

INFORMACIÓN PREVENTIVA CATEGORÍA PROFESIONAL: PROFESOR/A F. P. HOSTELERÍA Y TURISMO

DESCRIPCIÓN DEL PUESTO / ACTIVIDAD



El desempeño de dicho puesto implica la planificación de diversas actividades teórico-prácticas de enseñanza relacionadas con materias primas y procesos de los alimentos y bebidas, técnicas culinarias, repostería, técnicas básicas de servicio, operaciones y control de almacén, higiene en la manipulación, preparación y montaje de materiales para colectividades y catering, atención al cliente, presentación y venta de estos productos (constitución, organización, administración y gestión de una pequeña empresa). Así como, del funcionamiento de Agencias de Viajes y Organización de Eventos y Restauración. El trabajador dirige y supervisa las prácticas que se realizan.

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 al mismo nivel.
- Caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación.
- Golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y entre objetos.
- Contactos eléctricos.
- Contactos térmicos (quemaduras) y contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas.
- Exposición a contaminantes químicos.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- 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.
- 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 Herramientas: Cuchillos y Tijeras.
- Ficha de Prevención de Utilización de Gases Combustibles.
- Ficha de Prevención de Incendios.
- Ficha de Prevención de Medios de Extinción de Incendios.
- 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.
- Ficha de Prevención de Problemas de la Voz en Docentes.
- Guía de Prevención de Seguridad Vial.
- 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 (Comunicación Interpersonal, Relaciones entre Trabajadores, Inteligencia Emocional...), 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 al mismo nivel

Colabora en mantener las zonas de tránsito libres de obstáculos (cajas, cubos de residuos, mobiliario, herramientas, etc.).

No utilices medios no adecuados (sillas, mesas, cajas, etc.) para acceder a lugares elevados. Utiliza escaleras de mano con marcado CE. Sigue las recomendaciones establecidas en la Ficha de Prevención de “Escaleras de Mano”.

Al acabar cada tarea, recoge el material sobrante y limpia el área de trabajo.

Mantén las zonas de paso secas y los suelos limpios: elimina con la mayor rapidez posible manchas, desperdicios, derrames.

Utiliza, preferentemente, calzado cerrado con suela antideslizante.

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

Ordena adecuadamente las estanterías, evita el exceso de peso u objetos, sitúa los objetos más pesados en la parte más baja, etc.

No almacenes objetos delante de las estanterías, deja espacio suficiente para pasar y acceder fácilmente a las mismas.

Evita el almacenamiento de materiales y equipos sobre armarios, especialmente si se trata de elementos que por su peso u otras características, puedan ocasionar daños al caer mientras se manipulan.

Organiza los equipos, herramientas y utensilios en un lugar de almacenaje estable y seguro.

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.).

Evita utilizar recipientes de vidrio de capacidad superior a los dos litros, su volumen hace difícil su manejo. Se trasvasarán los líquidos a recipientes de menores dimensiones (debidamente etiquetados) o se utilizarán recipientes con espitas que no hagan necesario su traslado.

Lee y respeta el contenido de la Ficha de Prevención sobre “Almacenamientos Seguros”.

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

Mantén las herramientas manuales de corte bien afiladas y con los mangos en perfecto estado, utilizando el cuchillo adecuado para cada tarea y lee y respeta la Ficha de Prevención de “Herramientas y Máquinas Portátiles”: “Cuchillos” y “Tijeras”.

Habilita un espacio para guardar los cuchillos debidamente ordenados transportándolos siempre protegidos (fundas o recipientes adecuados). No los transportes en bolsillos o los dejes debajo de paños o papel de cocina.

En operaciones de corte de alimentos (carne, verdura, fiambres, etc.) utiliza guante de malla metálica en la mano que los sujete.

Ten a mano y respeta las instrucciones de uso de los equipos que utilices.

Utiliza los dispositivos de protección y empuje para el corte con que cuentan las máquinas o equipos.

No retires ni anules protecciones de los equipos de trabajo.

