

ERGA **TRANSVERSAL** Primaria

Número 21/2007



/ ¿Qué es ERGA-Primaria Transversal?

CONTENIDO

/ Editorial

Estrategia española de seguridad y salud en el trabajo

/ Se trata de...

Trastornos musculoesqueléticos

/ Seguridad en la escuela

Los trastornos musculoesqueléticos en la escuela

/ Ejercicios prácticos

*Primer ciclo
Segundo ciclo
Tercer ciclo*

/ Caso práctico transversal

*Cambiar de postura
Actividades de ayuda para el profesorado*

/ Opinión

Proyecto de seguridad escolar "Churriana 2007"

/ Legislación

/ Noticias

*Castilla y León – La Campaña "A salvo" premiada por la Agencia Europea.
Castilla y León – Premios escolares de prevención de riesgos laborales 2007.
Extremadura – Situación de los planes de prevención de riesgos laborales.
Andalucía – "Aprende a crecer con seguridad" en Almería.
Andalucía – Situación de los planes de evacuación y autoprotección.
Andalucía – Edición del libro: "De la salud a la salud laboral".
Cataluña – Concurso de carteles y premios a la mejor fotografía en FP y formación en prevención de riesgos laborales para alumnos de Secundaria.
Comunidad Valenciana – Prevenart 07.
Observatorio Estatal de Convivencia Escolar.
Premios: "Experiencias pedagógicas sobre seguridad en el entorno escolar".
Trabajar la violencia doméstica en las aulas.
Clases de nutrición para niños de Primaria.
El 99% de los niños españoles tratados por hiperactividad "no están enfermos".*

/ Informaciones útiles

/ Publicaciones de interés

¿Qué es ERGA-Primaria Transversal?

ERGA-Primaria Transversal es una publicación digital, editada por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, de carácter pedagógico e informativo sobre la educación en valores y las condiciones de salud y seguridad en el entorno escolar. Está dirigida al profesorado de Enseñanza Primaria y su principal objetivo es que sirva como material de apoyo en la enseñanza de dichos temas. Para facilitar este trabajo, se ha incorporado en el menú de la publicación ERGA-Primaria Transversal un apartado de *descarga en formato RTF* que permite al usuario obtener y manipular cualquier texto o dibujo que le interese de la publicación.

Las referencias sobre los aspectos legales que correspondan a cada tema se podrán encontrar entrando en el apartado de *Legislación* de la página principal del INSHT.

Se publicarán tres números al año, coincidiendo con cada uno de los trimestres escolares.

/ EDITORIAL

Estrategia española de seguridad y salud en el trabajo

Una vez refrendada por el Pleno de la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo el 28 de junio de 2007, ha sido publicada la "Estrategia española de seguridad y salud en el trabajo".

Nos interesa aquí señalar los aspectos formativos de los que trata, especialmente los que hacen referencia a la denominada **enseñanza obligatoria**. Aparecen dichos aspectos en el Objetivo nº 6: *Potenciar la formación en materia de prevención de riesgos laborales*. Debemos indicar que la Estrategia hace un verdadero "recorrido" por todas las posibilidades formativas que, directa o indirectamente, alcanzan el tema de la formación. Nos alegramos, en este sentido, de la claridad con la que aborda el panorama formativo español.

El apartado 6.1 trata específicamente dicho nivel y dice textualmente: *Se elaborarán medidas concretas para potenciar la incorporación de esta materia en los programas oficiales ya desde la Educación Infantil, así como la elaboración de guías para el profesor y formación teórica y práctica de docentes.*

Nos parece muy interesante especialmente porque la Enseñanza Primaria no dispone de materia concreta en Prevención de Riesgos Laborales (PRL) en sus materias curriculares. Otra cosa es que, desde hace unos años, la Enseñanza Primaria haya sido objeto de numerosas elaboraciones de material. En estos momentos podemos asegurar que este nivel educativo dispone, desde la oferta pública a la privada, del mayor número de materiales docentes que una materia denominada "transversal" pueda tener. Esto es ¿bueno o malo? Evidentemente bueno... pero, ¿por qué nos hacemos la pregunta? Porque sabemos que, desgraciadamente, una cosa es disponer de material y otra utilizarlo. Los maestros están sobresaturados de trabajo docente y, lógicamente, hallan dificultades en dedicar tiempo a la prevención o a cualquier otra materia de "enseñanza en valores".

A pesar de las dificultades halladas por los maestros, es de destacar la dignidad y responsabilidad con la que abordan este tipo de enseñanzas. Pero... la realidad es la que es. El material no es suficiente. Por ello, cuando leemos que la PRL será incorporada a los programas oficiales, nos parece una buena idea. Buena idea siempre que se integre inteligentemente en los *currícula* de la Enseñanza Primaria y no sea considerada como una “maría” más.

Por ello, también, nos parece oportuna la indicación de la Estrategia cuando habla de la formación “teórica y práctica de los docentes”. Esta capacitación debería ser fundamentalmente actitudinal y debería relacionarse con el trabajo cotidiano de los maestros (a esto lo llamamos, propiamente, *transversalidad*).

El tema no es fácil de encajar en la labor de los maestros, de ahí que lo hayamos calificado de “actitudinal”. Se trata de que los profesionales de la enseñanza lo consideren importante y se les ofrezca las posibilidades de realizarlo (tiempo, métodos, material, etc.). Una “estrategia” es una habilidad, un arte, para plantear y solucionar problemas. Seguro que no nos quedaremos en las palabras y pasaremos, decididamente, a buscar las mejores “estrategias” concretas para abordar el problema de manera eficaz.

/ SE TRATA DE ... Trastornos musculoesqueléticos

Cada número del periódico ERGA-Primaria está dedicado a un tema concreto sobre salud y seguridad, como por ejemplo: intoxicaciones, caídas, ruido, etc. En este apartado se exponen los conceptos teóricos básicos de cada uno de los temas escogidos. Esta información puede ayudar al profesorado a obtener o ampliar los conocimientos que tenga sobre salud y prevención de riesgos laborales y, al mismo tiempo, servir como referente en el momento de trabajar la educación en valores a través de todos los ejercicios que se plantean en esta publicación. En este número, en concreto, tratamos el tema de los trastornos musculoesqueléticos y su repercusión sobre la salud de las personas.

Los trastornos musculoesqueléticos (TME) representan uno de los problemas de salud laboral más frecuente en nuestro país y también en Europa. Según fuentes citadas por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, el 25% de los trabajadores del conjunto de los 27 países que forman la Unión Europea manifiestan sufrir dolor de espalda y el 23%, dolores musculares. El nº3 del periódico *Erga-Primaria Transversal* (Levantamiento y transporte de cargas) lo dedicamos a la prevención de riesgos que afectan a la espalda, así como al uso de las mochilas, por lo que en el presente número trataremos con más detalle los trastornos musculoesqueléticos que afectan al cuello y a las extremidades superiores (TMOLCES), basando esta información en un práctico documento editado por la citada Agencia Europea (FACTS nº 72).

Los trastornos musculoesqueléticos en el cuello y en las extremidades superiores son alteraciones de estructuras corporales como los músculos, articulaciones, tendones ligamentos, nervios, huesos y el sistema circulatorio, causadas y agravadas fundamentalmente por el trabajo y el entorno en el que se desarrolla. La mayor parte de ellos tienen su origen en el ejercicio repetido de una fuerza aparentemente moderada que se prolonga durante un periodo de tiempo largo. Esta situación puede desembocar en fatiga muscular y lesiones microscópicas en los tejidos blandos del cuello y las extremidades superiores.

