

INFORMACIÓN PREVENTIVA CATEGORÍA PROFESIONAL: PROFESOR/A F. P. AGRARIA C.F.G.M. PRODUCCIÓN AGROPECUARIA

DESCRIPCIÓN DEL PUESTO / ACTIVIDAD



El desempeño de dicho puesto implica la planificación de diversas actividades teórico-prácticas de enseñanza relacionadas con tareas de producción agropecuaria, producción agroecológica, trabajos forestales y conservación del medio natural. El trabajador, además de impartir materias teóricas, dirige y supervisa las prácticas que los alumnos realizan en las instalaciones agropecuarias del Centro.

La Junta de Extremadura, en cumplimiento de su deber de protección con respecto a sus Trabajadores ha llevado a cabo la Evaluación de Riesgos del Centro y de los puestos de trabajo adscritos al mismo.

Dicho documento ha sido elaborado por el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, dependiente de la Dirección General de Personal Docente. Ha sido remitido a la Dirección del Centro, el cual puede ser consultado por los Trabajadores.

RIESGOS DETECTADOS

La Evaluación de Riesgos ha concluido que el desempeño de dicho puesto puede suponer la exposición a ciertos riesgos:

- Caída de personas a distinto nivel.
- Caída de personas al mismo nivel.
- Caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación.
- Pisadas sobre objetos.
- Choque y/o golpes contra objetos móviles e inmóviles.
- Golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y entre objetos.
- Atrapamiento por vuelco de máquinas o vehículos.
- Contactos eléctricos.
- Contactos térmicos (quemaduras) y contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas.
- Condiciones termohigrométricas inadecuadas.
- Exposición a contaminantes químicos.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Exposición a radiaciones no ionizantes.
- Exposición al ruido.
- Exposición a vibraciones.
- Incendios y explosiones.
- Accidentes de tráfico.
- Utilización de pantallas de visualización de datos.
- Posiciones inadecuadas, sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, manipulación de cargas y desplazamientos.
- Insatisfacción, contenido del trabajo.
- Lesiones producidas por animales.
- Lesiones producidas por insectos.
- Otros: Problemas en el aparato fonador.

Con el fin de eliminarlos o minimizar la exposición a los mismos, el Centro adoptará las medidas preventivas reflejadas en la Evaluación de Riesgos.

Como Trabajadores, en virtud de lo dispuesto en el Plan de Prevención de la Junta de Extremadura (aprobado mediante RESOLUCIÓN de 3 de noviembre de 2008 de la Dirección General de la Función Pública), debemos colaborar con el Centro en la aplicación de dichas medidas y, en concreto, respetar las instrucciones en materia de prevención de riesgos laborales que se nos trasladen.

MEDIDAS PREVENTIVAS A ADOPTAR

Para minimizar los riesgos citados anteriormente es necesario que adoptes tanto las medidas preventivas descritas en esta ficha, como las incluidas en las siguientes Guías y Fichas de Prevención:

- Ficha de Prevención de Escaleras de Mano.
- Ficha de Prevención de Almacenamientos Seguros.
- Ficha de Prevención de Uso Seguro de Aparatos Eléctricos.
- Ficha de Prevención de el Ruido.
- Ficha de Prevención de Vibraciones Mecánicas.
- Ficha de Prevención de Incendio.
- Ficha de Prevención de Medios de Extinción de Incendio.
- Ficha de Prevención de Utilización de Pantallas de Visualización de Datos.
- Ficha de Prevención de Higiene Postural.
- Ficha de Prevención de Manipulación Manual de Cargas.
- Ficha de Prevención de Estrés en Centros Educativos.
- Ficha de Prevención de Problemas de la Voz en Docentes.
- Fichas de Prevención Agraria:
 - ➔ El Tractor, Remolque Agrícola, Aperos de Labranza, Motosierras, Desbrozadoras Manuales, Plaguicidas, Abonos y Fertilizantes.
- Fichas de Prevención Herramientas y Máquinas Portátiles:
 - ➔ Herramientas: Alicates, Cinceles, Cuchillos, Destornilladores, Limas, Llaves, Martillos y Sierras de mano.
 - ➔ Máquinas portátiles: Taladros y Amoladoras.
- Guía de Prevención de Primeros Auxilios.
- Guía de Prevención de Seguridad Vial.
- Guía de Prevención de Selección y Uso de Equipos de Protección Individual.
- Guía de Prevención de Trabajos de soldadura.
- Guía de Prevención de Uso de Herramientas Manuales y Máquinas Portátiles.
- Guía de Prevención de Uso del Aire Comprimido y Máquinas Portátiles Neumáticas.
- Guía de Prevención de Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos.

Las Fichas y Guías de Prevención analizan riesgos comunes a diferentes puestos / Centros educativos que por su complejidad merecen un análisis detallado. Las mismas son elaboradas por los Técnicos del Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, y se publican en su página web (portal PROFEX).

Allí puedes encontrar, además de las listadas arriba, otras que pueden ser de tu interés (Inteligencia emocional, relaciones saludables entre trabajadores, prevención de la disruptividad...), así como diversa información relacionada con la prevención de riesgos laborales.

Como complemento a esta información, los Centros de Profesores y Recursos desarrollan anualmente diversas actividades formativas relacionadas con la prevención de riesgos laborales.

Además, **recuerda** que, si sufres un **accidente**, debes informar a la **Dirección** (será investigado y se adoptarán las medidas preventivas necesarias para evitar su repetición) y, si estás **embarazada o en periodo de lactancia**, debes solicitar a la Dirección el **modelo de comunicación** elaborado por el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos (tras su recepción, dicho Servicio comprobará que las condiciones de trabajo no suponen un riesgo ni para ti ni para tu hijo).

Medidas a adoptar para prevenir caída de personas a distinto nivel

No utilices el altillo de la nave como almacén. No utilices medios no adecuados (sillas, mesas, cajas...), y **en especial la pala del tractor**, para acceder a lugares elevados.

Sigue las medidas preventivas y recomendaciones que se establecen en la Ficha de Prevención de “Escaleras de Mano”.

En trabajos de poda sobre árboles debes utilizar arnés convenientemente fijado de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Debes asimismo revisar los arneses, los soportes y las eslingas de sujeción antes de cada uso y ponerlos fuera de servicio ante cualquier defecto. Durante la trepa debes llevar las manos libres y, en todo momento, utilizar casco forestal con barbuquejo.

No debes acceder, por ningún motivo, a las cubiertas de la nave o del almacén. Si es necesario acceder a las cubiertas de los apriscos o el gallinero, debes usar escaleras de dimensiones suficientes (que sobresalgan más de un metro de la altura de las mismas) y utilizando elementos que permitan un adecuado reparto de cargas (tablones que queden apoyados sobre dos o más vigas portantes).

Medidas a adoptar para prevenir caída de personas al mismo nivel

Nunca te desplaces subido en el remolque, aperos, o en el tractor (si no eres el conductor y llevas puesto el cinturón de seguridad).

En el campo, utiliza en todo momento botas de seguridad o de agua. Debes extremar las precauciones cuando realices actividades en zonas exteriores en días de condiciones climatológicas adversas (lluvias, heladas, etc.).

Colabora en mantener las zonas de tránsito libres de obstáculos (cables eléctricos, mangueras, objetos, cajas, herramientas...). Al acabar cada tarea, recoge el material sobrante y limpia el área de trabajo.

Limpia frecuentemente las instalaciones, las plataformas, los escalones de acceso a la maquinaria, las escaleras portátiles y la suela del calzado.

Almacena correctamente las escaleras portátiles (en posición vertical, en un lugar seco y protegido de la intemperie).

Medidas a adoptar para prevenir la caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación

Respetar escrupulosamente las instrucciones de los fabricantes del tractor, el remolque y los aperos y el contenido de las fichas relativas a estos equipos. Extrema las precauciones en el acoplamiento de aperos, en especial es necesario que el tractor esté parado siempre que haya alguien próximo a la zona de maniobra.

Lee y respeta el contenido de la Ficha de Prevención de “Almacenamientos Seguros”. En especial debes organizar el almacenaje y la manipulación de materiales pesados de tal forma que se minimice su posible caída (apilamiento estable, minimizar altura del almacenamiento, etc.).

Cuando manipules objetos o equipos pesados usa calzado de seguridad (con puntera reforzada) y utiliza guantes apropiados (de cuero, serraje, piel flor, etc.) cuando la superficie del objeto a manipular sea resbaladiza o susceptible de producir lesiones en las manos (cortes, quemaduras, etc.).

Medidas a adoptar para prevenir pisadas sobre objetos

En el campo, utiliza en todo momento botas de seguridad o de agua. No dejes herramientas, restos de material, clavos..., en el suelo, utiliza contenedores adecuados.

Retira con antelación del lugar de trabajo, si ello es posible, aquellos elementos que puedan producir accidentes si se pisa sobre ellos. Marca y señaliza los objetos y/o elementos que no se puedan eliminar.

Medidas a adoptar para prevenir choques y/o golpes contra objetos móviles o inmóviles

Respetar escrupulosamente las instrucciones de los fabricantes del tractor, el remolque y los aperos y el contenido de las fichas relativas a estos equipos. Mantén correctamente posicionado el retrovisor del tractor y vigila que no haya nadie próximo durante su funcionamiento.

Procura que las zonas de tránsito en los lugares de trabajo se encuentren libres de obstáculos. Limpia y ordena periódicamente dichas zonas.

Medidas a adoptar para prevenir golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y entre objetos

Respetar escrupulosamente las instrucciones de los fabricantes del tractor, el remolque, los aperos, las motosierras, la desbrozadora, la esquiladora, las amoladoras, los taladros, el grupo electrógeno, el compresor, la hidrolimpiadora, las herramientas manuales y cualquier otro equipo de trabajo y el contenido de las fichas de prevención relativas a los mismos. Extrema las precauciones en el acoplamiento de aperos, en especial es necesario que el tractor esté parado siempre que haya alguien próximo a la zona de maniobra.

Utiliza los equipos y herramientas exclusivamente en la forma y para las tareas para las que han sido concebidos (instrucciones del fabricante).

No retires ni anules protecciones de los equipos de trabajo.

Emplea los Equipos de Protección Individual (guantes, gafas, etc.) indicados en las instrucciones del fabricante o en las fichas de prevención.

Revisa periódicamente el buen estado de los equipos de trabajo. Pon los mismos fuera de servicio hasta que sean reparados si se producen deterioros, averías u otras circunstancias que comprometan la seguridad de su funcionamiento.

Revisa periódicamente el buen estado de las protecciones del eje cardan de la abonadora y de la toma de fuerza del tractor. Si se aprecia el menor deterioro en las mismas las máquinas no se utilizarán hasta que hayan sido repuestas. No pases nunca sobre el eje cardan de la abonadora ni sobre las lanzas de los aperos.

Dispón junto a la abonadora un útil para solucionar atascos en la misma y tenlo a mano cuando se utilice dicho equipo.

Si vas a efectuar tareas en las que son previsibles atrapamientos (mantenimiento del tractor, acople de aperos, etc.) no utilices ropa holgada, anillos, collares o lleses el pelo suelto.

No utilices el tractor para tensar alambres, ni efectúes cortes en alambres tensados.

No emplees aire comprimido para la limpieza de la ropa de trabajo.

Lee y respeta el contenido de la Guía de Prevención de “Uso del Aire Comprimido y Máquinas Portátiles Neumáticas”.

Guarda los objetos cortantes o punzantes (herramientas, piezas, restos de material, etc.) en un lugar adecuado tan pronto como termines de utilizarlos.

Medidas a adoptar para prevenir atrapamiento por vuelco de máquinas o vehículos

Respetar escrupulosamente las instrucciones de los fabricantes del tractor, el remolque y los aperos y el contenido de las fichas relativas a estos equipos.

Recuerda que **no debes poner en marcha el tractor sin antes haberte ajustado el cinturón de seguridad y que no debes permitir que cualquier persona distinta del conductor se desplace sobre el tractor, el remolque o los aperos.**

Medidas a adoptar para prevenir contactos eléctricos

Lee y respeta el contenido de la Ficha de Prevención de “Uso Seguro de Aparatos Eléctricos”, que incluye pautas relativas a la puesta en servicio, consejos de seguridad para una correcta conexión e información sobre las verificaciones a realizar en caso de mal funcionamiento.

Lee y respeta las instrucciones de los equipos eléctricos puestos a tu disposición.

Recuerda que **no debes utilizar el grupo electrógeno sin haberlo puesto a tierra previamente.**

No utilices el grupo ni el equipo de soldadura a la intemperie si está lloviendo ni en lugares húmedos.

Evita utilizar la hidrolimpiadora en la proximidad de instalaciones eléctricas (tendidos aéreos con conductor desnudo, tomas de corriente, etc.) que pudieran ser alcanzados por el chorro de agua a presión.

Revisa periódicamente las mangueras de conexión de los equipos eléctricos y si detectas algún defecto de aislamiento, pon el equipo fuera de servicio hasta que sea reparado por personal técnicamente competente.

Medidas a adoptar para prevenir contactos térmicos (quemaduras) y contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas

No realices operaciones de soldaduras sin guantes o con manga corta. Recuerda que para las mismas es preferible la ropa de algodón (en caso de prender se carboniza y no se derrite) y sin bolsillos (donde podría quedar alojada alguna partícula incandescente).

Medidas a adoptar para prevenir condiciones termohigrométricas inadecuadas

Si las condiciones climatológicas son especialmente adversas, suspende temporalmente el trabajo.

En los días calurosos:

- Utiliza sombrero o gorra y ropa ligera de colores claros.
- Aumenta la ingesta de agua y sal (o bebidas isotónicas) para compensar las pérdidas producidas por el sudor.
- Al aparecer los primeros síntomas de fatiga por esfuerzo físico (dolor de cabeza, mucho sudor y pulsación alta) descansa inmediatamente en un lugar lo más fresco posible. Si persisten, acude rápidamente al médico.

En días muy fríos:

- Utiliza ropa adecuada para bajas temperaturas.
- Ingiera una dieta alta en calorías.

Sería conveniente estudiar la posibilidad de cambiar el horario en los meses más calurosos, y utilizar durante los mismos las primeras horas de la mañana para las clases prácticas.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes químicos

La utilización de algunos productos (insecticidas, plaguicidas, abonos, limpieza, etc.) puede entrañar riesgos. Debes leer atentamente las Fichas de Prevención de “Plaguicidas”, “Abonos y Fertilizantes” y la Guía de Prevención de “Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos” así como respetar, tanto su contenido, como las instrucciones incluidas en las Fichas de Datos de Seguridad de los productos que utilices especialmente las referidas a Equipos de Protección Individual.

En general, durante los trabajos de aplicación de plaguicidas debes utilizar ropa y botas impermeables, guantes impermeables al producto, gafas estancas y mascarillas semifaciales equipadas con filtros adecuados (para polvos y aerosoles es suficiente con mascarillas autofiltrantes FFP2). Si existen dudas acerca de la elección de los EPI se consultará con el Servicio de Salud y Riesgos Laborales.

En tareas de soldadura y en aquellas que implican la generación de polvo o aerosoles debes utilizar mascarillas autofiltrantes FFP2.

Cuando manejes combustible debes utilizar guantes impermeables.

Sustituye, en la medida de lo posible, los productos peligrosos y tóxicos por otros que no lo sean o lo sean en menor medida. Reduce al mínimo imprescindible, la duración, la frecuencia de exposición, la concentración de la sustancia y el número de personas expuestas.