Usa las máquinas, herramientas y equipos de trabajo (picadoras, batidoras, ollas rápidas, etc.) en la forma y para las tareas que han sido concebidos (instrucciones del fabricante), emplea los Equipos de Protección Individual indicados en las mismas y presta especial atención en operaciones de limpieza y mantenimiento de los mismos (cambios de cuchillas, etc.), debes realizarlas **siempre** con la máquina desconectada de la corriente eléctrica.

Descongela los alimentos antes de cortarlos. En aquellas tareas que puedan suponer un riesgo de proyección de partículas o líquidos (operaciones de corte de huesos, trasvase de líquidos) utiliza gafas de protección.

Observa bien la superficie por donde vayas a pasar la bayeta.

Vacía las papeleras y cubos de basura sin introducir las manos dentro. No presiones las bolsas de basura con manos o pies.

Pon especial cuidado en el momento del cambio de las bolsas de basura, pueden contener elementos cortantes.

Desecha el menaje de cocina que presenten bordes en mal estado, rajas o roturas.

En caso de rotura de vidrios, recógelos con útiles adecuados que impidan el corte.

Evita el uso de relojes, anillos, pulseras, etc., que puedan dar lugar a atrapamientos.

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.

Extrema las precauciones al limpiar con bayetas y demás utensilios húmedos, las zonas próximas a bases de enchufe.

Mantén los cables eléctricos alejados del calor, agua o aceite.

Si observas alguna deficiencia en la instalación eléctrica (conductores accesibles, cables pelados, tomas o interruptores deteriorados, chispazos, humo, cosquilleo al contacto con partes metálicas de un equipo, etc.), debes comunicarlo inmediatamente al responsable del Centro.

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

Antes de comenzar tareas de limpieza de hornos, bandejas, carros portabandejas, etc., debes verificar que los mismos se encuentran apagados y completamente fríos.

Usa recipientes de una capacidad adecuada, bastante superior al volumen a contener, orienta los mangos de las sartenes hacia el interior de los fogones y aislados del fuego y procura que todos estos utensilios estén provistos de elementos de agarre aislantes. No debes llenar los recipientes hasta arriba, así se evitan desbordamientos.

Comprueba el termostato del horno antes de la introducción de los alimentos, vajillas, etc. No calientes en los hornos vajillas no destinadas a tal uso.

Realiza los cambios de aceite siempre en frío y lo más lentamente posible si son fluidos calientes o adición de los diferentes componentes de un guiso.

Cuando levantes las tapaderas de las ollas calientes, hazlo de tal forma que tu cuerpo quede protegido de la salida de vapor y la eventual proyección de líquidos procedente del interior.

Usa ropa de manga larga para evitar quemaduras por salpicaduras a la piel.

Utiliza pinzas portabandejas o manoplas anticalóricas para manipular objetos a elevada temperatura.

Utiliza Equipos de Protección Individual contra quemaduras térmicas: manoplas anticalóricas.

Utiliza guantes adecuados y gafas de montura integral durante la utilización de productos corrosivos.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes químicos

Utiliza los productos químicos (limpiadores, disolventes, quitagrasas, etc.) de acuerdo con las fichas de seguridad/instrucciones proporcionadas por el fabricante, en sitios ventilados y empleando los equipos de protección individual indicados en las mismas (gafas, guantes, mascarilla, etc.).

No almacenes productos químicos en envases diferentes al original.

No almacenes productos en envases sin etiquetas.

Ten cuidado de no utilizar conjuntamente productos incompatibles. Nunca mezcles lejía y amoníaco.

Lee y respeta el contenido de las Medidas Preventivas generales a aplicar durante la utilización de productos enumeradas en la Guía de Prevención de “Utilización y Almacenaje de Productos Químicos Peligrosos”.

Efectúa las operaciones de trasvase de líquidos con sumo cuidado, prestando especial atención a las posibles salpicaduras. Nunca se dejarán caer líquidos sobre recipientes o superficies desde una distancia superior a diez centímetros.

Si observas que durante la dosificación/aplicación del producto se producen salpicaduras/proyecciones o contacto del producto con la piel, utiliza guantes adecuados al producto (consultar fichas de datos de seguridad y/o al servicio de prevención) y gafas de montura integral durante la citada operación.