Los síntomas de los TMOLCES pueden tardar mucho tiempo en desarrollarse y se pueden manifestar en forma de dolor, incomodidad, entumecimiento y cosquilleo. Las personas que padecen este tipo de trastornos pueden experimentar hinchazón en las articulaciones, disminución de la movilidad o la fuerza de agarre de objetos y cambio de coloración en la piel de las manos y los dedos.

Los factores que contribuyen a la aparición de los trastornos musculoesqueléticos tienen su origen no tan sólo en los aspectos físicos del trabajo, sino también en los aspectos psicosociales y organizativos de la empresa, al igual que en las características individuales de cada persona. Por ello, desde el ámbito preventivo es muy importante tener en cuenta que son diversos los factores de riesgo que pueden contribuir por sí mismos, o en combinación con otros, a la aparición de estas dolencias y que para hallar una solución efectiva a estos problemas se debe estudiar con atención, y desde la globalidad, la situación real de cada uno de los puestos de trabajo (evaluación de riesgos).

A continuación, apuntamos un listado básico de estos factores, así como un conjunto de medidas preventivas generales.

Factores físicos

- Movimientos repetitivos de los brazos codos, muñecas, manos o cabeza, especialmente si involucran los mismos grupos musculares y de articulaciones (colocación de piezas en montajes industriales, tareas en las cajas de los supermercados, uso de instrumentos con teclado, pintar, planchar, etc.).
- Malas posturas y posturas estáticas, con la contracción repetida de los mismos grupos musculares, como ocurre cuando se permanece de forma prolongada en posición vertical o sedente (trabajos de atención al público, en oficinas, en escuelas, con ordenadores, etc.) o cuando se mantienen las manos por encima del nivel de los hombros (instalaciones, reparaciones, montajes industriales, etc.).
- Usar herramientas o equipos de trabajo que producen vibraciones sobre los brazos y las manos.
- Entornos de trabajo fríos que dificultan el agarre de los objetos.

Factores organizativos

- Trabajo exigente.
- Falta de control sobre las tareas efectuadas.
- Escaso nivel de satisfacción en el trabajo.
- Trabajo repetitivo.
- Ritmo de trabajo elevado o monótono.
- Presión por exigencias de tiempo.
- Pocas oportunidades de interacción social o escaso apoyo de los directivos y compañeros.

Factores personales

- Historia médica anterior.
- Capacidad física.
- Edad.
- Tabaquismo.
- Obesidad.

Medidas preventivas

- Actuar sobre los espacios del puesto de trabajo, así como sobre el diseño de los equipos (mesas, sillas, ordenadores, maquinaria) para mejorar la comodidad de la posición y los movimientos en el trabajo.
- Utilizar herramientas ergonómicas, por ejemplo, herramientas eléctricas que no produzcan vibraciones.
- Recurrir a nuevos equipos o procedimientos de trabajo para reducir exigencias físicas.
- Actuar sobre la gestión de la organización, planificando métodos más seguros de trabajo y mejorando la relación entre el tiempo de trabajo y las pausas o los turnos de rotación.
- Facilitar sistemas de participación y comunicación en la empresa (reuniones con el Comité o el Delegado de Prevención, charlas periódicas sobre el trabajo, tablón de anuncios, buzón de sugerencias) y también espacios que permitan las relaciones sociales (comedores, áreas de descanso, salas de reuniones, etc.).
- Informar a las personas que trabajan de los riesgos específicos asociados a las tareas que realizan y facilitar formación adaptada a los puestos de trabajo y a la naturaleza de las tareas que se efectúan.
- Realizar los reconocimientos médicos pertinentes, con el fin de detectar posibles dolencias que deban ser consideradas en relación con la salud.
- Incidir en la promoción de un trabajo saludable, por ejemplo, mediante la prevención del tabaquismo y de la obesidad, o incorporando programas de ejercicios físicos específicos para la prevención de las lesiones musculoesqueléticas durante la jornada laboral.

/ SEGURIDAD EN LA ESCUELA

Los trastornos musculoesqueléticos en la escuela

Al hilo de lo descrito en el apartado: *Se trata de...*, los factores de riesgo vinculados a los trastornos musculoesqueléticos que se manifiestan de forma más clara en el ámbito escolar son los que están relacionados con las malas posturas, el trabajo estático y las cuestiones que dependen de la organización escolar (presión en la realización del trabajo, falta de apoyo social o deficiencias de comunicación con los compañeros) que, como hemos apuntado en el otro apartado, pueden ser más o menos importantes en función de cada centro. Tampoco hemos de olvidar el omnipresente ordenador o los juegos de consola, cuyo uso implica la repetición constante de unos movimientos finos de la mano que pueden sobrecargar las muñecas, brazos y cuello de los escolares.

La actividad docente que se realiza en la escuela implica que los niños y las niñas permanezcan en una postura sedente y estática la mayor parte del tiempo que están en el colegio (aulas, comedores, salas de ordenadores, clase de música, etc.). Si tenemos en cuenta que esto representa cerca de seis o siete horas diarias durante los nueve meses de cada curso escolar, la adquisición y práctica de malos hábitos posturales en los primeros años de vida escolar puede repercutir negativamente en la salud de los niños y las niñas y comportarles graves consecuencias a lo largo de los años.

Si prestamos un poco de atención en cómo suelen sentarse los estudiantes en el aula de cualquier centro escolar, descubrimos que la mayoría de ellos mantienen la espalda inclinada sobre la mesa cuando realizan sus ejercicios, cargando excesivamente la zona lumbar. También se puede observar cómo mantienen demasiado doblado el cuello hacia abajo, lo cual puede facilitar la aparición de lesiones cervicales. Por otro lado, cuando los estudiantes están en situación de descanso y echados hacia atrás acostumbran a hacer lo contrario con el cuello y dejarlo caer hacia atrás, posición que repercute igualmente en la zona cervical.

Otra mala postura tiene que ver con la colocación de las piernas. En momentos de relajación, muchos escolares tienden a abandonar la posición correcta de las piernas (ángulo 90°) y colocarlas estiradas hacia delante, formando un hueco en la zona lumbar que no favorece la espalda.

Cruzar las piernas a la altura de las rodillas también es una posición bastante común. Esto provoca que una cadera esté más alta que la otra y que el peso del cuerpo no se reparta de forma equilibrada debido a que la posición no es simétrica.

Desde la escuela se puede ayudar a que los niños y las niñas desarrollen hábitos sanos, que aprendan a valorar estos hábitos como indicadores importantes de calidad de vida, y que rechacen normas de comportamiento que no conducen a obtener un bienestar físico y mental.

Algunas de las medidas que se pueden llevar a cabo a este respecto son las siguientes:

- Explicar a los escolares que la postura sedente correcta es mantener la espalda y la zona lumbar pegadas al respaldo de la silla, aunque muchas de ellas sólo tengan el respaldo por la parte superior y la zona lumbar quede al descubierto, y las piernas apoyadas en el suelo formando un ángulo de 90 grados.
- Recordar que hay que acercar la silla lo máximo posible a la mesa para que no sea necesario inclinarse sobre ella para trabajar.
- Fomentar el uso de los recursos ergonómicos de las mesas y las sillas (utilizar los dispositivos que permiten subir, bajar o inclinar las mesas o las sillas) y seguir los consejos indicados en el nº 6 del periódico *Erga-Primaria Transversal* sobre las condiciones ergonómicas que debe cumplir el mobiliario escolar.
- Organizar sesiones o charlas informativas sobre las consecuencias negativas que las malas posturas o la obesidad comportan a la salud de las personas y destacar los beneficios de una alimentación equilibrada y de la práctica de ejercicio físico.
- Incorporar en el centro escolar programas específicos de ejercicios físicos para prevenir trastornos musculoesqueléticos para los escolares y también para el profesorado.

