

# ERGA-Primaria TRANSVERSAL

Número 14/2005



## ¿Qué es ERGA-Primaria Transversal?

### CONTENIDO

#### Editorial

*Ausentismo laboral y felicidad*

#### Se trata de...

*Pantallas de visualización de datos*

#### Seguridad en la escuela

*Las pantallas de visualización de datos en la escuela*

#### Ejercicios prácticos

*Primer ciclo  
Segundo ciclo  
Tercer ciclo*

#### Caso práctico transversal

*Algunas cosas sobre ordenadores  
Actividades de ayuda para el profesorado*

#### Opinión

*Los accidentes mortales en los últimos 24 años  
El trabajo y sus víctimas*

#### Legislación

#### Noticias

*Reconocimiento social y autoestima para los docentes (ANPE).  
Alto riesgo de estrés de los docentes.  
Informe sobre "bullying" de la Universidad Complutense de Madrid.  
Informe de la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo para "Aprender pronto a permanecer seguros".  
Los trastornos de la voz y el médico del trabajo.  
El Camino Escolar.  
Campaña de prevención de riesgos en los colegios de Murcia.  
Saludactiva.com.  
Llevar la mochila sobre un solo hombro causa dolor de espalda.*

#### 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

### Ausentismo laboral y felicidad

La revista *Travail et Changement* (Anact) publica en su nº300 de febrero de 2005, un artículo sobre el ausentismo laboral. Esto no supondría novedad importante (dado los estudios que sobre ello se están realizando), si no fuera por la afirmación de que tal ausentismo es un "problema social" y determina el "estado de salud global de un pueblo".

La revista asegura que el ausentismo más notable no lo representa la población de trabajadores de edad superior a los 55 años (que implicaría un problema de salud lógicamente ligado al envejecimiento), sino el ausentismo "de corta duración", el cual interrumpe la mecánica laboral. Este ausentismo, dice, *revela los problemas de integración de los jóvenes a las nuevas situaciones de la empresa*. Las causas que se enuncian son muchas pero, curiosamente, suelen tener sus fundamentos en patologías psicosociales, desde las generadas por contratos laborales deficientes, hasta por la exigencia de un ritmo de trabajo excesivo. Todo ello, sigue diciendo la revista, no es más que un indicador de futuras enfermedades más graves y de tiempos más prolongados de ausentismo. Porque la realidad es que el trabajador se siente mal con la organización laboral en la que presta sus servicios, pierde la motivación y, en consecuencia, interpreta negativamente el "sentido" que el trabajo pueda tener en su desarrollo personal, profesional y social.

Es evidente que estos problemas son estudiados cada vez con mayor profundidad por los especialistas en psicología del trabajo. También es cierto que se “notan” de una manera más significativa en poblaciones más evolucionadas que, lógicamente, demandan de la “vida” no únicamente sobrevivir sino “vivir” plenamente. Parece que el trabajo, en estas culturas y en estas condiciones no da la felicidad. Resulta interesante como en encuestas (probablemente más sensacionalistas que científicas pero, por lo menos, curiosas), se muestra a Ghana (país de una pobreza ancestral y rodeado, cuando no inmerso, en los profundos problemas africanos), como uno de los países donde sus habitantes manifiestan “ser más felices”. Parece que felicidad y trabajo no tienen una buena relación (por lo menos, en culturas en las que ancestralmente se nos ha mostrado la contradicción de manera permanente). Lo interesante sería, como dice *Travail et Changement*, llegar a un estudio profundo de esa disfunción a partir de una investigación que integre diferentes dimensiones (organización, condiciones de trabajo, trayectorias profesionales, sentido del trabajo, etc.).

