



**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 FORMACION PROFESIONAL: SOLDADURA



CÓDIGO	REVISIÓN	FECHA
591-228	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 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 facilitará 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 facilitará 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 limpias y libres de obstáculos (cables, materiales, restos, herramientas, etc).
- Evitar el tendido de cables y mangueras de los equipos de soldadura por el suelo, en zona que no pueda controlar el operador.
- Limpiar y/o recoger de forma inmediata cualquier derrame de aceite, grasas, 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.
- 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.



### CAÍDAS A DISTINTO NIVEL

**CAUSAS** Montaje de piezas en altura (estructuras metálicas, reparaciones, etc.).  
Trabajos sobre escaleras manuales.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Utilizar medios auxiliares adecuados para el trabajo en altura (andamios, borriquetas, etc.).
- Cuando sea necesario, emplear medidas de protección colectiva (redes, barandillas, etc.).
- Uso de protección individual que impida o limite las caídas (arnés, cinturón, etc.).
- Realizar los trabajos en escaleras a más de 3,5 m de altura desde el punto de operación al suelo que requieran movimientos o esfuerzos peligrosos empleando equipos anticaída u otras medidas de protección.



### ATRAPAMIENTO POR O ENTRE OBJETOS

**CAUSAS** Utilización de cadenas, pulseras, anillos, ropa holgada, pelo suelto, etc.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- No portar prendas u objetos susceptibles de quedar atrapados en órganos móviles. Utilizar manga corta o puños elásticos.



### CAIDAS DE OBJETOS

**CAUSAS** Golpes por caída de piezas metálicas pesadas.  
Caída de botellas de gas durante el transporte o utilización.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Comprobar la estabilidad de los medios auxiliares de elevación antes de iniciar los trabajos.
- Utilizar bases de soldar sólidas y apoyadas sobre objetos estables.
- Fijar adecuadamente las piezas con las que se esté trabajando.
- Mantener las botellas de gas en posición vertical y sujetas por medio de cadenas, abrazaderas o similar para evitar su caída.
- Utilizar calzado de seguridad (con puntera reforzada).
- Establecer la prohibición (avisos, señales, etc) de situarse debajo de las cargas que estén suspendidas.
- Cerciorarse, antes de bajar una carga suspendida, que no hay ningún peligro para personas, herramientas, cables, etc.
- Realizar mantenimientos periódicos de los equipos auxiliares de elevación.





### PISADAS SOBRE OBJETOS

**CAUSAS** Elementos punzantes, cortantes, etc., en suelo.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Extremar el orden y la limpieza. Ubicar contenedores para restos y piezas cerca de los puestos de trabajo.
- Utilizar calzado con plantillas antiperforación.



### CHOQUES CONTRA OBJETOS

**CAUSAS** Choques con el material almacenado (barras, perfiles, etc.).  
 Transporte de materiales.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Almacenar materiales y equipos de trabajo en los lugares establecidos. Proteger y señalizar los extremos de barras, perfiles, etc.
- Programar y anunciar el transporte de elementos de grandes dimensiones.
- Usar carro portaherramientas para trabajos con herramientas manuales.
- Retirar toda clase de objetos que puedan obstruir el paso.



### CONTACTOS TÉRMICOS

**CAUSAS** Contactos con los objetos calientes que se están soldando.  
 Proyección de chispas y partículas de metal fundido durante las operaciones de soldadura.  
 Contacto con electrodos al reemplazarlos, piezas recién cortadas, etc.  
 Utilización de ropa de materiales sintéticos, bolsillos sin tapetas, etc.  
 Utilización de ácidos durante limpiezas preparatorias.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Utilizar pantallas o cortinas de soldadura para limitar el riesgo derivado de proyección de partículas incandescentes.
- Cubrirse todas las partes del cuerpo, incluidos cara, cuello y orejas antes de iniciar los trabajos de soldadura.
- No portar materiales inflamables (cerillas, mecheros,...) durante las operaciones de soldadura.
- No utilizar nunca oxígeno para desempolvar o limpiar ropa u otros objetos.
- Cuando se suelde por encima del nivel de la cabeza, se protegerán los oídos con el fin de evitar la penetración de gotas de metal fundido.



### PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS O PARTÍCULAS

**CAUSAS** Operaciones de soldadura, esmerilado, lijado, desbarbado, afilado, repasos de cordones de soldadura, etc. Limpieza con aire comprimido.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Usar gafas de seguridad y/o careta de soldador.
- La escoria depositada en las piezas soldadas debe picarse con un martillo especial de forma que los trozos salgan en dirección contraria al cuerpo.
- 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.
- No utilizar aire comprimido para desempolvar o limpiar ropa u otros objetos.
- Antes de realizar operaciones con soldadura, radial, lijadoras, etc., organizar el trabajo para que las proyecciones no afecten a terceros (alejarse a todo el personal sin autorización, instalar pantallas, etc.).





### GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS

**CAUSAS** Cortes y punzadas con cantos metálicos afilados, etc.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Para evitar cortes y punzadas se recomienda manipular las piezas a soldar con guantes de seguridad.
- 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 soldar se colocarán sobre el banco de trabajo.
- Trabajar fuera de las zonas de posibles caídas de piezas.



### CONTACTOS ELÉCTRICOS

**CAUSAS** Contactos accidentales con instalación eléctrica en mal estado, uso de equipos eléctricos (equipos de soldadura eléctrica, máquinas y lámparas portátiles).

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Ante la duda considerar que toda instalación, conducto o cable eléctrico se encuentra conectado y en tensión.
- No desmontar ni manipular el interior de equipos eléctricos.
- Utilizar enrolladores con enchufes múltiples.
- 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.
- Comprobar que la pinza del equipo de soldadura es la adecuada al tipo de electrodo utilizado y que lo sujeta fuertemente, comprobar que está bien equilibrada por su cable y que mantenga un buen contacto. Comprobar que el aislamiento del cable no está estropeado en el punto de empalme.
- Comprobar que las clavijas de enchufe de los bornes de conexión de los cables de la máquina, están aislados.
- Los electrodos y sus portaelectrodos se deben guardar bien secos. Si antes de ser utilizados están mojados o húmedos por cualquier razón, deben secarse totalmente antes de ser reutilizados. No utilizar electrodos a los que les quede entre 30 y 50 mm.
- No sustituir los electrodos con las manos desnudas, con guantes mojados o en el caso de estar sobre una superficie mojada o puesta a tierra; Tampoco se deben enfriar los portaelectrodos sumergiéndolos en agua. Si cae agua u otro líquido sobre algún aparato eléctrico, desconectar el circuito.
- No accionar el conmutador de polaridad mientras el puesto de soldadura esté trabajando; se debe cortar la corriente previamente antes de cambiar la polaridad.
- Los cuadros de mando y cableado fijo estarán aislados y protegidos.
- Tanto las herramientas eléctricas como las lámparas de alumbrado portátil deberán estar alimentadas con tensión de seguridad.
- 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.
- 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.



### RADIACIONES IONIZANTES

**CAUSAS** Utilización de electrodos de tungsteno toriado, que dan lugar a humos o polvo radioactivo (durante su afilado).

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prohibido la utilización de electrodos de tungsteno toriado.





**RADIACIONES NO IONIZANTES**

**CAUSAS** Exposición a radiación ultravioleta (UV), infrarroja (IR) y visible.

**MEDIDAS PREVENTIVAS**

- Utilizar protección circundante (protección a terceros): ubicar los puestos en cabinas, pantallas de separación, cortinas de soldadura, etc.
- Uso de pantalla facial (con marcado CE) con filtro adecuado a las condiciones y tipo de soldadura.
- Proteger la piel con guantes y ropas apropiadas. Evitar exponer zonas de piel desnuda a la radiación procedente de los procesos de soldadura.
- Minimizar los reflejos procedentes de la soldadura (es recomendable que los materiales de los alrededores del puesto sean mates y de color oscuro).



**RUIDO**

**CAUSAS**

Elevado nivel de ruido por los propios trabajos de soldadura (picado, etc.).  
 Ruido generado por los equipos de extracción, compresores, máquinas auxiliares, etc.

**MEDIDAS PREVENTIVAS**

- Al margen del ruido generado por la propia actividad del aula y/o 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.
- Minimizar la emisión de ruido: encerramiento de la fuente, alejamiento (colocando absorbentes, realizando un mantenimiento periódico de los diferentes equipos, etc.).
- Reducir el tiempo de exposición.
- Utilización de protección del oído: orejeras, cascos, etc.
- Señalización de zonas de elevado nivel de riesgo.
- 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.



