.</li> <li>- Al comprar máquinas y demás equipos de trabajo, tener en cuenta el nivel de ruido que producen durante su normal funcionamiento.</li> <li>- 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.</li> <li>- Utilizar los medios de protección individual contra el ruido.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aislar convenientemente los equipos y realizar las comprobaciones periódicas que exige la normativa.</li> </ul>	

EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS O TÓXICAS - CONTACTOS CON SUSTANCIAS CAUSTICAS Y/O CORROSIVAS	
<b>CAUSAS</b>	Exposición a sustancias nocivas (humos, gases, vapores, nieblas, polvos...) formadas en los diferentes trabajos de taller. Manipulación de pinturas, detergentes, adhesivos de poliuretano, resinas epoxi, disolventes, taladrinas, combustibles, etc.
MEDIDAS PREVENTIVAS	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener un buen sistema de ventilación en todo el taller.</li> <li>- Mantener tapados todos los recipientes que contengan sustancias tóxicas. Especial atención deberán recibir los adhesivos que contengan en su composición isocianatos.</li> <li>- Extracción localizada en zona de carga de baterías, limpieza de piezas y trabajos de pintura.</li> <li>- Limpieza y reemplazo de filtros en ventiladores y extractores según instrucciones del fabricante.</li> <li>- Disponer de las fichas de seguridad de los productos, facilitadas por el fabricante o suministrador.</li> <li>- Elaborar instrucciones sobre cómo manipular los diversos productos.</li> <li>- Mezclar los productos químicos según las instrucciones del fabricante.</li> <li>- Utilizar elementos auxiliares para el trasvase de líquidos.</li> <li>- Almacenar los productos en lugares apropiados.</li> <li>- Uso de los aspiradores localizados para tubos de escape, durante la prueba de motores dentro del taller.</li> <li>- Está recomendado el uso de unidades autónomas de aspiración de gases de soldadura, o brazos aéreos de extracción de gases de soldadura.</li> </ul>	

EXPLOSIONES – INCENDIOS: FACTOR DE INICIO	
<b>CAUSAS</b>	Uso de compresores, baterías, manejo de gasóleo, gasolina, pintura, disolventes, etc. Acumulación de gases en tuberías, tanques, foso, ambiente, etc. Uso de sopletes, gases y productos inflamables. Presencia de chispas eléctricas.
MEDIDAS PREVENTIVAS	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantener el ambiente de trabajo limpio de polvo en suspensión y de gases (ventilación y extracción periódica).</li> <li>- Seguir las instrucciones del suministrador y del instalador de gases inflamables.</li> <li>- Realizar inspecciones regulares del compresor de aire por personal cualificado.</li> <li>- Disponer en los talleres de recipientes incombustibles, de cierre automático y hermético, para depositar en ellos todos los desperdicios inflamables, así como los trapos impregnados de aceite y grasa (las alfombrillas empapadas de aceite originan a veces combustiones espontáneas). Este tipo de residuos deberán ser retirados por un gestor autorizado.</li> </ul>	



### MEDIO AMBIENTE FÍSICO DE TRABAJO

#### CAUSAS

Disconfort debido a alteraciones en el microclima de trabajo que se crea en el aula- taller.

#### 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
- Adecuar el puesto, evitando fuentes luminosas o ventanas, situadas frente a los ojos y/o apantallando las fuentes de luz brillante.
- 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.



### CARGA FÍSICA: ESFUERZO DE LA VOZ

#### CAUSAS

Esfuerzo sostenido por la voz, condiciones ambientales, hablar demasiado fuerte y rápido, acústica inadecuada, inhalación polvo de la tiza...

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Utilizar tizas antialérgicas y antipolvo o materiales alternativos como pizarras digitales, según capacidad y medios del centro.
- Todos los docentes deben recibir formación específica sobre la fisiología de la voz, la impostación y las medidas de higiene que deben adoptar, así como realizar ejercicios para la educación de la voz.
- Consultar al especialista tan pronto se inicie un cambio en el tono de voz.
- 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, fatiga y tensiones emocionales que puedan afectar a la voz.
- Evitar tensar los músculos de la cara, el cuello, hombros y garganta.



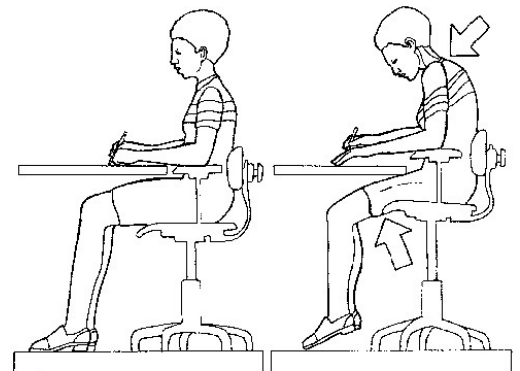
### CARGA FÍSICA: POSTURAS FORZADAS

#### 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 sujete bien el pie.
- Realizar la vigilancia periódica de la salud







