

PRUEBA PRÁCTICA SOBRE FORMACIÓN INICIAL RECIBIDA EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA DOCENTES.

El ejercicio consiste en identificar al menos diez posibles situaciones de riesgo laboral en tu centro de trabajo, desde que empieza la jornada hasta que termina la misma (situaciones reales o posibles): cinco riesgos de tipo general y cinco riesgos específicos de las diferentes actividades que se desarrollen en tu centro docente. Rellena la tabla adjunta, identificando: causa, riesgo y medida preventiva. Para facilitar la identificación, te facilitamos la tabla de riesgos que se utiliza para realizar las evaluaciones de riesgos.

Código	Posibles Riesgos	Aclaraciones, (lista no exhaustiva).
01	CAÍDA DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL	- Acceso a estanterías mediante escaleras móviles. - Uso de escaleras y escalas portátiles. - Incorrecto uso o mantenimiento de las escaleras. - Obstaculización de vías de acceso a los estantes altos. - Suelo resbaladizo en una escalera. - Limpieza inadecuada en superficies de paso a distinto nivel.
02	CAÍDA DE PERSONAS AL MISMO NIVEL	- Áreas de paso entorpecidas por cajas, papeles, materiales, cables cruzando zonas de paso. - Alfombras o moquetas sueltas. - Pavimento con desniveles, resbaladizo o irregular. - Pavimento sucio.
03	CAÍDA DE OBJETOS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO	- Inadecuado almacenamiento o apilamiento de materiales y objetos en estanterías. - Estado defectuoso de estanterías.
04	CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN	- Posibilidad de caída de objetos o materiales durante la ejecución de trabajos o en operaciones de transporte y elevación por medios manuales o mecánicos. Ejemplos: traslado de cajas y material.
05	CAÍDA DE OBJETOS DESPRENDIDOS	- Posibilidad de caída de objetos que no se están manipulando y se desprenden de su situación y/o en trabajos a distintos niveles. Ejemplos: Materiales en estanterías, lámparas y aparatos suspendidos, conductos, objetos y herramientas dejados en puntos elevados, barandillas sin rodapié sobre zonas de trabajo o paso, etc.
06	PISADAS SOBRE OBJETOS	- Riesgo de lesiones (torceduras, esguinces, pinchazos, etc.) por pisar o tropezar con objetos abandonados, material no archivado o irregularidades del suelo, sin producir caída. Ejemplos: Herramientas, escombros, recortes, virutas metálicas, residuos, clavos, bordillos, desniveles, tubos, cables, etc.
07	CHOQUES Y GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES	- Aristas de estanterías sin resguardar. - Partes salientes de máquinas, instalaciones o materiales. - Estrechamiento de zonas de paso, vigas o conductos a baja altura sin señalizar, etc. - Insuficiente hueco para el alojamiento de las piernas.
08	CHOQUES Y GOLPES CONTRA OBJETOS MÓVILES	- Posibilidad de recibir un golpe por partes móviles de maquinaria fija y objetos o materiales en manipulación o transporte. - Órganos móviles de aparatos, brazos articulados, carros deslizantes, mecanismos de pistón, grúas, transporte de tablonos, tubos, palets, etc.
09	GOLPES / CORTES POR OBJETOS O HERRAMIENTAS	- Posibilidad de lesión producida por objetos cortantes, punzantes o abrasivos, herramientas y útiles manuales, máquinas-herramienta, etc. Ejemplos: cizallas, guillotinas, tijeras, etc.
10	PROYECCIÓN DE FRAGMENTOS O PARTÍCULAS	- Riesgo de lesiones producidas por piezas, fragmentos o pequeñas partículas de material proyectadas por una máquina, herramienta o acción mecánica. Ejemplos: Rechazo de piezas por máquina, virutas, chispas de amolado, soldadura o cortocircuito, esquirlas, astillas, etc.
11	ATRAPAMIENTO POR O ENTRE OBJETOS	- Posibilidad de sufrir una lesión por atrapamiento o aplastamiento de cualquier parte del cuerpo por mecanismos de máquinas o entre objetos, piezas o materiales.