Documentación consultada:

"Los problemas de la espalda en el aula". Inés M^a González García. Nº 28 (febrero de 2007) de la revista digital "Investigación y Educación".

/ EJERCICIOS PRÁCTICOS

Los ejercicios que presentamos a continuación están pensados para poder trabajar cuestiones relacionadas con la salud y la seguridad a través de las distintas áreas de cada ciclo formativo de la Enseñanza Primaria; es decir, son una herramienta que tiene como misión ofrecer un apoyo al profesorado en la educación en valores de manera transversal. Para facilitar la aplicación de estos ejercicios se ha diseñado una estructura en la que se indica el ciclo concreto al que van dirigidas las actividades. A continuación, se expone la descripción de la actividad propuesta seguida de los distintos objetivos que se pretenden conseguir, clasificados en: objetivos de conocimientos, procedimientos y actitudes. También se señalan los otros ejes transversales con los que están relacionadas las actividades propuestas, así como las diferentes áreas de conocimiento en las que se pueden aplicar dichas actividades.

Por último, hemos incluido en cada actividad, un apartado dedicado a la evaluación, en el que se presenta un ejercicio cuyo objetivo es analizar si el alumno –una vez desarrollada la actividad propuesta– ha sido capaz de integrar las actitudes que aparecen. Estos ejercicios se basan en diversas técnicas de evaluación, ya que partimos de que cada actitud puede valorarse desde distintos puntos de vista. Estas propuestas están abiertas a las modificaciones que el docente estime oportunas, en función de las características del grupo y del contexto desde el que se trabaje, enriqueciendo, de esta manera, el resultado de este material.

PRIMER CICLO

ACTIVIDAD 1

El profesorado pedirá a los escolares que expliquen en voz alta si alguna vez han tenido, o tienen, dolor en la espalda y si pueden describir exactamente en qué otras zonas y señalarlas con la mano: los hombros, el cuello, la cintura, los omóplatos, etc. Al terminar las intervenciones, el profesorado aprovechará las experiencias de los niños y las niñas para explicar la relación que existe entre las malas posturas al sentarse, los movimientos repetitivos, la tensión o llevar mal colgada la mochila, con el dolor de espalda. A continuación, les dará a conocer los consejos básicos que ayudan a prevenir estos problemas que se han señalado en el apartado: *Seguridad en la Escuela* (acercar la silla a la mesa, sentarse con la espalda apoyada al respaldo, no doblar el cuello excesivamente hacia abajo al leer, escribir o dibujar, etc.).

Objetivos de conocimientos

- Identificar problemas musculoesqueléticos personales.
- Relacionar las dolencias musculoesqueléticas con las malas posturas.
- Conocer la forma saludable de sentarse.

Objetivos de procedimientos

- Describir una dolencia personal de forma coherente.
- Identificar con la mano (señalar) una parte del cuerpo.
- Seguir instrucciones sobre cómo sentarse.

Objetivos de actitudes

- Sensibilizar al alumnado acerca de los problemas musculoesqueléticos.
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia de cuidar la propia salud.

Ejes transversales relacionados

- Educación moral y cívica / Educación para la salud.

Áreas

- Conocimiento del Medio / Educación Artística / Lengua / Lengua extranjera.

EVALUACIÓN

Los escolares deberán hacer un dibujo con colores y detallado sobre un tema que les motive (un día en la playa, en la montaña, en el parque, etc.), procurando seguir los consejos que les han dado sobre la forma de sentarse. Es recomendable dedicar un poco de tiempo a este trabajo para que el profesorado pueda valorar las buenas o malas posturas adoptadas por el alumnado y si son capaces de mantener una posición correcta hasta finalizar la actividad.

ACTIVIDAD 2

El profesorado enseñará a los niños y las niñas tres ejercicios básicos de relajación muscular y les explicará la conveniencia de practicarlos para prevenir los problemas musculares ocasionados por las posturas estáticas, como el estar muchas horas sentados en la misma posición en clase o usando el ordenador. Algún ejemplo de ejercicio puede ser: ponerse de cuclillas, rodear las rodillas con los brazos y, lentamente, acercar la cabeza lo más posible hasta ellas; sentarse en una silla, separar las piernas a la altura de la cadera, cruzar los brazos sobre el pecho y flexionar el cuerpo hacia abajo; girar lentamente la cabeza de derecha a izquierda, etc. Para que los niños recuerden los ejercicios, se puede colgar en la pared de la clase algún cartel descriptivo.

Objetivos de conocimientos

- Relacionar las posturas estáticas con las dolencias musculoesqueléticas.
- Asociar el ejercicio físico a la prevención de los problemas musculares.
- Memorizar ejercicios concretos de relajación muscular.

Objetivos de procedimientos

- Observar la realización de ejercicios físicos.
- Repetir los ejercicios físicos observados.
- Interpretar los dibujos o formas de un cartel.

Objetivos de actitudes

- Sensibilizar al alumnado sobre los problemas de salud que puede ocasionar el permanecer muchas horas en la misma posición (posturas estáticas).
- Valorar la importancia del ejercicio físico como prevención de molestias musculares.

Ejes transversales relacionados

- Educación moral y cívica / Educación ambiental / Educación para la salud.

Áreas

- Conocimiento del Medio / Educación Física / Educación Artística / Lengua / Lengua extranjera.

EVALUACIÓN

El alumnado repetirá los ejercicios de relajación que les hayan enseñado, antes de iniciar la clase. El profesorado comprobará que se ejecutan correctamente y corregirá la posición de los estudiantes que no los realicen bien o no los recuerden en su totalidad.

SEGUNDO CICLO

ACTIVIDAD 1

El profesorado hará una breve explicación sobre las molestias musculoesqueléticas que pueden sufrir las personas cuando trabajan durante mucho rato en la misma posición o adoptando malas posturas (estudiantes como ellos, informáticos, administrativos, dibujantes, joyeros, relojeros, investigadores, etc.) y, a continuación, indicará a los niños cómo deben sentarse para evitar este tipo de problemas y también cómo no deben hacerlo. Para enseñarlo, pedirá que dos estudiantes se presenten voluntarios y actúen como modelos. Cuando estén frente a sus compañeros, el profesorado les pedirá que vayan siguiendo las instrucciones que él les indique. Por ejemplo: uno deberá sentarse cerca de la mesa y el otro a una cierta distancia; uno mantendrá la espalda recta y el otro la doblará sobre la mesa, y así sucesivamente. Al finalizar, los estudiantes podrán ver las dos figuras y comparar los dos ejemplos.

Objetivos de conocimientos

- Relacionar el trabajo estático y las malas posturas con las dolencias musculoesqueléticas.
- Identificar partes del cuerpo.
- Comparar una buena y una mala postura.
- Conocer la forma saludable de sentarse.

Objetivos de procedimientos

- Observar una buena y una mala postura sedente.
- Precisar instrucciones coherentes sobre cómo sentarse bien.
- Intervenir en un trabajo oral colectivo.

Objetivos de actitudes

- Sensibilizar al alumnado sobre los riesgos musculoesqueléticos asociados a determinadas tareas o trabajos.
- Ser conscientes de que las malas posturas pueden ocasionar problemas musculoesqueléticos.
- Valorar la importancia de adoptar buenas posturas y cuidar la propia salud.

Ejes transversales relacionados

- Educación moral y cívica / Educación para la salud.

