

Personal auxiliar d'educació especial

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

- Ajudar l'alumnat amb necessitats educatives especials en els seus desplaçaments dins i fora del centre, en el control i els canvis de postura necessaris per garantir la seva mobilitat i en aspectes de la seva autonomia personal (higiene, alimentació, cures habituals, etc.) per garantir que pugui participar en totes les activitats i realitzar els seus tractaments específics en el centre educatiu.
- Tenir cura i ajudar l'alumnat amb necessitats educatives especials a l'entrada i sortida del centre i durant el temps d'esbarjo i en el temps de menjador.
- Aportar informació verbal i/o escrita al professorat sobre les activitats i actuacions de l'alumnat amb necessitats educatives especials.
- Dur a terme altres tasques, pròpies del grup professional, que li pugui encomanar el director o la directora o el professorat.



FACTORS DE RISC

Relacionats amb la **seguretat**:

- Distribució inadequada de l'espai de treball, separació insuficient entre el mobiliari.
- Tipus de terra inestable o lliscant.
- Manca d'ordre i neteja a les àrees de treball.
- Ús inadequat d'equips de treball.
- Risc elèctric.
- Risc de caigudes a terra o per les escales, principalment mentre s'acompanya l'alumnat en els desplaçaments.



Relacionats amb l'**ergonomia**:

- Aixecament vertical i transport de l'alumnat des de la cadira de rodes a altres llocs (WC, cadira).
- Flexió del tronc de més de 60° durant les tasques de suport al bany.
- Empenyiment de la cadira de rodes a l'entrada i sortida del centre o per itineraris no adaptats (graons, pati de terra o grava, etc.).
- Manteniment de postures poc adequades en tasques de suport a l'aula: flexió, inclinació o gir del tronc en posició asseguda, angle de genolls inferior a 90°, flexió del tronc en posició dempeus i sense suport.
- Romandre en posició dempeus (bipedestació), durant bona part de la jornada, per manca de mobiliari propi o que no estigui adaptat a la persona.



MESURES PREVENTIVES

La distribució de l'espai en el lloc de treball condiona les tasques i els hàbits de treball molt més del que normalment es pensa. Així, cal tenir en compte el següent:

- Garantir que les zones de pas mantinguin la distància mínima de 0,8 m i estiguin lliures d'obstacles.
- Posar bandes antilliscants a les escales que ho requereixin.
- Quan el paviment sigui lliscant o amb irregularitats, cal estudiar i aplicar la mesura correctora més adient.
- Mantenir les vies d'accés i les zones de pas lliures d'obstacles.
- No deixar oberts els calaixos o altres elements del mobiliari.
- Informació sobre l'ús d'escales manuals.
- Parar especial atenció a l'ordre i la neteja
- Si es presta ajut per pujar o baixar les escales, cal fer-ho des dels esglaons inferiors si es vol evitar una caiguda. Si l'objectiu és acompanyar l'alumne o alumna, cal fer-ho lateralment.



Respecte a l'**ús d'equips de treball**, cal tenir en compte:

- No utilitzar equips defectuosos.
- Informar i retirar els equips avariats seguint el procediment establert.
- Utilitzar equips que compleixin amb la normativa CE.
- Utilitzar els equips únicament per a la finalitat concebuda pel seu fabricant.

Pel que fa al **risc elèctric**, cal seguir les recomanacions d'ús i manteniment de tots els aparells elèctrics, així com una correcta utilització de la instal·lació elèctrica, sense sobrecarregar els endolls.

HÀBITS POSTURALS I MESURES PREVENTIVES ERGONÒMIQUES

En general, la postura de referència ha de ser neutra, 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). S'ha d'evitar mantenir la mateixa postura durant molt de temps: la millor postura és la que és diferent de l'anterior.



Quan es tracti de desplaçar alumnes, és bàsic que a l'inici del curs cada membre del personal conegui perfectament les característiques de cada alumne o alumna al seu càrrec, quines habilitats té (capacitat d'aixecar-se i seure, caminar, passar d'una cadira a una altra, etc.). Per evitar fer tasques innecessàries, cal tenir en compte els principis següents:

- Conèixer la malaltia o lesió que pateix l'alumne o alumna i analitzar l'espai i els elements disponibles.
- Preveure quan pot ser necessari el suport d'una altra persona per canviar la posició o desplaçar l'alumnat del terra.
- Conèixer l'alumnat que pot deixar-se anar de manera brusca i causar estrebades importants i possibles lesions a l'esquena de qui el o la subjecti.
- Utilitzar roba i calçat adequats.
- Flexionar les cames.
- Mantenir l'esquena recta i lleugerament inclinada cap endavant.
- Contreure la musculatura abdominal i glútia per estabilitzar la pelvis.
- Mantenir un pla de treball adequat.
- Manipular la càrrega del pes a prop al cos.
- Mantenir una base de suport àmplia: peus separats i un d'ells lleugerament avançat.
- Empènyer és millor que estirar.
- Treballar aprofitant la gravetat.



En resum, cal una tasca prèvia de coneixement de l'alumnat que permeti la presa de decisions per a una prevenció eficaç.

Per prevenir els riscos d'àmbit ergonòmic i evitar postures forçades, cal formar en desplaçament d'alumnes i en prevenció de trastorns musculoesquelètics.

Per evitar postures forçades, s'ha d'intentar treballar en el pla de treball de l'adult i no pas en el de l'alumnat.

Quan faci falta, cal utilitzar els elements necessaris següents:

- Ajudes mecàniques a partir de 15 kg (com les grues per al transport de persones malaltes o les grues guia) en cas de personal no entrenat.
- Tècniques de desplaçament de persones malaltes.
- Tamboret amb rodes que permeti mantenir la postura de referència i mantenir els genolls en angle recte per evitar girs i torsions del tronc.



- Adaptador al vàter, si no és a la mateixa alçada que la cadira de rodes.
- Cadira petita al vàter, per ajudar l'alumnat amb la roba.
- Distribució de l'espai que permeti fer un bon apropament lateral de la cadira de rodes al vàter.
- Els lavabos han de disposar d'agafadors amb diferents punts de subjecció i/o trapezis penjats del sostre per tal que l'alumnat pugui col·laborar.
- Passamans dobles a alçades diferents, en els itineraris per on circuli l'alumnat semiautònom.



A més, sempre que sigui possible, cal:

- Alternar la postura de treball, sempre que sigui possible, i combinar les posicions: assegut o asseguda, dempeus i a la gatxoneta (la darrera, al mínim possible).
- Immobilitzar la cadira de rodes abans de passar alumnes que estiguin en posició dempeus a la cadira de rodes.
- Fer els desplaçaments entre dues persones sempre que sigui possible.
- Repenjar els colzes i els braços sobre la taula quan s'hagi d'inclinar l'esquena cap endavant.
- Evitar utilitzar la part baixa de la pissarra.
- Buscar estratègies pedagògiques per tal d'evitar el desplaçament d'un alumne o alumna quan no es vulgui aixecar del terra.