



## Personal de neteja de llars d'infants

Informació sobre els riscos i mesures de prevenció associats al lloc de treball.

La prevenció de riscos laborals té com a objectiu fonamental que la seguretat i la salut dels treballadors i de les treballadores no es vegin alterades per unes condicions inadequades dels llocs de treball.

Aquest document és fruit de l'avaluació de riscos del lloc de treball i té com a finalitat donar a conèixer al personal del Departament d'Ensenyament quins factors de risc hi ha associats al seu lloc de treball i quines mesures s'han de prendre, per tal que aquest sigui el més segur i saludable possible.

És important llegir i posar en pràctica les mesures que aquí es proposen, perquè prevenir és sempre la millor opció.

## TASQUES HABITUALS

Sota les directrius de la direcció de la llar d'infants, dintre del seu model funcional i educatiu, realitza tasques de menjador i de repartidor, treballa amb la bugada i la llenceria i s'encarrega de la neteja de totes les dependències de la llar. També, dóna suport a totes les tasques complementàries i auxiliars per al funcionament normal de les activitats quotidianes que es desenvolupen al centre.

## FACTORS DE RISC

Relacionats amb la **seguretat**:

- Distribució inadequada de l'espai de treball.
- Tipus de terra inestable o lliscant.
- Manca d'ordre i neteja a les àrees de treball.
- Ús d'equips de treball inadequats.
- Risc elèctric.
- Inexistència o no utilització dels equips de protecció individual, com ara sabates baixes i tancades, amb sola antilliscant, i guants, per tal de realitzar tasques de neteja d'objectes de vidre o de recollida de vidres trencats.
- Contacte amb foc.

Relacionats amb la **higiene**:

- Realització de tasques de suport educatiu en posició a la gatxoneta.

Relacionats amb l'**ergonomia**:

- Desplaçament de mobles en la neteja de classes.
- Postures forçades degut a la posició elevada de braços i espatlles durant la neteja de vidres i l'estesa de roba.
- Postures forçades degut a la posició de genolls.
- Transport manual de càrregues pels estris de neteja.
- Postures forçades de l'esquena en anglès superiors a 60° i de les cames a la gatxoneta en la neteja d'armaris de les joguines de l'aula.
- Transport i recollida de matalassos de terra.



## HÀBITS POSTURALS I MESURES PREVENTIVES ERGONÒMIQUES

En general, la postura de referència ha de ser neutra, és a dir, la que es manté en equilibri dels grups musculars (sense grans contraccions) i amb les articulacions en angle de confort (sense flexions o extensions forçades). A més, s'ha d'evitar mantenir la mateixa postura durant molt de temps: la millor postura és la diferent a l'anterior.

Tanmateix, quan es tracta de **manipular càrregues**, cal tenir en compte els principis següents:

- Utilitzar la roba i calçat adequats.
- Flexionar les cames per agafar el pes.
- Mantenir l'esquena recta i lleugerament inclinada cap endavant.
- Contreure la musculatura abdominal i glútia per estabilitzar la pelvis.
- Pla de treball adequat.
- Carregar el pes ben a prop del cos.
- Disposar d'una base de suport àmplia: peus separats i un d'ells lleugerament avançat.
- Empènyer és millor que estirar.
- Treballar aprofitant la gravetat.
- Per evitar al màxim la manipulació de càrregues, utilitzar sempre carros de neteja en perfecte estat, lleugers i fàcils de transportar, amb rodes greixades que permetin un lliscament suau i el transport d'estris sense risc d'ensopegades; també es pot dividir la càrrega en volums i pesos més petits; el personal ha de rebre informació sobre manipulació de càrregues.
- Intentar que els bidons dels productes de neteja siguin de la mida més reduïda possible.

A més:

- S'han de col·locar rodes als mobles de les aules per reduir l'esforç que s'ha de fer per empènyer-los a netejar les aules.
- S'han d'adaptar els horaris per tal que l'activitat permeti la realització de pauses i descansos al llarg de la jornada.
- Si s'ha de romandre molt de temps dempeus o es pateix d'insuficiència venosa incipient, s'aconsella utilitzar de mitges compressives.
- Es poden evitar postures forçades si s'utilitzen estris de neteja que permetin arribar a zones molt per sobre o per sota del pla de treball; en la neteja de vidres i miralls s'ha de fer servir l'estri en forma de "T" o creueta.
- S'ha de compensar la postura d'esquena inclinada i recolzar un braç sobre la taula per tal de transferir-hi el pes del cos quan no sigui possible elevar el pla de treball durant la neteja de les taules.
- Substituir la postura d'esquena inclinada per la d'un o dos genolls flexionats; s'ha de dur a terme sobre una superfície dúctil, adaptable, flexible o amb genolleres.