Áreas

- Conocimiento del Medio / Lengua / Lengua extranjera.

EVALUACIÓN

Dos estudiantes distintos sustituirán a los que han realizado la actividad para volver a actuar como modelos, pero esta vez deberán seguir las instrucciones que les indiquen sus propios compañeros de clase. Se evaluará la participación del alumnado y las instrucciones acertadas o incorrectas que den a los figurantes.

ACTIVIDAD 2

Los estudiantes deberán pensar en todas las actividades distintas que hacen sentados durante el día (estar en clase, comer, jugar en el patio, leer, tocar un instrumento, jugar con el ordenador, ver la televisión, ir en el autocar escolar etc.). El profesorado les ayudará a hacer la lista lo más completa posible, recordándoles situaciones que puedan olvidar. A continuación, pedirá a cuatro niños y a cuatro niñas que lean en voz alta sus respectivas listas. Otro niño anotará en la pizarra las actividades que enumeren los estudiantes, obviando las que estén repetidas (la mayoría de ellas coincidirán). El profesorado utilizará esta lista como ejemplo para explicar el largo tiempo que pasamos sentados y la importancia de combinar estas actividades con el ejercicio físico y con una alimentación sana para evitar dolores de espalda o problemas de obesidad.

Al terminar, el profesorado propondrá un pequeño debate sobre estos temas (marcando el tiempo que crea conveniente), solicitando la opinión de los estudiantes según sus propias experiencias y conocimiento. El profesorado actuará como moderador y concederá las intervenciones siguiendo de forma rigurosa el orden de manos levantadas.

Objetivos de conocimientos

- Enumerar las actividades diarias que hacen sentados.
- Relacionar actividades habituales propias con posturas estáticas.
- Describir situaciones personales.
- Concluir que estar durante mucho tiempo en posturas estáticas puede derivar en problemas de salud, como la obesidad o dolencias musculares de espalda, cuello o brazos.

Objetivos de procedimientos

- Escribir de forma ordenada las actividades que hacen sentados.
- Analizar las explicaciones del profesorado.
- Exponer sus experiencias y opinión sobre el tema.
- Guardar el turno correspondiente durante las intervenciones.

Objetivos de actitudes

- Prestar atención al tiempo dedicado a actividades sedentes.
- Ser conscientes de que las actividades sedentes deben combinarse con otras que comporten cambios de posturas y con la práctica del ejercicio físico.
- Valorar la importancia de realizar ejercicio y comer de forma sana.
- Respetar las intervenciones de los compañeros durante el debate.

Ejes transversales relacionados

- Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación ambiental / Educación para la salud.

Áreas

- Conocimiento del Medio / Lengua / Lengua extranjera.

EVALUACIÓN

El profesorado evaluará la participación de los alumnos, la lógica que utilizan al exponer sus argumentos, sus conocimientos sobre prevención y el respeto que manifiestan hacia las intervenciones de sus compañeros.

TERCER CICLO

ACTIVIDAD 1

El profesorado dividirá a los estudiantes en grupos de tres o cuatro personas y pedirá a cada uno de ellos que busquen fotografías (revistas, periódicos, carteles, etc.) de personajes conocidos del mundo del deporte, el cine, la música o la política, que estén sentados frente a una mesa, un ordenador, un micrófono, etc. Se trata de analizar la imagen de estos famosos (si es correcta o incorrecta en relación con la posición de las piernas, la espalda, el cuello, etc.) y de valorar que una buena postura, además de saludable, también es indicadora de respeto hacia las demás personas y un signo de buena educación. El profesorado seleccionará el material entregado y escogerá el mismo número de fotografías de personajes femeninos que masculinos, de modo que queden representados ambos sexos y distintos casos. Después, de forma aleatoria, entregará una fotografía a cada uno de los grupos que dispondrán de 15 minutos para analizarla. A continuación, cada uno de ellos realizará su exposición, tras la cual podrán intervenir el resto de compañeros. El profesorado actuará de moderador en las intervenciones y facilitará que todos los grupos dispongan de tiempo para su exposición.

Objetivos de conocimientos

- Identificar personajes destacados del mundo del deporte, el espectáculo o la política.
- Relacionar el mundo de los famosos con las buenas o malas posturas.

Objetivos de procedimientos

- Seleccionar fotografías.
- Interpretar una imagen.
- Exponer una valoración de las fotografías.

Objetivos de actitudes

- Valorar la corrección postural como una forma de salud y de respeto hacia los demás.
- Apreciar la información que ofrece una imagen.

Ejes transversales relacionados

- Educación moral y cívica / Educación para la salud / Educación para la igualdad de sexos.

Áreas

- Conocimiento del Medio / Educación Artística / Lengua / Lengua extranjera.

EVALUACIÓN

El profesorado evaluará la coherencia de las valoraciones y los conocimientos de salud postural expuesta por los escolares.

ACTIVIDAD 2

El profesorado dividirá a los estudiantes en grupos de tres o cuatro personas y cada grupo deberá confeccionar un cartel para colgar en clase que contenga las indicaciones básicas de cómo hay que sentarse para evitar problemas musculoesqueléticos (espalda apoyada en el respaldo de la silla, piernas apoyadas en el suelo formando un ángulo recto y la silla lo más cercana posible a la mesa). En el dibujo debe constar una figura representando la forma correcta de sentarse, el texto con las indicaciones pertinentes y un eslogan que destaque la idea principal del cartel. Para dibujar la figura, los estudiantes pueden utilizar a un compañero o compañera que haga de modelo, siguiendo las indicaciones del profesorado. Una vez finalizado el trabajo, entre todos los estudiantes escogerán el cartel que consideren más acertado (información comprensible, dibujo atractivo, eslogan representativo de la idea, etc.).

Objetivos de conocimientos

- Relacionar el trabajo estático y las malas posturas con las dolencias musculoesqueléticas.
- Conocer la forma saludable de sentarse.
- Dibujar una figura de un modelo real (del natural).
- Describir unas instrucciones por escrito.

Objetivos de procedimientos

- Observar una buena postura sedente.
- Dibujar una figura humana sentada.
- Diseñar un cartel.
- Precisar instrucciones coherentes sobre cómo sentarse bien.
- Intervenir en un trabajo manual colectivo.

Objetivos de actitudes

- Ser conscientes de que las buenas posturas ayudan a prevenir problemas musculoesqueléticos.
- Valorar la importancia que tienen los carteles u otro tipo de información gráfica en la divulgación de instrucciones prácticas o de ideas.

Ejes transversales relacionados

- Educación moral y cívica / Educación para la salud.

Áreas

- Conocimiento del Medio / Lengua / Lengua extranjera / Educación artística.

EVALUACIÓN

El profesorado valorará el diseño final del cartel, teniendo en cuenta la calidad y el esfuerzo empleado en el dibujo, la corrección de la información expresada en el texto, la coherencia del mismo con respecto a la imagen y el eslogan elegido.

/ CASO PRÁCTICO TRANSVERSAL

Esta sección responde al objetivo de proporcionar al profesorado una serie de actividades útiles para incorporar el concepto de seguridad y salud laboral en el marco escolar a través del método de la transversalidad. En cada número de este periódico se tratará un tema concreto relacionado con la seguridad y la salud laboral; en esta ocasión, los trastornos musculoesqueléticos.

