

▶ **EDITORIAL**

- Las nuevas exigencias de la Formación Profesional

▶ **NOTICIAS**

- Nuevo título de Formación Profesional Básica sobre actividades domésticas y limpieza de edificios.
- Material didáctico sobre Formación Profesional.
- Guías de buenas prácticas para trabajadores jóvenes.
- II Congreso FOL 2016.
- El trabajo de adolescentes.

▶ **OPINIÓN**

- Colaborar para formar.

▶ **NOTAS PRÁCTICAS**

- Las tareas de limpieza.
- Caso Práctico: descripción.
- Análisis del Caso Práctico. Factores de riesgo.

▶ **ACTIVIDADES DE AYUDA**

▶ **PUBLICACIONES**

▶ **LEGISLACIÓN**

Esta publicación está editada por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo y su principal objetivo es divulgar contenidos prácticos sobre la prevención de riesgos laborales. Nuestro público de referencia es el profesorado de Formación Profesional, pero estamos encantados de que otros destinatarios interesados en la prevención nos visiten.

TAREAS DE LIMPIEZA



Título: ERGA Formación Profesional

Autor: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). **Elaborado por:** Juan Guasch (Director). Cristina Araujo (Redacción), Joaquín Pérez (Montaje). **Ilustración:** David Revilla.

Edita: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). C./Torrelaguna, 73.28027 Madrid. Teléfono: 91 363 41 00, Fax: 91 363 43 27. Web: <http://www.insht.es> **Composición:** Servicio de Ediciones y Publicaciones del INSHT. **Edición:** Barcelona, febrero 2016.

NIPO (en línea) 272-15-008-8

Las nuevas exigencias de la Formación Profesional

En abril de 2015, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) publicó el informe: [Skills beyond School](#).

El estudio incluye análisis y reflexiones sobre los sistemas de Formación Profesional en 40 países europeos e identifica las buenas prácticas en esta materia.

En el [resumen referido a España](#), «Las competencias más allá de la escuela: Informe de síntesis», la OCDE apoya las recientes reformas del sector de la Formación Profesional que, con el establecimiento de un nuevo ciclo de Formación Profesional Básica, ahora ofrece formación básica, media y superior. Igualmente, este organismo aplaude la implantación de la Formación Profesional Dual, que combina los procesos de enseñanza y aprendizaje en la empresa y en el centro de formación.

No obstante, el informe recomienda incrementar el número de alumnos formados en Formación Profesional (de los alumnos que continúan más allá de la ESO, un 70% escoge Bachillerato y un 30% realiza estudios de Formación Profesional). Uno de los motivos de la necesidad de este incremento, según Simon Field, Jefe de Proyecto de las evaluaciones de los sistemas de Formación Profesional en los países de la OCDE, y que presentó el informe en España, es que de aquí a 2020, dos tercios del empleo estarán relacionados

con la categoría técnica, que es lo que solemos asociar con los estudios de Formación Profesional.

El informe también aconseja incentivar el aprendizaje basado en el trabajo y mejorar la Formación Profesional Dual, haciendo un mayor esfuerzo en la comunicación entre empresas y centros de Formación Profesional, además de someter el aprendizaje de los jóvenes a evaluaciones, concediendo créditos y asegurando la calidad del aprendizaje.

Es cierto que el Sistema de Formación Profesional español no está todavía a la altura de los sistemas europeos. El número de titulados en Formación Profesional en España (33,3%, en 2012) se encuentra por debajo de la media de los 34 países miembros de la OCDE (39,7%, en 2012). Es lo que se desprende del informe: «[La Formación Profesional en España](#)», de abril de 2015. Pero también es verdad que la evolución del alumnado de Formación Profesional del año 2014-2015 se incrementó en un 22,44% en relación con el curso 2011-2012; y respecto a la implantación de la Formación Profesional Dual, cuyas bases se aprobaron mediante el [Real Decreto 1529/2012](#), el número de alumnos matriculados se ha multiplicado por cuatro y ha pasado de 4.292 en el curso 2012-2013 a 16.199, en el curso 2014-2015, según datos del mismo informe.

La Unión Europea reclama desde hace un tiempo la reforma de los sistemas de formación profesional de los países europeos, con el fin de capacitar a las personas para el mundo empresarial y asegurar la movilidad en un sistema que cada vez se presenta más global. Como consecuencia, en la Formación Profesional de nuestro país ha habido un proceso importante de cambios y nuevas denominaciones, con la reestructuración de familias profesionales y la renovación del catálogo de títulos de Formación Profesional, en el que algunos de los títulos han cambiado de denominación, otros pasan a ser de nuevas familias (antes eran 22 familias profesionales y ahora son 26), otros son totalmente nuevos y otros se actualizan y renuevan con el mismo o parecido nombre.

