

Folleto divulgativo

Riesgos Generales en el Sector de la Educación



FOLLETO DIVULGATIVO DE RIESGOS GENERALES EN EL SECTOR DE LA EDUCACIÓN

Esta actuación se financia con fondos públicos. El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora económicamente en la elaboración de este material, no haciéndose responsable de los contenidos del mismo ni de las valoraciones e interpretaciones de sus autores. El material elaborado recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión.

AUTORÍA

Miriam Serrano, CEO de Previntegra.

Está rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares de Copyright, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

No está permitido el uso comercial de los medios publicados por AICA sin el consentimiento por escrito de esta. Este folleto proporciona una guía completa sobre la identificación, evaluación y prevención de riesgos generales del sector de la educación. Está dirigido tanto a personas trabajadoras como a empleadores, y ofrece herramientas prácticas, medidas preventivas y buenas prácticas para crear entornos laborales saludables, cumpliendo con la normativa vigente y mejorando el bienestar de todos los implicados.

ÍNDICE

1. Introducción a los riesgos laborales en el Sector educativo.....	3
2. Identificación de los principales riesgos.....	5
· Riesgos en Seguridad.....	6
· Riesgos Higiene (riesgos químicos, físicos y biológicos).....	7
· Riesgos Ergonómicos.....	8
· Riesgos Psicosociales	9
· La importancia de la Vigilancia de la salud	9
3. Medidas preventivas y buenas prácticas	10
4. Evaluación de riesgos del centro y de los puestos.....	12
5. Obligaciones legales de la dirección y del personal responsable.....	17
6. Recursos gráficos y guías visuales	20
7. Actuaciones y compromisos para un centro educativo seguro y saludable.....	22
8. Recursos y bibliografía	25

1. Introducción a los riesgos laborales en el Sector Educativo.

OBJETIVO DEL FOLLETO

El objetivo de este folleto es ofrecer una orientación clara, práctica y accesible sobre la identificación, evaluación y prevención de los principales riesgos laborales presentes en el sector de la educación. A través de un enfoque divulgativo con base técnica, el documento pretende servir como herramienta de apoyo para el personal docente y no docente, así como para los equipos directivos y responsables de prevención, facilitando la comprensión de los riesgos asociados a la actividad educativa y de las medidas preventivas más adecuadas.

Este folleto no sustituye el plan de prevención ni la evaluación de riesgos específica de cada centro, sino que contribuye a fomentar la cultura preventiva e integrar la prevención de riesgos laborales en la organización y el funcionamiento diario de los centros educativos.

Su finalidad última es promover entornos de trabajo seguros y saludables, en los que la protección de la salud y el bienestar de las personas trabajadoras forme parte de la gestión habitual del centro.

LA IMPORTANCIA DEL CONTROL DE RIESGOS LABORALES EN EL SECTOR EDUCATIVO

Los centros educativos constituyen entornos de trabajo con características propias, en los que confluyen diferentes actividades, espacios y perfiles profesionales. Aulas, laboratorios, talleres, zonas administrativas, patios, comedores o instalaciones deportivas presentan riesgos específicos que, si no se identifican y gestionan adecuadamente, pueden dar lugar a accidentes de trabajo, enfermedades profesionales o daños a la salud a corto, medio y largo plazo.

Además de los riesgos de tipo físico, de seguridad e higiene, el sector educativo presenta una especial relevancia en relación con los riesgos ergonómicos y psicosociales, derivados de factores como la carga mental, la organización del trabajo, la presión temporal, la atención continuada al alumnado o las demandas emocionales propias de la actividad docente. Estos riesgos, en muchas ocasiones menos visibles, pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar del personal.



** Los centros educativos son entornos de trabajo diversos que requieren una gestión preventiva integral y adecuada.*

El control de los riesgos laborales en el ámbito educativo es, por tanto, un elemento esencial no solo para cumplir con la normativa vigente, sino también para mejorar la calidad del entorno de trabajo, reducir el absentismo, favorecer el bienestar del personal y garantizar un clima adecuado para el desarrollo de la actividad educativa. La prevención eficaz contribuye a crear centros más seguros, sostenibles y comprometidos con la salud de toda la comunidad educativa.

Debemos destacar que en este sector no solo participa personal docente, sino que se integran aquellos puestos necesarios para hacer viable esta actividad, como limpiadoras, personal de mantenimiento, personal de comedor, enfermería, orientadores escolares, personal administrativo, incluso en algunos casos jardineros, etc., etc.

MARCO NORMATIVO DE REFERENCIA

La prevención de riesgos laborales en los centros educativos se enmarca en la normativa general aplicable a todos los sectores de actividad. El principal marco legal viene determinado por **la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales**, que establece el derecho de las personas trabajadoras a una protección eficaz en materia de seguridad y salud, así como la obligación de las empresas y entidades empleadoras de garantizarla.

Esta ley se desarrolla a través de diversa normativa complementaria, entre la que destaca el **Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención**, que regula la organización de la actividad preventiva y la integración de la prevención en el sistema de gestión de la entidad.

Asimismo, resultan de aplicación el Real Decreto 486/1997, 14 de abril, relativo a las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, especialmente relevante en relación con las condiciones de las aulas, oficinas, instalaciones y espacios

comunes y demás reales decretos de desarrollo normativo de las principales referencias legales indicadas.

También a nivel normativo es imprescindible respetar la normativa de emergencias y evacuación por el desarrollo de su actividad, debiendo tener en cuenta las indicaciones del **Real Decreto 524/2023, de 20 de junio**, por el que se aprueba la **Norma Básica de Protección Civil**, y **Real Decreto 314/2006, de 17 de marzo por el que se aprueba el Código Técnico de la Edificación (CTE)**.

En función de los riesgos presentes, también son de aplicación otras disposiciones específicas en materia de agentes físicos, químicos o biológicos, ergonomía, vigilancia de la salud y riesgos psicosociales, así como las guías, notas técnicas preventivas y criterios técnicos elaborados por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), la Inspección de Trabajo y el Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo de la CCAA de Madrid (IRSST). El cumplimiento y la correcta aplicación de este marco normativo constituye la base mínima para una gestión preventiva eficaz en el sector educativo.

2. Identificación de los principales riesgos

La identificación y evaluación de los riesgos laborales constituye el primer paso fundamental para una gestión preventiva eficaz en los centros educativos. Conocer qué riesgos están presentes, cómo se manifiestan y a qué colectivos pueden afectar permite adoptar medidas preventivas adecuadas y priorizar las actuaciones preventivas en función de las características de cada centro y de cada puesto de trabajo.

La evaluación de los riesgos del centro y de los puestos de trabajo se encuentra integrada dentro del Plan de Prevención de Riesgos de cada organización, junto con la política de prevención, la planificación preventiva y los procedimientos mínimos en materia de seguridad y salud.

En el sector educativo confluyen riesgos de distinta naturaleza derivados tanto de las condiciones de los espacios y equipos de trabajo como de la organización del trabajo y de las propias exigencias de la actividad educativa. Indicamos los principales tipos de riesgos que pueden encontrarse en los centros educativos, con el objetivo de facilitar su reconocimiento y comprensión.



Riesgos en Seguridad

Los riesgos de seguridad están relacionados principalmente con las condiciones materiales de los espacios, las instalaciones y los equipos de trabajo, y en la implantación de planes de emergencia y evacuación del centro donde se desarrolla la actividad.

En los centros educativos, estos riesgos pueden manifestarse en forma de caídas al mismo o a distinto nivel, golpes contra objetos o personas, atrapamientos, cortes o contactos eléctricos, derrumbamientos, incendios, explosión o caída de objetos. Son especialmente relevantes en zonas comunes como pasillos, escaleras, patios, gimnasios o talleres, así como durante la utilización de mobiliario, equipos informáticos, material didáctico o herramientas específicas en aulas técnicas y laboratorios.



Situación habitual	Riesgo asociado
Suelos mojados	Caídas al mismo nivel
Escaleras sin pasamanos o escaleras portátiles en mal estado	Caídas a distinto nivel
Material mal almacenado, estructuras inestables	Golpes / atrapamientos
Manejo de folios y cuters Operaciones de mantenimiento	Cortes

La correcta señalización de los riesgos, vías de evacuación y medios de extinción, así como el mantenimiento adecuado de las instalaciones, el orden y la limpieza, y el uso seguro de los equipos de trabajo, son aspectos clave para la prevención de este tipo de riesgos y accidentes.

Riesgos Higiene (riesgos químicos, físicos y biológicos)

Los riesgos higiénicos están asociados a la exposición a agentes físicos, químicos o biológicos que pueden afectar a la salud de las personas trabajadoras, especialmente cuando la exposición se produce de forma continuada.

En el ámbito educativo, **los riesgos químicos** pueden derivarse de productos químicos y materiales, así como el uso de productos de limpieza, desinfección del centro educativo, reactivos de laboratorio o materiales específicos en talleres o clases especiales, como pintura, u otras materias que se impartan en el centro.

Los riesgos físicos pueden estar relacionados con factores como el ruido, la iluminación inadecuada, vibraciones por el uso de equipos, y las condiciones térmicas (humedad y temperatura), por ejemplo, asociado a la ventilación deficiente de los espacios y aulas.

Por su parte, **los riesgos biológicos** adquieren especial relevancia en centros educativos debido al contacto estrecho y continuado entre personas, y el uso de instalaciones higiénicas como comedores y aseos, lo que favorece la transmisión de agentes infecciosos (virus, bacterias, etc.) y/o la aparición de plagas.

También en función de la materia que se vaya a impartir, auxiliares de laboratorio, enfermería, medicina, veterinaria, etc.

Este riesgo es especialmente significativo en centros de educación infantil y educación especial donde el contacto es muy estrecho con los alumnos o en situaciones de brotes epidémicos, como la gripe, gastroenteritis, pediculosis entre los más habituales.



Tipo de riesgo	Ejemplo en centros educativos
Químico	Productos de limpieza, material escolar y de laboratorio
Físico	Ruido, mala iluminación, mala ventilación
Biológico	Contacto estrecho y contagio de virus, plagas en comedores

La aplicación de medidas de higiene en las personas e instalaciones como la ventilación de los espacios, el uso correcto de productos adecuados y la adopción de protocolos específicos de limpieza y desinfección son fundamentales para minimizar estos riesgos.

Riesgos Ergonómicos

Los riesgos ergonómicos se relacionan con las condiciones de los puestos de trabajo y con la forma en que se realizan las tareas, pudiendo dar lugar a trastornos musculoesqueléticos si no se vigilan adecuadamente y se forma adecuadamente a las personas trabajadoras para que sean consciente de ello, como en el correcto uso de la voz, manipulación de cargas, etc.

En el sector educativo, estos riesgos pueden estar asociados a **posturas forzadas** o mantenidas durante largos periodos, bipedestación o sedestación, **movimientos repetitivos**, **manipulación manual de cargas**. El personal docente, por ejemplo, puede verse afectado por la bipedestación prolongada o por posturas inadecuadas al escribir en pizarras al trabajar con alumnado, movilización y levantamiento de niños/as, mientras que el personal administrativo suele estar más expuesto a riesgos derivados del trabajo sedentario y del uso continuado de equipos informáticos.



La adecuación del mobiliario, la organización del trabajo, rotando tareas y facilitando la movilidad, junto con la adopción de hábitos posturales correctos resultan esenciales para prevenir este tipo de riesgos.

Riesgos Psicosociales

Los riesgos psicosociales están vinculados a la organización del trabajo, a las relaciones laborales y a las demandas emocionales y cognitivas de la actividad profesional. En el sector educativo, estos riesgos tienen una especial relevancia debido a la carga mental y emocional inherente a la labor docente y de atención al alumnado y sus familiares.

Factores como la elevada responsabilidad, carga de trabajo excesiva, la incorrecta gestión de conflictos, la atención continuada a otras personas, la falta de reconocimiento o la falta de calidad del liderazgo pueden generar situaciones de estrés, fatiga mental, ansiedad o desgaste profesional (burnout).



La prevención de los riesgos psicosociales **requiere siempre de una evaluación específica de riesgos psicosociales con métodos adecuados como el método PSICO o el Método CoPsoQ-istas21**, con un enfoque integral que tenga en cuenta la organización del trabajo, el apoyo por parte de la dirección, la comunicación interna y la promoción de entornos laborales saludables.

Es muy importante establecer canales de comunicación y protocolos de actuación dentro de la empresa para que cualquier persona trabajadora pueda expresar si se encuentra en una situación de riesgo psicosocial, por ejemplo, una posible situación de acoso laboral, ansiedad, o conflictos de cualquier tipo que puedan dañar su salud o el clima laboral de la organización. Al igual que establecer un protocolo de “Desconexión Laboral” real.

La importancia de la Vigilancia de la salud

La vigilancia de la salud es una herramienta fundamental dentro de la especialidad de “Medicina del Trabajo” con el objetivo de prevenir y/o detectar de forma precoz posibles daños derivados de los riesgos laborales, además de evaluar la eficacia de las medidas preventivas implantadas en el centro educativo, se encuentra regulada en el artículo 22 de la LPRL, así como en los Convenios Colectivos de aplicación del sector educativo.

Se deberá promover tanto la **Vigilancia de la Salud Colectiva** con campañas dirigidas a la mejora de la salud del colectivo de forma general, como, por ejemplo, “Campañas de prevención del cuidado de la voz”, “Campañas de prevención de Golpe de Calor”, como la **Vigilancia de la salud individual**, a través del ofrecimiento de la realización de los reconocimientos médicos individuales, adaptados a los riesgos específicos de cada puesto, siendo posible identificar alteraciones relacionadas con la exposición a determinados factores de riesgo, para realizar un seguimiento de la salud de las personas trabajadoras y adoptar medidas preventivas específicas a las personas trabajadoras cuando sea necesario de forma individual.



La vigilancia de la salud debe entenderse siempre como una actuación preventiva, guardando siempre la absoluta confidencialidad y la protección de datos de carácter personal, y orientada a la mejora continua de las condiciones de trabajo, contribuyendo a la protección de la salud individual y colectiva en los centros educativos.

3. Medidas preventivas y buenas prácticas

Una vez realizada la evaluación de riesgos laborales del centro y de los puestos por personal habilitado para ello, como son los técnicos superiores en prevención de riesgos laborales, se debe formalizar una planificación preventiva, donde se establecen las acciones a realizar para la mejora de las condiciones de trabajo y cumplimiento mínimo (formación de las personas, vigilancia de la salud, protocolos a implementar, revisiones obligatorias de las instalaciones, mediciones, etc., etc.).

El adecuado diseño, mantenimiento y uso de los espacios educativos constituye una de las principales líneas de actuación preventiva.

Mantener las instalaciones en buen estado, garantizar una correcta iluminación y ventilación, asegurar **el orden y la limpieza** contribuyen de forma directa a la reducción de accidentes y situaciones de riesgo.

En los centros educativos resulta fundamental prestar atención de forma específica a cada zona como pasillos, escaleras, aulas, patios, gimnasios y espacios comunes, pues cada zona tiene sus riesgos propios, asegurando que se encuentren en buen estado, libres de obstáculos, correctamente señalizados y en condiciones seguras de uso.

Asimismo, **el mantenimiento y revisión periódica de las instalaciones**, equipos, desinfección y normas de higiene permite detectar y corregir deficiencias antes de que se conviertan en un riesgo.

La realización de formación e información periódica, teórico-práctica, de los riesgos a las personas trabajadoras a los cuales están expuestas, es una medida preventiva no solo obligatoria, conforme a los artículos 18 y 19 de la LPRL, sino altamente efectiva para evitar accidentes y enfermedades profesionales.



Conforme al artículo 20 de la LPRL, “El empresario; teniendo en cuenta el tamaño y la actividad de la empresa; así como la posible presencia de personas ajenas a la misma; los alumnos, deberá analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios; lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores; designando para ello al personal encargado de poner en práctica estas medidas y comprobando periódicamente; en su caso; su correcto funcionamiento. El citado personal deberá poseer la formación necesaria; ser suficiente en número y disponer del material adecuado; en función de las circunstancias antes señaladas. Por lo tanto, esta formación es esencial.

Para **evitar los riesgos Psicosociales** cuidar la comunicación, la organización y la carga del trabajo influye de manera muy significativa en la seguridad y la salud física y mental del personal. Una planificación adecuada de las actividades, la distribución equilibrada de tareas y la definición clara de responsabilidades y roles ayudan a prevenir riesgos, especialmente aquellos de carácter ergonómico y psicosocial.

En el ámbito educativo, es recomendable organizar los horarios de forma que se eviten sobrecargas prolongadas, favorecer pausas adecuadas y adaptar las tareas a las características de cada puesto. La correcta gestión de grupos, tareas y tiempos de trabajo contribuye a reducir situaciones de estrés, fatiga y sobreesfuerzo.



BUENAS PRÁCTICAS ERGONÓMICAS EN LOS PUESTOS DE TRABAJO

La aplicación de criterios ergonómicos en los puestos de trabajo resulta fundamental para prevenir trastornos musculoesqueléticos y otros problemas de salud asociados a posturas forzadas o mantenidas. En los centros educativos, estas medidas afectan tanto al personal docente como al administrativo y de servicios auxiliares (limpieza y mantenimiento).

Entre las buenas prácticas se incluyen la adaptación del mobiliario, la correcta disposición de mesas, sillas y equipos informáticos, y la alternancia de posturas durante la jornada laboral.

En el caso del personal docente, también resulta importante cuidar la postura en el aula y adoptar medidas que favorezcan el uso adecuado de la voz, por ejemplo, para cuidar la voz y prevenir lesiones en las cuerdas vocales, es fundamental mantener una hidratación constante (beber 2 litros de agua diarios), evitar el tabaco y ambientes con humo, no forzar la voz evitando gritar, descansar la voz tras periodos de uso intenso o cuando notamos molestias y no carraspear frecuentemente, prefiriendo beber agua.

En Educación Infantil, la manipulación manual de cargas asociada a la atención de niños y niñas constituye uno de los principales factores de riesgo ergonómico. Para minimizarlo, se recomienda utilizar técnicas correctas de levantamiento, flexionando las piernas en lugar de la espalda, mantener la carga próxima al cuerpo, evitar posturas forzadas y giros del tronco durante la manipulación, así como adaptar la altura de cambiadores, cunas y demás mobiliario para reducir la flexión repetida del tronco. Siempre que sea posible, se fomentará la colaboración y autonomía del menor para disminuir la frecuencia de levantamientos.

Para el personal de limpieza, comedor y mantenimiento de los centros educativos es muy importante dotar de los equipos de trabajo y de protección individual adecuados (guantes y calzado específico), además de formación teórico-práctica en los riesgos de su puesto.

MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A RIESGOS HIGIÉNICOS

Los riesgos higiénicos presentes en los centros educativos pueden estar relacionados con agentes físicos, químicos o biológicos. Para reducir su impacto, es fundamental aplicar medidas preventivas como la ventilación adecuada de los espacios, el uso correcto de productos de limpieza y la adopción de hábitos higiénicos apropiados. En determinados entornos, como aulas de educación infantil, laboratorios o espacios de limpieza y mantenimiento, resulta especialmente importante reforzar las medidas de higiene, utilizar los equipos de protección colectivos e individuales necesarios y seguir los procedimientos establecidos para minimizar la exposición a estos riesgos.



PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES Y PROMOCIÓN DEL BIENESTAR

El bienestar psicológico del personal es un elemento clave para el correcto funcionamiento del centro educativo.

La prevención de riesgos psicosociales conlleva desde fomentar un clima laboral positivo, una comunicación fluida y una adecuada organización del trabajo como implantar los protocolos como desconexión digital o prevención de acoso laboral para garantizar la salud mental de las personas trabajadoras.

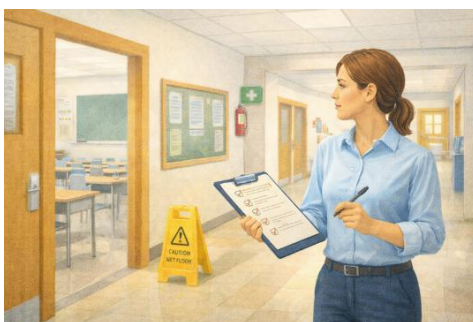
Entre las buenas prácticas se incluyen además de la formación al personal en estos riesgos, el apoyo por parte de la dirección, el reconocimiento del trabajo realizado, la participación del personal en la toma de decisiones y la gestión adecuada de situaciones conflictivas. Estas actuaciones contribuyen a reducir el estrés laboral y a mejorar la satisfacción y el bienestar del personal.



4. Evaluación de riesgos del centro y de los puestos

La evaluación de riesgos laborales es el instrumento básico para identificar los peligros presentes en un centro educativo y determinar las medidas necesarias para eliminarlos o si no es posible reducirlos. Su finalidad es anticiparse a los posibles daños para la salud y garantizar que las condiciones de trabajo sean seguras y adecuadas para todas las personas trabajadoras.

La obligación de evaluar los riesgos viene regulada en los artículos 14, 15 y 16 de la LPRL, donde se establecen las obligaciones y responsabilidades de las partes, así como la realización e integración dentro del Plan de prevención de riesgos de la actividad de la empresa, junto con la planificación de medidas preventivas.

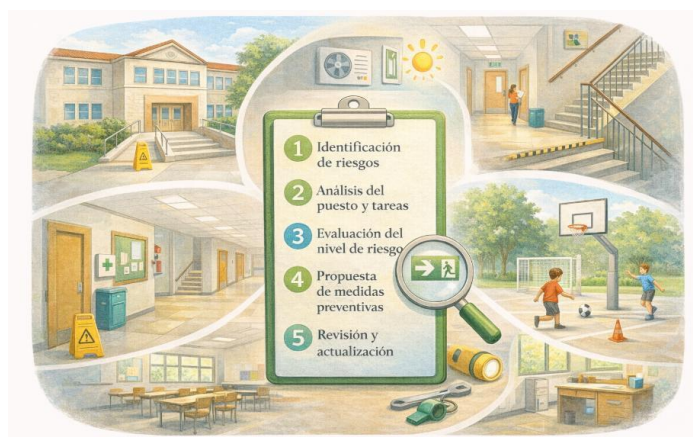


Este documento debe ser elaborado por personas con conocimientos específicos en prevención y habilitados para firmar la evaluación de riesgos laborales pues conlleva responsabilidades importantes, siendo los Técnicos en Prevención, exclusivamente, a través de las modalidades permitidas, quien pueden realizarlas y firmarlas.

En el ámbito educativo, la evaluación de riesgos debe contemplar tanto las características generales del centro como las condiciones específicas de cada puesto de trabajo, ya que las actividades, espacios y responsabilidades varían en función del perfil profesional y del entorno en el que se desarrolla la actividad.

EVALUACIÓN DE RIESGOS DEL CENTRO EDUCATIVO

La evaluación del centro educativo tiene como objetivo analizar de forma específica el espacio de trabajo, es decir, los riesgos derivados de las instalaciones, los espacios comunes y las vías de evacuación e instalaciones del centro, así como implantar las normas de emergencia y evacuación del centro a través de desarrollo de Planes de Emergencias y Autoprotección, debiendo establecer simulacros de forma obligatoria anualmente.