Este apartado incluye: una narración de una historia corta en la que se describen situaciones relacionadas con la convivencia en las escuelas; una representación gráfica de la historia y un apartado de "Actividades de ayuda para el profesorado", en el que se incluyen algunas propuestas de actividades relacionadas con la historia anterior. El tema de estas actividades será, principalmente, el de la educación para la salud en la escuela, aunque también se interrelacionarán otros valores básicos para la convivencia como son la educación moral y cívica, la educación para la paz, para la igualdad de oportu-

tunidades entre los sexos, ambiental, sexual, del consumidor y vial. En cada actividad figura el objetivo que se pretende conseguir, unas propuestas orientativas que pueden adaptarse a las necesidades de cada profesor, los ejes transversales con los que se relaciona, así como las asignaturas que se consideran más adecuadas para su aplicación.

Cambiar de postura

Lourdes, profesora de castellano de 6º curso de Primaria, camina hacia la entrada de la escuela y observa cómo los alumnos van llegando en el coche de sus padres o andando desde la parada del autobús, que se encuentra frente a la puerta del edificio. Los que llevan mochila de ruedas caminan de lado mientras charlan con los compañeros, otros entran en la escuela con las mochilas muy cargadas y colgadas de un hombro. Lourdes hace un gesto de desaprobación con la cabeza y sigue su camino hacia el Instituto.

Dentro del aula, Lourdes se dirige hacia su mesa pero, antes de sentarse, se queda un rato de pie y sigue observando a sus alumnos: María está de puntillas y con el brazo estirado escribiendo en la parte más alta de la pizarra; Oriol anota algo en su agenda con el cuerpo completamente ladeado y alejado de la mesa; Carlos se agacha con las piernas rectas y la espalda torcida, mientras levanta la mochila del suelo para dejarla encima de la mesa; la mayoría están sentados en el borde de la silla, dejando la espalda sin apoyo o inclinados hacia adelante con la espalda arqueada y César está sentado con una pierna doblada debajo de los glúteos.



Lourdes se sienta por fin, pide a los alumnos que hagan lo mismo y les dice que parte de la clase de la mañana la va a dedicar a dar unos cuantos consejos que les serán muy útiles para realizar con mayor comodidad las actividades de la escuela, de casa y las de sus ratos de ocio. María está encantada, todo lo que sea no hacer clase le parece una idea estupenda, así que se sienta y, con disimulo, saca de uno de los bolsillos de la mochila una bolsa llena de "chuches" de colores llamativos y se pone cómoda. Escoge dos bolas rojas brillantes, rebozadas de azúcar y se las introduce en la boca; son las que más le gustan porque se deshacen con rapidez, dejándole un agradable sabor a fresa durante un buen rato.

Lourdes les dice que los ha estado observando desde que han llegado a la escuela y que se ha dado cuenta de que deben corregir algunos hábitos relacionados con la falta de ejercicio y con las malas posturas, que pueden provocarles dolores y moles-

tias en la espalda y en el cuello, en los hombros, en los codos e, incluso, en las muñecas y manos.

Los alumnos escuchan con atención las explicaciones de la profesora y van asintiendo con la cabeza, ya que quien más, quien menos, se siente identificado con las situaciones que Lourdes va exponiendo. Luego les propone una serie de medidas preventivas sobre hábitos posturales y de ejercicio físico, que les irá muy bien para su desarrollo.

Por último, y dirigiéndose especialmente a María, les dice que para un buen crecimiento y para prevenir futuras enfermedades, además de procurar adoptar buenas posturas, también es muy importante seguir una dieta sana y equilibrada y que comer "chuches" muy a menudo puede perjudicarles, ya que contienen poco valor nutricional, y que los colores, sabores y aromas que suelen tener sirven para que tengan una apariencia más atractiva y para que se consuman más.

María se da por aludida y guarda en seguida la bolsa de "chuches" en la mochila.

ACTIVIDADES DE AYUDA PARA EL PROFESORADO

1

Objetivo: Que los alumnos conozcan los hábitos posturales y de ejercicio físico que inciden positivamente sobre la salud y la calidad de vida.

Propuesta: Los alumnos, después de leer el Caso Práctico y con la ayuda del profesorado y de la lectura de los apartados: “Se trata de ...” y “Los trastornos musculoesqueléticos en la escuela”, deberán identificar los hábitos inadecuados a los que se refiere Lourdes, relacionados con la falta de ejercicio y con las malas posturas y enumerarán las medidas preventivas que se supone que la profesora, con la ayuda de los apartados citados, debe haber indicado a sus alumnos.

(Educación para la salud, Educación ambiental).

Conocimiento del Medio, Lengua castellana, Lengua extranjera.

2

Objetivo: Observar los hábitos posturales adoptados en los quehaceres diarios para valorar las repercusiones en la salud.

Propuesta: Los alumnos observarán los hábitos posturales que adoptan sus padres y hermanos durante una semana en sus quehaceres diarios y anotarán los que consideran que son inadecuados. Al final de la semana se hará una puesta en común con las observaciones de todos los alumnos de la clase. Entre todos se tratarán de corregir las posturas inadecuadas que han ido señalando.

El profesorado indicará a los alumnos que observen especialmente a sus familiares en las siguientes actividades: plancha, trabajos en el jardín, colocación de cortinas, limpieza de la casa, trabajos ante el ordenador, tareas en la cocina, comidas familiares, trabajos de bricolaje, etc.

(Educación para la salud).

Conocimiento del Medio, Educación Física, Lengua castellana, Lengua extranjera.

3

Objetivo: Conocer las técnicas adecuadas de levantamiento de cargas para evitar lesiones.

Propuesta: El profesor indicará a los alumnos (en grupos de cinco) que se coloquen en un lugar visible del aula, con el fin de levantar adecuadamente una mochila cargada de libros. Antes de realizar la actividad, el profesor explicará a los alumnos que deben apoyar los pies en el suelo hasta conseguir una postura estable, doblar la cadera y las rodillas para coger la carga, acercar al máximo el objeto al cuerpo y levantar el peso gradualmente manteniendo la espalda recta y sin girar el tronco.

El resto de alumnos, ayudados por el profesorado, indicará a sus compañeros las posturas inadecuadas.

(Educación para la salud).

Educación Física, Conocimiento del Medio.

4

Objetivo: Estimular el sentido crítico de los niños y enseñarles a ser consumidores responsables.

Propuesta: El profesorado propondrá a los alumnos la realización de un debate acerca de la actitud que creen que tienen ante el consumo. Para ello un alumno voluntario anotará en la pizarra algunas preguntas en las que se basará el diálogo. Algunas de estas preguntas pueden ser las siguientes:

- ¿Alguna vez te ha decepcionado algo que has comprado y que has visto anunciado en algún medio de comunicación, porque no reunía las características que esperabas?
- ¿Crees que, en general, las personas que trabajan en el mundo de la publicidad se aprovechan de la inexperiencia y credulidad de la gente joven para fomentar el consumismo de determinados artículos?
- ¿Te consideras una persona consumista?
- ¿Cuando compras alguna cosa te paras a pensar si su uso es prioritario?

- ¿Alguna vez has relacionado consumo con éxito?
- ¿Consideras que tus padres tienen un estilo de vida consumista?
- ¿Has comprado alguna vez algún objeto valorando exclusivamente que su aspecto sea atractivo?
- ¿Sueles comprar ropa de marcas concretas?
- ¿Alguna vez has convencido a tus padres para que hagan determinadas compras?

El profesorado puede ir recogiendo los aspectos más interesantes del debate para presentarlos como conclusiones al grupo de alumnos.

(Educación del consumidor, Educación para la salud, Educación moral y cívica, Educación para la paz).

Conocimiento del Medio, Lengua castellana, Lengua extranjera.