Esperemos que, a pesar de que estos procesos de renovación suelen ser lentos y complicados, en los próximos años sigamos avanzando para implantar en España un sistema de Formación Profesional sólido y eficaz. Esto indicará que hemos sido capaces de ofrecer una oferta formativa de calidad, actualizada y adecuada a los distintos destinatarios, y de acuerdo con las necesidades de cualificación del mercado.

Nuevo título de Formación Profesional Básica sobre actividades domésticas y limpieza de edificios

A través del [Real Decreto 774/2015](#), de 29 de agosto, se han establecido seis títulos de Formación Profesional Básica del catálogo de títulos de las enseñanzas de Formación Profesional, entre el que se encuentra el relacionado con las actividades domésticas y la limpieza de edificios.

Los seis nuevos títulos son:

- Título profesional básico en actividades de panadería y pastelería.
- Título profesional básico en actividades domésticas y limpieza de edificios.
- Título profesional básico en mantenimiento de viviendas.
- Título profesional básico en fabricación de elementos metálicos.
- Título profesional básico en instalaciones eléctricas y mecánica.
- Título profesional básico en mantenimiento de embarcaciones deportivas.

Las especificaciones concretas relacionadas con los correspondientes títulos se describen en los anexos del mencionado Real Decreto.

Los otros catorce títulos profesionales básicos aprobados a través del Real Decreto 127/2014, de 28 de febrero, se pueden consultar en este [enlace](#).



Material didáctico sobre Formación Profesional

La Junta de Andalucía, a través de la Consejería de Empleo, ha editado el material didáctico titulado: [Material didáctico para el Módulo de Prevención de Riesgos Laborales de los cursos FPO](#) (Formación Profesional Ocupacional).

El material incluye normativa, conceptos básicos de salud laboral, los riesgos más habituales de las familias profesionales, ejercicios interactivos, enlaces de interés, glosario de términos, instrucciones de uso para el alumno y el formador, etc.

El apartado: "Menú Formación" se subdivide en un módulo común y en diez módulos específicos. Cada uno de estos diez módulos consta de un

manual explicativo, unos ejercicios y un test, como prueba de los conocimientos adquiridos.

Los diez temas de los módulos específicos son: agricultura y jardinería; industria; hostelería y restauración; oficinas y sector de administración; construcción; transporte y comunicaciones; fabricación, mantenimiento y reparación de equipos eléctricos y electrónicos; sanidad; industrias químicas e industrias alimentarias.



Guías de buenas prácticas para trabajadores jóvenes

La Junta de Castilla y León, junto con Ibermutuamur, ha editado el texto titulado: "Guía de buenas prácticas sobre la prevención de riesgos laborales para los jóvenes" ([1ª parte](#)), ([2ª parte](#)) y ([3ª parte](#)).

Las guías pretenden sensibilizar a los trabajadores más jóvenes, así como a sus responsables laborales, tutores y familiares sobre la importancia de la seguridad y la salud en el trabajo. Para ello en estas tres guías se pueden encontrar unas nociones generales sobre prevención de riesgos laborales, un análisis de los riesgos más frecuentes, instrucciones básicas sobre primeros auxilios, un breve glosario con terminología básica sobre prevención de riesgos laborales y unas direcciones de internet donde se puede ampliar la información sobre el tema.



II Congreso FOL 2016

Los próximos días 21 a 23 de abril se celebrará el segundo Congreso Nacional del profesorado de Formación y Orientación Laboral (FOL) en el Palacio Kursaal de San Sebastián.

El módulo FOL es obligatorio en todos los Ciclos Formativos de Formación Profesional y comprende materias de legislación y orientación profesional. Su finalidad es la de ofrecer a los alumnos una serie de estrategias e instrumentos para facilitar su inserción en el mercado de trabajo.

El objetivo del Congreso es reunir al profesorado de esta especialidad para analizar, debatir y compartir diferentes experiencias relacionadas con los cambios y transformaciones que se están produciendo en las aulas de Formación Profesional, además de buscar nuevos retos y objetivos comunes.

