



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

“PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LA ORGANIZACIÓN DE UN CENTRO ESCOLAR”

AUTORÍA SERGIO BALLESTER SAMPEDRO
TEMÁTICA ORGANIZACIÓN ESCOLAR
ETAPA EI, EP, ESO, BACHILLERATO

Resumen

La Ley 31/1995 sobre Prevención de Riesgos Laborales establece la finalidad de esta normativa que es prevenir los daños que el trabajo puede causar a la salud de un trabajador, y especialmente a los docentes.

Gran parte del conjunto de los profesores/as, desconoce el contenido de esta Ley aunque sin embargo sea un colectivo que muy afectado por la existencia de riesgos laborales.

En este artículo se tratará de dar un enfoque para intentar mejorar las condiciones laborales de seguridad para los trabajadores de los centros educativos.

Palabras clave

Riesgos laborales

Prevención

Factores de riesgo

Trastornos

1. INTRODUCCIÓN:

La prevención de riesgos laborales busca evitar, antes de que se produzca, daño a la salud del trabajador.

Se trata de evitar dentro del centro docente de que se produzcan daños en la salud, que son tan frecuentes en el lugar de trabajo, motivados por diferentes causas como pueden ser por factores humanos, técnicos, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

El tratamiento que se debe hacer desde el centro hacia la prevención de riesgos laborales debe ser integral, es decir, se debe realizar en todos los puntos y niveles, involucrando a todos los trabajadores del mismo.

Para poder evitar los riesgos es imprescindible conocerlos, por lo que una formación de los profesores/as se antoja importante.

Por medio de una buena formación en prevención de riesgos laborales, se podrá conseguir evitar riesgos y situaciones peligrosas.

La aplicación de los conceptos ergonómicos en la prevención de riesgos laborales conducirá a una mayor calidad en el trabajo y la vida laboral, evitando los riesgos en las condiciones de trabajo. Esto producirá una reducción de accidentes, enfermedades, así se podrá reducir costes económicos que suponen las lesiones, etc.

Las actividades que se realizan en los talleres, aulas, laboratorios, deben integrar puntos de seguridad.

En el caso que se produzca algún accidente en el centro docente, se deberá analizar las causas que lo han provocado y así poder tomar medidas para intentar que no se vuelva a producir y minimizar los riesgos que puedan volver a producir este accidente u otros parecidos o con un origen común.

Es necesario realizar y trazar un programa de prevención de riesgos laborales, en el que se deben incluir las normas de seguridad, información y formación de todos los componentes del centro educativo.

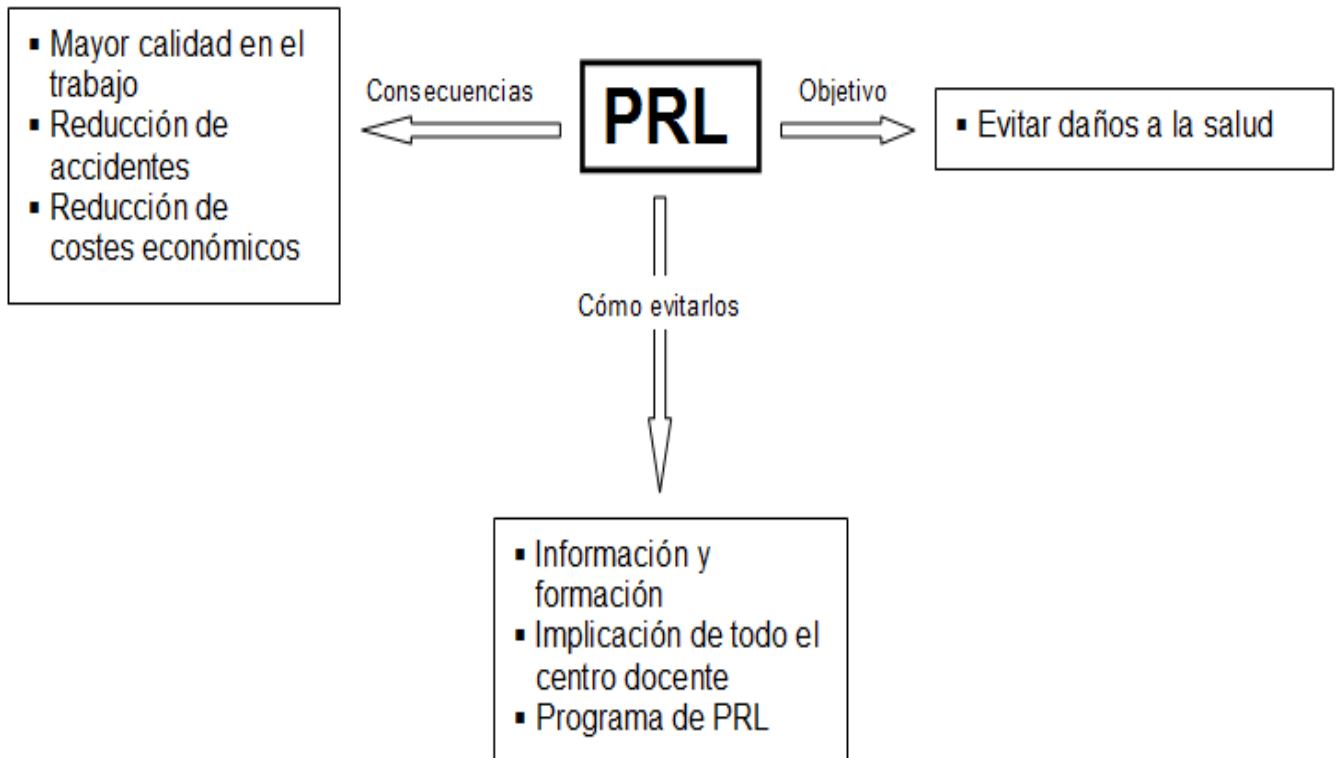
Prevenir los accidentes en el trabajo y de enfermedades que se dan con mayor frecuencia en la profesión docente como estrés, fatiga, es en estos momentos un reto en la organización de los centros docentes. Es por ello que si se recibe una buena información por parte del trabajador sobre los riesgos en el lugar de trabajo de los accidentes y enfermedades a los que están expuestos mayor será la prevención que se logre de los mismos.