/ OPINIÓN

PROYECTO DE SEGURIDAD ESCOLAR “CHURRIANA 2007”

“Churriana 2007” es un proyecto de seguridad conjunto de todos los centros educativos de Churriana (Málaga). Este proyecto supone la implicación y movilización de 150 maestros/as y profesores/as, así como de 2.103 alumnos/as. Churriana se encuentra en pleno Valle del Guadalhorce, siendo conocido como el pueblo del aeropuerto de Málaga. Desde el año 1905, fecha en que dejó de ser Ayuntamiento por iniciativa propia, es una barriada en el extrarradio del municipio de Málaga entre los municipios de Málaga y Torremolinos.

En Churriana actualmente existen tres centros educativos:

- CEIP Ciudad de Jaén, con 49 maestros/as y 849 alumnos/as.
- CEIP Manuel Fernández, con 45 maestros/as y 697 alumnos/as.
- IES Jacaranda, con 56 profesores/as y 557 alumnos/as.

El proyecto “Churriana 2007” tiene como objetivo que todos los centros educativos de nuestra barriada tengan una política común de seguridad, de forma que utilicen las mismas pautas de actuación frente a una situación de emergencia. Para ello, se han elaborado los Planes de Autoprotección de los tres centros educativos, para posteriormente unificarlos en un documento conjunto donde, además de organizar los efectivos existentes en cada centro, nos coordinamos con los efectivos de que dispone la localidad para actuar en caso de emergencia.

Uno de los principales objetivos de este proyecto es que cuando los alumnos de los colegios Ciudad de Jaén y Manuel Fernández pasen al Instituto, sigan utilizando el mismo protocolo de actuación en caso de emergencia que llevan trabajando desde la Educación Infantil.

Aunque el proyecto arranca en el año 2005, el nombre del proyecto se debe a que será en el último trimestre del año 2007 cuando el proyecto finalice con la realización de una evacuación conjunta de los tres centros educativos, como simulación de una catástrofe ocurrida en el aeropuerto de Málaga.

El principal problema que existe en materia de seguridad en nuestra barriada es la proximidad de las pistas del aeropuerto a los centros educativos, lo que provocaría una situación de emergencia general en caso de una catástrofe o atentado.

Así, el CEIP Manuel Fernández se encuentra a menos de 300 metros de las pistas del aeropuerto, mientras que el IES Jacaranda se encuentra a menos de 500 metros.

Esta situación hace que sea fundamental la elaboración de un Proyecto conjunto que venga a armonizar tanto los efectivos humanos y materiales de cada centro educativo, como los efectivos humanos y materiales de la propia localidad.

Una de las primeras medidas tomadas ha sido la creación de los Comités de Autoprotección en los tres centros educativos, con la finalidad de implicar a la mayor parte posible de la comunidad educativa. Actualmente, se está formando un Comité de Autoprotección local con la participación de equipos directivos, profesorado, personal de administración y servicios, alumnado, y padres de los tres centros, a la que hay que sumar la presencia de las distintas Administraciones Públicas.

Durante el transcurso de este proyecto se ha procedido a la señalización de los medios de protección contra incendios, además de todo tipo de señales de: salvamento y socorro, evacuación, advertencia de riesgos, hasta la colocación de un total de 342 señales.

También se ha procedido a la colocación de 744 planos del tipo "TU ESTÁS AQUÍ", en todas las dependencias (aulas, aseos, departamentos, laboratorios, talleres, etc.) de los tres centros educativos.

Se está procediendo a la revisión de todos los medios de extinción existentes y a la colocación de 33 nuevos extintores de tipo Polvo A-B-C y, principalmente, de tipo CO₂ (inexistentes hasta entonces), en base a las carencias detectadas.

Como dos de los pilares básicos de la seguridad y la prevención son la formación e información, se han realizado 21 charlas de formación con el alumnado, de una hora de duración, tres claustros extraordinarios de tres horas de duración cada uno, cuyo único punto del orden del día ha sido: pautas de actuación en una emergencia escolar. También se ha dado formación al personal de administración y servicios (administrativos/as, conserjes, limpiadoras, monitores/as, cocineras). Actualmente, y gracias al acuerdo de colaboración firmado entre el portal www.prevenciondocente.com y una empresa de formación en Prevención de Riesgos Laborales, se está dando formación gratuita básica de 50 horas, a seis docentes (dos por centro educativo) en seguridad y prevención de riesgos, con la finalidad de que cada centro educativo tenga personas formadas a la hora de poder realizar las futuras modificaciones de su plan. Por último, también se han realizado charlas de información del proyecto con los padres/madres de los alumnos/as de los tres centros.

Con respecto al tema de la información, además de la elaboración de los tres planes de autoprotección, y el proyecto que articula de manera coordinada las actuaciones de los tres centros, se ha elaborado documentación para trabajar el Plan con el profesorado y el alumnado, así como para que los tutores de los distintos grupos puedan trabajar las pautas de actuación con sus alumnos.

Cada profesor ha recibido la siguiente información:

- Consignas para el profesorado durante una emergencia.
- Planos con las vías de evacuación de todas las aulas en las que imparte clases.
- Manual de Primeros Auxilios.

Cada alumno ha recibido la siguiente información:

- Consignas para el alumnado durante una emergencia (documento gráfico).
- Planos con las vías de evacuación de las distintas aulas en las que reciben clase.

Cada tutor ha recibido la siguiente información:

- Consignas para el alumnado durante una emergencia.
- Planos con las vías de evacuación de las distintas aulas en las que reciben clase sus alumnos.

Todo este trabajo va a culminar en noviembre de este año con la realización de una evacuación conjunta de los tres centros educativos, para ello se van a realizar durante el mes de mayo evacuaciones de cada centro de forma individual.

Se puede obtener toda la información pormenorizada del proyecto en:

<http://www.prevenciondocente.com/churriana2007.htm>

Javier Pérez Soriano

Profesor interino del IES Jacaranda de Churriana (Málaga)

➤ **Castilla y León – La Campaña “A salvo” premiada por la Agencia Europea**

Bajo el título de “Escuela de Prevención”, de la que ya hablamos en el nº 18 de la publicación *Erga Primaria Transversal*, la Junta de Castilla y León engloba una serie de actuaciones en materia de prevención de riesgos laborales dirigidas al ámbito educativo.

El objetivo principal de este programa era presentar bajo una denominación común una serie de instalaciones, campañas, iniciativas y actividades, con el fin de contribuir a inculcar una cultura preventiva actuando en las distintas etapas educativas que configure la prevención como un valor y la identificación y evitación o control de riesgos como un hábito de conducta segura y saludable.

La Escuela consta de varias actuaciones. La campaña escolar ‘A salvo’ es una de ellas y está dirigida a los colegios de Educación Primaria públicos y concertados de Castilla y León, habiendo llegado ya a 1.200 alumnos de la provincia de Ávila. Esta iniciativa está compuesta por material didáctico basado en juegos y actividades y una campaña de difusión, en la que se han realizado diversas presentaciones a los directores de los colegios y a los medios de comunicación, acompañadas de un autobús, que ha recorrido los principales municipios de la provincia. Además, la campaña se acompaña de una parte interactiva que contiene diversos juegos, zona de padres y profesores y un cómic. La Escuela de Prevención dispone, además, de una sección propia dentro del portal web de prevención: www.prevencioncastillayleon.com/escueladeprevencion en la que se encuentran diferentes alternativas. Sus contenidos son: una presentación, los contenidos de la campaña: ‘A salvo’, una parte interactiva, un “almacén” donde se encuentran todas las actuaciones realizadas en este ámbito y un tablón de anuncios que recoge las actuaciones que se desean resaltar.

El Aula de Prevención, ubicada en el Centro de Seguridad y Salud Laboral de Castilla y León, en la ciudad de León, puede ser visitada por los escolares de la Comunidad. El aula cuenta con cuatro escenarios en tamaño real, dividido cada uno de ellos en una zona de riesgos y en otra zona segura. Además, destina una zona a que los alumnos se familiaricen con los distintos equipos de protección individual. El recorrido finaliza en una zona multimedia y durante su trayecto, los niños trabajan en el cuadernillo de prevención que se les entrega al inicio de la visita.

El laboratorio, el taller mecánico, el taller de carpintería y la cocina son los cuatro escenarios sobre los que los escolares trabajan. Además, el cuaderno ofrece un decálogo de la prevención de riesgos laborales, pasatiempos y teléfonos de interés, además de una libreta de notas en la que los chavales pueden ir anotando algunos de sus aprendizajes.

El programa ha recibido el premio europeo, otorgado por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, a la mejor campaña de prevención.

La campaña, que se ha realizado en 2007 por segundo año consecutivo y ha finalizado el pasado día 4 de mayo, ha utilizado la imagen de la mascota “Salva” –la palma de una mano con ojos y zapatillas deportivas– y junto a un grupo de dieciocho monitores ha recorrido 800 centros públicos y concertados, y ha llegado a más de 118.000 niños. La Junta contrató, asimismo, la emisión de diez microespacios en televisión sobre prevención y que se denominaron “Salvaconsejos”.

www.prevencionintegral.com/Noticias/Noticias.asp?ID=8937,

www.prevention-world.com/noticias_de_prevencion/noticia.asp?ID=7567

➤ **Castilla y León - Premios escolares de prevención de riesgos laborales 2007**

La Consejería de Economía y Empleo, a través de la Dirección General de Trabajo y Prevención de Riesgos Laborales, convoca la V edición de los Premios Escolares de Prevención de Riesgos Laborales 2007, con el fin de afianzar las buenas prácticas en la seguridad y salud laboral entre los escolares, futuros empresarios y trabajadores de esa Comunidad Autónoma. La dotación económica de estos premios asciende a 44.000 euros. Pueden participar de forma individual o colectiva todos los alumnos matriculados en Educación Primaria (tercer ciclo), Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional de los centros educativos no universitarios, públicos y concertados, de Castilla y León. El plazo para la presentación de los trabajos finaliza el día 31 de octubre.

➤ **Extremadura – Situación de los planes de prevención de riesgos laborales**

En Extremadura se ha realizado la evaluación de 230 de los 660 centros educativos existentes y sólo en 20 centros educativos se ha encontrado que cuentan con planes de prevención de riesgos laborales,

aunque se han desarrollado 4.271 medidas para mejorar la prevención de riesgos en estos centros, a lo que en el año 2006 se dedicaron 8,7 millones de euros.

www.prevencionintegral.com/Noticias/Noticias.asp?ID=8829

➤ **Andalucía - “Aprende a crecer con seguridad” en Almería**

En el desarrollo de la campaña “Aprende a crecer con seguridad”, ya iniciada hace años por la Junta de Andalucía, participaron durante el pasado mes de febrero 425 alumnos de 5º y 6º de Enseñanza Primaria de la provincia de Almería. La campaña de sensibilización, enmarcada en el Plan General de Prevención de Riesgos Laborales de Andalucía, abarca tanto a los docentes, como a los padres y a los alumnos. Al final de la misma se entregó a cada centro visitado el texto: “La seguridad y la salud en el trabajo como materia de enseñanza transversal en la Enseñanza Primaria”

(http://www.mtas.es/insht/information/estudios/estec/et_079.htm)

www.prevencionintegral.com/Noticias/Noticias.asp?ID=8778

➤ **Andalucía- Situación de los planes de evacuación y autoprotección**

Los sindicatos STEP-IV, FE CCOO, Anpe, FETE UGT, CSIF-CSI y Cemsatse denunciaron que prácticamente el cien por cien de los centros educativos de la Comunidad, más de 1.700, carecen de un plan de evacuación y autoprotección aprobado o implantado. Según estas organizaciones, representadas en la Comisión Sectorial de Seguridad y Salud en el Trabajo Docente, indican que no existe un Servicio de prevención de riesgos laborales con un funcionamiento adecuado, ya que de los 51 puestos previstos, sólo se han cubierto 8, lo que hace imposible realizar acciones para garantizar la seguridad de los alumnos y profesores.

Foro Prevención CSI-CSIF nº 2, 2 – 2007.

➤ **Andalucía – Edición del libro: “De la salud a la salud laboral”**

El pasado mes de abril se presentó en Sevilla el libro: “De la salud a la salud laboral”, un trabajo coordinado por ISTAS y la Federación de Enseñanza de CCOO-Andalucía y patrocinado por Ibermutuamur. Se compone de un libro para los más pequeños, un libro que contiene 18 unidades didácticas para trabajar en los distintos niveles educativos, infantil, primaria, secundaria obligatoria y bachillerato y un CD que recoge toda la colección de materiales. Estos materiales, de los que se ha hecho una tirada de 16.000 ejemplares van a ser distribuidos en los centros educativos de Andalucía y se puede acceder a los mismos desde la web de ISTAS en la dirección de Internet:

<http://www.istas.net/web/index.asp?idpagina=3223>

➤ **Cataluña – Concurso de carteles y premios a la mejor fotografía en FP y formación en prevención de riesgos laborales para alumnos de Secundaria**

La Generalitat de Catalunya, con motivo del Día de la seguridad y salud en el trabajo, convocó un concurso de carteles de prevención de riesgos laborales (Diario Oficial de la Generalitat de Catalunya (DOGC) nº 4858 del 10.4.2007).

La convocatoria se dirigió a todo el alumnado de diseño gráfico de escuelas de Catalunya matriculado en el curso 2006-2007. Se otorgaron tres premios el día 27 de abril, cuyos importes fueron de 2.500 euros, 2.000 y 1.500 euros.

En el mismo DOGC se publicó la convocatoria de los premios a la mejor fotografía sobre prevención de riesgos laborales “Foto Treball”, dirigida a promover entre los jóvenes conductas destinadas a valorar la vida y la salud de las personas que trabajan. Pudieron participar en la convocatoria los alumnos de ciclos formativos de formación profesional específica de artes plásticas y diseño de centros públicos dependientes de la Generalitat de Catalunya. Se otorgaron los cinco premios y 19 accésit por valor máximo de 10.000 euros el pasado día 27 de abril.

Por otro lado, cerca de 30.000 alumnos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y de ciclos formativos recibirán formación en prevención de riesgos laborales por parte de un equipo de técnicos del Departament de Treball, mediante un autobús equipado y un aula interactiva de Enseñanza Secundaria.

La formación se impartirá entre los meses de octubre del 2007 y abril del 2008 como experiencia piloto entre 30.000 alumnos de centros públicos.

En el aula de prevención, pensada para el primer ciclo de ESO, los alumnos podrán ver películas sobre seguridad laboral, trabajar con CD divulgativos o participar en talleres interactivos. Los alumnos del segundo ciclo recibirán la formación impartida por los técnicos del Departament de Treball, los cuales también visitarán centros donde se impartan ciclos formativos, con el fin de reforzar la formación en prevención de riesgos laborales, que incluirá los riesgos específicos más frecuentes de la profesión.

www.prevencionintegral.com/Noticias/Noticias.asp?Id=9108

➤ **Comunidad Valenciana – Prevenart 07**

La segunda edición del concurso Prevenart ha contado este año con 69.000 solicitudes, 2.900 más que en 2006, tal como anunció el Director General de Trabajo y Seguridad Laboral, Román Ceballos. Este concurso es una iniciativa de la Fundación de la Comunidad Valenciana para la Prevención de Riesgos Laborales, junto a otras Consellerías para fomentar la creatividad y la reflexión ante la seguridad y salud laboral entre el alumnado y el profesorado de Educación Secundaria, ciclos formativos de FP y Programas de Garantía Social. El concurso permite participar en las modalidades de Fotografía, Carteles, Audiovisuales y Periodismo.