Toda la información (programa, inscripción, organización, presentación de ejemplos de buenas prácticas, etc.) se puede encontrar en este enlace: <https://congresofol.wordpress.com/>

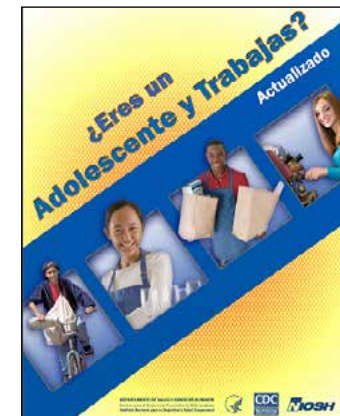
El [Primer Congreso](#) sobre esta misma materia se celebró el pasado mes de abril de 2015 en Valencia. En este [enlace](#) se pueden consultar las principales conclusiones.



El trabajo de adolescentes

El Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), organismo que elabora recomendaciones para proteger a los trabajadores de Estados Unidos contra las enfermedades y lesiones relacionadas con el trabajo, ha publicado un breve texto titulado: “¿Eres un adolescente y trabajas?”.

A pesar de que la publicación muestra los derechos y las responsabilidades de los trabajadores jóvenes en relación con la legislación vigente en los Estados Unidos, contiene apartados de interés general para todos los jóvenes trabajadores, como: “¿Qué constituye un peligro?”, “¿Qué tipo de trabajo no debo hacer?”, “¿Cuáles son las responsabilidades de mi empleador en el trabajo?”. Se puede consultar en este [enlace](#).



Colaborar para formar

Uno de los mayores problemas que tiene actualmente España es su elevada tasa de desempleo juvenil. La cifra, cercana al 50%, es la segunda más alta de todos los países de la Unión Europea. Desde la Fundación Bertelsmann hemos identificado algunas de las causas de este desequilibrio, y estamos avanzando en la búsqueda de posibles soluciones.

La falta de una orientación profesional coordinada de calidad ha llevado a una importante divergencia entre la oferta y la demanda de puestos de trabajo. Por ello estamos trabajando para consolidar nuevas herramientas y estrategias en este campo con un proyecto piloto en 30 centros de Andalucía, Catalunya y Madrid que está iniciando su segundo año de andadura.

Otro de los ámbitos que hemos evaluado para contribuir a la mejora de la empleabilidad de nuestros jóvenes es el de la Formación Profesional Dual.

Así, desde la Fundación Bertelsmann, en este caso junto a la Fundación Princesa de Girona, la CEOE y la Cámara de Comercio de España, hemos creado la Alianza para la Formación Profesional Dual. El objetivo es introducir este sistema, que se aplica con éxito en los países centroeuropeos, desde el trabajo conjunto, coordinado y sistemático por parte de todas las organizaciones implicadas como empresas, instituciones, centros educativos y administraciones.

Para mejorar la empleabilidad de nuestros jóvenes creemos que el desarrollo de la Formación Profesional Dual de calidad en España es básica. Uniendo esfuerzos y creando sinergias, impulsamos y adaptamos a nuestro entorno este modelo de éxito. Con este sistema, las empresas preparan profesionales con una formación ajustada a sus necesidades reales permitiendo ampliar las oportunidades de trabajo. Desde la Alianza

queremos sumar el mayor número de empresas posible para bajar la tasa de desempleo juvenil en España.

Trabajamos en garantizar en todo momento un proceso de calidad, en facilitar cada día que se sumen un mayor número de PYMES, en que se mejore el marco legal y jurídico, y en que se aumente el prestigio de la Formación Profesional.

Las empresas son siempre las protagonistas de la Formación Profesional Dual. En Alemania, Austria, Dinamarca, los Países Bajos y Suiza, entre otros, el sistema ha conseguido ya unos magníficos resultados. Necesitamos involucrarnos más y mejor para conseguir pasar del 3% que representa en la actualidad la Formación Profesional Dual en nuestro país, al 60% que vemos en algunos de los países antes mencionados. Lo hemos de hacer por nuestros jóvenes, por nuestras empresas y por nuestro país.



Francisco Belil

Vicepresidente de la Fundación Bertelsmann

Las “Notas Prácticas” que presentamos a continuación tratan un tema específico relacionado con la prevención de riesgos laborales, en cada número del Erga-FP. El que corresponde a esta edición es: “Las tareas de limpieza”. Se incluyen los siguientes apartados: un conjunto de recomendaciones que constituyen el cuerpo teórico del tema; un Caso Práctico, acompañado de un análisis sobre factores de riesgo; y actividades didácticas que el profesorado puede desarrollar a partir de dicho Caso y otras propuestas. Estos ejercicios son orientativos y tienen como finalidad que el profesorado los utilice como herramienta de apoyo en la enseñanza de la prevención de riesgos.