Entre los aspectos que se tienen en cuenta en esta evaluación se encuentran las condiciones adecuadas de los edificios y aulas, los pasillos, escaleras y zonas de tránsito, los patios y espacios deportivos, así como las condiciones ambientales, la señalización, el orden y la limpieza o el mantenimiento de las instalaciones.

También se analizan cuestiones relacionadas con la accesibilidad, las vías de evacuación y la gestión de situaciones de emergencia.

Esta evaluación permite detectar necesidades y establecer medidas preventivas que contribuyan a crear un entorno seguro para toda la comunidad educativa.

EVALUACIÓN DEL CENTRO	EJEMPLOS
Espacios comunes	Pasillos, escaleras, patios, comedores, gimnasio
Instalaciones	Estado del edificio, señalización, iluminación, ventilación, salidas de emergencia
Zonas de paso	Entradas y salidas, zonas de recreo, rampas, accesos a aulas y despachos
Riesgos generales	Evacuación, mantenimiento, orden, limpieza, circulación de personas

EVALUACIÓN DE RIESGOS DE LOS PUESTOS DE TRABAJO

La evaluación de los puestos de trabajo se centra en analizar las tareas concretas que realiza cada colectivo profesional y las condiciones en las que se desarrollan. Su objetivo es identificar los riesgos específicos asociados a cada puesto y proponer medidas preventivas adaptadas a la realidad de la actividad diaria.

En el sector educativo, esta evaluación tiene en cuenta, entre otros aspectos, las posturas de trabajo, la manipulación de cargas, el uso de pantallas de visualización de datos, la exposición a agentes físicos, químicos o biológicos, así como los factores organizativos y psicosociales. También se consideran las características del mobiliario, los equipos utilizados y la distribución del espacio de trabajo.

EVALUACIÓN DEL PUESTO	EJEMPLOS
Tareas concretas	Impartir clase, atención al alumnado, tutorías, reuniones
Condiciones de trabajo	Uso de PVD en la secretaría, corrección en mesa, bipedestación en aula
Posturas y cargas	Escribir en pizarra con brazo elevado, agacharse con alumnado, mover material didáctico
Riesgos específicos	Carga vocal, carga mental, posturas mantenidas, exposición a biológicos (infantil)

La evaluación por puestos permite adaptar la prevención a las necesidades reales de cada persona trabajadora y resulta fundamental para prevenir daños a corto, medio y largo plazo.



PROCESO DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

La evaluación de riesgos laborales sigue un proceso estructurado que garantiza su eficacia y su correcta integración en la gestión del centro educativo. De forma general, este proceso incluye la identificación de los riesgos existentes, el análisis de las tareas y condiciones de trabajo, la valoración del nivel de riesgo y la definición de las medidas preventivas necesarias para su control.

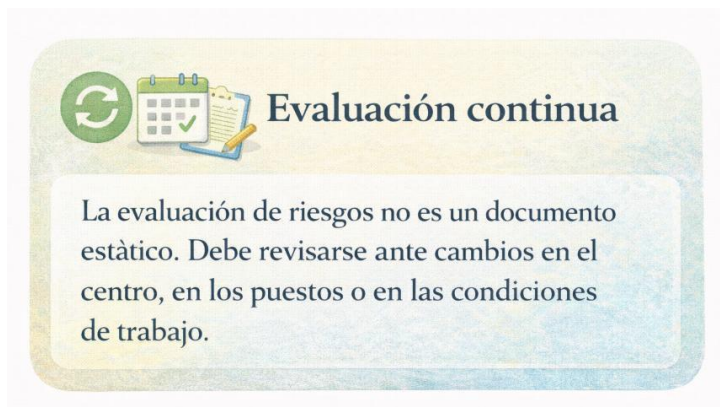
ASPECTO EVALUADO	EJEMPLO
Espacio de trabajo	Aula, despacho
Tareas habituales	Clases, gestion
Equipos utilizados	Ordenador, pizarra
Organización	Horarios, pausas
Personas expuestas	Docentes, PAS

Una vez implantadas las medidas, la evaluación debe revisarse de forma periódica y siempre que se produzcan cambios en las instalaciones, en la organización del trabajo, en los puestos o en la incorporación de nuevas tecnologías.

La evaluación de riesgos no es un documento estático, sino una herramienta dinámica orientada a la mejora continua de las condiciones de trabajo.

IMPORTANCIA DE LA PARTICIPACIÓN Y LA REVISIÓN CONTINUA

Para que la evaluación de riesgos sea realmente eficaz, resulta fundamental la participación del personal del centro. La comunicación de situaciones de riesgo, la aportación de información sobre las tareas reales y la implicación en las medidas preventivas facilitan la detección temprana de problemas y mejoran la calidad de la prevención.



Permitiendo adaptarse a las necesidades cambiantes del centro educativo y garantizar que las medidas preventivas sigan siendo adecuadas. De este modo, la evaluación de riesgos se convierte en una herramienta clave para la protección de la salud, la mejora del bienestar y la creación de entornos educativos seguros y saludables.

5. Obligaciones legales de la dirección y del personal responsable

La prevención de riesgos laborales en los centros educativos no es una actuación voluntaria, sino una obligación legal que recae principalmente sobre la dirección del centro y sobre las personas con responsabilidades en materia organizativa y de dirección.

El cumplimiento de estas obligaciones, además de poder derivar en responsabilidades y sanciones de tipo administrativo, civil o incluso penal, resulta esencial para garantizar la seguridad y la salud de las personas trabajadoras y para integrar la prevención en la gestión diaria del centro educativo.



OBLIGACIONES DE LA DIRECCIÓN DEL CENTRO EDUCATIVO

La dirección del centro, como responsable de la organización del trabajo, tiene la obligación de garantizar una protección eficaz en materia de seguridad y salud para todo el personal, con independencia del tipo de puesto que desempeñe.

