

# PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

2018

---

El ejercicio que planteo a los participantes del curso es práctico y basado en una observación superficial. No es preciso preguntar a nadie de tu centro ni tener unos profundos conocimientos de riesgos laborales. No se trata de eso.

Tampoco pasa nada si algo no está como debería de estar. Tranquilidad. Nadie está cometiendo ningún delito ni vais a tener un accidente o una enfermedad porque falle algo del siguiente *check list*. Porque eso es precisamente lo que tenéis que rellenar un check list, que es la herramienta que utilizan los prevencionistas para detectar los factores de riesgo. Este check list NO es apto para uso profesional ni es exhaustivo, es un simple ejercicio de este curso y exclusivo para el mismo. Queda prohibida su utilización y reproducción por cualquier medio sin autorización previa del autor ya que un uso distinto al previsto no sería correcto.

El ejercicio se queda aquí, no va a ser utilizado con ningún fin ni va a tener ninguna difusión ni voy a ir a comprobar si habéis realizado una observación imprecisa o, sencillamente, no habéis dicho la verdad. Así que si, se puede inventar la respuesta, aunque prefiero, obviamente, que no se haga.

Al lío!!!

Realiza la observación de las siguientes medidas de seguridad de una dependencia de tu centro (un aula, el despacho que utilices, la sala de profesores...)

	SI	NO	Ni idea
1. ¿Hay algún medio de detección de incendios en el techo?			
2. ¿Hay algún cartel que indique la salida de emergencia y el camino hacia ella?			
3. ¿Tienes en esa dependencia o cerca una alarma de incendios?			
4. ¿Tienes en esa dependencia o cerca un extintor?			
5. ¿En esa dependencia existe un interruptor diferencial?			
6. ¿Está esa dependencia suficientemente iluminada con luz natural?			
7. ¿Está siempre esa dependencia entre 17 y 27 grados de temperatura?			
8. ¿Tiene esa dependencia posibilidad de renovar el aire (una ventana, un respiradero...)?			
9. ¿Está afectada esa dependencia por ruidos importantes externos a la misma?			
10. ¿Están ordenados los objetos de esa dependencia, cada cosa en su sitio?			

- I. Ahora fíjate en tu puesto de trabajo habitual. O el que más utilices. Uno de ellos. Observa y responde:

MESA/SUPERFICIE DE TRABAJO	SI	NO	Ni idea
1. ¿Las dimensiones de la superficie de trabajo es suficiente para que quepa todo (ordenador, documentos, material...) cómodamente?			
2. ¿La mesa cojea?			
3. ¿Las esquinas están redondeadas?			
4. ¿La superficie es mate para evitar reflejos?			
5. ¿Se puede ajustar la altura de la mesa o superficie de trabajo?			
6. ¿El espacio disponible debajo de superficie de trabajo es suficiente para permitir una posición cómoda?			
SILLA	SI	NO	Ni idea
1. ¿La silla es estable y tiene cinco puntos de apoyo en el suelo?			
2. ¿Considera la silla confortable?			
3. ¿El material del que está recubierta es transpirable?			
4. ¿Es regulable en altura?			
5. ¿El respaldo es reclinable y su altura regulable?			

Por último reflexionaremos sobre los factores que pueden causar estrés en el profesorado. Se catalogan en varios grandes grupos (supervisión, carencias, cooperación, alumnado,...) Vamos a autoevaluar cómo le afectan los que tienen que ver con “cooperación”. Le recuerdo que no es preciso decir la verdad y que no se va a utilizar para nada este ejercicio.

¿En qué medida le afectan (en lo personal) y son fuentes de tensión para usted las siguientes situaciones que se pueden dar en su trabajo?

	Poco nada	o Algo me afectan, no mucho	Me afectan mucho.
<b>Mal ambiente en el grupo de profesorado</b>			
<b>Mala consideración de la sociedad hacia mi profesión</b>			
<b>El profesorado en conjunto pueden influir poco en las decisiones del centro</b>			
<b>Rivalidad entre grupos de profesorado</b>			
<b>Trabajo excesivamente repetitivo y monótono</b>			
<b>Falta de participación en la toma de decisiones en el centro.</b>			
<b>Deficiente comunicación dentro del equipo de enseñanza</b>			
<b>Falta de información sobre cómo debo hacer mi trabajo</b>			
<b>Estructura jerárquica inadecuada en mi centro</b>			

Hasta aquí. En el check list habéis realizado tareas de Seguridad (enchufes, incendios..., Higiene (ruido, luz, ventilación...), Ergonomía (casi todo lo relativo al puesto de trabajo) y riesgo psicosocial (todo el punto III) Ello con una mera observación y una información muy básica.. Imaginad con una mejor formación.

Joaquín M. Conejo Fumanal.