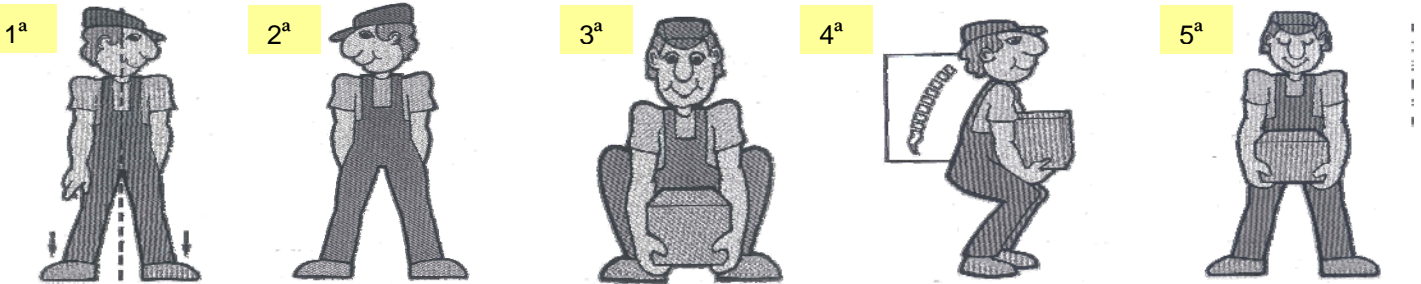
### SOBRESFUERZO Y CARGA FÍSICA POR MANEJO DE CARGAS

**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

- 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.
- Transportar pesos pegándolos al cuerpo y en posición erguida, por encima de su centro de gravedad, y nunca a un lado del cuerpo.



### 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 proyecto educativo del centro.
- 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.
- Seguir el "Protocolo de actuación en caso de siniestro o denuncia a cualquier empleado público de centros educativos"



### ACCIDENTE DE TRAFICO

**CAUSAS** Desplazamientos al ir y volver del centro de trabajo o durante la jornada por motivos laborales.



#### 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.
- Realizar la inspección técnica del vehículo con la periodicidad (ITV) y el mantenimiento necesario de los frenos, ruedas, luces, dirección, aceite...
- Ajustar el reposacabezas lo más alto posible sin sobrepasar 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

<p><b>ELEMENTO AUXILIAR</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elevadores, carros portapiezas, carros portaherramientas, caballetes/trípodes, brazos aéreos o centralitas de servicio de aire comprimido y electricidad, mesa de trabajo y ventosas para manipulación de lunas.</li> <li>- Para corrección de ejercicios o cuando sea necesario trabajar con documentos impresos se recomienda la utilización de un atril portadocumentos como elemento auxiliar.</li> </ul>
	<p>Todos los equipos de protección individual deberán ir provistos del marcado CE y de instrucciones de uso.</p> <p><b>En operaciones de chapa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa de trabajo cómoda, que cubra todo el cuerpo, para evitar la suciedad, ajustada al cuerpo sin pliegues en piernas, brazos y muñecas.</li> <li>• Calzado de seguridad que cubra todo el pie y el tobillo, con refuerzo metálico en la puntera, suela antideslizante y antipunzamientos.</li> <li>• Guantes de seguridad de cuero o de tela con refuerzos, para trabajos pesados que protegen de los bordes cortantes y mellados de la chapa de las carrocerías.</li> <li>• En caso de posturas de rodillas, utilizar rodilleras que alivien el peso sobre la articulación y del frío del suelo.</li> <li>• Gafas para evitar salpicaduras, proyecciones de chispas, goteos, etc...</li> <li>• Protectores de oídos, en operaciones tanto de chapa como en pintura.</li> </ul> <p><b>En operaciones de soldadura:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pantalla o casco del soldador, con cristales de seguridad para las operaciones de picado de la soldadura, y, cuando sea necesario, guantes, mandil y polainas de cuero.</li> </ul> <p><b>En operaciones de pintura:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa de trabajo cómoda, que cubra la totalidad del cuerpo, caperuzas incluidas, que no suelte pelusa, ni hilos.</li> <li>• Mascarillas con filtro, tipo FFP2 para polvo de lijado y tipo FFA2 para gases de pintura, o autónoma con aire.</li> <li>• Guantes de látex para trabajos de lijado y pintado y de neopreno para la limpieza de equipos aerográficos. Guantes de nitrilo para trabajos con disolventes.</li> <li>• Pantallas o gafas de seguridad para protección de salpicaduras en la preparación de productos, limpieza de herramientas y gases en la aplicación de pintura.</li> <li>• Calzado de seguridad con protección en la puntera y antiestáticos.</li> </ul>
<p><b>OBSERVACIONES</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul> <p><b>Gestión de Compras.</b> Los equipos de trabajo (maquinaria, herramientas), deberán disponer de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mercado C.E.</li> <li>▪ Manual de instrucciones en castellano.</li> <li>▪ Declaración CE de conformidad.</li> </ul> <p><b>Mantenimiento:</b> 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><b>Buenas Prácticas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No comer ni guardar comida o bebida en el taller, si no es en sitios habilitados al efecto.</li> <li>- Lavarse las manos antes de comer, beber o usar los servicios.</li> <li>- Mantenga la ropa de trabajo separada de las demás prendas. Cámbiese de ropa antes de salir del taller.</li> </ul>

# FICHAS INFORMATIVAS PERSONAL DOCENTE



**Región de Murcia**

Consejería de Educación, Formación y Empleo  
Dirección General de Recursos Humanos y Calidad Educativa  
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales