



Estimado amigo:

La Asociación Patronal Andaluza de Entidades de Iniciativa Social y Acción Social (**APAES**) es una organización sin ánimo de lucro cuyas empresas y entidades con personalidad jurídica propia y de ámbito comunitario, prestan sus servicios en el ámbito funcional de la intervención social, se constituyó el 17 de enero de 2007 y está integrada en la CEA.

La guía informativa que se presenta a continuación, tiene como finalidad informar a trabajadores y a nuestras entidades y empresas, de los riesgos laborales que existen en este sector. Como en años anteriores, en los que se ha abordado la misma temática en diferentes sectores, se pretende que esta guía constituya una herramienta de apoyo para todos los trabajadores/as que desarrolla su labor como **Educadores de Calle**.

Incluye conceptos básicos de prevención de riesgos laborales incidiendo especialmente en los derechos y deberes básicos de los trabajadores/as y de las entidades, se analiza el perfil profesional de los trabajadores/as de este sector con sus funciones, tareas y los riesgos laborales generales a los que están expuestos y posibles medidas preventivas a aplicar.

Los trabajadores a los que se dirige, son educadores especializados en medio abierto, o de calle, y actúan debido a la necesidad de intervenir allí donde se encuentran preferentemente niños y jóvenes en situación de "riesgo" (pre-delincuencia, delincuencia, alcohol y otras toxicomanías, prostitución...etc.). Realizan una intervención preventiva, y socioeducativa, en el medio abierto, ya que estos grupos pasan la mayor parte de su tiempo en la calle.

Supone un hecho muy significativo, que la inquietud en prevención de riesgos laborales está arraigando no solo en nuestros trabajadores/as, sino también en los directivos de nuestras entidades y organizaciones del sector. En este sentido de reconocer estos riesgos y fomentar las mejores prácticas para su prevención a fin de minimizar los riesgos en el ámbito laboral, os presentamos esta guía financiada por la Fundación para la P.R.L. con la que pretendemos, difundir e impulsar una **cultura preventiva** en todos nuestros profesionales trabajadores/as.

Esperamos pues que la divulgación de este material, cumpla satisfactoriamente nuestras expectativas y ayude a nuestros profesionales en el trabajo que desarrollan habitualmente.

Fdo. Ignacio Vázquez de la Torre y Prieto

Presidente de la Asociación Patronal Andaluza de Entidades de Iniciativa Social y Acción Social.



INTRODUCCION

Como se ha apuntado en el apartado anterior, la figura del educador de calle, surge por la necesidad de intervenir allí donde se encuentran niños y jóvenes en situación de "riesgo", y su labor consiste en realizar una intervención preventiva, y socioeducativa en el medio abierto que es donde estos grupos suelen pasar la mayor parte de su tiempo.

Actúan en los graves problemas de los chicos/as, pertenecientes a los sectores de población citados. Previenen y ayudan a superar el deterioro personal y el de las relaciones sociales.

El educador de calle delimita su campo de trabajo y su propio modelo de intervención en base a que:

- ▶ Es un trabajador socioeducativo.
- ▶ Es un profesional de la educación en la calle.
- ▶ Trabaja en equipo.
- ▶ Interviene fundamentalmente con niños, y jóvenes en situación de "riesgo", pero también con adultos.

Los instrumentos de su quehacer son **pedagógicos** (ni psicológicos ni terapéuticos). De ellos privilegiará los que potencian los recursos relacionales, estos le permiten intervenir en el citado nivel personal y colectivo. Todo ello está orientado a favorecer los **procesos evolutivos de maduración, y de correcta estructuración**.

Desde **APAES**, patronal andaluza cuyas empresas y entidades prestan servicios en los diferentes sectores de la Intervención Social en Andalucía, es un sector sensible en el que sus trabajadores dada la situación económica actual, adquieren cada vez mayores responsabilidades sobre la construcción de valores sociales y la calidad de vida de una población que, por una u otra razón, están en desventaja. El perfil polivalente del educador de calle se define por la diversidad de actividades que debe desarrollar en diferentes ámbitos, con poblaciones distintas y metodologías apropiadas a cada problemática y población que deberá atender.

Lo que denominamos **«población de o en riesgo»** tiene unas características que necesitan respuestas desde la educación no formal:

- Abandono del sistema educativo por desmotivación, frustración...
- Desajustes familiares con desestructuración a nivel personal.
- Dificultades para encontrar alternativas al ocio.
- Trabajan la mayoría de las veces en precarias condiciones, dificultad para integrarse en el mercado laboral normalizado,...
- Conductas adictivas. Abandono afectivo

El Educador de Calle, a diferencia de otros profesionales, sale al medio propio donde están los destinatarios de los programas, hace de ese medio abierto su lugar habitual de trabajo, crea relaciones individuales y grupales, se acerca a los que nunca utilizan los recursos, sirve de referencia a unos, optimiza todo el conjunto de dispositivos comunitarios públicos o privados, responde al principio concreto de educarnos en la calle y sirve además de complemento al trabajo de otros técnicos.

Desde la Administración y organizaciones no lucrativas se diseñan locales, equipamientos, programas, etc. que no sirven para todos los jóvenes y de los que quedan fuera aquellos para los que precisamente muchas veces se proyecta. Ocurre que acceden a estos servicios quienes menos lo necesitan y que tienen facilidad de incorporarse a otros recursos más informales. Un centro abierto, por ejemplo, es un servicio extraordinario para acoger a adolescentes en barrios marginales, donde

la presencia adulta de un animador-educador puede dar mucho juego para posibles actuaciones y nuevos proyectos.

La función del Educador será siempre la de incitar, apoyar el proceso de transición, socializar, contribuir a la adquisición de la autonomía, etc., sin necesidad de vigilar, proteger, disponer, tutelar... Sabe que «estar» entre los jóvenes ayudará a «hacer» comunidad. Cabría decir lo mismo si los destinatarios son otro tipo de individuos que atraviesan especiales dificultades.



Debemos apuntar en este apartado que los objetivos principales del educador de calle en gran medida dependerán de las prestaciones de la institución a la que pertenece, del sector de población atendida, de la problemática, del rol que esté dispuesto a asumir (concepto de sí mismo, visión de la realidad, filosofía de vida, implicación...) ,etc. De poco servirán unos objetivos ideales cuando no estamos preparados ni convencidos para llevar a buen término lo que planeamos sobre la mesa de reuniones.

principios de la ACCIÓN PREVENTIVA

A la hora de abordar la materia preventiva, debemos empezar por hacer referencia al que puede considerarse el eje de toda política en prevención de riesgos laborales. Este eje, viene establecido en la propia Ley de prevención de riesgos laborales, concretamente en su artículo 15 donde se realiza una enumeración de los principios inspiradores que deben contemplar cualquier acción preventiva. Estos principios son los siguientes:

1. Evitar los riesgos.
2. Evaluar los riesgos que no se puedan evitar.
3. Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción. Se pretende evitar el trabajo repetitivo y monótono y reducir los efectos nocivos para la salud.
4. Tener en cuenta la evolución de la técnica.
5. Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
6. Planificar la prevención, buscando un conjunto coherente que integre en ella:
 - a) La técnica.
 - b) La organización del trabajo.
 - c) Las relaciones sociales.
 - d) La influencia de los factores ambientales en el trabajo.
7. Adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.
8. Dar las debidas instrucciones a los trabajadores.

De forma complementaria, se añaden dos reglas que deben ser tenidas en cuenta:

- La empresa y/o entidad debe tener en cuenta la capacidad profesional de los trabajadores en materia de PRL a la hora de encomendarle tareas.
- La efectividad de las medidas preventivas deberá prever las distracciones o imprudencias no temerarias que pudiera cometer el trabajador.



plan de prevención de RIESGOS LABORALES



Estos principios inspiradores de la política preventiva, encuentran su forma y concreción en un documento que introdujo la última gran reforma que se llevó a cabo de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales a través de la ley 54/2003 de 12 de diciembre. Se trata del Plan de Prevención de Riesgos Laborales. Este documento se constituye como el cauce definitivo dirigido a conseguir que dentro de las empresas y/o entidades se gestione una política preventiva real y eficaz que lleve a una verdadera integración de la prevención dentro las empresas y entidades. Concretamente en el artículo 16 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, se establece la obligación de elaborar un Plan de Prevención de Riesgos Laborales a través del cual se llevará a cabo una eficaz integración de la actividad preventiva en las actividades de la entidad.

En la misma normativa se fija qué contenidos deben formar parte de este plan, así como las herramientas de desarrollo del mismo.

Contenidos del Plan de PRL

Este plan debe contener al menos los siguientes apartados:

- Estructura organizativa de la entidad
- Responsabilidades
- Funciones que se realizan
- Prácticas y procedimientos
- Procesos y recursos necesarios para realizar la acción de prevención de riesgos en la entidad.

Desarrollo del Plan de Prevención



El plan deberá desarrollarse e implantarse a través de una correcta evaluación de riesgos y una adecuada planificación de la actividad preventiva conforme a la anterior.

La evaluación de riesgos es un proceso dirigido a estimar la magnitud de aquellos riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo la información necesaria para que el empresario y/o entidad esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la necesidad de adoptar medidas preventivas, y en tal caso, sobre el tipo de medidas que deben adoptarse.

Cuando de esta evaluación se pone de manifiesto la existencia de situaciones de riesgo, el empresario y/o entidad adoptará aquellas medidas preventivas necesarias para eliminar o reducir y controlar tales riesgos.

La Planificación de la Actividad Preventiva, es un instrumento utilizado para subsanar los déficits detectados a través de la Evaluación Inicial de Riesgos. Una definición que se podría dar es que se trata de un instrumento esencial para la gestión y aplicación del Plan de Prevención de Riesgos Laborales, que se materializa en un documento en el que se establece "qué medidas preventivas hay que llevar a cabo para eliminar o reducir y controlar los riesgos laborales, "quién debe hacerlas", "cuándo se harán" y "cómo se controlará que se han hecho".

ámbito de APLICACIÓN

Los aspectos que se han abordado en los apartados anteriores, vienen a establecer de manera general las obligaciones que existen en materia preventiva así como los cauces generales por los que hay que abordarlos. Una vez establecidas estas obligaciones, es necesario establecer qué sujetos ha de encontrarse dentro del ámbito de aplicación de estas obligaciones, lo cual queda perfectamente definido en el propio texto de la Ley 31/1995 de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales. Concretamente en su artículo 3 se establece que:

1. Estarán comprendidos dentro del ámbito de aplicación de la Ley de PRL los siguientes supuestos:

- a) Se aplicarán las disposiciones de esta Ley a las relaciones laborales reguladas en el Estatuto de los Trabajadores.
- b) Asimismo, serán de aplicación también a las relaciones de carácter administrativo o estatutario del personal civil al servicio de las Administraciones Públicas, haciendo con esto clara referencia a funcionarios/as y empleados/as públicos, con las peculiaridades que se establezcan en normas de desarrollo.
- c) También incluye la Ley dentro de su ámbito de aplicación a los fabricantes, importadores y suministradores.
- d) Además, en la Ley se hace referencia a los derechos y obligaciones que puedan derivarse para los trabajadores autónomos.
- e) Por último, las sociedades cooperativas en las que existan socios cuya actividad consista en la prestación de un trabajo personal, con las particularidades que pueda presentar su normativa específica.

2. Por otra parte, quedan fuera del ámbito de aplicación de esta Ley:

- a) Policía, seguridad y resguardo aduanero.
- b) Servicios operativos de protección civil y peritaje forense en los casos de grave riesgo, catástrofe y calamidad pública.
- c) Fuerzas Armadas y actividades militares de la Guardia Civil.
- d) Tampoco serán de aplicación las normas de esta Ley a las relaciones laborales de carácter especial del servicio del hogar, no obstante el titular del hogar familiar está obligado a cuidar de que el trabajo de sus empleados se realice en las debidas condiciones de seguridad e higiene.

3. Se aplicará con las particularidades requeridas en los establecimientos penitenciarios.

derechos y deberes de EMPRESARIOS / ENTIDADES Y TRABAJADORES en materia de prevención de riesgos laborales

Por su parte, el gran peso de las responsabilidades que puedan derivar de esta materia, caen sobre la figura de la empresa o entidad, siendo el punto de partida la obligación para el empresario y/o entidad de proteger la seguridad y la salud de todos y cada uno de los trabajadores que están a su cargo.

Dicha obligación se materializa en los siguientes aspectos:

- Prevenir los riesgos laborales adoptando cuantas medidas sean necesarias.
- Aplicar los principios de la acción preventiva.
- Realizar una evaluación de los riesgos para la que hay que tener en cuenta la naturaleza de la actividad y los riesgos derivados del trabajo, a fin de eliminar o disminuir los riesgos en la medida de lo posible.
- Adecuar debidamente los equipos de trabajo y los medios de protección, para lo que es conveniente tener muy en cuenta la evolución de la técnica y los avances tecnológicos.
- Dar información, y contar con la consulta y participación de los trabajadores. Impartir una formación adecuada al puesto de trabajo que se va desempeñar, tanto a los trabajadores como a sus representantes.
- Aplicar las medidas necesarias para casos de emergencia. Efectuar la vigilancia de la salud.
- Coordinar las actividades empresariales para casos de que en un mismo centro de trabajo se vayan a realizar distintas funciones.
- Proteger a los trabajadores especialmente sensibles.
- Llevar a cabo una especial protección para las trabajadoras en situación de embarazo o parto reciente.
- Elaborar y conservar la documentación relativa a al cumplimiento de las obligaciones anteriores.

A estas obligaciones hay que añadir la de efectuar una vigilancia o seguimiento de las medidas adoptadas con el fin de perfeccionar los niveles de protección existentes.

También las empresas y entidades tendrán la obligación de asegurarse de que los equipos de trabajo sean los adecuados para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores que los vayan a utilizar, entendiéndose por equipos de trabajo cualquier máquina, aparato, instrumento o instalación utilizada en el trabajo.

Además, tienen la obligación de proporcionar los equipos de protección individual (EPI's), que son cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja de los riesgos que puedan amenazar su seguridad o salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fin.



Por otra parte, existen también determinados comportamientos o actuaciones que son de obligado cumplimiento para los trabajadores y que vienen establecidas en la propia Ley de Prevención de Riesgos Laborales, de manera concreta en su artículo 29.

Estas obligaciones se concretan en los siguientes aspectos:

- Obligación para el trabajador de cumplir en su trabajo las medidas legales y reglamentarias de seguridad e higiene.
- Cada trabajador debe velar por su propia seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas otras personas a las que pueda afectar su actividad profesional.

Además de lo citado, los trabajadores de acuerdo con su formación y siguiendo las instrucciones de la empresa o entidad, tienen el deber de:

- Usar adecuadamente, de acuerdo con su naturaleza y los riesgos previsibles, los equipos con los que desarrollen su actividad.
- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados por la entidad o empresa, de acuerdo con las instrucciones recibidas de éste.
- No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen en los medios relacionados con su actividad o en los lugares de trabajo en los que ésta tenga lugar.
- Informar de inmediato a su superior jerárquico, o a los trabajadores designados para realizar las labores de prevención, o en su caso al servicio de prevención, sobre cualquier situación que a su juicio, entrañe por motivos razonables, un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.
- Cooperar con la entidad o empresa para que éste pueda garantizar unas condiciones seguras de trabajo.

El incumplimiento por parte de los trabajadores de cualquiera de sus obligaciones, tendrá la consideración de falta laboral a los efectos disciplinarios oportunos.

riesgos y medidas de protección ESPECÍFICOS DE LOS EDUCADORES DE CALLE

En este apartado debemos distinguir entre dos realidades diferentes en cuanto a los riesgos profesionales que atañen a estos trabajadores. De una parte debemos hacer referencia a los riesgos que con carácter general pueden encontrarse en las instalaciones u oficinas donde estos trabajadores desarrollan su actividad, y por otra parte, a los riesgos derivados del entorno donde realizan la mayor parte de sus funciones que es en la calle y aquellos lugares donde se encuentran los colectivos a los que dirigen sus esfuerzos.

En este apartado debemos distinguir entre dos realidades diferentes en cuanto a los riesgos profesionales que atañen a estos trabajadores. De una parte debemos hacer referencia a los riesgos que con carácter general pueden encontrarse en las instalaciones u oficinas donde estos trabajadores desarrollan su actividad, y por otra parte, a los riesgos derivados del entorno donde realizan la mayor parte de sus funciones que es en la calle y aquellos lugares donde se encuentran los colectivos a los que dirigen sus .

En primer lugar hay que tener en cuenta que para que se pueda llevar una correcta política preventiva en una empresa y/o entidad, es muy importante, que se haya conseguido un alto nivel de integración la Prevención de Riesgos Laborales en todos los niveles de la organización.

Por lo que respecta a los riesgos ligados a las condiciones de seguridad del lugar de trabajo, habría que tener en cuenta todos aquéllos que habitualmente se analizan cuando se lleva a cabo un análisis de estas circunstancias, concretamente:

1. Peligros en el área de trabajo (orden, limpieza, superficie.)
2. Riesgos originados por las herramientas.
3. Riesgos eléctricos.
4. Incendios.
5. Riesgos derivados de almacenamientos deficientes.

1 *En cuanto al orden y la limpieza podemos decir que son causas que frecuentemente producen riesgos en el trabajo como por ejemplo:*

- a) Caídas al mismo nivel en suelos sucios o resbaladizos, por obstáculos etc.
- b) Caídas a distinto nivel (escaleras, altillos, zonas elevadas etc.)
- c) Pisadas sobre objetos.

Este tipo de riesgos se pueden evitar siguiendo una serie de medidas preventivas determinadas:

- a) Establecer unas dimensiones adecuadas para los pasillos, corredores y escaleras.
- b) Señalizar debidamente los posibles obstáculos.
- c) Contar con una iluminación adecuada.
- d) Mantener suelos no resbaladizos.
- e) Mantener el orden y la limpieza.



2 *En cuanto a los riesgos que pudieran originarse al entrar en contacto con algunas herramientas, deben tenerse en cuenta los siguientes:*

- a) Contactos con elementos cortantes.
- b) Proyección de fragmentos volantes.
- c) Caídas por sobreesfuerzos.
- d) Golpes.

Estos son riesgos que pueden suceder en cualquier lugar de trabajo y pueden evitarse con unas simples medidas de prevención como:

- a) Adquisición de herramientas de calidad.
- b) Utilización para el trabajo que fueron diseñadas.
- c) Utilización de guantes.
- d) Mantenimiento periódico.
- e) Almacenamiento adecuado.

3 *En cualquier lugar de trabajo también son frecuentes los riesgos eléctricos, que pueden concretarse tanto en incendios y/o explosiones que pueden afectar a personas, instalaciones y bienes, como en electrificación y electrocución, este riesgos se origina al entrar en contacto con la red eléctrica ya sea por contacto directo o indirecto.*

Con la observancia de unas medidas de protección determinadas se pueden evitar estos riesgos:

- a) No realizar trabajos eléctricos sin estar capacitados.
- b) Utilizar equipos de protección individual certificados.
- c) Verificar la ausencia de tensión.
- d) Delimitar y señalizar la zona de trabajo.

4 *Todos los lugares de trabajo son potencialmente espacios en los que puede darse riesgo de incendio, ya que en cualquier lugar de trabajo es posible que existan los tres factores que lo pueden provocar:*

Factor combustible (todo aquello capaz de arder); factor comburente (oxígeno del aire); elemento de calor o energía de activación (cigarrillos, chispa, fallo eléctrico etc.)

Ante cualquier caso de incendio, hay que tener en cuenta el seguimiento de una serie de normas básicas que son las siguientes:

- a) Si las actuaciones para atacar el incendio no se dificultan a causa del humo, no deben abrirse puertas ni ventanas.
- b) Si no dispone de careta antihumo, colóquese un pañuelo húmedo cubriendo la entrada de las vías respiratorias, procurando ir agachado a ras del suelo, ya que el humo tiende a ir hacia arriba.
- c) Una medida de seguridad elemental es no exponerse inútilmente.
- d) Usar los agentes extintores de acuerdo con las normas de utilización.

5 *El almacenamiento deficiente, suele ser una causa muy común de fuente riesgo en las empresas y lugares de trabajo. Es fácil llevar a cabo un correcto almacenamiento si se siguen unas normas preestablecidas de seguridad, como pueden ser las siguientes:*

- a)** Realizar el almacenamiento en lo posible en los pisos bajos (si se almacena en pisos altos hay que almacenar lo más cerca posible a elementos estructurales).
- b)** Debe quedar espacio suficiente para las tareas de carga y descarga.
- c)** Proveer de instrucciones, señalización y dotación de equipos de protección en el almacenamiento de productos peligrosos.
- d)** Tener en cuenta la forma física de los materiales (cuadrados, cilíndricos...), la iluminación, la ventilación y los pasillos de trabajo.
- e)** Si los almacenamientos deben llevarse a cabo en espacios exteriores, debe hacerse sobre suelo firme, sobre piezas de soporte e intentar resguardar de la lluvia y el viento.



Por otra parte, existen una serie de riesgos que derivan de la actividad específica del Educador de Calle, y que es la que ocupa la mayor parte de su trabajo. A continuación pasamos a exponer estas **circunstancias causantes de riesgos y algunas recomendaciones para evitar los daños que de ellas pueden derivarse**:

1: En primer lugar, debemos resaltar que el trabajo del Educador de Calle, requiere de una actividad donde el desgaste emocional juega un componente muy alto, es por ello por lo que los riesgos de carácter psicosocial tienen un papel muy presente en el día a día de estos trabajadores.

De ahí que algunos de los riesgos más significativos que en este plano puedan aparecer sean los siguientes:

- Estrés.
- Falta de realización personal.
- Carga de trabajo.
- Problemas a la hora de la resolución de conflictos.
- Falta de medios humanos y/o materiales.
- Indefinición en los roles laborales.
- Monotonía del trabajo.
- Dificultad en las relaciones.
- Falta de formación e información.

Todos estos factores de riesgo pueden provocar una serie de daños para la salud de los trabajadores de notable consideración, como por ejemplo depresiones, fatiga mental, frustración, trastornos cardiovasculares, digestivos, psicológicos y sexuales, aislamiento, irritabilidad, ansiedad, insomnio o baja autoestima de los trabajadores.

Para evitar estos riesgos, se pueden adoptar medidas como:

- Redactar un protocolo de trabajo en el que se contemplen medidas encaminadas a la rotación de trabajadores para evitar el desgaste.
- Recibir una adecuada formación en materia psicológica y tratamiento de temas psicológicos.
- Mantener un buen ambiente de trabajo.
- No tensar las posibles relaciones conflictivas que pudieran surgir.
- Realizar ejercicio físico de forma periódica, ya que este ayudará a liberar la tensión y el estrés acumulado, y a liberar endorfinas que hacen sentirse mejor.
- Realizar ejercicios de respiración profunda y de meditación.
- Beber mucha agua durante el día, evitar el exceso de cafeína y llevar una alimentación adecuada.

2: Por otro lado, también deben tenerse en cuenta más riesgos que no sólo afectan al plano psicosocial sino a otros apartados que inciden de manera directa en los Educadores de Calle, como pueden ser las condiciones climatológicas o la exposición a enfermedades infectocontagiosas y el riesgo de contagio que suponen para ellos/as.

El hecho de pasar muchas horas en la calle atendiendo a los colectivos que así lo necesitan, implica el que se vean sometidos a muchos cambios de temperaturas, frío calor, que pueden derivar en daños para la salud como afecciones musculares, catarros, gripes o resfriados.

Por otro lado, también puede ser contagiado por variedad de enfermedades de las en que en algunos casos pueden ser portadores las personas que integran los colectivos atendidos, que pueden ser de carácter infectocontagiosas, pueden afectar a la piel, al intestino, al aparato respiratorio o de cualquier otro tipo.

Para evitar este tipo de contagios, se pueden seguir una serie de medidas como las que se exponen a continuación:

- Utilización de un protocolo médico previamente establecido en los casos en que se detecte casos de enfermedades concretas.
- Recibir adecuada formación e información adecuada para tener un conocimiento apropiado de las enfermedades que se pueden transmitir (VIH, hepatitis etc) así como los modos de contagio.
- Vacunación del trabajador de forma periódica de trabajador.
- Evitar el contacto con elementos punzantes que manejen entre ellos, agujas, cuchillos, herramientas etc.
- Utilización de EPI's (guantes, gafas etc) en aquellos casos en los que sea necesario, proporcionados por la empresa o entidad.

