

Monitor de escuela

Elaborado por:

Equipo Vértice

**EDITORIAL ELEARNING**

ISBN: 978-84-17172-15-2

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra bajo cualquiera de sus formas gráficas o audiovisuales sin la autorización previa y por escrito de los titulares del depósito legal.

# ÍNDICE GENERAL

## TEMA 1. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

1.1. Análisis de los riesgos: participación de los alumnos identificando y exponiendo los riesgos que creen afectan a su puesto de trabajo .....	1
1.2. Marco normativo de la ley de Prevención de Riesgo Laborales .....	2
1.3. Principales causas de accidente .....	4
1.4. Recomendaciones básicas y generales en la prevención de riesgos .....	4
1.5. Recomendaciones específicas de prevención de riesgos que afectan al puesto de trabajo .....	16
1.5.1. Protección contra caídas al mismo y a distinto nivel .....	16
1.5.2. Quemaduras. Riesgos eléctricos .....	17
1.5.3. Almacenamiento y transporte: utilización de carros .....	21
1.5.4. Manipulación manual de cargas .....	23
1.5.5. Ropa de trabajo y EPI 's .....	25
1.5.6. Agentes físicos: ruido, temperatura -ventilación-, iluminación .....	25
1.5.7. Riesgos derivados de la organización del trabajo: carga física y mental de trabajo.....	26
1.5.8. Estrés y otros problemas de naturaleza psicosocial .....	29
1.5.9. Prevención de incendios.....	31
Ideas clave .....	38
Autoevaluación del Tema 1.....	40

## **TEMA 2. PRIMEROS AUXILIOS. COMPORTAMIENTO ANTE UN ACCIDENTE**

2.1. Introducción .....	43
2.1.1. Concepto de primeros auxilios .....	43
2.1.2. Principios en la actuación de primeros auxilios.....	44
2.1.3. Terminología .....	45
2.1.4. Valoración del estado del accidentado: valoración primaria y valoración secundaria.....	47
2.1.5. Legislación en primeros auxilios.....	47
2.2. Emergencias .....	48
2.2.1. Ahogados. Obstrucción de la vía respiratoria. Maniobra de Heimlich .....	48
2.2.2. Reanimación cardiopulmonar (R.C.P) .....	50
2.3. Patologías grado I .....	54
2.3.1. Lipotimia y desmayo .....	54
2.3.2. Ataques de ansiedad y epilepsia .....	54
2.3.3. Heridas. Mordeduras. Picaduras .....	56
2.3.4. Hemorragias y shock hipovolémico.....	58
2.4. Patologías grado II y III .....	59
2.4.1. Intoxicación por gases.....	59
2.4.2. Quemaduras .....	60
2.4.3. Golpe de calor (insolación) y enfriamiento generalizado.....	61
2.4.4. Electrocución.....	62
2.4.5. Esguinces, torceduras.....	63
2.4.6. Luxación o dislocación .....	63
2.4.7. Fracturas .....	63
2.4.8. Politraumatismos. Traumatismo craneoencefálico e inconsciencia .....	64
2.4.9. Inmovilizaciones. Transporte de heridos. Maniobra de Rautek. Retirada del casco .....	65
Ideas clave .....	69
Autoevaluación del Tema 2.....	71

**TEMA 3. HIGIENE EN LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS**

3.1. Introducción .....	73
3.2. Condiciones de los locales .....	74
3.3. Condiciones de los equipos y utensilios .....	75
3.4. Prácticas correctas de higiene en recepción de materias primas en comedores colectivos que tienen su propia cocina .....	76
3.5. Prácticas correctas de higiene en recepción de comidas preparadas en comedores colectivos que no tienen su propia cocina .....	78
3.6. Prácticas correctas de higiene en el almacenamiento de materias primas en comedores colectivos con cocina propia .....	80
3.7. Prácticas correctas de higiene en el cocinado de alimentos en comedores colectivos con cocina propia.....	87
3.8. Prácticas correctas de higiene en el servicio de restauración colectiva .....	99
Ideas clave.....	101
Autoevaluación del Tema 3 .....	102



## **TEMA 1**

### **PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES**

- 1.1. Análisis de los riesgos: participación de los alumnos identificando y exponiendo los riesgos que creen afectan a su puesto de trabajo
- 1.2. Marco normativo de la ley de Prevención de Riesgos Laborales
- 1.3. Principales causas de accidente
- 1.4. Recomendaciones básicas y generales en la prevención de riesgos
- 1.5. Recomendaciones específicas de prevención de riesgos que afectan al puesto de trabajo
  - 1.5.1. Protección contra caídas al mismo y a distinto nivel
  - 1.5.2. Quemaduras. Riesgos eléctricos
  - 1.5.3. Almacenamiento y transporte: utilización de carros
  - 1.5.4. Manipulación manual de cargas
  - 1.5.5. Ropa de trabajo y EPI's
  - 1.5.6. Agentes físicos: ruido, temperatura -ventilación-, luminación
  - 1.5.7. Riesgos derivados de la organización del trabajo: carga física y mental de trabajo
  - 1.5.8. Estrés y otros problemas de naturaleza psicosocial
  - 1.5.9. Prevención de incendios

#### **1.1. Análisis de los riesgos: participación de los alumnos identificando y exponiendo los riesgos que creen afectan a su puesto de trabajo**

En este apartado los escolares, guiados por el formador, indicarán cuales son los riesgos principales, que a su juicio, se encuentran cada día en su centro docente. De esta manera los alumnos quedarán involucrados en la actividad preventiva, con ello adquirirán unos conocimientos elementales y técnicas para realizar una evaluación de riesgos laborales de su centro escolar, como resultado aprenderán a prevenirlos, con la ayuda del formador.