En el mundo de la enseñanza, al que nos referimos en este *Erga*, los problemas de absentismo, como muestra de una patología muy compleja y profunda, son notables. Lo son desde las dos posibilidades “laborales” que se hallan en la “empresa” colegio: la profesional del maestro/a y la del estudiante. Ya no se trata de hablar de pequeños desacuerdos que generan una tradicional (e incluso deseable) confrontación (respetuosa) entre generaciones; tampoco se trata de los “nerviosismos” de los profesores o de las pocas ganas de estudiar de los alumnos (con sus consecuentes “novillos”), se trata de un problema mucho mayor que empieza a alarmar a la sociedad (normalmente tan alejada de los problemas escolares). Cuando son los maestros los que tienen verdaderos problemas por mantener el interés laboral y ello implica ausentarse, y cuando son los alumnos los que “pasan” sistemáticamente de todo lo que pueda hacerse o dejar de hacer en la escuela (“pasar”, que puede materializarse en ausencia física o en lo que podríamos denominar “absentismo psicológico”), es que algo va mal. No universalicemos el problema. Hay cosas buenas y cosas malas. No “castiguemos” a los profesionales, a los alumnos o a los planes de enseñanza. Se trata de hallar, como decimos, una manera conjunta de resolver los problemas, teniendo en cuenta que la escuela es una de las bases esenciales de la sociedad. Todos tenemos que “ir” a la escuela. El absentismo escolar (de unos y otros) puede ser un mal mucho peor que el de la empresa, porque es la ausencia del mundo del futuro. No podemos decir que el absentismo escolar sea un terrible y lamentable indicador de la “salud global de un pueblo”.

## / SE TRATA DE ... Pantallas de visualización de datos

*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 del uso de las pantallas de visualización de datos en la escuela.*

La mayoría de los problemas asociados al uso habitual de los equipos de pantallas de visualización de datos (fatiga visual, trastornos musculoesqueléticos y fatiga mental) pueden evitarse mediante un buen diseño del puesto, una correcta organización del trabajo y una información y formación adecuadas al usuario.

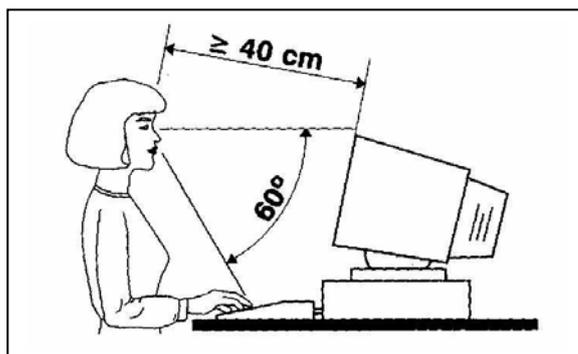
Presentamos a continuación una serie de conocimientos básicos basados en el Real Decreto 488/1997, de 14 de abril, publicado en el BOE nº 47, de 3 de abril, para realizar el trabajo con ordenadores de manera más eficaz, más segura y con mayor bienestar.

### **Pantalla**

Los caracteres de la pantalla deben estar bien definidos y configurados de forma clara y tener una dimensión suficiente. La imagen deberá ser estable y sin destellos. El usuario deberá poder ajustar fácilmente la luminosidad y el contraste entre los caracteres y el fondo de la pantalla.

La pantalla se debe poder orientar e inclinar con facilidad y no deberá tener reflejos ni reverberaciones que puedan molestar.

En cuanto a su colocación, se recomienda situarla a una distancia superior a 40 cm respecto a los ojos del usuario y a una altura tal que pueda ser visualizada dentro del espacio comprendido entre la línea de visión horizontal y la trazada a 60º bajo la horizontal.



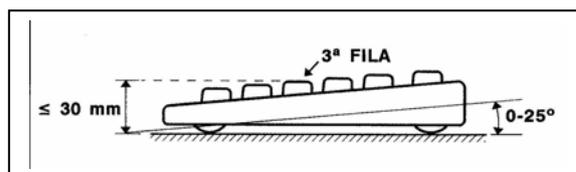
### Teclado

El teclado deberá ser inclinable e independiente de la pantalla para poder adoptar una postura cómoda que no provoque cansancio en brazos y manos.