El compromiso de la gerencia en esta materia y su ejemplo real, con respeto de las normas de seguridad y salud, junto con el apoyo en situaciones de riesgos es fundamental para que realmente se genere un marco de bienestar y mejora

continua.

Entre sus principales obligaciones se encuentran la implantación de un sistema de prevención adecuado, la realización y actualización de la evaluación de riesgos laborales y la planificación de la actividad preventiva en función de los riesgos detectados, dotando recursos tanto humanos como materiales para su consecución.

Asimismo, debe asegurar que se adopten las medidas preventivas necesarias y que estas se apliquen de forma efectiva en los distintos espacios y puestos del centro educativo.

La dirección debe también facilitar la información y formación preventiva teórico-práctica al personal, asegurando que conozcan los riesgos asociados a su puesto de trabajo y las medidas de protección correspondientes. Del mismo modo, es responsable de garantizar la vigilancia de la salud en función de los riesgos existentes y de promover la participación del personal en materia preventiva.

OBLIGACIONES DEL PERSONAL CON RESPONSABILIDADES PREVENTIVAS

El personal que ejerce funciones de coordinación, jefatura de estudios, secretaría, administración o cualquier otro cargo con responsabilidades organizativas tiene un papel clave en la aplicación práctica de la prevención de riesgos laborales en el centro educativo.

Estas personas deben colaborar activamente en la implantación de las medidas preventivas, velar por el cumplimiento de las normas de seguridad y comunicar cualquier situación de riesgo que detecten. Asimismo, tienen la obligación de promover prácticas de trabajo seguras, facilitar la correcta utilización de los equipos y contribuir a mantener el orden y la limpieza en los espacios de trabajo.

Su implicación resulta fundamental para que la prevención no quede limitada a documentos formales, sino que forme parte del funcionamiento real y cotidiano del centro.



DEBERES DEL PERSONAL TRABAJADOR

El personal docente y no docente también tiene obligaciones en materia de prevención de riesgos laborales. Entre ellas se encuentra el deber de velar por su propia seguridad y salud y por la de las personas a las que pueda afectar su actividad, de acuerdo con su formación y las instrucciones recibidas.

El personal debe utilizar correctamente los equipos y medios de trabajo, respetar las medidas de seguridad establecidas, comunicar cualquier situación de riesgo y colaborar con la dirección y los responsables preventivos en la mejora de las condiciones de trabajo.



INTEGRACIÓN DE LA PREVENCIÓN EN LA GESTIÓN DEL CENTRO EDUCATIVO

Una correcta gestión preventiva implica integrar la prevención de riesgos laborales en todas las actividades del centro educativo, desde la planificación de los espacios y horarios hasta la organización de las tareas y la gestión del personal. Cuando la prevención se incorpora de forma real a la gestión del centro, se reducen los riesgos, se mejora el bienestar del personal y se favorece un entorno educativo seguro y saludable. La implicación de la dirección y del personal responsable es clave para consolidar una cultura preventiva sólida y eficaz en el ámbito educativo.

6. Recursos gráficos y guías visuales

Los recursos gráficos y las guías visuales constituyen una herramienta fundamental para facilitar la comprensión y aplicación de la prevención de riesgos laborales en los centros educativos. Su principal ventaja es que permiten transmitir información preventiva de forma clara, directa y accesible, favoreciendo la interiorización de las medidas de seguridad por parte de todo el personal. Los recursos gráficos y guías visuales deben ser accesibles para todo el personal, teniendo en cuenta aspectos como la ubicación, el tamaño, el contraste visual y la claridad de los mensajes.

Asimismo, es fundamental que estos recursos se revisen y actualicen cuando se produzcan cambios en el centro, en los puestos de trabajo o en los procedimientos. El uso adecuado de recursos gráficos y guías visuales contribuye de forma significativa a mejorar la comunicación preventiva, cumplir y conocer la normativa, reducir los riesgos y consolidar entornos educativos seguros y saludables.

SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD

La señalización es uno de los recursos gráficos más habituales y eficaces en los centros educativos. A través de pictogramas y señales normalizadas se informa de riesgos, obligaciones, prohibiciones y vías de evacuación. En el ámbito educativo, la señalización resulta especialmente importante en zonas de tránsito, escaleras, salidas de emergencia, laboratorios, talleres, gimnasios y patios. Una señalización adecuada contribuye a prevenir accidentes, orientar en situaciones de emergencia y garantizar una respuesta rápida y ordenada.



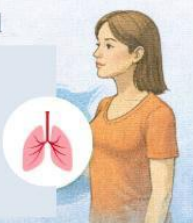
GUÍAS VISUALES POR PUESTOS DE TRABAJO

Las guías visuales adaptadas a los distintos puestos del centro educativo facilitan la identificación de riesgos específicos y las medidas preventivas asociadas a cada actividad. Estas guías pueden presentarse en forma de carteles, fichas o infografías sencillas colocadas en los espacios de trabajo. Por ejemplo, las guías dirigidas al personal docente pueden abordar aspectos como la ergonomía en el aula o el cuidado de la voz, mientras que las dirigidas al personal administrativo se centran en el uso de pantallas de visualización de datos. En el caso del personal de limpieza o mantenimiento, las guías visuales resultan especialmente útiles para recordar el uso seguro de productos y equipos.

Cuidado de la voz para docentes

Vigila tu técnica vocal

- Proyecta la voz sin forzar la garganta.
- Mantén una postura erguida, evitando tensiones.
- Usa técnicas de respiración diafragmática.



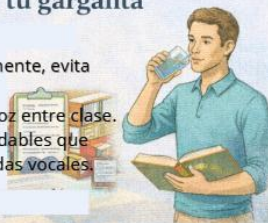
Evita situaciones que la dañen

- No grites, siempre que sea posible.
- Intenta no hablar en ambientes ruidosos.
- Evita el aire seco y los cambios bruscos de temperatura.



Hidrata y cuida tu garganta

- Bebe agua regularmente, evita bebidas frías.
- Haz descansos de voz entre clase.
- Cultiva hábitos saludables que beneficien tus cuerdas vocales.



