

Por un trabajo docente

# SANO y SEGURO



**STEC**

INTERSINDICAL CANARIA



¿**Sabías que** las condiciones de seguridad (apertura de puertas, condiciones del suelo, mobiliario, ....) y las condiciones higiénicas ambientales interiores (ventilación, reflejos, ruidos, productos de laboratorio, tiza, ....) del lugar donde trabajas, **si no son los adecuados** pueden producirte **accidentes** (caídas, golpes, cortes, contactos eléctricos, quemaduras, ...), **fatiga, estrés, insatisfacción laboral o falta de confort?**



Desde el STEC-IC entendemos que la razón de la salud laboral de los/as docentes pasa porque desde la Consejería de Educación, se promueva y proteja nuestra salud en nuestros puestos de trabajo. Por ello, se deben mejorar nuestras condiciones ambientales, además de poner en marcha actuaciones dirigidas a la cultura preventiva, a los recursos sanitarios disponibles y, a cuidar las características de nuestra salud individualmente.

**Con este díptico pretendemos darte a conocer las características y elementos que deben tener nuestros centros para que nuestro trabajo sea sano y seguro.**

## Lugar de trabajo



Son todas las áreas del centro de trabajo, edificadas o no incluyendo servicios higiénicos, comedores y en su caso locales de

primeros auxilios, las instalaciones de servicio o protección anejas a los lugares de trabajo.

Se han de valorar sus condiciones constructivas, orden, limpieza y mantenimiento, señalización, instalaciones de servicio o protección, condiciones ambientales, iluminación, servicios higiénicos y locales de descanso, y material y locales de primeros auxilios.

En los **laboratorios y talleres**, tiene especial relevancia el diseño ergonómico para el acceso fácil y cómodo a las diferentes partes de máquinas y equipos, realizándose una evaluación previa de los riesgos y la adopción de medidas de control precisa para protegerlos.

Las **ventanas** deberán poder abrirse, cerrarse y ajustarse.

Los **suelos** deberán ser fijos, estables y no resbaladizos, sin irregularidades ni pendientes peligrosas.

Las **escaleras** dispondrán de dos pasamanos y con protección que impida el paso o caída de objetos. El alto de la barandilla debe tener como mínimo 90 cm.



Las **vías de circulación**, que incluye puertas, pasillos, escaleras, rampas,... han de ser en número, situación, dimensiones y condiciones constructivas adecuadas al número potencial de usuarios y a las características de la actividad educativa y formativa.

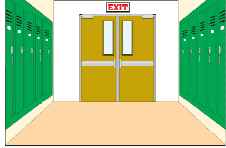
Las **instalaciones eléctricas** no deberán entrañar riesgos de incendio o explosión.

Todos los **espacios comunes** deberán de tener una distancia de 3m entre el piso y el techo, exigiéndose para las aulas 2,5m. Dentro del aula, debe haber 2m<sup>2</sup> de **superficie libre por persona** y 10 m<sup>3</sup> de espacio no ocupado.



## Vías y salidas de evacuación

Las vías y salidas de evacuación deben estar siempre señalizadas y permanecer expeditas, desembocando lo más directamente posible en el exterior o en una zona de seguridad.



En caso de peligro, se deberá poder evacuar todo el personal rápidamente y en condiciones de máxima seguridad, disponiéndose tanto en número como su distribución dependiendo de la cantidad de personas y especialmente su posible dependencia.

Las puertas de emergencia han de abrirse al exterior y no deberán estar cerradas.

Para que se pueda asegurar las condiciones de protección contra incendios, nuestro centro deberá estar equipado de dispositivos adecuados para combatir los incendios, detectores contra incendios y sistemas de alarma.



**Todo centro debe tener su plan de emergencia actualizado y realizar, al menos, un simulacro durante el curso escolar.**

Las puertas, vías de circulación, escaleras, servicios higiénicos y puestos de trabajo utilizados por **discapacitados/as** deberán estar acondicionados para que puedan utilizarlos.

## Condiciones ambientales de los lugares de trabajo



**Temperatura:** entre 17 y 27°C

**Humedad** relativa entre el 30 y el 70%, en caso de riesgo por electricidad estática ha de ser inferior al 50% (talleres eléctricos,...). **Una humedad inferior al 30% facilita la aparición de sequedad en la garganta y si es superior al 70% puede provocar la transmisión de enfermedades respiratorias.**

**Corrientes de aire:** dispondrán de límites dependientes del calor ambiental en el que se desarrolle la actividad y se ha de evitar cambios repentinos.