La superficie del teclado deberá ser mate para evitar reflejos y los símbolos de las teclas deberán resaltar suficientemente y ser legibles desde la posición normal de trabajo.

El cuerpo del teclado debe ser suficientemente plano, se recomienda que la altura de la tercera fila de teclas (fila central) no exceda de 30 mm. Respecto a la base de apoyo del teclado y la inclinación de éste deberá estar comprendida entre 0° y 25° respecto a la horizontal. Si el diseño incluye un soporte para las manos, su profundidad debe ser, al menos, de 10 cm. Este reposamanos es muy importante para reducir la tensión estática en los brazos y la espalda del usuario.

Se recomienda la impresión de caracteres oscuros sobre fondo claro y que los teclados incluyan la letra ñ y los demás caracteres del idioma castellano.



### Ratón

El ratón debe adaptarse a la curva de la mano, el movimiento por la superficie sobre la que se desliza debe resultar fácil y se utilizará tan cerca del lado del teclado como sea posible.

Debe sujetarse entre el pulgar y el cuarto y quinto dedos. El segundo y el tercero deben descansar ligeramente sobre los botones del ratón.

El ratón debe permitir el apoyo de parte de los dedos, mano o muñeca en la mesa de trabajo, favoreciendo así la precisión en su manejo.

Se mantendrá la muñeca recta y deberá ser adecuado tanto para zurdos como para diestros.

### Mesa o superficie de trabajo

La mesa o superficie de trabajo deberán ser poco reflectantes, tener dimensiones suficientes y permitir una colocación flexible de la pantalla, del teclado, de los documentos y del material accesorio y carecer de aristas agudas.

El soporte de los documentos, si se utiliza, deberá ser estable y regulable y se deberá colocar lo más cerca posible del monitor para que se reduzcan al mínimo los movimientos incómodos de la cabeza y los ojos. El atril debe ser ajustable en altura, inclinación y distancia y tener la resistencia suficiente para soportar el peso de los documentos sin oscilaciones.

El espacio deberá ser suficiente para permitir a los trabajadores una posición cómoda. Debe haber delante del teclado un espacio que permita apoyar las manos y los brazos.

### La silla

En cuanto al asiento, éste debe ser estable, proporcionando al usuario libertad de movimiento y procurándole una postura confortable, la altura y la profundidad deberán ser regulables y se recomienda que tengan 5 apoyos para el suelo.

El respaldo deberá ser reclinable y la altura, ajustable. Es aconsejable poner un reposapiés a disposición de quienes lo deseen, puede ser útil en aquellos casos en que la altura de la mesa no sea ajustable y la altura a la que el usuario ha de regularse la silla no le permita apoyar adecuadamente los pies en el suelo.

El respaldo debería tener una suave prominencia para dar apoyo a la zona lumbar y con dispositivos para poder ajustar su altura e inclinación. Los mecanismos de ajuste deberán ser fácilmente manejables en posición sentado.

La utilización de asientos con apoyabrazos facilitan el cambio de postura y reducen la carga muscular de la zona cuello-hombro. El recubrimiento del asiento debería ser de un material transpirable.

### **Espacio**

El puesto de trabajo deberá tener una dimensión suficiente y estar acondicionado de tal manera que haya espacio suficiente para permitir los cambios de postura y movimientos de trabajo.

### **Reflejos y deslumbramientos**

Los ordenadores deberán instalarse de tal forma que las fuentes de luz, como ventanas y otras aberturas, los tabiques transparentes o translúcidos y los equipos o tabiques de color claro no provoquen deslumbramiento directo ni produzcan reflejos molestos en la pantalla.

Las ventanas deberán ir equipadas con un dispositivo de cobertura adecuado y regulable para atenuar la luz del día que ilumine el puesto de trabajo.

### **Calor**

Los equipos instalados en el puesto de trabajo no deberán producir un calor adicional que pueda ocasionar molestias a los trabajadores.