La prevención de riesgos laborales trata de identificar el factor que causa el riesgo laboral y las consecuencias que puede acarrear a los trabajadores/as.

El objetivo de organizar el centro docente, en relación con la prevención de riesgos laborales, es la de buscar riesgos cero, es decir, desaparición de riesgos laborales, evidentemente esta es una posición utópica que no se alcanzará pero que se debe buscar dentro de un centro docente. Si buscamos esto es más que probable que se llegará al menos a un riesgo aceptable, es decir, un riesgo menor por que las consecuencias que conlleva son leves y se produce con relativa poca frecuencia.

**INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS**

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009



En la siguiente tabla presento la clasificación de los factores de riesgo realizada por el Instituto nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo:

FACTORES HUMANOS	
Factores debidos a la carga de trabajo	Factores debidos a la organización del trabajo
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Esfuerzo físico y mental ▪ Posturas en el trabajo ▪ Manipulación de cargas ▪ etc 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Jornada de trabajo ▪ Ritmo de trabajo ▪ Repetitividad ▪ Comunicación ▪ etc



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

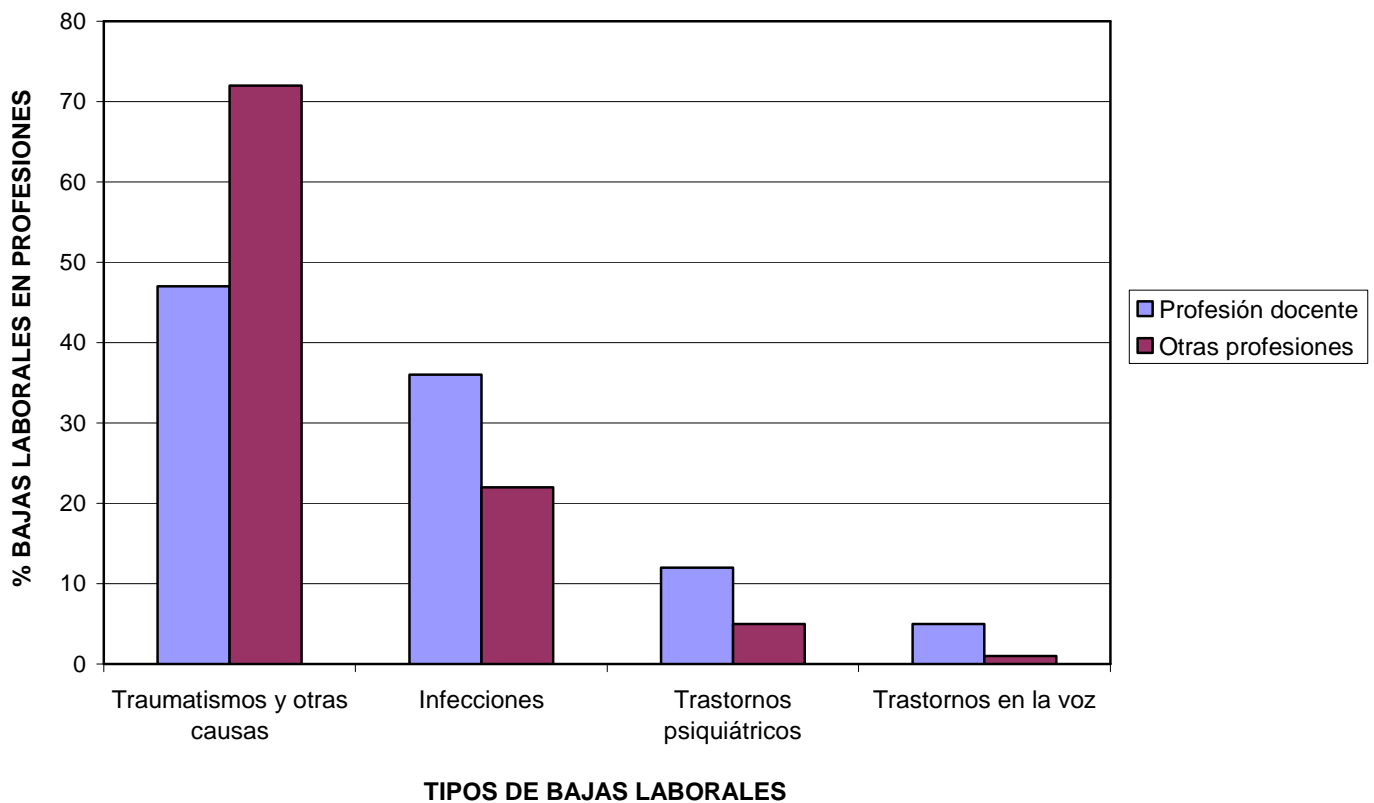
FACTORES TÉCNICOS			
Factores de seguridad	Factores medioambientales		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Características del lugar de trabajo ▪ Maquinaria eléctrica ▪ Riesgos de incendio ▪ Etc 	Físicos	Químicos	Biológicos
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Temperatura ▪ Humedad ▪ Iluminación ▪ Ruido ▪ etc 	Sustancias que se presentan como: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Polvo ▪ Gas ▪ Humo ▪ etc 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hongos ▪ Virus ▪ Bacterias ▪ etc

2. RIESGOS LABORALES EN LA PROFESIÓN DOCENTE:

En el siguiente gráfico trato de representar los riesgos laborales que sufren los docentes respecto a las otras profesiones, se puede observar que no son los mismos por lo que la prevención para evitarlos deberá ser distinta.

Un 36% de las bajas laborales que se producen en los profesores/as y maestros son debidas a infecciones, un 12 % relacionadas con psiquiátricos, un 5% a trastornos en la voz y casi un 50% son producidas por traumatismos y otras causas.

PORCENTAJE BAJAS LABORALES



Así pues, vemos que los riesgos laborales que se dan porcentualmente en mayor medida en la profesión docente con respecto a otras profesiones, son los causados principalmente por infecciones, psicológicos y la voz.

Existe un riesgo de sufrir un accidente por causas de seguridad en el trabajo en los centros docentes, evidentemente este riesgo no es tan elevado como en otras profesiones. Este riesgo es mayor en ciertas especialidades de Formación Profesional en las que se utilizan aulas-taller o laboratorios, aunque también existe este riesgo en especialidades de Secundaria como Tecnología o Física y Química.

En estas especialidades se deben emplear los procesos de prevención de riesgos laborales en cuestiones de seguridad, no sólo para los profesores/as sino también para los alumnos/as y, de esta forma que los propios alumnos/as se acostumbren a emplearlos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Otro factor de riesgo alto en los maestros/as y profesores/as es la voz. Es causa de frecuentes bajas médicas.

Uno de los trastornos más frecuentes que se produce en la voz entre los docentes, si es grave se llama afonía. Los factores que establecen las disfonías son diversas entre ellas están el abuso vocal producido por gritos, otro factor son los problemas físicos como enfermedades, infecciones alergias. El mal uso de la voz como aumentar el volumen y factores del ambiente del aula tales como la humedad, mala acústica, cambios de temperatura son otros factores que afectan a la voz.

Así pues, las causas principales de los trastornos en la voz en la profesión docente son:

- Hablar con un volumen demasiado alto.
- Mal uso del aparato respiratorio.
- Uso incorrecto del sistema de articulación al hablar.
- No conocer los trastornos de la voz y seguir dando clase sin el reposo adecuado

Para prevenir estos problemas con la voz se deberá:

- No abusar de bebidas muy frías o calientes.
- Buena alimentación, evitando comidas picantes, bebidas alcohólicas.
- No fumar.
- Evitar enfriamientos.
- Tener aulas con buena acústica.
- Evitar las corrientes de aire, lugares con humo.
- Aprender métodos de respiración.
- Relajar los músculos del aparato respiratorio.
- Beber suficiente agua durante la clase.