Todos los centros docentes deben tener un Plan de Prevención donde se especifican los riesgos potenciales de ese mismo centro, así como la valoración de los mismos, por supuesto se debe indicar los medios disponibles para hacer frente a una posible emergencia, de cualquier tipo.

Una vez elaborado el Plan de Autoprotección, es fundamental que (alumnos, profesores, monitores, conserje, etc...) conozcan el plan de autoprotección del centro y realicen simulacros para que en caso de que ocurra una emergencia puedan poner en práctica todo lo aprendido. También es fundamental por motivos de seguridad que un monitor escolar sepa como actuar ante un accidente, así, es conveniente que conozca que se debe hacer cuando un alumno sufre una: herida, hemorragia, quemadura, contusión y torcedura, ataques epilépticos, cuerpo extraño en un ojo.

## **1.2. Marco normativo de la ley de Prevención de Riesgos Laborales**

Uno de los pilares básicos en prevención de riesgos laborales es la información, es fundamental que los trabajadores reciban información sobre su puesto de trabajo y la labor que van a desarrollar, deben conocer sus derechos y obligaciones por ley. Para ello existe una gran variedad de normativas que velan por la seguridad y salud de los trabajadores de cualquier centro docente o educativo. El punto de partida de la seguridad y salud de todos los trabajadores está en la propia Constitución Española, en el artículo 40.2, el cual establece que los poderes públicos deben velar por la seguridad e higiene en el trabajo.

- **Nivel europeo**

Adquieren especial importancia las Directivas Comunitarias, las cuales nacen de la necesidad de armonizar nuestra política social con la del resto de los países de la Unión Europea. De las Directivas, la más significativa es, sin duda, la denominada "Marco" (89/391/CEE), de cuya transposición derivó la Ley de Prevención de Riesgos Laborales. También son de importancia a este respecto las siguientes directivas 92/59/CEE y 2001/95/CEE relativas a la seguridad del producto.



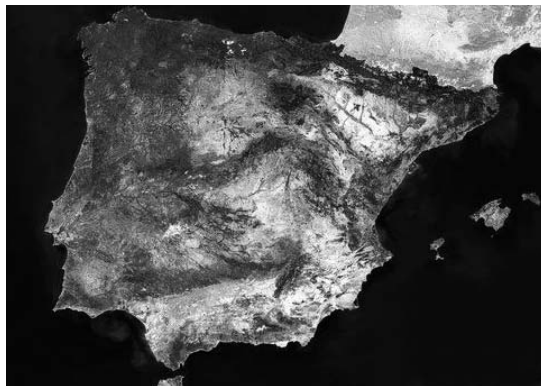


- **Nivel estatal**

En España, la norma fundamental es la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, modificada por la Ley 50/1998 y la Ley 54/2003 de reforma del marco normativo. Existe también un Real Decreto 39/97, de 17 de enero, que trata sobre los servicios de prevención, La ley General de la Seguridad Social, también hace referencia en varios artículos a la protección y salud de todos los trabajadores, haciéndose extensible a los familiares que tuvieran a su cargo.

Entorno a los centros docentes existe una serie de normativas:

- ✓ 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 1537/2003, de 5 de diciembre, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan enseñanzas escolares de régimen general.
- ✓ Orden de 13 de noviembre de 1984 sobre evacuación de centros docentes de educación general básica, bachillerato y formación profesional. BOE número 276 de 17 de noviembre.
- ✓ Norma Básica de la Edificación NBE-CPI-96, sobre condiciones de protección contra incendios en los edificios.
- ✓ Orden de 16 de abril de 1998 por el que se aprueba el Reglamento de instalaciones de protección contra incendios.



### 1.3. Principales causas de accidente

En el siguiente cuadro señalamos las principales causas de accidente en el entorno laboral. Las causas remarcadas son las que se dan con más frecuencia entre los monitores de comedor.

<b>33%</b>	Caída de personas a distinto nivel Caída de personas al mismo nivel
<b>23%</b>	Caída de objetos por desplome o derrumbamiento Caída de objetos en manipulación Caída de objetos desprendidos
<b>35%</b>	Lesiones a causa de manipulación de cargas
<b>44%</b>	Golpes / cortes por objetos o herramientas
<b>28%</b>	Atrapamiento por o entre objetos Atrapamiento por vuelco de máquinas o vehículos
<b>24%</b>	Contactos térmicos (Quemaduras)
<b>11%</b>	Explosiones
<b>17%</b>	Electrocuciones
<b>16%</b>	Envenenamiento
<b>24%</b>	Atropellos o golpes con vehículos
<b>11%</b>	Incendios Accidentes causados por seres vivos Exposición a sustancias nocivas o tóxicas Contactos con sustancias cáusticas o corrosivas Exposición a radiaciones Sobreesfuerzos Exposición a temperaturas ambientales extremas Pisadas sobre objetos Proyección de fragmentos o partículas

*Fuente: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales (10/02/2005)*

### 1.4. Recomendaciones básicas y generales en la prevención de riesgos

Los instrumentos para realizar una correcta protección de la seguridad y salud de los trabajadores de centro docentes son las técnicas de prevención, las cuales tienen como objetivo principal la eliminación o disminución de los riesgos laborales en el lugar de trabajo.