Las tareas de limpieza

Todas las empresas necesitan profesionales de la limpieza para mantener en condiciones higiénicas y en orden los lugares de trabajo. Es un sector dinámico y en crecimiento, sujeto cada vez más a contratación externa.

Según la [Federación Europea de Limpieza Industrial](#) (FENI), con sede en Bruselas, en el año 2014 existían más de 176.900 pequeñas empresas de limpieza, en 20 países europeos. En estas empresas trabajaban 3,32 millones de trabajadores, lo que suponía un volumen de negocios de 64,5 millones de euros. El 67% de los trabajadores de este sector trabajaban a tiempo parcial y el 73% eran mujeres.

Entre las actividades más habituales realizadas en este sector se encuentra la limpieza interior de todo tipo de edificios (oficinas, fábricas, comercios, edificios de organismos públicos, establecimientos empresariales y profesionales, edificios residenciales, etc.), en los que se efectúan tareas de limpieza de cristales, chimeneas, hornos, conductos de ventilación; tareas de pulimento, encerado, decapado, etc. Pero no hay que olvidar que este sector también comprende la limpieza

de trenes, autobuses, aviones y otros medios de transporte; servicios de desinfección, desratización y desinsectación de edificios, barcos y trenes; y la limpieza viaria.

La limpieza realizada de forma correcta contribuye a reducir los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores en sus lugares de trabajo, así como los costes para la empresa. Sin embargo, los trabajadores de este sector pueden sufrir daños como consecuencia de los factores de riesgo que suelen confluír en esta actividad, como son la propia organización del trabajo, la utilización de sustancias químicas, los riesgos posturales, la utilización de maquinaria, la variedad de sectores productivos donde se desarrolla, la realización del trabajo en horarios poco habituales, la escasa valoración social, el tipo de contrato, la escasa formación, la falta de equipos apropiados, la falta de sensibilización sobre los riesgos asociados a esta actividad, etc.

Todo ello puede provocar accidentes o enfermedades profesionales. Los daños a la salud más comunes relacionados con este tipo de trabajo, reflejados en diversos estudios son: las lesiones a

causa de resbalones, tropiezos y caídas; los trastornos musculoesqueléticos; el estrés, la ansiedad y los trastornos del sueño relacionados con el trabajo; las enfermedades de la piel, como la dermatitis de contacto y el eczema; los trastornos respiratorios, como el asma; y las enfermedades cardiovasculares.

A continuación, ofrecemos una serie de medidas preventivas, con el fin de planificar métodos operativos con comportamientos seguros para lograr un buen nivel de seguridad y salud para los trabajadores de este sector.

Medidas preventivas

Generales

1. Identificar los riesgos y determinar los trabajadores que están expuestos a dichos riesgos.
2. Evaluar los riesgos y asignar prioridades a los mismos.
3. Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos de sus puestos de trabajo.

4. Distribuir de forma equitativa las tareas y las competencias, teniendo en cuenta los trabajos imprevistos, los picos de trabajo y las bajas del personal.
5. Establecer pausas.
6. Fomentar el trabajo en equipo y la organización conjunta.
7. Realizar evaluaciones de los productos químicos utilizados, creando procedimientos para vigilar que no se mezclen y etiquetándolos con claridad, con el fin de identificar los riesgos.
8. Crear procedimientos para garantizar la seguridad de los operarios que trabajan solos.
9. Utilizar técnicas adecuadas en el levantamiento manual de cargas (aproximarse a la carga para levantarla, flexionar las piernas y mantener la espalda recta, no girar nunca la cintura durante la manipulación, mantener la carga pegada al cuerpo y firmemente sujeta, y no levantar cargas por encima del nivel de los hombros). Siempre que sea posible, utilizar ayuda mecánica o el apoyo de los compañeros.

Específicas

10. Utilizar herramientas adecuadas, fáciles de manejar. Proporcionar extensores flexibles

o alargadores (mopa, escoba, fregona); mangos telescópicos; cubos con ruedas, asas y escurridor con prensa; carros para el traslado de artículos de limpieza, etc.