Mantén los guantes correctamente, limpiándolos y secándolos (también por la parte interior) después de su uso. Es necesario evitar utilizar guantes perforados

Utiliza tizas duras con portatizas o tizas líquidas. Minimiza la acumulación de polvo de tiza en el aula. Realiza la limpieza de borradores o gamuzas de forma frecuente y, a ser posible, en el exterior de la misma.

Medidas a adoptar para prevenir la exposición a contaminantes biológicos

Si sufres alguna lesión en la piel (cortes, pinchazos, etc.), cúbrela con apósitos impermeables antes de continuar con tu trabajo.

Utiliza guantes de un solo uso en las tareas que puedan implicar contacto con fluidos biológicos (sangre, microorganismos, etc.). Lávate las manos antes y después estas actuaciones aunque los hayas utilizado. Asimismo debes eliminar con agua y jabón las eventuales salpicaduras.

En caso de que se produzca un accidente con riesgo biológico (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 la herida con povidona yodada u otro producto similar y cubrir la herida con un apósito impermeable. Si el contacto ha sido con una mucosa debes lavarte con agua abundante.

Establece y realiza un programa de limpieza y desinfección y una adecuada eliminación de desechos.

No presiones con las manos las bolsas de basura con restos de comidas.

Todos los accidentes/incidentes con riesgo biológico deberán 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.

No comas ni bebas en las zonas donde exista riesgo de contacto con fluidos biológicos (aseos, botiquines...).

Medidas a adoptar para prevenir incendios y explosiones

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

Evita sobrecargar los enchufes, no conectes varios receptores de elevada potencia a una sola toma.

Comprueba antes de utilizar los distintos equipos (microondas, hornos, freidoras, tostadoras, ...) que los temporizadores están en la posición adecuada.

Presta especial atención para que los aceites no se sobrecalienten y puedan inflamarse.

En caso de que se inflame el contenido de algún recipiente de cocina, apaga el extractor de humos, tapa completamente el recipiente con una tapadera y si no fuera posible controlar las llamas, utiliza un extintor.

Evita utilizar agua para intentar apagar las llamas pues la evaporación de la misma puede arrastrar aceites, grasas, etc., y extender el incendio.

Mantén limpias de grasas las cercanías de los focos de calor.

Realiza las operaciones de flambeado apagando previamente el extractor de humos para evitar que las llamas sean aspiradas y se propaguen por sus conductos.

Evita acumular materiales al lado de zonas con riesgo de incendio.

Al abandonar la cocina, debes comprobar que todos los mandos de los quemadores están en posición de cerrados y no uses las tuberías del gas como soporte de objetos, no cuelgues nada en ellas.

Respetar las indicaciones de la Ficha de prevención de riesgos derivados de la "Utilización de Gases Combustibles".

Si utilizas braseros eléctricos o calefactores de resistencia, evita que pueda caer algo encima que pueda prender y desconéctalos cuando abandones la dependencia, aunque sea por poco espacio de tiempo.

En caso de incendio, debes seguir las pautas establecidas en el Plan de Autoprotección del Centro (si no lo conoces, pregunta a tu Director/a).

Además, sería conveniente que leyeras atentamente las Fichas de Prevención referentes a "Prevención de Incendios" y "Medios de Extinción de Incendio".

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 el uso de dichos equipos (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 medidas orientadas a minimizar sus efectos adversos, para ello, sigue 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 cargas, trabajo en bipedestación, adoptar posturas forzadas, sobreesfuerzos, etc.

Utiliza equipos y útiles de trabajo regulables en altura de modo que se pueda trabajar en condiciones seguras.

Alterna períodos de descanso cuando el trabajo a realizar suponga mantener una misma postura durante un tiempo elevado. Del mismo modo, alterna tareas para favorecer los cambios posturales, evitando el mantenimiento prolongado de posturas estáticas.

Recuerda que para evitar la fatiga física, son más adecuadas las pausas cortas y frecuentes.

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 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 perteneces a alguno o a varios de los colectivos citados, o si sufres con cierta frecuencia afonías, sería conveniente que te formases sobre la fisiología, impostación e higiene de la voz.