**CONTAMINANTES BIOLÓGICOS**

**CAUSAS**

Debido al trato diario con alumnos, el docente es considerado como personal de riesgo para contagio de enfermedades infecciosas.

**MEDIDAS PREVENTIVAS**

- Ventilar el aula y/o taller de forma regular para mantener un ambiente más sano.
- Observar los principios de correcta seguridad e higiene personal.
- Para el caso del virus de la gripe se recomienda la vacunación antigripal con carácter anual durante octubre o noviembre.





**EXPLOSIONES  
 INCENDIOS. FACTOR DE INCIO**

**CAUSAS**

Presencia de focos de ignición y de materiales combustibles (llama, chispas, escorias, etc. y aceites grasas, disolventes, etc). Fugas de gases: acetileno, oxígeno, metano, propano, butano, hidrógeno, etc. Retornos de llama. Trabajos con recipientes que hayan contenido líquidos inflamables. Trabajos en espacios confinados o con riesgo de explosión. Utilización incorrecta del soplete. Atmosferas sobreoxigenadas. Utilización de aparatos a presión (compresores, etc.).

**MEDIDAS PREVENTIVAS**

- Antes de iniciar las operaciones de soldadura disponer de extintores adecuados en la proximidad. Retirar previamente toda materia combustible que pudiese haber alrededor.
- Usar pantallas o cortinas de soldadura para evitar que las chispas alcancen o caigan sobre materiales combustibles que resulten peligrosos (especialmente sobre botellas y mangueras en soldadura oxiacetilénica).
- Prohibido efectuar operaciones de soldadura sobre recipientes cerrados que contengan o hayan contenido materias inflamables, en espacios confinados, con riesgos de explosión, etc.
- No conectar la pinza de masa a canalizaciones o depósitos.
- Comprobar periódicamente que las válvulas anti-retorno de llama y las conducciones flexibles se encuentran dentro de su vida útil.
- Mantener grifos y manorreductores de las botellas de oxígeno limpios de grasas, aceites, etc, pues podrían dar lugar a una autoignición.
- Realizar inspecciones regulares del compresor de aire por personal cualificado.
- Almacenar los portaelectrodos donde no puedan entrar en contacto con los trabajadores, combustibles o posibles fugas de gas comprimido.
- Antes de iniciar operaciones de picado eliminar de las escorias las posibles materias combustibles.
- Almacenamiento adecuado de materiales inflamables y gases.
- Mantener el ambiente de trabajo limpio de polvo en suspensión y de gases (ventilación y extracción periódica).
- Seguir las instrucciones del suministrador y del instalador de gases inflamables.
- 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. Este tipo de residuos deberán ser retirados por un gestor autorizado.



**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, etc.
- 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 los puestos de soldadura se requiere un nivel mínimo de iluminación de 300 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 – taller 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 mantenido por la voz, condiciones ambientales, hablar demasiado fuerte y rápido, acústica inadecuada, inhalación polvo de la tiza, etc.

**MEDIDAS PREVENTIVAS**

- Utilizar tizas antialérgicas y antipolvo o materiales alternativos como papel o proyectores, 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 se dirija a audiencias amplias sin una amplificación adecuada y con una intensidad cómoda para ser oído en cualquier situación.
- Evite el estrés, fatiga y tensiones emocionales que puedan afectar a la voz.
- Evite tensar los músculos de la cara, el cuello, hombros y garganta.





### 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 utilizar el móvil (sin dispositivo de manos libres) durante la conducción.
- Usar el cinturón de seguridad en turismos y autobuses escolares.
- Realizar los reconocimientos médicos periódicamente para garantizar la aptitud inicial.



