



Servicio de Salud y Prevención de Riesgos Laborales

Técnico en educación infantil

Fatiga física

Adopción de posturas forzadas e incómodas, levantar cargas (ropa o niños). Realización de movimientos repetitivos.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Mantén la espalda lo más recta posible, sobretodo al realizar tareas de pie, y flexiona las rodillas para agacharte.



- Cuando ayudes a los más pequeños a comer o a realizar alguna tarea, no dobles la espalda, hazlo utilizando una de sus sillas.



- A la hora de recoger las tumbonas pide a algún compañero que te ayude. Es una tarea para realizar entre dos.

- No almacenes las tumbonas en pilas de más de 2 metros.
- Coge a los niños en brazos sólo lo imprescindible.
- Cuando cambies pañales, procura apoyar los codos en el cambiador, evitando los movimientos de los brazos y utilizando los dos brazos.
- Usa el cambiador de pañales para los niños mayores, dotado de una pequeña escalera para que los niños suban solos al mismo, siempre bajo tu supervisión.



Trastornos de la voz

Uso prolongado de la voz, elevación del volumen de forma inconsciente por parte del trabajador.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- No fuerces la voz, ni tampoco mantengas una intensidad muy baja de la misma.
- Habla con tranquilidad y poca intensidad.
- Si necesitas reforzar un mandato, realiza gestos, no gritos.
- Al hablar procura no hacerlo muy rápido ni de manera monótona.
- Tras un uso prolongado de la voz, es aconsejable que realices descansos.
- Evita cambios bruscos de temperatura, especialmente en invierno, durante el cual es conveniente que te abrigues el cuello.
- Utiliza silbatos para marcar conductas.
- Fórmate en educación de la voz.

Riesgo Biológico

Contacto continuado con niños, cambio de pañales.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Utiliza siempre guantes de un solo uso cuando cambies pañales o practiques pequeñas curas a los niños.
- Evita todo contacto con la sangre. ¡Cuidado cuando atiendas a un niño que le sangra la nariz! ¡Recuerda, PONTE GUANTES!
- Recomienda y anima a las madres para que avisen en caso de que su hijo padezca enfermedades como rubeola, sarampión, varicela, etc., o en caso de tener parásitos (piojos).
- Hazlo saber a la Dirección del centro. Ésta informará a los trabajadores si es necesario. ¡Respetar la confidencialidad del menor!
- Utiliza siempre contenedores adecuados para desechar pañales.
- Valora adecuadamente el posible contagio de estas enfermedades tan comunes en los niños, sobre todo en caso de que estés embarazada.

Hazlo saber a tu médico y al Servicio de Salud y Prevención de Riesgos Laborales.



**MUJER:
SI NO ESTÁS VACUNADA CONTRA LA
RUBEOLA ¡VACÚNATE!**

- Vacúnate también contra gripe y tétanos.
- Evita cambios bruscos de temperatura.
- Es recomendable que el centro de trabajo esté bien ventilado.

JUNTA DE EXTREMADURA

<http://ssprl.juntaex.es>