 <p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p> <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---

Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**

Centro: **Todos los centros**


Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Esta Ficha General de Información recoge las medidas preventivas a adoptar por el personal que lo ocupa (ficha unificada para todos los centros educativos).

Si en la columna de Riesgo se recoge el texto "**Maternidad/Lactancia**" el puesto requiere adaptación en caso de ser ocupado por una mujer embarazada o en periodo de lactancia natural. Si este es su caso, comuníquelo a su responsable para que pueda adaptar las tareas y evitar dicho riesgo. Si la adaptación no es posible póngase en contacto con el Servicio de Prevención.

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
Riesgos del Lugar: LUGAR GENÉRICO	
<p>CAIDAS DE PERSONAS A DIFERENTE NIVEL:</p> <p>Caídas a distinto nivel durante el desplazamiento por las escaleras del centro.</p>	<p>Evite subir o bajar las escaleras corriendo o saltando. Utilice siempre los pasamanos. Si ha de subir o bajar con carga, verifique previamente el recorrido a realizar por si existe algún obstáculo que deba ser retirado. Tenga especial cuidado en caso de que las escaleras se encuentren mojadas o recién fregadas. Manténgalas siempre libres de objetos.</p>
<p>CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL:</p> <p>Riesgos de caída al mismo nivel.</p>	<p>Evite desplazarse corriendo, incluso cuando tenga prisa. Mantenga limpia y ordenada la zona de trabajo, teniendo especial cuidado en las zonas de tránsito, para evitar posibles tropiezos y caídas. Mantenga el orden y limpieza en los puestos de trabajo, lugares de almacenamiento y zonas de paso.</p>
<p>CAIDA DE OBJETOS O MATERIALES ALMACENADOS:</p> <p>Riesgo de desprendimiento o caída de objetos o de la estructura completa en todas aquellas estanterías en aulas, almacenes, despachos y dependencias que no estén debidamente ancladas a paredes o solidariamente sostenidas entre ellas formando una estructura estable.</p>	<p>No sobrecargar las estanterías y distribuir la carga adecuadamente. Se deben almacenar los objetos más pesados y voluminosos en la parte baja de la estantería y se debe evitar almacenar material que sobresalga de la estantería. Si los objetos son susceptibles de rodar, deberán asegurarse mediante algún tipo de calzo o sistema similar o almacenarlos verticalmente.</p>
<p>GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES:</p> <p>Choques o golpes contra elementos o mobiliario de las aulas, zonas comunes del centro educativo, etc.</p>	<p>Tenga cuidado para no golpearse con las esquinas del mobiliario, etc. Mantener una anchura libre de paso de mínimo 80 cm. evitando dejar objetos que entorpezcan el paso. Almacenar el material en los lugares destinados para tal fin, dejando libres las zonas de paso, salidas y vías de circulación, evitando elementos que sobresalgan. Mantener el orden y la limpieza en el centro educativo.</p>
<p>CONTACTOS ELÉCTRICOS:</p> <p>Riesgo de contacto eléctrico por manipulación de equipos eléctricos.</p> <p>Puede producirse un contacto eléctrico directo por defectos en el aislamiento de los conductores o</p>	<p>Por su seguridad queda terminantemente prohibido abrir los cuadros eléctricos. Tan solo personal cualificado podrá manipular en el interior. Siempre que exista alguna deficiencia o desperfecto en una instalación o equipo eléctrico, no intente repararlo y avise inmediatamente al servicio de mantenimiento del que depende para que sean ellos los que lo reparen. Evite conectar a una misma toma de corriente más de un aparato eléctrico, para de esta forma no provocar sobrecargas eléctricas. Está terminantemente prohibido la utilización de ladrones para la conexión de varios</p>

 <p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p> <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---


Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**

Centro: **Todos los centros**

Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
<p>conexiones o bien un contacto eléctrico indirecto debido a corrientes de fuga por fallo en el aislamiento principal del sistema eléctrico del equipo.</p>	<p>aparatos en el mismo enchufe. Si es completamente necesaria la conexión de varios equipos en un mismo punto, utilice bases múltiples, respetando siempre la limitación de potencia indicada en las mismas y en su caso, la continuidad eléctrica de la toma de tierra.</p> <p>No tire directamente de los cables para la desconexión de los equipos, hágalo sujetando la base y tirando de la clavija.</p> <p>Procure en la medida de lo posible, no proyectar salpicaduras de líquidos conductores, a las instalaciones eléctricas ni a los equipos eléctricos que se encuentran conectados a la corriente eléctrica.</p> <p>No utilice en la medida de lo posible los aparatos eléctricos con las manos húmedas o mojadas. En caso de que su proceso de trabajo implique estar en continuo contacto con humedades y partes mojadas procure secarse las manos antes de utilizar cualquier equipo eléctrico y desconecte los equipos una vez que han sido utilizados</p>
<p>INCENDIOS: Riesgo de incendio.</p>	<p>En caso de incendio actúe según lo establecido en el plan de emergencias y evacuación.</p> <p>Nunca actúe en solitario.</p> <p>No obstaculice los equipos de extinción. Éstos deben ser en todo momento visibles y ser accesibles. Tampoco obstaculice el camino a recorrer en caso de una evacuación.</p> <p>No acumule material inflamable (papel, cartón, etc.) cerca de fuentes de calor, cuadros eléctricos o enchufes.</p> <p>Respete la prohibición de fumar.</p>
<p>ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS: Riesgo de atropello en la zona de acceso al centro donde coinciden vehículos particulares, autobuses y peatones durante las horas de inicio y fin de e la jornada escolar.</p>	<p>Caminar por las zonas habilitadas para el tránsito peatonal.</p> <p>Circular o estacionar en las zonas habilitadas para la circulación o estacionamiento de vehículos, respectivamente.</p> <p>Mantener suficiente distancia con los vehículos que transitan o maniobran en la zona de acceso al centro procurando colocarse, de ser necesario, en un sitio visible para el conductor.</p>
<p>OTROS RIESGOS NO CODIFICADOS: Botiquín</p>	<p>Consulte la ubicación del botiquín y las personas responsables de su gestión.</p> <p>En caso de necesidad, comuníquese a los responsables el uso del mismo.</p>
<p>OTROS RIESGOS NO CODIFICADOS: Locales de riesgo especial : sala de caldera, sala de electricidad...</p>	<p>Queda prohibido el acceso a estos espacios e instalaciones a todo el personal no autorizado por el centro.</p>
<p>CONDICIONES AMBIENTALES INCONFORTABLES: Riesgos asociados a posible disconfort por temperatura, humedad, corrientes de aire, ruido, etc.</p>	<p>Si detecta algún riesgo o presenta daños a la salud, puede realizar una solicitud de evaluación de condiciones de trabajo o en su caso de la salud mediante los formularios que podrá descargar de la web: http://www.educacion.navarra.es/web/dpto/riesgos-laborales/solicitudes</p>

 <p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p> <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---


Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**

Centro: **Todos los centros**

Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025


Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
Riesgos de la Actividad: Limpieza	
<p>CAIDAS DE PERSONAS A DIFERENTE NIVEL:</p> <p>Caída a distinto nivel durante la utilización y mantenimiento inadecuado de escaleras manuales en trabajos a menos de 3,5 metros de altura.</p> <p>Maternidad/Lactancia</p>	<p>Queda prohibida la realización de trabajos en altura (altura libre de caída igual o superior a 2m) en zonas que no cuenten con las medidas de protección colectiva adecuadas.</p> <p>Si para la actividad a realizar es necesaria ayuda de una segunda persona o de equipos específicos (andamios, PEMP...) y no se dispone de los medios adecuados ni de formación se solicitará al equipo directivo la subcontratación de la actividad.</p>
<p>CAIDAS DE PERSONAS A DIFERENTE NIVEL:</p> <p>Caída a distinto nivel durante la utilización de escaleras manuales o escalerillas.</p> <p>Caída a distinto nivel por uso de mobiliario (sillas o mesas) para el acceso a puntos de trabajo más altos de lo habitual (equipos no diseñados ni indicados para ello).</p>	<p>En los trabajos que se realicen a distinto nivel o en altura, nunca se usarán elementos de mobiliario para el acceso a puntos de trabajo altos (mesas o sillas del alumnado o docentes).</p> <p>Se utilizarán escaleras de mano o escalerillas, en buen estado.</p>
<p>CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL:</p> <p>Caídas de personas al mismo nivel en suelos resbaladizos (recién fregados o abrillantados) o por tropezones con cables sueltos, desperfectos y/o irregularidades en los suelos.</p>	<p>Siempre que haya derrames de líquidos se limpiarán lo más rápido posible.</p> <p>Señalice convenientemente las zonas recién fregadas o con derrames de líquidos para advertir del riesgo de caídas.</p> <p>Use calzado de trabajo con sujeción en el talón (no zuecos abiertos) de forma que el pie quede lo más sujeto posible para evitar tropiezos y caídas. Se recomienda que la suela sea antideslizante.</p>
<p>CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN:</p> <p>Golpes por caída de objetos manipulados manualmente (objetos o material del centro en su traslado de un lugar a otro del centro o almacenados en zonas altas de estanterías, armarios, etc.).</p>	<p>Utilizar, cuando sea posible, carros auxiliares para transportar objetos, sobre todo pesados o voluminosos.</p> <p>En caso de no ser posible:</p> <ul style="list-style-type: none"> - los objetos a manipular se sujetarán con ambas manos de manera firme. - los objetos que por su peso, forma o sistema de agarre no permita una sujeción segura, se sujetarán solicitando ayuda a otro compañero. - No nos cargaremos con más volumen del que podamos transportar de forma segura. <p>Al ir a limpiar las partes superiores de estanterías o armarios o a coger los objetos colocados en las mismas, se usará una escalera firme que permita visualizar bien la zona a limpiar así como un buen agarre de los objetos.</p>
<p>CHOQUES CONTRA OBJETOS MOVILES:</p> <p>Choques contra objetos móviles (puertas, ventanas, etc.).</p>	<p>Utilizar elementos que permitan bloquear el movimiento intempestivo de puertas y/o ventanas cuando estas se mantienen abiertas en relación con tareas de ventilación de los espacios, limpieza u otras operaciones de mantenimiento.</p>

 <p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p> <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	--

Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**
Centro: **Todos los centros**
Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
<p>GOLPES/CORTES/PINCHAZOS POR OBJETO O HERRAMIENTA:</p> <p>Cortes o pinchazos durante la recogida de residuos sólidos (punzantes o afilados) al introducir las manos en papeleras u otros recipientes para vaciarlos o bien con el instrumental punzante utilizado (espátulas para retirar pegotes y/o residuos).</p>	<p>Guarde la espátula siempre con la parte afilada o cuchilla protegida.</p> <p>Utilice guantes de protección adecuados (EN-388 con protección ligera frente a riesgos mecánicos) durante la recogida de residuos sólidos de papeleras u otros recipientes para evitar pinchazos o cortes con objetos punzantes o afilados.</p> <p>Utilice guantes adecuados durante la recogida de residuos sólidos de papeleras u otros recipientes para evitar pinchazos o cortes con objetos punzantes o afilados.</p>
<p>SOBRESFUERZOS CONTINUADOS (MMC):</p> <p>Manipulación manual de cargas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -mobiliario de los centros. -cubos de residuos, bolsas de basura, contenedores. -material lectivo, productos de papelería. - etc. <p>Maternidad/Lactancia</p>	<p>Haga uso de los medios auxiliares disponibles en el centro para el transporte y manipulación de cargas (carros, plataforma con ruedas, carretilla, etc.).</p> <p>Siga las instrucciones recogidas en el díptico "Información sobre Manipulación Manual de Cargas" editado por la Sección de Prevención de Riesgos Laborales. Solicítelo en su Centro de trabajo o puede descargarlo de la web: https://www.educacion.navarra.es/web/dpto/riesgos-laborales/recomendaciones-preventivas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando traslades el carro empujalo, nunca tires de él. - Vigila las ruedas para evitar que los restos de basura las bloqueen. - Procura llevar el porta-cubos en el carro, de tal modo que pueda ser fácilmente accesible sin esfuerzo. - En caso de no disponer de carros o equipos auxiliares, para transportar mobiliario o material de papelería, solicite apoyo a sus compañeros/as para la manipulación de objetos pesados y/o voluminosos.
<p>SOBRESFUERZOS POR MOVIMIENTOS REPETITIVOS:</p> <p>Trastornos músculo esqueléticos relacionados con la realización de tareas repetitivas durante las operaciones de limpieza de superficies.</p>	<p>-Realizar periódicamente microdescansos para relajar la musculatura: cambiar de postura, realizar estiramientos de los miembros superiores, alternar tareas.</p>
<p>CONTACTO CON SUSTANCIAS QUÍMICAS:</p> <p>Exposición a sustancias químicas nocivas (productos de limpieza).</p> <p>Maternidad/Lactancia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Durante la utilización de productos químicos atender a lo establecido en las Fichas de Datos de Seguridad. - Hacer uso de los equipos de protección señalados en la FDS (Ej. protección respiratoria, guantes de protección química, gafas de protección y/o pantallas faciales...) - Leer la etiqueta de seguridad del producto antes de su uso, para conocer los riesgos y medidas de prevención a aplicar. - Nunca realice trasvases del producto a otros recipientes. - Utilice el producto en las diluciones indicadas por el fabricante. - No coma, beba ni fume mientras maneja el producto. - Lávese las manos después de utilizar del producto. - Asegurarse de que se almacenan en un lugar adecuado y están correctamente identificados con su etiqueta de seguridad correspondiente.

 <p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p> <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---


Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**

Centro: **Todos los centros**

Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
<p>ACCIDENTES DEBIDOS A INSECTOS-PLANTAS:</p> <p>Posibilidad de sufrir accidentes durante las tareas de limpieza relacionadas con seres vivos que pudieran causar daños al personal trabajador.</p>	<p>En el caso de detectar en el centro de trabajo o en sus inmediaciones nidos de insectos peligrosos para la salud (colmenas de avispas, gusanos de procesionaria del pino u otros) informar al equipo directivo para gestionar su eliminación.</p>
<p>ATROPELLOS O GOLPES CON VEHICULOS:</p> <p>Atropellos por vehículos durante los desplazamientos y labores relacionadas con la limpieza (desplazamientos a pie en los accesos del centro, sacar recipientes con residuos, etc.).</p>	<p>Durante sus desplazamientos a pie respete las normas de Circulación Vial. Cruce las carreteras por pasos de peatones y manténgase siempre que sea posible en aceras, alejado de los vehículos.</p>
<p>EXPOSICIÓN A AGENTES BIOLÓGICOS:</p> <p>Bacterias, hongos, organismos celulares, virus y otros agentes infecciosos presentes en las superficies a limpiar (instalaciones del centro escolar y baños).</p>	<p>Cumpla con las medidas higiénicas básicas y con las precauciones universales:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lavado de manos con jabones o desinfectantes para la piel. -Utilice guantes (UNE EN 374-1:2004) antes de tocar sangre, líquidos corporales, secreciones, excreciones y objetos contaminados por los mismos <p>En caso de ruptura, cambiarlos lo antes posible, lavando previamente la zona expuesta con jabón adecuado (no utilizar lejía).</p> <p>Cumpla su calendario vacunal (siga las recomendaciones que en este sentido se le realicen desde la Sección de Prevención de Riesgos Laborales (en función del colectivo al que usted pertenezca).</p>
<p>DISCONFORT TERMOHIGROMÉTRICO:</p> <p>Daños asociados a la exposición al frío o al calor durante trabajos de limpieza (contraste de temperaturas interior-exterior, altas y bajas temperaturas...).</p>	<p>Utilice ropa adecuada tanto en el interior como en el exterior para protegerse de las condiciones climatológicas existentes y corrientes de aire.</p> <p>En los días de calor beba abundante agua. Evite, o al menos reduzca, el esfuerzo físico durante las horas más calurosas del día. Es preferible realizar ciclos breves y frecuentes de trabajo-descanso que períodos largos de trabajo y descanso. En las pausas descanse en lugares frescos y a la sombra. Proteja la cabeza con una gorra o sombrero. Utilice ropa ligera.</p> <p>No beba alcohol y evite las bebidas con cafeína, ya que deshidratan el cuerpo y aumenta el riesgo de sufrir enfermedades debidas al calor.</p> <p>En caso de mareo, palidez, dificultades respiratorias, palpitaciones y sed extrema interrumpa el trabajo y descanse en un sitio fresco y a la sombra. Si persisten los síntomas acuda a un médico.</p> <p>En los días fríos utilice ropa de abrigo. Controle el ritmo de trabajo, para que la producción de calor del cuerpo sea suficiente para no enfriarse pero sin que supere un valor que genere sudoración excesiva.</p> <p>En caso de notar entumecimiento en las extremidades o si comienza a tiritar realice una pausa en un entorno cálido.</p>
<p>PUESTO AISLADO/SOLITARIO:</p> <p>Riesgos relacionados con la realización de trabajos en solitario.</p>	<p>Dotar a los trabajadores de mantenimiento de teléfono móvil u otro sistema que evite las zonas sin cobertura.</p> <p>Organizar el trabajo de manera que se pueda garantizar una supervisión periódica por parte de una segunda persona.</p>