### CARGA FÍSICA: POSTURAS FORZADAS MANEJO DE CARGAS

**CAUSAS** Permanecer en una misma posición, bipedestación, o adoptar posturas inadecuadas (torcer o inclinar el torso, etc) durante un espacio prolongado de tiempo. Manejar o empujar cargas pesadas o muy voluminosas.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- 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.
- A modo de indicación general el peso máximo que se recomienda no sobrepasar es de 25 Kg, en el caso de alumnos será de 15 Kg. Cuando los pesos a transportar manualmente sobrepasen los pesos anteriores, preferentemente se utilizarán medios de transporte o equipos de elevación auxiliares (ej. Carro de transporte, gatos, elevadores, grúa, etc.), o bien se transportará con ayuda de otras personas.
- Asir, levantar y transportar cargas con el tronco lo más derecho posible (espalda recta). No inclinar la espalda hacia delante, sino agacharse doblando las rodillas. En el transporte la carga debe colocarse cerca del cuerpo, por encima de su centro de gravedad, y nunca a un lado del cuerpo.
- Colocar la herramienta de trabajo y demás medios de trabajo al alcance de la mano.
- Emplear útiles y 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, etc.) y en función de la tarea a realizar.
- Realizar frecuentes estiramientos.



### FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES

**CAUSAS** Exigencias psicológicas cuantitativas (volumen, ritmo de trabajo, tiempo, diversidad en el alumnado, etc.); cognitivas (toma de decisiones, etc.); sensoriales (atención, etc.); control del trabajo (autonomía, etc.); carga mental; inseguridad en el trabajo; situaciones de indisciplina o agresiones, verbales o físicas; factores emergentes; etc.

#### 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, preocupaciones 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".





### OTRAS MEDIDAS COMPLEMENTARIAS

<p><b>ELEMENTOS AUXILIARES</b></p>	<p>- Para corrección de ejercicios o cuando sea necesario trabajar con documentos impresos se recomienda la utilización de un atril portadocumentos como elemento auxiliar.</p>
<p><b>EPI's</b></p>	<p>Todos los equipos de protección individual deberán ir provistos del marcado CE y de instrucciones de uso.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Ropa de trabajo</u> de pura lana o algodón ignífugo, mangas largas, con los puños ceñidos a la muñeca. Los pantalones no deben tener dobladillo y nunca se llevarán por dentro del calzado. Evitar los bolsillos exteriores, en caso contrario dotarlos de tapeta. Se recomienda un collarín que proteja el cuello. No utilizar ropa manchada de grasa, disolventes o cualquier otra sustancia inflamable. En soldadura eléctrica, la ropa estará libre de elementos metálicos como cremalleras, corchetes, etc., además, hay que tener en cuenta que la ropa húmeda o sudada se hace conductora.</li> <li>• <u>Guantes, polainas, manquitos y mandiles de cuero</u> (protegen las manos y la ropa de trabajo de quemaduras y partículas incandescentes). Deben tener costuras interiores para evitar la retención de partículas incandescentes y mantenerse totalmente secos.</li> <li>• <u>Calzado de seguridad</u> con puntera reforzada para minimizar los riesgos derivados de caídas de objetos pesados, plantilla reforzada si son previsibles las pisadas sobre objetos punzantes y suela aislante (imprescindible si se va a trabajar sobre superficies o estructuras metálicas).</li> <li>• <u>Gafas, caretas o pantallas faciales equipadas con filtros ópticos</u> (protegen cara y ojos de las radiaciones no ionizantes y de la proyección de partículas durante operaciones como el picado de escoria o la utilización de máquinas auxiliares como amoladoras). Ver anexo.</li> <li>• <u>Protección respiratoria</u> (para evitar la inhalación de humos y gases nocivos para la salud).</li> <li>• <u>Otros</u> que pudieran ser necesarios en función de las condiciones de trabajo como cascos, arneses o cinturones de seguridad, protección contra el ruido, etc.</li> </ul>
<p><b>OBSERVACIONES</b></p> 	<p><b>GESTIÓN DE COMPRAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los equipos de trabajo (maquinaria, herramientas), deberán disponer de:       <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Marcado C.E.</li> <li>▪ Manual de instrucciones en castellano.</li> <li>▪ Declaración CE de conformidad.</li> <li>▪ Al comprar máquinas y demás equipos de trabajo, tener en cuenta el nivel de ruido que producen durante su normal funcionamiento.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>MANTENIMIENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <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>BUENAS PRÁCTICAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Señalizar las protecciones necesarias en cada máquina o equipo.</li> <li>- Delimitar pasillos y zonas de almacenamiento mediante señalización.</li> <li>- Disponer de un botiquín de primeros auxilios en el taller.</li> <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, fumar 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