### **Emisiones**

Toda radiación, excepción hecha de la parte visible del espectro electromagnético, deberá reducirse a niveles insignificantes desde el punto de vista de la protección de la seguridad y de la salud de los usuarios.

\* En cuanto al tema de la **Iluminación** y su relación con el uso de pantallas de visualización de datos, pueden consultar el nº 12 de esta publicación, en el que se trataba este tema.

### **Interconexión ordenador/persona**

El programa habrá de estar adaptado a la tarea que deba realizarse, deberá ser fácil de utilizar y deberá adaptarse al nivel de conocimiento y de experiencia del usuario.

Los sistemas deberán proporcionar a los trabajadores indicaciones sobre su desarrollo y deberán mostrar la información en un formato y a un ritmo adaptados a los operadores.

## **/ SEGURIDAD EN LA ESCUELA**

### **Las pantallas de visualización de datos en la escuela**

Las nuevas tecnologías han irrumpido en todos los sectores de la sociedad y los centros de enseñanza no son una excepción.

La introducción de la informática en la vida educativa ha sido el resultado de un proceso relativamente rápido que ha acercado el mundo de los ordenadores a la escuela y que, en la actualidad, constituye una herramienta muy útil tanto para los alumnos como para los profesores.

La enseñanza a través del ordenador pretende ayudar al alumno en su proceso de aprendizaje, siendo un recurso didáctico que completa, potencia y revitaliza las funciones que se han realizado antes, en la docencia.

No obstante, para que este acercamiento de los alumnos a la informática sea eficaz, es necesario que haya un apoyo activo desde la dirección y que los profesores estén dispuestos a incorporar las nuevas tecnologías a sus actividades de enseñanza para hacerlas más estimulantes y provechosas.

Sería conveniente que cada centro educativo tuviera algún profesor especialista en informática que hiciera uso de la tecnología educativa informatizada, para lo cual, debería estar liberado de algunas horas de clase.

Igualmente, los programas educativos deben adecuarse a la edad y a las características de los alumnos.

Los estudios realizados sobre la inserción de los ordenadores en las escuelas coinciden en las numerosas ventajas que aportan los ordenadores: la autoinformación, el desarrollo de la lateralidad, el trabajo de conceptos y contenidos transversales, la adquisición de destrezas, la posibilidad de explorar, descubrir y tomar decisiones, la estimulación y dinamización del aula, la posibilidad de disfrutar de unos mismos contenidos en varios medios distintos, desde un texto tradicional, fotografías, gráficos, sonidos, animación, etc.

Pero también estos mismos estudios hablan de algunos aspectos negativos que deben controlarse, como el descenso de la relación entre los niños y el control y supervisión que debe hacerse en cuanto al uso de internet, para evitar el juego excesivo y el acceso a determinados contenidos nocivos.

En todo caso, el ordenador puede constituir un buen recurso didáctico si el profesor y los padres orientan a los niños en su utilización. Los programas educativos para ordenador suelen ir acompañados de unas guías didácticas que ayudan a ello.

## Ubicación de los ordenadores

Las aplicaciones educativas del ordenador en los centros de enseñanza deberían situarse, a ser posible, en tres ámbitos diferenciados de la escuela: el aula, la biblioteca y las aulas informáticas.

Cuando se colocan los ordenadores en el aula se consigue integrar éstos al proceso de instrucción, haciendo que los profesores y los alumnos los utilicen como parte de sus actividades normales. En este caso, se deben colocar en un lugar de relativa calma y con espacio suficiente para que se sienten alrededor de 2 a 4 alumnos.

Los ordenadores ubicados en la biblioteca son muy útiles para consultar enciclopedias, diccionarios, libros de consulta, realizar visitas virtuales a algún museo, etc.

Cuando los ordenadores se sitúan en las aulas informáticas se obtiene un gran rendimiento, ya que suelen usarse todo el día por todos los cursos. En este caso sería conveniente que cada alumno dispusiera de un ordenador y, si ello no fuera posible, podrían compartirlo 2 ó 3 alumnos.