11. Usar equipos de trabajo seguros y con el marcado CE (aspiradores, enceradoras, barredoras, pulidoras, abrillantadoras, etc.), que se inspeccionarán periódicamente por personal cualificado.
12. Dejar libres de obstáculos las zonas de paso y de trabajo y prestar atención a los desniveles, las irregularidades y los desperfectos del suelo.
13. Disponer de ropa de trabajo resistente y lavable y de equipos de protección personal (guantes; calzado cómodo, impermeable y antideslizante; arneses; cinturones de seguridad; mascarillas; rodilleras; etc.), controlando su uso apropiado, revisando su estado y sustituyéndolo cuando sea necesario.
14. Utilizar escaleras de mano o banquetas para el acceso a lugares altos y evitar el uso de elementos inestables (sillas, taburetes, mesas, cajas, etc.). Las escaleras hay que colocarlas sobre superficies planas, en un ángulo seguro y en posición estable.
15. Preferiblemente, empujar una carga de frente en lugar de arrastrarla de espaldas. En el transporte de carros es preferible empujar desde la parte posterior que tirar de ellos.

16. Adoptar hábitos posturales y técnicas de trabajo que eviten la adopción de malas posturas, movimientos inadecuados o determinados riesgos. Algunos de estos buenos hábitos son los siguientes:

- Sostener la mopa, la escoba o la fregona entre el nivel del pecho y la cadera.
- Mover el utensilio para barrer o fregar lo más cerca posible de los pies, realizando el movimiento con los brazos sin seguirlo con la cintura.
- Sujetar el mango lo más vertical posible y con toda la superficie de la mano.
- Usar una mano para limpiar cristales y superficies verticales, apoyar la izquierda en la pared y mantener el pie derecho adelantado y el izquierdo retrasado; luego, invertir la postura y hacerlo con la mano izquierda.
- Limpiar las escaleras bajando los peldaños en el sentido del descenso.
- No introducir las manos en las papeleras o recipientes. Para vaciarlos, volcarlos en la bolsa, el carro o contenedor.

17. Colocar señales de advertencia para evitar resbalones y caídas cuando los suelos estén mojados.

Caso Práctico

El primer trabajo de Alex

Alex sueña con crear su propia empresa, aunque todavía no cuenta con los recursos necesarios.

El joven ha realizado un Ciclo Formativo de Grado Superior en Informática y Comunicaciones y le encantaría hacerse un espacio en el mercado para poder desarrollar aplicaciones en entornos Web, diseñar productos *software*, asesorar en aplicaciones y sistemas informáticos, etc.

Mientras planifica su futuro profesional por las mañanas, Alex tiene, de momento, asegurado un sueldo a fin de mes, ya que ha encontrado un puesto de trabajo de informático en horario de tarde en un centro de enseñanza concertada, que cuenta con unos 1.000 alumnos.

Sobre las 16 h. entra cada día en la escuela y lo primero que hace es saludar a Paqui, la conserje, que tras un mostrador, suele atender con rapidez y eficacia los recados de los profesores, también atiende el teléfono y el fax, contesta el correo electrónico, controla las entradas y salidas de los profesores y del alumnado, hace fotocopias, etc.

Paqui le suele poner al día y le da los recados que le han dejado los profesores.

A Alex le cae muy bien Paqui. Como el chico es muy sociable y extrovertido sabe que la conserje está sustituyendo a una trabajadora que está de baja por maternidad y que su contrato se le acabará dentro de poco. Aunque no tiene personas a su

cargo y vive sola, Paqui tiene un sueldo justo para llegar a fin de mes y no sabe si encontrará alguna otra sustitución cuando se le acabe ésta.

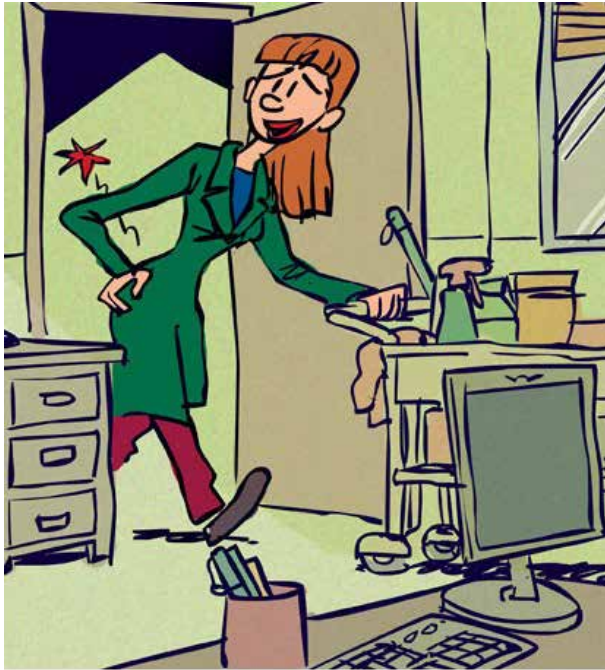
Alex va caminando por el pasillo hacia su despacho y por la puerta entreabierta de la sala de profesores ve a un grupo de tutores, que están a punto de irse, entre ellos a Raquel, una joven profesora de matemáticas, enamorada de su trabajo, que enseña a sus alumnos a hacer fracciones con tabletas de chocolate y cajas de quesitos.