Ante molestias persistentes

- Si tu voz está ronca, fatigada o dolorida, descánsala.
- Consulta si necesitas modificar tus hábitos.
- Acude a un profesional si los problemas persisten.



RECUERDA: Cuidar tu voz es importante para tu salud y para poder enseñar eficazmente.



PROTOCOLOS Y PROCEDIMIENTOS VISUALES

La representación gráfica de protocolos y procedimientos permite comprender de forma rápida y sencilla cómo actuar ante determinadas situaciones.

La ley indica la importancia de implantar y divulgar los protocolos específicos obligatorios como de prevención del acoso laboral o desconexión digital.

Los esquemas visuales, diagramas de flujo o carteles explicativos son especialmente eficaces para comunicar procedimientos de emergencia, evacuación, primeros auxilios o actuación ante incidentes. Estos recursos deben situarse en lugares visibles y ser fácilmente comprensibles, de modo que puedan consultarse incluso en situaciones de estrés o urgencia.



PROTOCOLO PAS

Actúa con seguridad, puede salvar una vida



ANTE UNA EMERGENCIA, SIGUE ESTOS PASOS:

P PROTEGER

Garantiza la seguridad de todos

- Evalúa la situación y asegúrate de que no hay peligros para ti, la persona afectada ni para los demás.
- Retira o elimina posibles riesgos (objetos, cables, mobiliario, etc.).
- Si es necesario, pide ayuda a otra persona.



A AVISAR

Activa los servicios de emergencia

- Llama al **112** y comunica claramente:
 - Qué ha sucedido
 - Dónde estás (dirección del centro)
 - Número de personas afectadas
 - Tu nombre y un teléfono de contacto

Usa el pulsador de alarma y avisa al personal del centro.



S SOCORRER

Presta los primeros auxilios

- Comprueba el estado de la persona.
- Si está consciente, tranquilízala y no la muevas salvo que sea necesario.
- Si no responde y no respira, inicia maniobras de reanimación cardiopulmonar (RCP) si estás formado/a para hacerlo.
- Si hay hemorragias, presiónalas con un paño limpio.





RECUERDA



Mantén la calma y actúa con seguridad.



Sigue las indicaciones del personal responsable.



La prevención y tu actuación marcan la diferencia.



TU ACTUACIÓN IMPORTA.
PROTOCOLO PAS: PROTEGER, AVISAR, SOCORRER.



CENTRO EDUCATIVO SEGURO

GESTIÓN DEL ESTRÉS

CUIDA TU MENTE, MEJORA TU BIENESTAR, TRANSFORMA TU DÍA

El estrés es una respuesta natural de nuestro cuerpo y mente ante las demandas del día a día. Aprender a gestionarlo nos ayuda a sentirnos mejor, tomar mejores decisiones y mantener nuestro bienestar.

En el colegio y en el trabajo, cuidarnos es clave para aprender, enseñar, colaborar y crecer juntos.

¿QUÉ ES EL ESTRÉS?

Es la reacción de nuestro cuerpo y mente ante situaciones que percibimos como desafiantes, exigentes o abrumadoras.

Un poco de estrés puede motivarnos. Demasiado o durante mucho tiempo puede afectar nuestra salud, nuestro ánimo y nuestras relaciones.

SEÑALES COMUNES DE ESTRÉS

- Preocupación constante
- Cansancio o falta de energía
- Dolores de cabeza, musculares o estomacales
- Irritabilidad, cambios de humor o impaciencia
- Dificultad para dormir o concentrarte
- Sensación de sobrecarga o falta de motivación

Reconocer las señales es el primer paso para cuidarnos y pedir apoyo si lo necesitamos.

TÉCNICA DE RESPIRACIÓN TRIANGULAR

Una técnica sencilla para calmar tu mente y tu cuerpo en pocos minutos. Puedes usarla en cualquier lugar.

- 1 INHALA** por la nariz durante 3 segundos.
- 2 RETÉN** el aire durante 3 segundos.
- 3 EXHALA** por la boca durante 3 segundos.

Repite el ciclo 4-6 veces. Te ayudará a reducir la tensión, mejorar la concentración y recuperar la calma.

¿QUÉ PUEDES HACER?

- ORGANIZA TU TIEMPO**: Prioriza tareas, planifica y establece límites realistas.
- CUÍDATE FÍSICAMENTE**: Hidrátate, aliméntate bien, duerme lo necesario y muévete a diario.
- HAZ PAUSAS**: Pequeñas pausas mentales durante el día recargan tu energía.
- HABLA**: Comparte cómo te sientes con alguien de confianza. Pedir apoyo también es fortaleza.
- PRACTICA LA ATENCIÓN PLENA**: Vive el presente. Unos minutos de respiración consciente pueden marcar la diferencia.
- CULTIVA UN BUEN AMBIENTE**: La empatía, el respeto y el trabajo en equipo nos hacen más fuertes y resilientes.

Cuidar tu bienestar no es perder tiempo, es invertir en ti, en los demás y en todo lo que construimos juntos cada día.

Respira. Enfócate. Avanza. ¡Tú puedes!

Si el estrés te supera o sientes que necesitas ayuda, habla con alguien de confianza o acude al área de orientación / recursos humanos. No estás solo/a.

7. Actuaciones y compromisos para un centro educativo seguro y saludable

La creación de un centro educativo seguro y saludable requiere algo más que el cumplimiento puntual de la normativa en materia de prevención de riesgos laborales. Supone adoptar un enfoque preventivo integrado, basado en la mejora continua, la participación de las personas trabajadoras y el compromiso activo de la dirección del centro.

Las actuaciones preventivas y los compromisos que se asumen en el ámbito educativo tienen como finalidad proteger la salud del personal, mejorar las condiciones de trabajo y favorecer un entorno adecuado para el desarrollo de la actividad educativa.