Utiliza preferentemente productos en envases diseñados para evitar contactos accidentales (con dosificadores). Mantenlos cerrados cuando no se utilicen. No almacenes productos en envases diferentes al original. Si por alguna razón fuera imprescindible hacerlo debes dotar al nuevo envase de una etiqueta cuyo contenido será igual al original (con indicación del contenido y productor, los pictogramas que adviertan de los riesgos inherentes a los mismos y las correspondientes Frases R y Frases S). Los envases que no estén etiquetados o estén defectuosos deben eliminarse de forma respetuosa con el medioambiente.

No comas, bebas ni lleves alimentos a zonas donde puedan entrar en contacto con productos químicos, en especial insecticidas o plaguicidas.

Evita, siempre que sea posible la utilización del grupo electrógeno y el resto de equipos con motor de combustión en espacios cerrados.

Si sufres un corte, limpia la herida con agua o suero fisiológico, procede a su secado y cúbrelo con un apósito impermeable antes de continuar con tus tareas.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes biológicos I

Debes cubrir cualquier lesión en la piel (cortes, pequeñas heridas, etc.) con apósitos impermeables antes de iniciar tareas. Si la herida se produce durante el trabajo, debes lavarla con agua y jabón abundante, y cubrirla con un apósito impermeable antes de reiniciar la tarea. En caso de inoculación percutánea, contacto de fluidos biológicos con heridas abiertas, piel no intacta... debes retirar el objeto, limpiar la herida con agua corriente durante dos o tres minutos, desinfectar con povidona yodada u otro producto similar y cubrir con un apósito impermeable. Si el contacto ha sido con una mucosa debes lavarte con agua abundante. Si eres mordido por algún animal (rata, murciélago, etc.) es conveniente su captura.

Todos los accidentes/incidentes con riesgo biológico, en especial las inoculaciones percutáneas y las mordeduras de animales deben ser comunicados al Director/a, a fin de que el mismo se ponga en contacto a la mayor brevedad posible con el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos.

Durante la realización de **curas u otras operaciones que pudieran implicar contacto con animales muertos o sangre (tanto de personas como de animales)** debes utilizar, obligatoriamente **guantes desechables** (preferentemente de un material distinto al látex natural por los problemas de alergia que esta sustancia puede ocasionar) de látex sintético, vinilo... Si además son previsibles **salpicaduras** se utilizarán **mascarillas quirúrgicas y gafas estancas**. Además, debes lavarte las manos antes y después de cada actuación aunque hayas utilizado guantes.

Los cadáveres de animales y otros restos biológicos (placentas, etc.) deben manipularse siguiendo las instrucciones del veterinario de la explotación.

Cuando manejes estiércol, limpies los apriscos, o trabajos con heno, si se genera polvo, debes usar mascarillas autofiltrantes FFP2. Asimismo debes lavarte concienzudamente las manos tras estos trabajos.

Cuando manejes estiércol húmedo, durante la limpieza de apriscos y tareas que impliquen manipulación de aguas fecales, objetos oxidados u otros residuos orgánicos debes utilizar botas de agua. En caso de contacto accidental con ellos debes asearte (ducha, cambio de ropa, ...) con la máxima premura posible antes de reanudar el trabajo.

Debes llevar a cabo la esquila en un lugar bien ventilado y utilizando mascarillas autofiltrantes FFP2.

Actúa con precaución al manipular objetos cortantes o punzantes para evitar sufrir heridas.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes biológicos II

Recuerda que los animales enfermos deben ser marcados y aislados con presteza y que los animales que hayan estado en contacto con los enfermos y las camas y el estiércol de estos últimos deben ser desinfectados.

Es conveniente que utilices ropa de trabajo y que te cambies en la finca, antes del inicio y tras el final de los trabajos, evitando el contacto entre la “ropa de calle” y la de “trabajo”.

No debes comer, beber o llevar alimentos a las zonas de trabajo en las que exista un riesgo potencial por contacto con agentes biológicos.

No debes beber agua del pozo.

No debes ingerir leche cruda ni sus derivados.