Alex le saluda desde lejos con la mano y Raquel le contesta con una amplia sonrisa.

Es curioso, piensa Alex mientras camina, el contraste entre el entusiasmo de Raquel y el hartazgo de Carlos, tutor de 1º de ESO, que se pasa los meses contando los días que le quedan para poder acceder por fin a la jubilación parcial y le va diciendo a todo el mundo las ganas que tiene de dejar de trabajar.

Es la primera experiencia laboral que tiene Alex





y en poco tiempo ha podido conocer distintas situaciones entre sus compañeros que hasta ahora no se las había planteado y que le han hecho pensar en lo importante que es desarrollar un trabajo que te guste, en un buen ambiente y en unas condiciones adecuadas.

Cuando entra en su despacho, echa en falta a Amparo y a Mari, dos de las once limpiadoras de la escuela, que a esas horas suelen estar limpiando en su misma planta.

Alex mantiene una relación cordial con las dos mujeres, los tres trabajan en horario de tarde y a Alex le gusta hablar un rato con ellas e intervenir en sus conversaciones.

Amparo tiene unos 40 años y un síndrome del túnel carpiano diagnosticado. Su jornada de trabajo es de 16.00 a 22.00 h de lunes a viernes, con 20 minutos de descanso. Su trabajo consiste en limpiar con una mopa el suelo de las aulas, pasillos y escaleras. Luego los friega; ordena y limpia con bayeta las mesas de las aulas y otro mobiliario (estanterías, baldosas, sillas, lavabos, etc.); limpia uno de los vestuarios del gimnasio; vacía las papeleras y retira residuos. Amparo le ha explicado a Alex que, además, en las vacaciones de verano, cuando no hay alumnos, hace la limpieza por las obras que suelen hacerse en la escuela en esas fechas.

Sus problemas empezaron hace tres años por un dolor en la mano derecha que se irradiaba hasta el hombro. Por entonces, le diagnosticaron un síndrome del túnel carpiano de intensidad leve, se tomó algún fármaco y no necesitó coger la baja. Pero dos años después le volvió a aparecer un dolor más agudo en la mano y en el brazo, volvió al médico, y éste calificó el síndrome del túnel carpiano como de grado moderado a severo, pero Amparo siguió trabajando. Posteriormente, decidió dirigirse a la Mutua, que descartó el origen laboral de la dolencia. La empresa en la que trabaja Amparo nunca había realizado una evaluación de

riesgos. Tres meses después tuvo que coger la baja durante tres semanas por ansiedad debido a toda la angustia del proceso. Pasaron cinco meses, la intervinieron quirúrgicamente y se incorporó al trabajo, aunque seguía quejándose de molestias.

Mari, la limpiadora más joven, es una mujer alta, y ha pedido hace tiempo a la empresa una fregona con el mango más largo para poder trabajar en una postura más erguida pero, de momento, no se la han proporcionado. Mari se queja de dolores cuando flexiona el cuerpo hacia adelante para limpiar debajo de las mesas y las sillas. Ni Mari ni ninguna de las limpiadoras ha recibido nunca un curso de formación y, por tanto, no sabe si debe modificar sus hábitos de trabajo en general.

También se queja de hormigueo en las manos cuando abrillanta los suelos con la máquina abrillantadora de hace mil años y de sensación de entumecimiento en los dedos, que se le vuelven blancos. No existe un servicio de mantenimiento en la empresa que revise periódicamente los equipos y, a pesar de que Mari se ha quejado varias veces a su encargada del mal funcionamiento de la máquina, el problema sigue sin solución.