COMPROMISO DE LA DIRECCIÓN CON LA PREVENCIÓN

La dirección del centro educativo desempeña un papel fundamental en la promoción de la seguridad y la salud laboral. Su compromiso se traduce en integrar la prevención de riesgos laborales en todas las decisiones organizativas, desde la planificación de actividades hasta la gestión de los espacios, los recursos y el personal.

Este compromiso implica dotar al centro de los medios necesarios, garantizar la aplicación de las medidas preventivas y fomentar una cultura preventiva basada en la responsabilidad, la coherencia y el ejemplo.

ACTUACIONES PREVENTIVAS EN EL DÍA A DÍA DEL CENTRO

Un centro educativo seguro se construye a través de actuaciones preventivas continuas que forman parte del funcionamiento habitual del centro. Entre estas actuaciones se incluyen el mantenimiento adecuado de las instalaciones, la correcta señalización de los espacios, la organización segura de las actividades y la adaptación de los puestos de trabajo a las necesidades reales del personal. Asimismo, resulta esencial promover hábitos de trabajo seguros, facilitar información clara y accesible y garantizar que las medidas preventivas se apliquen de forma efectiva en todos los espacios del centro educativo.



PARTICIPACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD DEL PERSONAL

La prevención de riesgos laborales es una responsabilidad compartida que requiere la implicación activa de todo el personal del centro. La participación de las personas trabajadoras en la identificación de riesgos, la comunicación de incidencias y la mejora de las condiciones de trabajo contribuye de forma decisiva a la eficacia de la prevención. Fomentar canales de comunicación abiertos y accesibles permite detectar situaciones de riesgo de manera temprana y favorece la adopción de soluciones preventivas adecuadas.



FORMACIÓN, INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

La formación y la información preventiva son herramientas clave para consolidar entornos educativos seguros y saludables. Facilitar formación adaptada a los distintos puestos de trabajo, así como difundir información clara sobre riesgos y medidas preventivas, permite mejorar la percepción del riesgo y promover comportamientos seguros. Las acciones de sensibilización refuerzan la cultura preventiva y contribuyen a que la prevención forme parte de la actividad diaria del centro educativo.



REVISIÓN Y MEJORA CONTINUA

Un centro educativo comprometido con la seguridad y la salud apuesta por la revisión periódica de sus actuaciones preventivas y por la mejora continua de sus condiciones de trabajo. La evaluación de riesgos, la revisión de las medidas implantadas y el análisis de incidentes o situaciones de riesgo permiten aprender y mejorar de forma constante. Este enfoque preventivo favorece la creación de entornos educativos más seguros, saludables y sostenibles, en los que la protección de la salud y el bienestar del personal se convierten en un valor fundamental del centro.



**La prevención es un proceso continuo que se revisa y mejora de forma periódica.*

8. Recursos y bibliografía

El presente folleto se ha elaborado a partir de la normativa vigente en materia de prevención de riesgos laborales y de los criterios técnicos desarrollados por los organismos competentes. Los recursos y documentos que se recogen a continuación constituyen una base de referencia fundamental para la correcta gestión de la prevención de riesgos laborales en el ámbito educativo.

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- Real Decreto 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización.
- Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo elaborada por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST).
<https://www.insst.es/documents/94886/203536/Gu%C3%ADa+t%C3%A9cnica+para+la+evaluaci%C3%B3n+y+prevenci%C3%B3n+de+los+riesgos+relativos+a+la+utilizaci%C3%B3n+de+lugares+de+trabajo/deac8eb9-e242-48c4-a634-4cf88927fff7>
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de equipos con pantallas de visualización elaborada por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST).
<https://www.insst.es/documents/94886/203536/Guia+tecnica+para+la+evaluacio+n+y+prevencion+de+los+riesgos+relativos+a+la+utilizacion+de+equipos+con+pa+ntallas+de+visualizacion+2021.pdf/581d3633-5a01-9a7d-104f-1fdb6574e2b1?t=1711457089176>
- Guía técnica sobre señalización de seguridad y salud en el trabajo elaborada por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). <https://www.insst.es/documentacion/catalogo-de-publicaciones/guia-tecnica-sobre-senalizacion-de-sst-2023>
- NTP 602: El diseño ergonómico del puesto de trabajo con pantallas de visualización: el equipo de trabajo
<https://saludlaboralydiscapacidad.org/wp-content/uploads/2019/05/NTP-602-El-dise%C3%B1o-ergon%C3%B3mico-del-puesto-de-trabajo-con-pantallas-de->

[visualizaci%C3%B3n-El-equipo-de-trabajo.pdf](#)

- NTP 0926: Factores psicosociales: metodología de evaluación - Año 2012 <https://www.insst.es/documentacion/colecciones-tecnicas/ntp-notas-tecnicas-de-prevencion/27-serie-ntp-numeros-926-a-960-ano-2012/nota-tecnica-de-prevencion-ntp-926>
- NTP 443: Factores psicosociales: metodología de evaluación <https://www.insst.es/documentacion/colecciones-tecnicas/ntp-notas-tecnicas-de-prevencion/13-serie-ntp-numeros-436-a-470-ano-1998/ntp-443-factores-psicosociales-metodologia-de-evaluacion>
- NTP 742: Ventilación general de edificios <https://www.insst.es/documentacion/colecciones-tecnicas/ntp-notas-tecnicas-de-prevencion/21-serie-ntp-numeros-716-a-750-ano-2006/ntp-742-ventilacion-general-de-edificios>
- Material divulgativo y recursos gráficos de apoyo a la acción preventiva

La prevención de riesgos laborales es un ámbito en constante evolución. Por ello, se recomienda la consulta periódica de fuentes oficiales y la actualización de la documentación preventiva para garantizar su adecuación a los cambios normativos, organizativos y técnicos que puedan producirse en el centro educativo.

El acceso a información actualizada y de calidad es clave para mantener entornos educativos seguros, saludables y comprometidos con el bienestar de las personas trabajadoras.