**Renovación del aire:** se ha de disponer de mecanismos que aseguren una renovación del aire **que evite ambiente viciado y los olores desagradables.**

**Los patios** han de estar adecuados ante las inclemencias meteorológicas, especialmente ante la radiación ultravioleta.

**Iluminación:** Siempre que sea posible, se dispondrá de iluminación natural, que deberá complementarse con una iluminación artificial cuando la primera, por sí sola, no garantice las condiciones de visibilidad adecuadas. El nivel

que se recomienda para las aulas es de 300 a 500 lux de luz sobre la mesa.

La distribución de los niveles de iluminación será lo más uniforme posible y se procurará mantener unos niveles y contrastes de luminancia adecuados, evitando variaciones bruscas de luminancia, los deslumbramientos directos, y los indirectos producidos por superficies reflectantes. Las lámparas fluorescentes deterioradas pueden producir parpadeos acusados, lo que exige su rápida sustitución. **Las condiciones inadecuadas de iluminación tienen consecuencias negativas en la seguridad y la salud de los trabajadores/as:**



- **disminución de la eficacia visual y la fatiga durante la ejecución de las tareas,**
- **accidentes como consecuencia de una iluminación deficiente en las vías de circulación, escaleras y otros lugares de paso.**



**Ruido ambiental:** Se recomienda no pasar en el aula del nivel de 40 dBA, en las salas de lectura de 35 dBA y en zonas comunes de 50 dBA.



*El hecho de impartir la clase en un entorno de nivel sonoro elevado o con unas condiciones acústicas deficientes, nos obliga a realizar un sobreesfuerzo de voz que, si lo tenemos que mantener demasiado rato, nos puede provocar lesiones en las cuerdas vocales. El ruido de fondo comporta tener que hacer un*



*sobreesfuerzo en la atención auditiva para captar y seleccionar las señales relevantes para la función docente. El trabajar en ambientes ruidosos nos puede provocar: dolor de cabeza, alteraciones cardiovasculares y digestivas, trastornos del sueño, irritabilidad y cansancio.*

## Servicios higiénicos y locales de descanso.

**Agua potable:** los lugares de trabajo dispondrán de agua potable en cantidad suficiente y fácilmente accesible, evitándose toda circunstancia que posibilite la contaminación de la misma.

**Vestuarios, duchas, lavabos y retretes:** Se dispondrán de vestuarios cuando los trabajadores deban llevar ropa especial de trabajo (profesorado de Educación Física, Laboratorios, ...)

Los vestuarios estarán provistos de asientos y armarios o taquillas individuales con llave, que deberán estar separados de los utilizados para la ropa de calle cuando sea necesario en función de su contaminación, suciedad,...



Por otro lado, deberá disponerse próximo a sus lugares de trabajo y de los vestuarios, locales de aseo con lavabo, duchas si realizan trabajos sucios o contaminantes.

Se dispondrán de inodoros 1 por cada 25 hombres y 1 por cada 15 mujeres que trabajen en la misma jornada. Los locales de aseos y duchas serán de 1 por cada 10 trabajadores o fracción.



**Material y locales de primeros auxilios:** Todo lugar de trabajo deberá disponer como mínimo, de un botiquín portátil que contenga desinfectantes, antisépticos, gasas estériles, algodón, venda, tijeras, pinzas y guantes desechables. Se revisará periódicamente.

Los lugares de trabajo de más de 50 trabajadores/as deberán disponer de un local destinado a los primeros auxilios y otras posibles atenciones sanitarias, que contendrá un botiquín, una camilla y una fuente de agua potable

Las "exigencias del trabajo" son responsables del 32% de los accidentes, y el 18,5% son provocados por deficiencias del "lugar de trabajo".

### Documentos consultados:

- Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo. Ministerio de Trabajo e Inmigración. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. 2006
- Real Decreto 486/1997, de 14 de abril. BOE nº 97, de 23 de abril.
- "Condiciones de seguridad y salud del trabajo docente" elaborado por un grupo de trabajo de la Associació de Mestres Rosa Sensat de Catalunya.

## Y tú, ¿qué dices?

**¿Es tu trabajo sano y seguro?**

**¿Es tu centro sano y seguro?**

**Haznos llegar tus denuncias.**



Tenerife: 922-256725, 922-253952. Gran Canaria: 928-370203, 928380704.  
La Palma: 922412880. Lanzarote: 928-802911. Fuerteventura: 928-531870  
[saludlaboral@stec.es](mailto:saludlaboral@stec.es)