Alex enciende su ordenador, coloca las notas que le ha entregado Paqui encima de su mesa, se dispone a ir solucionando los pequeños problemas informáticos del profesorado, y en ese momento entra en el despacho Mari sola, lo que confirma, casi seguro, que Amparo ha debido ir de nuevo al médico para volver a pedir la baja.

Análisis del Caso Práctico. Factores de riesgo



Falta de formación a los trabajadores sobre los riesgos relacionados con sus puestos de trabajo.

Medida preventiva 3

No haber realizado nunca una evaluación de riesgos por parte de la empresa.

Medida preventiva 2

No proporcionar a las trabajadoras herramientas adecuadas, fáciles de manejar, mopas con alargadores, etc.

Medida preventiva 10

No utilizar equipos de trabajo seguros.

Medida preventiva 11

No revisar periódicamente por personal cualificado los equipos de trabajo.

Medida preventiva 11

No adoptar hábitos posturales y técnicas de trabajo que eviten malas posturas, movimientos inadecuados o determinados riesgos.

Medida preventiva 16

1. Analizar en clase las situaciones de riesgo a las que Amparo y Mari están expuestas en el Caso Práctico, proponiendo medidas preventivas.

Propuesta: El profesorado hará preguntas generales a los alumnos sobre aspectos relacionados con el Caso Práctico, como las siguientes:

- ¿Qué actividades de las que realizan Amparo y Mari te parece que pueden provocar trastornos musculoesqueléticos?
- ¿Crees que la limpieza de los edificios contribuye a reducir los riesgos para la seguridad y la salud de los propios trabajadores y del resto de personal?
- ¿Qué medidas preventivas de bajo coste crees que podrían haberse aplicado para mejorar los puestos de trabajo de las limpiadoras del Caso Práctico?
- ¿Te parece que el sector de la limpieza es un sector con un número elevado de absentismo?
- ¿Crees que las limpiadoras están expuestas a factores de riesgo psicosocial? ¿Te parece que el estrés, la depresión o el insomnio pueden ser algunas de las consecuencias de estos factores? ¿A qué crees que es debido?
- ¿Por qué crees que el sexo del personal que se dedica a las tareas de limpieza es mayoritariamente femenino?
- ¿A qué causas crees que es debido que los trabajadores del sector de la limpieza tengan escasa valoración social?

- 2.- Elaborar un breve resumen de las condiciones de trabajo del personal de la limpieza en España.

Propuesta: Tras consultar la [VII Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo](#), elaborada por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, hacer un pequeño resumen de las condiciones de trabajo del personal del sector de la limpieza.

(Esta Encuesta se realizó entre los meses de octubre de 2011 a febrero de 2012, tras realizar 8.892 entrevistas personales en el domicilio de los trabajadores).

Para facilitar el trabajo al alumnado, las referencias de la Encuesta al personal perteneciente al sector de la limpieza se encuentran en las páginas: 7, 15-18, 20, 26-27, 32-33, 36, 41, 46, 49, 51 y 53.

3. Conocer los riesgos más habituales en las tareas de limpieza.

Propuesta: Tras la visualización de la película: [Napo y la limpieza a fondo](#), de 12 minutos de duración, los alumnos comentarán en clase las diferentes historias que protagoniza el personaje de animación, haciendo especial hincapié en los riesgos de sufrir resbalones y

tropezos, caídas, así como las medidas preventivas que hay que tener en cuenta en la manipulación de cargas, los riesgos de la electricidad, la importancia del mantenimiento de las máquinas y equipos, etc.

Los alumnos señalarán qué medidas preventivas creen que se deberían haber adoptado.

4. Comentar en clase lo importante que es adoptar una actitud positiva en el trabajo.

Propuesta: Analizar las actitudes tan diferentes que tienen en sus respectivos trabajos Paqui, Raquel y Carlos. Comentar entre todos, los motivos que pueden haber llevado a Carlos a adoptar una actitud tan negativa y a Raquel y a Paqui a tener una buena disposición en su trabajo.

Debatir en clase qué personajes del Caso Práctico pueden superar mejor posibles contratiempos laborales, qué trabajadores son los más productivos, qué personajes del Caso Práctico contribuyen a hacer que el lugar de trabajo sea más agradable y, por el contrario, qué personajes están más expuestos a concentrarse poco, a trabajar a un ritmo más lento y a padecer algún proceso de depresión.