<http://www.inpretec.es/noticias.asp?SelNoticia=14754>

➤ **Observatorio Estatal de Convivencia Escolar**

El pasado 15 de marzo se publicó en el Boletín Oficial del Estado el Real Decreto 275/2007, de 23 de febrero, por el que se crea el Observatorio Estatal de la Convivencia Escolar, que tiene como misión, entre otras, recabar cuánta información obra en poder de instituciones públicas y privadas que estén implicadas en la mejora del clima escolar en los centros educativos para analizar situaciones, hacer diagnósticos y proponer medidas que favorezcan la convivencia escolar. El Observatorio funcionará como órgano colegiado y consultivo.

➤ **Premios: “Experiencias pedagógicas sobre seguridad en el entorno escolar”**

El pasado día 30 de abril se publicó en el Boletín Oficial del Estado la Orden INT/1147/2007, de 23 de abril, por la que se aprueban las bases reguladoras de los Premios: “Experiencias pedagógicas sobre seguridad en el entorno escolar”. Los premios están dirigidos a centros docentes españoles públicos o concertados de Educación Infantil, Primaria y Educación Especial, Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional que fomenten las experiencias educativas dirigidas a la seguridad, la prevención y la participación para superar situaciones de riesgo o inseguridad en cualquiera de sus manifestaciones: seguridad ciudadana, protección ante emergencias y seguridad vial. El primer premio es de 6.000 euros y el accésit de 2.000 euros. El plazo de presentación finaliza el 30 de septiembre de 2007.

➤ **Trabajar la violencia doméstica en las aulas**

La ONG InteRed presenta unas guías didácticas para trabajar el tema de la violencia doméstica en las aulas. La campaña cuenta con una exposición itinerante, compuesta de diez paneles y de materiales educativos para centros educativos de Primaria y Secundaria. Entre dichos materiales, InteRed acaba de editar siete guías didácticas: una dedicada a la exposición, una adaptación teatral del libro: “*El sueño de Paula*”, para educación Primaria y otras cinco guías para trabajar los documentales de la campaña en educación Secundaria.

<http://www.educaweb.com/EducaNews/interface/asp/web/NoticiesMostrar.asp?NoticiaID=2293&SeccionID=2578>

➤ **Clases de nutrición para niños de Primaria**

El ejercicio físico y el apoyo psicológico son más eficaces que la dieta en el control del peso de los niños, según Jaime Dalmau, un experto en nutrición, que propuso la nutrición como materia obligatoria en

la enseñanza Primaria en el V Congreso de la Sociedad Española de Nutrición Básica y aplicada, celebrado en Bilbao.

http://www.azprensa.com/noticias_ext.php?idreg=29291

Por otro lado, también la Federación Española de Nutrición considera que ésta es la vía para atajar las enfermedades derivadas de la mala alimentación desde la infancia.

http://www.azprensa.com/noticias_ext.php?idreg=29253

➤ ***El 99% de los niños españoles tratados por hiperactividad “no están enfermos”***

Esta es la opinión de la psiquiatra Eglée Iciar, doctora de la Universidad Autónoma de Madrid, quien ha hablado del abuso de los psicofármacos para tratar a menores, un error que nace como fruto de la “trivialización de los diagnósticos” que realizan muchos profesionales por “tratar un síntoma a nivel de enfermedad”.

“Este error es fruto de un exceso de diagnóstico, de la medicalización de la vida y de un intento de responder a las demandas de los propios padres, quienes piden la pastilla mágica que acabe con los problemas que tienen y dan los hijos”, según la experta, que recordó que España es el tercer país del mundo, sólo por detrás de Estados Unidos y Canadá, en administrar psicofármacos a menores.

www.azprensa.com/noticias_ext.php?idreg=29333

/ INFORMACIONES ÚTILES

MANUAL INTEGRADO DE EDUCACIÓN GLOBAL PARA CENTROS EDUCATIVOS (AFS)

Manual elaborado por AFS Intercultura, organización sin vinculación política ni religiosa, de carácter no lucrativo, dedicada desde hace 50 años a promocionar el intercambio cultural entre jóvenes de distintas procedencias.

Gracias a un convenio de colaboración con el Ministerio de Educación y Ciencia, AFS Intercultura ofrece a los centros educativos la oportunidad de introducir la Educación Intercultural en las aulas. La principal herramienta que utiliza es el Manual de Educación Global, donde se incluyen varios programas y actividades para realizar en el aula, en áreas como: Derechos Humanos, Educación Intercultural, Educación para el Voluntariado, Educación para el Consumo Responsable, Educación Ambiental y Educación para la Cooperación al Desarrollo Sostenible.

Además, previa solicitud, se desarrollan talleres de educación intercultural dirigidos al alumnado.

El fin último es lograr una acción educativa transformadora dirigida a la acción por la justicia social y la paz mundial.

Más información: Telef. 91 523 45 95, Fax 91 523 55 30, e-mail: info-spain@afs.org.

http://www.afs-intercultura.org/docs/Publicidad%2007/Introduccion%20MEG_06.pdf

GUÍA JOVEN DE SALUD LABORAL

La Federación de Enseñanza de Comisiones Obreras elaboró para el curso 2006-2007 una agenda con una guía que pretende servir de ayuda para generar cultura preventiva entre los jóvenes, dotándoles de recursos y herramientas necesarias para el conocimiento de sus derechos a un trabajo sano y seguro. Se puede consultar en:

http://www.fe.ccoo.es/juventud/10_guia_jov_sal_labpdf.pdf

/ PUBLICACIONES DE INTERÉS

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

- **Carteles** (gratuitos)

- [CAR.029](#). Manutención manual de cargas.
- [CAR.042](#). Prevención de lesiones de espalda.
- [CAR.043](#). Normas básicas en el levantamiento de cargas.
- [CAR.047](#). Ejercicios de fortalecimiento muscular.
- [CAR.048](#). Ejercicios de relajación muscular.

- **Vídeos**

- [V.029](#). Manejo manual de cargas.
- [V.040](#). Gestos espontáneos del cuerpo.

- **Notas Técnicas de Prevención**

- NTP [311](#): Microtraumatismos repetitivos: estudio y prevención.
- NTP [452](#): Evaluación de las condiciones de trabajo: carga postural.
- NTP [477](#): Levantamiento manual de cargas: ecuación del NIOSH.
- NTP [601](#): Evaluación de las condiciones de trabajo: carga postural. Método REBA (Rapid Entire Body Assessment).
- NTP [622](#): Carga postural: técnica goniométrica.
- NTP [674](#): Evaluación de la carga postural: método de la Universidad de Lovaina; método LUBA.

- **Guías Técnicas**

- [Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de lugares de trabajo](#)
- [Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación manual de cargas](#)

- **Agencia europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo**

- [Factsheet 71](#) - Introducción a los trastornos musculoesqueléticos de origen laboral.
- [Factsheet 72](#) - Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en el cuello y en las extremidades superiores.
- [Factsheet 73](#) - Riesgos asociados a la manipulación manual de cargas en el lugar de trabajo.