 <p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p> <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---

Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**
 Centro: **Todos los centros**
 Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
<p>DEMANDA EMOCIONAL:</p> <p>Agresiones de usuarios y/o alumnado (voluntaria e involuntaria).</p> <p>Maternidad/Lactancia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - En caso de sufrir una agresión (violencia física, amenazas, insultos o conductas intimidatorias, y daños materiales) en el ejercicio de su actividad profesional o como consecuencia directa de la misma, activa el Protocolo de actuación ante agresiones externas elaborado por el Departamento de Educación: https://www.educacion.navarra.es/web/dpto/riesgos-laborales/accidentes-de-trabajo - Pon los hechos en conocimiento de la Dirección de tu Centro <p>En caso de tener un enfrentamiento con alumnado y/o personas ajenas al Centro siga las siguientes recomendaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - no se muestre agresivo, controle sus emociones. Utilice un tono de voz tranquilo, no demasiado alto, mantenga una postura del cuerpo y del rostro relajado. - no entre en un "juego de poder" para evitar escalar el conflicto: no se enfrente, si la situación se torna incontrolable retírese del lugar. - de aviso a la dirección para que se tomen las medidas oportunas.
Riesgos de la Actividad: Desplazamientos	
<p>ACCIDENTES IN ITINERE CON VEHÍCULO:</p> <p>Accidente durante los desplazamientos a su lugar de trabajo y durante las gestiones propias del puesto.</p> <p>Maternidad/Lactancia</p>	<p>Siempre que realice el traslado al lugar de trabajo, a su casa o durante los desplazamientos en el tiempo de trabajo con un vehículo, respete en todo momento las normas del Código de Circulación y ordenanzas municipales de aplicación.</p> <p>Siga las instrucciones recogidas en el Tríptico Prevención de accidentes de tráfico, Seguridad Vial, editado por la Sección de Prevención de Riesgos Laborales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durante sus desplazamientos a pie por vías de circulación, respete las normas de Circulación Vial. Cruce las carreteras por pasos de peatones y manténgase siempre que sea posible en aceras, alejado de los vehículos. - En caso de ser usuario de bicicleta, siga las instrucciones recogidas en el siguiente documento "Seguridad Vial Laboral bicicletas". - Y en caso de ser usuario de VMP, siga las instrucciones recogidas en el siguiente documento "Seguridad Vial Laboral VMP" <p>Los documentos citados puede solicitarlos en su centro de trabajo o descargarlos de la web: https://www.educacion.navarra.es/web/dpto/riesgos-laborales/recomendaciones-preventivas</p> <p>Además, durante el embarazo se deberá atender las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conducir a velocidad moderada, salvando en lo posible las irregularidades del firme de la carretera, evitando frenazos bruscos, desplazamientos violentos y por supuesto, parando periódicamente (cada hora aproximadamente). - Prestar especial atención a la sintomatología (propia del embarazo) que pueda presentar la conductora previamente a la planificación de un viaje.
Riesgos de la Actividad: Otros	
<p>OTROS RIESGOS NO CODIFICADOS:</p> <p>Riesgos asociados a no disponer de una evaluación de riesgos específica para mujeres embarazadas.</p>	<p>Para la correcta gestión preventiva del riesgo para el embarazo atienda a las indicaciones contempladas en la evaluación de riesgos de su puesto de trabajo o ficha de información del puesto, comunique su situación al equipo directivo y contacte con la Sección de Prevención de Riesgos Laborales en caso de necesitar asesoramiento.</p>
<p>COMUNICACIÓN/INFORMACIÓN:</p> <p>Comunicación/Información en prevención de riesgos laborales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Siga las normas y recomendaciones recogidas en su ficha de puesto de riesgos laborales. -Si tiene alguna duda, consulte con el responsable del centro en la materia. -Si detecta algún riesgo o presenta daños a la salud, puede realizar una solicitud de evaluación de condiciones de trabajo o en su caso de la salud mediante los formularios