INSHT

- [Guías para la acción preventiva](#). Limpieza de oficinas.
- [Limpieza de oficinas](#). Prevención 10. Evalua-t.
- Nota Técnica de Prevención nº 452. [Evaluación de las condiciones de trabajo: Carga postural](#).
- [Posturas de trabajo. Evaluación del riesgo](#).
- Vídeo. [Los riesgos de trastornos musculoesqueléticos \(TME\)](#).
- Vídeo. [Los riesgos de TME en el hombro](#).
- Vídeo. [Los riesgos de TME en el codo](#).
- Vídeo. [Los riesgos de TME en la muñeca](#).
- Cartel. [Trastornos musculoesqueléticos](#).
- Cartel. [Trabajo en posturas forzadas](#).
- Cartel. [Movimientos repetitivos de extremidad superior](#).
- Cartel. [Trabajos repetitivos de extremidad superior](#).
- Folleto: [Empleo seguro de las escaleras de mano](#).
- Folleto: [Síndrome del túnel carpiano](#).
- Folleto: [Descárgate. Aligera la carga física de trabajo](#).

OTRAS PUBLICACIONES

- [Manual de seguridad y salud en tareas de limpieza](#). FREMAP. 2012.
- [Manual de buenas prácticas en las tareas de limpieza](#). Mutua Balear.
- [Personal de limpieza](#). Instituto de Biomecánica de Valencia.
- [Recomendaciones ergonómicas en tareas de limpieza interior de edificios. Prevención de riesgos laborales en las actividades de limpieza](#). MC Mutual.
- [Riesgos laborales y medidas preventivas en la utilización de productos químicos de limpieza](#). Servicio de Prevención de Riesgos Laborales. Gobierno de Navarra. 2012.
- [Riesgos musculoesqueléticos del personal de limpieza y camareros/as de piso](#). Unión General de Trabajadores. Castilla la Mancha. 2004.
- [Riesgos y medidas ergonómicas en el sector de la limpieza](#). Instituto de Seguridad y Salud Laboral. Región de Murcia. 2013.
- [Manual para la prevención de riesgos laborales en el sector de la limpieza](#). Federación Asturiana de Empresarios. FADE. 2013.
- [Código de buenas prácticas preventivas](#). Sector de limpieza. UMIVALE. Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 15. 2015.
- [Riesgos laborales específicos del sector de la limpieza](#). Empresa y Limpieza. (E. & L.). 2015.
- [Guía para los trabajadores del sector de limpieza de edificios y locales](#). CC.OO. 108 págs. 2010.
- [Guía para la prevención de los riesgos durante el embarazo y la lactancia en el sector de la limpieza de edificios e instalaciones](#). CC.OO. 89 páginas. 2013.

OTRAS PUBLICACIONES

- Guía para la prevención de los riesgos durante el embarazo y la lactancia en el sector de la limpieza de edificios e instalaciones. [Informe de la situación](#). CC.OO. 52 págs. 2013.
- [Análisis de los riesgos ergonómicos y psicosociales en el sector de las empresas de limpieza](#). 102 págs. UGT.
- [Guía para la prevención de riesgos laborales en el sector de la limpieza de locales, oficinas y hospitales](#). Ed. : Labour Asociados.
- [Prevención de daños a los trabajadores del sector de la limpieza](#). Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo. FACTS nº 86.
- [Condiciones de trabajo en el sector de limpieza en Baleares y su impacto en la salud de las trabajadoras](#). Hostelería. Sanidad. Limpieza de edificios. Illes Balears. CC.OO. 49 págs.

- [Ley 31/1995](#), de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (BOE 10-11-1995), y sus posteriores modificaciones.
- [Real Decreto 39/1997](#), de 17 de enero. Reglamento de los Servicios de Prevención, y sus posteriores modificaciones.
- [Real Decreto 1561/1995](#), de 21 de septiembre sobre jornadas especiales de trabajo.
- [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. Disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.
- [Real Decreto 773/1997](#), de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- [Real Decreto 1215/1997](#), de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo y sus posteriores modificaciones.
- [Real Decreto 374/2001](#), de 6 de abril, sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo

Hipervínculos:

El INSHT no es responsable ni garantiza la exactitud de la información en los sitios web que no son de su propiedad. Asimismo la inclusión de un hipervínculo no implica aprobación por parte del INSHT del sitio web, del propietario del mismo o de cualquier contenido específico al que aquel redirija.

Catálogo general de publicaciones oficiales:

<http://publicacionesoficiales.boe.es>

Catálogo de publicaciones del INSHT:

<http://www.insht.es/catalogopublicaciones/>

