

## PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

---

# Freno a los riesgos



### ¿QUÉ ES UN RIESGO LABORAL?

---

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) define “riesgo laboral” como la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. “Factor de riesgo” es la causa inmediata que produce ese riesgo.

En el sector de Autoescuelas, un riesgo laboral sería, por ejemplo, sufrir un accidente de tráfico mientras se da una clase. Por otra parte, un ejemplo de factor de riesgo sería la inexperiencia de los alumnos o el hecho de conducir bebido.

Hay riesgos que se producen por una deficiencia preventiva puntual, como puede ser un suelo resbaladizo no señalizado en un día de lluvia y que puede producir un riesgo de caída, o por una exposición continua a unas condiciones de trabajo inadecuadas, como el riesgo ergonómico de una silla y mesa de administrativo mal diseñada.

---

Para lograr una eficaz prevención de los riesgos laborales hay que estar familiarizado con los riesgos que se pueden encontrar en cada centro de trabajo

---

Para lograr una eficaz prevención de los riesgos laborales hay que estar familiarizado con los riesgos que se pueden encontrar en el centro de trabajo, conociendo cuáles son esos riesgos, qué los produce, qué efectos negativos tienen sobre la salud de los trabajadores/as y qué medidas preventivas hay que tomar para eliminarlos o minimizarlos.

Lograr entender y comprender las respuestas a estas cuatro preguntas es clave para conseguir unas mejores condiciones de seguridad y salud en el centro de trabajo.

## RIESGOS ESPECÍFICOS DEL SECTOR DE AUTOESCUELAS

Muchos son los riesgos que tiene un trabajador en su puesto de trabajo. Pero de entre esos riesgos, hay algunos específicos del sector de Autoescuelas. Veamos cuáles son y algunas medidas preventivas que podemos adoptar:

TIPO DE RIESGO	PREVENCIÓN Y RECOMENDACIONES
<p><b>Riesgos biológicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contagio de enfermedades transmitidas por los alumnos, generalmente de carácter leve.</li> <li>- Infecciones que se producen en los servicios, que pueden ser vectores de múltiples infecciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Extremar la higiene de manos y ropa de trabajo.</li> <li>- Incidir en la limpieza de sanitarios.</li> <li>- Proporcionar EPI a los trabajadores que lo necesiten.</li> </ul>
<p><b>Riesgos relacionados con la ergonomía</b></p> <p>Carga postural y manipulación de cargas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Molestias y lesiones musculares.</li> <li>- Trastornos circulatorios.</li> </ul> <p>Condiciones ambientales (iluminación, climatización y ruido):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alteraciones visuales.</li> <li>- Fatiga visual.</li> <li>- Incomodidad y malestar.</li> <li>- Trastornos respiratorios.</li> <li>- Molestias oculares.</li> <li>- Dificultades para concentrarse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formar a los trabajadores en medidas de higiene postural tanto en el coche como en la oficina.</li> <li>- Respecto al levantamiento manual de cargas: formar a los trabajadores teniendo en cuenta no sobrepasar, sin ayuda de equipos de trabajo u otras personas, los 25 kg. de peso.</li> <li>- Solicitar que elementos del puesto de trabajo: sillas, mesas, ordenadores, etc., tengan las condiciones ergonómicas adecuadas.</li> <li>- Formar a los trabajadores en el uso correcto del ordenador.</li> <li>- Mantener las condiciones ambientales óptimas del lugar de trabajo.</li> </ul>
<p><b>Riesgos relacionados con los factores psicosociales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrés.</li> <li>- Fatiga mental.</li> <li>- Síndrome del estar quemado o Burnout.</li> <li>- Insatisfacción laboral.</li> <li>- Problemas de relación.</li> <li>- Desmotivación laboral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar evaluaciones de riesgos en las que se incluyan los riesgos psicosociales.</li> <li>- Proponer medidas organizativas que faciliten una carga de trabajo adecuada: distribución adecuada de las clases, distribución de los periodos de pausas, etc.</li> <li>- Formar a los trabajadores en técnicas de comunicación, asertividad y gestión de conflictos.</li> <li>- Formar a los trabajadores en técnicas de gestión del estrés.</li> <li>- Elaborar protocolos de actuación para el caso concreto de acoso.</li> <li>- Realizar ejercicio físico.</li> <li>- Dieta equilibrada.</li> </ul>
<p><b>Accidentes de tráfico</b></p> <p>Factores de riesgo responsables de los accidentes de tráfico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dependientes del estado de las carreteras y el tráfico de la zona.</li> <li>- Dependientes del vehículo que utilizemos.</li> <li>- Dependientes del conductor (alumnado y profesorado).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Circular, dentro de lo posible, por las mejores vías de circulación existentes.</li> <li>- Mantener en buen estado el vehículo.</li> <li>- Preocuparse por el correcto estado físico y psicológico del conductor (alumnado y profesorado).</li> </ul>

**MÁS INFORMACIÓN EN [WWW.FEUSOPRLAUTOESCUELAS.COM](http://WWW.FEUSOPRLAUTOESCUELAS.COM)**

*Imma Badia Camprubí*  
Secretaria de Salud Laboral  
FEUSO