Ficha General de Información del Puesto

Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**

Centro: **Todos los centros**

Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas

que podrá descargar de la web:
<http://www.educacion.navarra.es/web/dpto/riesgos-laborales/solicitudes>

Riesgos del Equipo: ESCALERA MANUAL

CAIDAS DE PERSONAS A DIFERENTE NIVEL:

ESCALERA MANUAL: Debido al uso y mantenimiento inadecuado de la escalera de mano.

Se utilizarán escaleras de mano en buen estado:

- Antes de cada utilización se debe comprobar el estado de la escalera.
- Las escaleras de tijera deberán tener una cadena o dispositivo que limiten una abertura máxima de las mismas.
- Deben disponer de zapatas antidelizantes y otro dispositivo que impida su desplazamiento.
- La escalera no tendrá suplementos y menos soldados.
- Deben disponer de zapatas antideslizantes u otros dispositivos que impida su desplazamiento.
- La escalera no tendrá suplementos y menos soldados.

Durante el transporte:

- Sólo transportará escaleras simples o de tijeras con un peso máximo que en ningún caso superará los 25 kg.
- No se debe transportar horizontalmente. Hacerlo con la parte delantera hacia abajo.

Para la elección de su ubicación y posicionamiento:


- No situar la escalera detrás de una puerta que previamente no se ha cerrado. No podrá ser abierta accidentalmente.
- Limpiar de objetos las proximidades del punto de apoyo de la escalera.
- No situarla en lugar de paso para evitar todo riesgo de colisión con peatones o vehículos y en cualquier caso balizarla o situar una persona que avise de la circunstancia.
- Las superficies deben ser planas, horizontales, resistentes y no deslizantes.
- No se debe situar una escalera sobre elementos inestables o móviles (planchas, etc).

El ángulo de abertura de una escalera de tijera debe ser de 30º como máximo, con la cuerda que une los dos planos extendida o el limitador de abertura bloqueado.