Si no estás inmunizado contra el tétanos, debes informar al Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos.

En caso de fiebre, dolores articulares o musculares, cansancio o sudoración anormales, inflamaciones, manchas rojas o pústulas en manos cara o muñecas, debes acudir al médico con presteza indicándole la naturaleza de tu actividad.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a radiaciones no ionizantes

No efectúes trabajos de soldadura sin pantallas ni con zonas de piel (manos y antebrazos) al descubierto.

No trabajes nunca con el torso desnudo.

Utiliza crema de protección solar, especialmente en primavera verano.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición al ruido

Lee y respeta el contenido de la Ficha de Prevención relativa al ruido.

Utiliza protectores auditivos cuando trabajes con máquinas y/o equipos ruidosos y siempre que así se especifique en las instrucciones de uso de las diferentes máquinas.

Recuerda que con las motosierras y las desbrozadoras debes utilizar en todo momento los cascos forestales de que dispones con las orejas correctamente posicionadas.

Respeta escrupulosamente las instrucciones de mantenimiento de los equipos puestos a tu disposición (así lograras mantener el nivel de ruido en el nivel mínimo posible).

Cuando uses el grupo electrógeno o el compresor, instalarlos lo más alejados posible de la zona de trabajo, y adopta las medidas que para este riesgo se establecen en la Guía de Prevención de “Uso del Aire Comprimido y Máquinas Portátiles Neumáticas”.

Medidas a adoptar para prevenir las exposiciones a vibraciones

Lee y respeta el contenido de la Ficha de Prevención relativa al vibraciones mecánicas.

Utiliza el arnés de que dispones para colgarte la desbrozadora manual siempre que vayas a utilizar este equipo.

Si trabajas durante largos periodos de tiempo con máquinas que presenten este riesgo (desbrozadora, sierra mecánica, ...), efectúa descansos y/o pausas frecuentes.

Respeta escrupulosamente las instrucciones de mantenimiento de los equipos puestos a tu disposición (así lograras mantener el nivel de vibraciones en el mínimo posible).

No alteres o modifiques las máquinas respecto a su condición de fabricación, especialmente los asideros o accesorios originales. El recubrimiento de los mangos con materiales acolchados no suele ser efectivo para atenuar las vibraciones, e incluso puede ser contraproducente si se hace con un material demasiado acolchado.

En condiciones de baja temperatura, utiliza guantes junto con estos equipos.

Medidas a adoptar para prevenir incendios y explosiones

Lee atentamente las Fichas de Prevención referentes a “Prevención de Incendios” y “Medios de Extinción de Incendio”.

Mantén ordenados los materiales inflamables o combustibles y evita acumulaciones innecesarias de los mismos. Aléjalos de cualquier foco de calor o ignición.

Debes minimizar la cantidad de nitrato almacenada. En caso de derrame, debes barrer la sustancia derramada, introducirla en un recipiente plástico y eliminar el residuo con agua abundante.

Minimiza la cantidad de combustible almacenada.

Debes organizar el trabajo de manera que no se lleven a cabo, de forma simultánea en el tiempo y/o en el espacio, actividades que impliquen la generación de focos de ignición y otras que supongan la utilización de materias y/o productos inflamables.

Si vas a efectuar tareas con riesgo de incendio (soldadura, corte con radial, etc.) debes tener a mano un extintor.

Si utilizas compresores o equipos a presión, recuerda que un buen mantenimiento es fundamental como medida preventiva, deben pasar las revisiones e inspecciones que les correspondan. Lee y aplica las recomendaciones y medidas preventivas que se establecen en la Guía de “Uso del Aire Comprimido y Máquinas Portátiles Neumáticas” para este riesgo.

Medidas a adoptar para prevenir accidentes de tráfico

Sigue las recomendaciones establecidas en la Guía de Prevención de “Seguridad Vial”.