		Ejemplos: Engranajes, rodillos, correas de transmisión, árboles de transmisión, ruedas y turbinas, transportadores, mecanismos en movimiento, cadenas de arrastre, prensas, piezas pesadas, etc.
12	ATRAPAMIENTO POR VUELCO DE MÁQUINAS O VEHÍCULOS	- Posibilidad de sufrir una lesión por atrapamiento o aplastamiento de cualquier parte del cuerpo por vuelco de máquinas o vehículos. Ejemplos: Vuelco de carretillas elevadoras, carros de transporte, hormigoneras, grúas, tractores, etc.
13	SOBREESFUERZOS	- Posibilidad de lesiones músculo-esqueléticas y/o fatiga física al producirse un desequilibrio entre las exigencias de la tarea y la capacidad física del individuo. - Manejo de cargas a brazo. - Trabajo en asiento inadecuado. - Adopción de posturas inadecuadas en puesto de trabajo.
14	EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS AMBIENTALES EXTREMAS	- Posibilidad de daño por permanencia en ambiente con calor o frío excesivo. Ejemplos: Hornos, calderas, fundiciones, túneles, cámaras frigoríficas, etc.
15	CONTACTOS TÉRMICOS	- Riesgo de quemaduras por contacto con superficies o productos calientes o fríos. Ejemplos: Hornos, estufas, calderas, tuberías, escapes de vapor, líquidos calientes, llamas, sopletes, metales en fusión, resistencias eléctricas, gases licuados (nitrógeno, extintores de CO ₂ , etc.), instalaciones frigoríficas, etc.
16	CONTACTOS ELÉCTRICOS	- Riesgo de daños por descarga eléctrica al entrar en contacto con algún elemento sometido a tensión eléctrica. - Conexiones eléctricas provisionales. - Cables y/o enchufes eléctricos deteriorados. - Excesivo uso de ladrones y sobrecarga instalación. - Conexiones eléctricas descubiertas. - Cuadros eléctricos abiertos. - Equipos eléctricos defectuosos y/o en mal estado.
17	EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS O TÓXICAS	- Posibilidad de lesiones o afecciones producidas por la inhalación, contacto o ingestión de sustancias perjudiciales para la salud. Ejemplos: Compuestos de plomo, disolventes orgánicos (tolueno, benceno, tricloretileno, etc.), polvo silíceo, amianto, vapores ácidos, monóxido de carbono, cloruro de vinilo, fluidos frigoríficos, formaldehído, humos de soldadura, etc. (Reglamentos específicos)
18	ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS	- Riesgo de lesiones por la acción sobre el organismo de animales u otros seres vivos. Ejemplos: Coces, mordeduras de animales, picaduras de insectos, etc.
19	ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS	- Posibilidad de sufrir una lesión por golpe o atropello por un vehículo durante la jornada de trabajo. Incluye los accidentes de tráfico en horas de trabajo. Incluye los accidentes al ir o volver del trabajo. Ejemplos: Tractores, carretillas elevadoras, carros de transporte interior, dumpers, palas excavadoras, grúas automotores, vehículos en general.
20	INCENDIOS	- Cortocircuitos eléctricos. - Conexiones eléctricas descubiertas. - Riesgo de propagación de incendio por no disponer de medios adecuados para su extinción. Ejemplos: Depósitos de alcohol, gasolina, plásticos, papel, residuos, productos químicos, butano, aceites, tejidos, maderas. - Carencia o insuficiencia de extintores y/o mangueras. - Fumar en el puesto de trabajo y no apagar bien los cigarrillos depositándolos en papeleras. - Disposición incorrecta inexistente de los equipos contra incendios (ubicación, estado, señalización, acceso).
21	EXPLOSIONES	- Posibilidad de que se produzca una mezcla explosiva, estallido de recipientes a presión. Ejemplos: butano, propano, hidrógeno (carga de baterías eléctricas), disolventes, polvos combustibles (serrín, harina, etc.), materiales pirotécnicos, calderas, calderines, aerosoles, botellas de gases comprimidos, etc.
22	EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS	- Posibilidad de lesiones producidas por contacto con sustancias agresivas o afecciones motivadas por presencia de éstas en el ambiente. Ejemplos: Ácidos, álcalis (sosa cáustica, cal viva, cemento, etc.), sales metálicas, sulfumán, etc.