## MESURES PREVENTIVES

### Mesures preventives de seguretat

Els accidents a la feina es poden prevenir. Sovint, es pensa que és difícil que es materialitzi el dany i que no es pot evitar que, de tant en tant, algú “es faci mal” treballant.

L'experiència demostra, contràriament, que molts dels accidents es podrien haver evitat si s'haguessin tingut en compte les següents recomanacions. Així doncs, cal:

- Garantir que les zones de pas mantinguin l'amplada mínima de 0,8 m i estiguin lliures d'obstacles.
- Evitar emmagatzemar materials fora de les zones destinades a aquesta finalitat i retirar els objectes innecessaris, envasos i altres que no s'utilitzin.
- Eliminar immediatament les deixalles o abocaments del terra
- No pressionar mai els residus quan s'introdueixin a les bosses, ni amb el peu ni amb la mà; agafar sempre les bosses per la part superior i mantenir-les separades del cos; les bosses s'han de transportar sempre tancades.
- Llençar el material embolicat amb alguna protecció (paper, cartró, etc.) per tal d'evitar que altres persones es tallin.
- Utilitzar guants de rentar plats que també tinguin protecció contra talls, en les tasques de rentat d'objectes de vidre amb les mans.
- Utilitzar sabates baixes i tancades, amb sola antilliscant.
- Utilitzar guants amb protecció contra talls per manipular vidres trencats.
- Delimitar i senyalitzar les zones amb terres humits; les operacions de neteja s'han de realitzar, preferiblement, fora del període d'activitat.
- Disposar d'escales de mà en llocs propers on s'hagin d'utilitzar, amb marcatge CE i que disposin de les mesures de seguretat següents: un limitador d'obertura de resistència mecànica suficient en les escales de tisora, sabates antilliscants i els esglaons en bon estat; no s'ha d'utilitzar cap escala de mà que hagi s'hagi modificat; el personal ha de rebre informació en relació amb la utilització d'escales de mà.
- Evitar la manipulació d'objectes durant la utilització d'escales de mà; no s'ha de fer ús, en cap cas, d'elements improvisats per pujar i baixar, com taules, cadires o elements superposats; la manipulació d'objectes s'ha de fer entre dues persones: una a dalt de l'escala i, l'altra, a baix.
- Seguir les recomanacions d'ús i manteniment de tots els aparells elèctrics, així com utilitzar correctament la instal·lació elèctrica, per no sobrecarregar els endolls.



En relació a la **manipulació del productes de neteja**, s'ha de seguir la informació que es troba detallada en la fitxa de seguretat de cada producte (segons el RD 363/95), especialment pel que fa a:

- Manipulació, emmagatzematge, transport i eliminació.
- Mesures que cal prendre en cas de vessaments accidentals.
- Controls que s'han emprat en cas d'exposició o per a la protecció personal.

Atès que molts dels productes per a la neteja poden tenir amoníac, que és irritant, cal assegurar que el local està adequadament ventilat. Mai no s'han de barrejar productes de neteja, cal exigir-ne l'etiquetatge i s'han de conservar els productes en els seus envasos originals per tal que no hi hagi equivocacions.

A més, cal el següent:

- Mantenir els productes de neteja emmagatzemats en un lloc segur, drets, nets i tapats, en locals ben ventilats i d'accés restringit, allunyats de focus d'ignició i de temperatures elevades; cal conservar els envasos originals hermèticament tancats i no utilitzar mai envasos de productes alimentaris.
- Utilitzar proteccions personals adients com guants de protecció específics i homologats per la norma CE, així com calçat tancat.
- Disposar de roba de recanvi per canviar-se immediatament en cas que la roba es taqui per vessament.
- Rentar-se sempre les mans amb sabó després de treballar o de manipular productes de neteja.
- Emmagatzemar els productes en llocs destinats per a aquesta finalitat i no en prestatges, caixes, armaris o taules de cuina.

Pel que fa a **l'ús d'equips de treball**, cal el següent:

- No utilitzar equips defectuosos.
- Senyalitzar i informar dels equips avariats, segons el procediment establert.
- Utilitzar equips que compleixin amb la normativa CE.
- Utilitzar els equips únicament per a la finalitat indicada pel seu fabricant.