Medidas a adoptar para prevenir la utilización de pantallas de visualización de datos

Aunque debido al tiempo de utilización de equipos informáticos que implica tu trabajo es improbable el desarrollo de patologías graves asociadas es conveniente que sigas una serie de pautas para minimizar los riesgos que implica su uso (ver la Ficha de Prevención sobre “Utilización de Pantallas de Visualización de Datos”).

Medidas a adoptar para prevenir los riesgos asociados a posiciones inadecuadas, sobreesfuerzos, movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas y desplazamientos

Aunque estos riesgos no suelen ser responsables de patologías graves en tu colectivo, es conveniente que adoptes las medidas y recomendaciones establecidas en las Fichas de Prevención de “Manipulación Manual de Cargas” e “Higiene Postural”, especialmente si tienes que transportar y/o manipular objetos pesados, adoptar posturas forzadas...

Si consideras que en tu caso, la exposición a estos riesgos es significativa, sería conveniente que, además de adoptar las medidas referidas, participases en alguna acción formativa que verse sobre Manipulación manual de cargas o Higiene postural.

Medidas a adoptar para prevenir los riesgos asociados a la insatisfacción, contenido de trabajo

El desempeño de tu puesto puede generarte un nivel de estrés inadecuado. Para evitarlo es necesario que leas y sigas las medidas y recomendaciones establecidas en la Ficha de Prevención sobre Estrés en Centros Educativos. Asimismo, el Servicio de Salud y Riesgos Laborales de Centros Educativos, en su página web (Portal PROFEX), tiene colgadas otras fichas que pueden resultar interesantes para prevenir el estrés, por ejemplo, las relativas a Inteligencia Emocional, Relaciones Saludables entre Trabajadores, Comunicación Interpersonal...

Si este riesgo te preocupa a nivel particular, sería conveniente que participases en acciones formativas sobre su prevención, técnicas para afrontarlo, herramientas para evitarlo, que anualmente ofertan los Centros de Profesores y Recursos.

Medidas a adoptar para prevenir lesiones causadas por animales

Durante las operaciones con ganado pueden darse situaciones en las que los animales se comporten de manera agresiva, especialmente en época de celo, el momento del parto o durante el saneamiento. Recuerda que:

- Debes extremar las precauciones ante cualquier indicio de comportamiento anormal por parte de los animales y en las situaciones anteriormente indicadas. En tal caso, pospondrás la actuación.

- Acercarse a los animales evitando sus puntos ciegos minimiza el riesgo de comportamientos defensivos por parte de los mismos.

- La conducción de animales en grupo debe hacerse desde una posición lateral.

- Cualquier actuación sobre ganado vacuno o equino debe hacerse con ayuda del cepo, tras la inmovilización del animal.

- Debes efectuar las limpiezas de los apriscos sin los animales en su interior / proximidades.

Medidas a adoptar para prevenir lesiones producidas por insectos

Si eres alérgico a algún tipo de picadura debes informar al Centro y éste, a su vez, lo hará al Servicio de Salud y Riesgos Laborales.

Es conveniente que uses repelente para insectos.

Desparasitar frecuentemente a los animales minimiza el riesgo.

También es conveniente limpiar y desinfectar con asiduidad los establos.

Recuerda que durante las desparasitaciones o desinfecciones debes respetar en todo momento las Fichas de seguridad de los productos utilizados, especialmente en lo concerniente a equipos de protección individual.

Medidas a adoptar para prevenir problemas del aparato fonador

El uso continuado de la función vocal puede tener como consecuencia afecciones que, en algunas ocasiones, pueden derivar en enfermedad profesional (nódulos en las cuerdas vocales). Estadísticamente se ha comprobado que la posibilidad de desarrollar alguna patología es más elevada durante los dos o tres primeros años de docencia, en las materias que se imparten en los talleres por el elevado nivel de ruido en los mismos, y en docentes de sexo femenino. Para evitarlo, es necesario que leas atentamente la Ficha de Prevención sobre “Problemas de la Voz en Docentes”.

Si sufres con cierta frecuencia afonías, sería conveniente que te formases sobre la fisiología, impostación e higiene de la voz.