Otros riesgos laborales que se dan con frecuencia en la actividad docente son los debidos a las posturas forzadas que pueden producir trastornos en el esqueleto y en los músculos.

Estar mucho tiempo de pie puede producir varices en las piernas. Estar sentado en un asiento sin respaldo o con un respaldo muy alto o bajo puede producir alteraciones en la espalda, rodillas, cuello.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Se recomienda para evitar lesiones de este tipo que si vamos a estar mucho tiempo de pie, evitaremos tener los dos pies juntos e intentaremos tener una más adelantado que otro de forma alternativa. La silla en la que nos sentemos deberá ser adecuada para que sirva de apoyo a la espalda, para ello al estar sentado es preciso colocar los pies de forma correcta en el suelo. La mesa de trabajo debe adaptarse en altura a cada persona a la altura de los codos, evitándose de esta manera que la espalda deba doblarse en exceso. La postura ideal de trabajo es mantener el cuerpo vertical evitando doblar la espalda y el cuello en exceso.

Cada día es más usual pasar trabajando con el ordenador varias horas a las semana, tanto durante las clases como posteriormente en casa preparando material para los alumnos/as, con Internet, etc. al ir usando los ordenadores de forma frecuente se pueden producir riesgos como fatiga muscular, visual y mental. Para minimizar estos riesgos será necesaria una correcta regulación de la pantalla, en su resolución y tamaño así como en su configuración con un correcto contraste y brillo. Se debe colocar la pantalla correctamente según el usuario, así deberá estar situada a una distancia de unos 45 centímetros respecto a los ojos del usuario y dentro del campo de visión desde la su línea horizontal y 60 grados bajo ella.

La colocación del teclado juega un papel importante para evitar daño en la espalda, brazos y manos, es por ello que deberá estar inclinado entre cero y treinta grados y con un espacio delante del teclado para poder descansar las manos y brazos.

La iluminación de la zona de trabajo debe ser la correcta, evitando el deslumbramiento tanto de la luz artificial como de la natural, evitando colocar luz por debajo de 45 grados respecto a la horizontal de los ojos. También colocaremos las pantallas de tal forma que no estén orientadas enfrente de las ventanas para evitar reflejos y deslumbramientos y colocaremos la pantalla de tal manera que la línea de visión sea paralela a la ventana.

En cuanto a los trastornos psiquiátricos, el estrés es uno de los mayores riesgos que sufren los docentes y es una de las causas que más bajas provocan entre el profesorado.

Los factores que provocan estrés son diversos, entre ellos podemos encontrar:

Mucha carga mental en el trabajo, lo que provoca una fatiga mental y ansiedad en el profesor/a. por otro lado un defecto de carga mental provoca desmotivación y monotonía.

Existen otros factores debidos a factores relacionados con el ambiente de trabajo como la iluminación, contaminación acústica, exceso o defecto de temperaturas o grandes variaciones de las mismas.

También la organización del centro puede alterar la convivencia en el lugar de trabajo. Así pues, el desempeño de roles, no alcanzar los objetivos profesionales son causa de estrés.

Las consecuencias que se producen en el profesorado debido al estrés son físicas y psíquicas. Se pueden llegar a producir trastornos respiratorios, alimenticios, dermatológicos y cardiovasculares, trastornos psicológicos y de conducta.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Esto repercute de forma directa sobre el profesor o profesora que lo sufre, pero también para el alumnado junto con costes económicos.

Esto precisa una prevención tras estudiar los casos producidos, para ello se deberán reducir y minimizar los factores causantes de esto, adaptando el trabajo a las necesidades detectadas, adecuarlos puestos de trabajo a las características del trabajador,, planificando la organización del centro y de las tareas encomendadas al personal del centro que en cada caso será diferentes y también las exigencias de cada centro educativo variarán según el entorno. Fomentar la información y formación adecuada.

3. BIBLIOGRAFÍA:

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales. BOE, n. 269 de Noviembre de 1995.
- Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la PRL. BOE, n. 298 de Diciembre de 2003.
- Gómez, G. (2001). *Prevención de riesgos y salud laboral en los centros docentes*. Valencia: CISSPRAXIS.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Sergio Ballester Sampedro
- Centro, localidad, provincia: IES López Neyra, Córdoba, Córdoba
- E-mail: sballes@yahoo.es