Durante su uso:

- Para subir a una escalera se debe llevar un calzado que sujete bien los pies. Las suelas deben estar limpias de grasa, aceite u otros materiales deslizantes, pues a su vez ensucian los escalones de la propia escalera.
- No se utilizarán las escaleras de tijera directamente apoyadas en paredes y cerradas.
- El ascenso y descenso de la escalera, así como los trabajos desde escaleras, se debe hacer siempre de cara a la misma teniendo libres las manos y utilizándolas para subir o bajar los escalones. Cualquier objeto a transportar se debe llevar colgando al cuerpo o cintura.
- Mantenga en todo momento su cintura entre los largueros y los dos pies sobre el mismo peldaño/escalón durante su uso.
- En cualquier caso, sólo la debe utilizar una persona para trabajar.
- En las escaleras de tijera no se subirá al último escalón.
- Deben evitarse las posturas forzadas cuando se trabaje desde una escalera portátil, si no se alcanza un punto de operación determinado debe trasladarse la escalera, bajándose previamente de la misma.

Si la escalera no estuviese en perfectas condiciones o se estropease en su uso, avise a su mando para que se repare o se sustituya por otra escalera en perfectas


<p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p>  <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---

Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**
 Centro: **Todos los centros**
 Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Riesgos del Puesto de Trabajo y Consignas Informativas	
	<p>condiciones. Siga las instrucciones recogidas en el díptico "Prácticas seguras en la utilización de escaleras portátiles" editado por la Sección de Prevención de Riesgos Laborales. Solicítelo en su Centro de trabajo o puede descargarlo de la Web: https://www.educacion.navarra.es/web/dpto/riesgos-laborales/recomendaciones-preventivas</p>

Recomendaciones en caso de embarazo
<ul style="list-style-type: none"> • Evite manejo repetitivo de pesos, arrastre y empuje de cargas, utilice ayudas mecánicas. • Cuando el alumnado tenga capacidad para levantarse y desplazarse de forma autónoma, evite cogerlo, aunque esto implique emplear más tiempo para que lo hagan por sus propios medios. • Evite subir y bajar escaleras de forma repetitiva y escaleras de mano. • Evite posiciones mantenidas estáticas (bipedestación o sedestación), facilitando cambios posturales frecuentes, uso de apoyos, etc. • Cambie la posición regularmente, alternando estar sentado, de pie y andando. • Procure no permanecer de pie más de 30 minutos por hora ni sentada más de 2 horas seguidas sin cambiar de postura. • Evite desplazamientos innecesarios. • Evite movimientos que impliquen flexiones o extensiones del tronco o que impliquen coger elementos por debajo de la rodilla de forma repetitiva, cambios posturales bruscos o posturas incómodas por el aumento de perímetro abdominal. • Evite las aglomeraciones y posibles exposiciones a golpes, balonazos o atropellos accidentales por el alumnado especialmente en guardias de recreo. • Si se produjera entre su alumnado algún caso de enfermedad transmisible para la que no se dispone de vacuna, notifíquelo al Servicio de Prevención para valorar si requiere de alguna medida preventiva transitoria (evitar temporalmente el contacto, etc...). • Evite la exposición a temperaturas extremas y cambios bruscos de temperatura.

<p>Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra</p>  <p>Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua</p>	<h2>Ficha General de Información del Puesto</h2>	<p>Sección de PRL para el Dpto. Educación (ISPLN) Hezkuntza Departamenturako LAPA (NOPLOI) Tlf: 848 423769 848 423728 848 426585 seccion.prevencion.educacion@navarra.es</p>
---	--	---

Unidad: **DEPARTAMENTO DE EDUCACION**
 Centro: **Todos los centros**
 Puesto: **912001 PERSONAL DE LIMPIEZA**

Fecha: 22/05/2025

Equipos de Protección Individual	
Denominación	Tipo y lugar de uso
Guantes de protección ligera frente a riesgos mecánicos	Guantes EN 388 Durante la manipulación de residuos Durante la utilización de instrumental punzante
Guantes de protección frente a riesgos biológicos	Guantes EN 374-1 Durante las labores de limpieza de superficies contaminadas (p.e. baños)
Otros EPIs según las sustancias químicas utilizadas (ver Fichas de Datos de Seguridad de cada producto)	
Ropa de trabajo	
Calzado de trabajo con sujeción en el talón	
Prendas de protección contra el frío compatibles con los trabajos a realizar	

Guantes EN 388	Guantes EN 374-1		