3: Aparte de los riesgos citados en los apartados anteriores, más particulares del sector, existen otros que afectan también a estos trabajadores y que son más comunes en cualquier relación laboral.

- Utilización muy frecuentemente de ordenadores.
- Posibilidad de accidentes de tráfico al desplazarse al lugar de trabajo, o durante la jornada laboral.
- Utilización otros equipos conectados al circuito eléctrico.
- Manipulación manual de cargas.
- Posibilidad de deslumbramientos directos e indirectos.
- Riesgos por trastornos musculoesqueléticos y malas posturas.

Para evitar estos riesgos, se recomienda el seguimiento de algunas medidas preventivas como las siguientes:

- Realizar todas las medidas preventivas recogidas en el Anexo sobre PVD que se publica en la página web de Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Respeto de las normas de circulación vigente de carácter general y puntuales que pudieran existir en cuanto a velocidades, prohibiciones, sentido de circulación, etc, motivadas por obras, movimientos de cargas, zonas de alto transito de vehículos industriales u otras circunstancias.
- Los vehículos utilizados tendrán un correcto mantenimiento.
- Comprobar que las clavijas y bases de enchufes son correctas y que sus partes en tensión son inaccesibles cuando la clavija esta parcial o totalmente introducida.
- No se sobrecargaran las bases de enchufes conectando en estas mas equipos de los permitidos según las características de los mismos y de dichas bases.
- Se evitara el uso de los equipos con las manos húmedas o mojadas.
- No levantar pesos superiores a 25 kg. sin ayuda de otra persona o de un medio auxiliar.
- El trabajador debe procurar la reducción, en la medida de lo posible, de la carga a manejar.





- Para evitar los riesgos de malas posturas o trastornos musculoesqueléticos a la hora de manipular cargas, se deben tener en cuenta y aplicar los principios de la mecánica corporal que a continuación se detallan:

- Mantener la espalda recta al ponerse en cuclillas de forma que la columna, los músculos de la espalda y los órganos del cuerpo queden bien alineados.
 - Meter la barbilla con el objeto de que el cuello y la cabeza se alineen con el plano de la espalda y mantenga derecha y firme la columna vertebral.
 - Aproximarse a la carga para evitar esfuerzos innecesarios.
 - Espirar en el momento de iniciar el esfuerzo, disminuyendo así la presión visceral que puede ser causa de hernias.
 - Agarrar firmemente el objeto para levantarlo y transportarlo. El objeto ha de ser cogido con la palma de la mano y la base de los dedos, así la superficie de agarre es mayor con lo que reduce el esfuerzo y la fatiga.
 - Procurar que la carga tenga siempre buenos agarres.
 - Conviene orientar los pies en la dirección que luego se va a tomar, así se mantiene mejor el equilibrio y se evitan giros de la columna vertebral que pueden ser peligrosos. Aparte de lo anterior, de forma general se debe dotar a los trabajadores de asientos regulables en altura y profundidad del asiento de forma que permita mantener la espalda recta y los brazos formando un ángulo de 90°. Igualmente sucederá con las piernas, y en caso de ser necesario habrá que dotar a los trabajadores de reposapiés.
- También se debe dar preferencia a la iluminación natural siempre que sea posible, y complementarla con luz artificial si fuera necesario.
- Con el fin de evitar deslumbramientos indirectos, se deben tener en cuenta medidas como:
- En la medida de lo posible no colocar ninguna pantalla delante ni detrás de ventanas. Si no es posible, habrá que poner persianas en las ventanas.

Se evitarán las superficies de trabajo de materiales brillantes y los colores oscuros. Evitar contraste de iluminación dentro de la zona de operación, y entre ésta y los alrededores.

** Toda la información de esta guía y su contenido , además de un completo glosario de términos y otra documentación de interés, están incluidos en el CD APAES adjunto.*