23	EXPOSICIÓN A CONTAMINANTES BIOLÓGICOS	- Riesgo de afecciones por la acción sobre el organismo de contaminantes biológicos u otros seres vivos. Laboratorios de análisis clínico, trabajo con productos de animales, y vegetales, siempre que exista exposición deliberada a parásitos, bacterias, hongos, virus.
24	RUIDO	- Posibilidad de lesión auditiva por exposición a un nivel de ruido superior a los límites admisibles. Este riesgo se evalúa por medición y cálculo del nivel equivalente. Ejemplos: Máquinas para trabajar la madera, trabajos de calderería, prensas, radiales, vibradores, telares, etc. (Reglamento del ruido)
25	VIBRACIONES	- Posibilidad de lesiones Por exposición prolongada a vibraciones mecánicas. Ejemplos: Martillos neumáticos, vibradores de hormigón, apisonadoras, etc.
26	ESTRÉS TÉRMICO	- Exposición intensa a situaciones extremas de temperatura.
27	RADIACIONES IONIZANTES	-Ejemplos: Rayos X, rayos gamma, (soldadura, túneles de polimerización, cámaras de selección, etc.). Este riesgo se evalúa por medición.
28	RADIACIONES NO IONIZANTES	-Posibilidad de lesión o afección por la acción de radiaciones no ionizantes (rayos ultravioleta). Este riesgo se evalúa por medición
29	ILUMINACIÓN	- Posibilidad de fatiga visual debida a iluminación demasiado baja o excesiva, en función del trabajo a realizar. - Niveles específicos por puesto de trabajo de iluminación por debajo de los niveles mínimos requeridos. - Iluminación sin adecuarse a la exigencia visual del trabajo. - Falta de iluminación artificial localizada en zonas que requieren niveles altos de iluminación. - Deslumbramientos directos por la luz solar. Este riesgo se evalúa mediante medición y comparación con los valores de referencia.
30	FATIGA FÍSICA	- Posibilidad de disminución del rendimiento, acompañada de sensación de cansancio. Ejemplos: fatiga postural, manejo de cargas, prolongación de la jornada, trabajos repetitivos, etc.
31	MUSCULOESQUELETICOS (POR POSTURAS, MANIPULACIÓN DE CARGAS).	-Trabajo continuado de pie, posturas forzadas, cargas con niños.
32	FATIGA VISUAL	-Riesgos de fatiga visual, no derivados del uso de PVD's.
33	RIESGOS POR UTILIZACIÓN DE PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS (PVD)	- En usuarios cuyo trabajo frente a PVD's supere a las 4 horas diarias o 20 horas semanales de trabajo efectivo con este equipo. Si aparece este riesgo como moderado se deberá evaluar más detalladamente con, a través del cumplimiento del cuestionario del INSHT sobre pantallas de visualización de datos (RD 488/1997).Este riesgo incluye riesgos visuales y ergonómicos derivados de los PVD,s.
34	RIESGOS DEL APARATO FONADOR (DISFONIAS, AFONIAS)	-Trabajos con la voz, forzar la voz.
35	RIESGOS PSICOSOCIALES (ESTRÉS, SINDROME DEL QUEMADO....).	-Además se deberá realizar una evaluación más al detalle en todos los puestos de trabajo, a través del método de evaluación del INSHT sobre riesgos psicosociales.
00	OTROS PELIGROS NO IDENTIFICADOS	- Se identifican todos aquellos peligros no considerados en los puntos anteriores. Ejemplos: asfixia por falta de oxígeno, ahogamiento, descargas atmosféricas, atracos,...

Causa del riesgo: (Situación o tarea).	Posibles Riesgo:	Código de riesgo,	Medida preventiva