## / 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

Para trabajar esta actividad, el profesor acompañará a los alumnos a la sala de informática, donde dejará que se vayan sentando ante los ordenadores. Una vez allí, observará las distintas posturas adquiridas por todos e irá rectificándoles, marcándoles las directrices básicas de una adecuada higiene postural, como por ejemplo: mantener la espalda recta, apoyar la espalda al respaldo de la silla, situar los brazos en un ángulo de 90°, nivelar la mesa a la altura de los codos, adecuar la altura de la silla al tipo de trabajo, etc.

### Objetivos de conocimientos

- Presentar al alumno las pautas que ha de seguir para conseguir una posición correcta ante una pantalla de visualización de datos.
- Relacionar una adecuada postura con un buen descanso.

### Objetivos de procedimientos

- Analizar las distintas posturas adquiridas por los alumnos e ir adecuándolas y corrigiéndolas para su mayor comodidad.
- Comentar la postura correcta o incorrecta adoptada por los alumnos.
- Elegir la postura adecuada para sentarse correctamente frente a un ordenador.

### Objetivos de actitudes

- Prestar atención a las posiciones incorrectas adoptadas por los alumnos para poder rectificarlas y adecuarlas a su puesto.
- Ser consciente de la importancia que tiene adoptar una postura correcta ante el ordenador, ya que prevendrá futuros dolores o lesiones músculo-esqueléticas.

### Ejes transversales relacionados

- Educación para la salud / Educación moral y cívica.

### Áreas

- Conocimiento del medio / Educación física.

## EVALUACIÓN

El profesor observará el comportamiento de los alumnos al sentarse frente al ordenador, proseguirá una metodología de rectificación para adecuar su posición correcta, les guiará con unas directrices básicas y valorará la correcta realización de las pautas indicadas.

## ACTIVIDAD 2

El profesor indicará a los alumnos que observen dónde tienen colocados los ordenadores en sus casas, fijándose, especialmente, en su situación respecto a las ventanas o fluorescentes de la habitación. Los alumnos dibujarán en una hoja de papel un plano sencillo sobre la ubicación de la pantalla de visualización de datos respecto a la ventana. Se formarán grupos y el portavoz de cada uno de ellos informará al resto de los alumnos sobre la situación de los ordenadores. El profesor informará de los posibles riesgos de deslumbramientos o reflejos que se pueden dar e indicará las ubicaciones correctas.

### Objetivos de conocimientos

- Conocer la situación correcta de la pantalla de visualización de datos en relación con la iluminación.
- Identificar los posibles riesgos que conlleva una incorrecta colocación del ordenador.

### Objetivos de procedimientos

- Simular una situación ficticia y trasladarla al papel para ver si hace falta una recolocación del puesto del ordenador.
- Localizar la situación adecuada de nuestro ordenador respecto a la ventana para evitar molestias visuales a la hora de utilizarlo.
- Reestructurar el puesto de nuestra pantalla, si su colocación es inadecuada.

### Objetivos de actitudes

- Ser consciente de que para un buen uso del ordenador, debe existir también una adecuada colocación.
- Actuar de manera implícita en el posible rediseño del puesto de trabajo.

### Ejes transversales relacionados

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

## Áreas

- Conocimiento del medio / Educación artística / Matemáticas.

## EVALUACIÓN

El profesor explicará a los alumnos los riesgos que implica una incorrecta situación de la pantalla de visualización de datos respecto a una ventana. Observará las diferentes variantes de colocación de pantallas y, después de su explicación, valorará la comprensión de la práctica observando la recolocación que hacen los alumnos de la pantalla para que la iluminación sea la idónea.

## SEGUNDO CICLO

### ACTIVIDAD 1

El profesor indicará a los alumnos que el uso de internet como herramienta de trabajo es una ayuda personal que ayuda a reforzar conocimientos o habilidades. Les explicará lo importante que es que el alumno aprenda a organizar el tiempo que pasa delante del ordenador, haciendo hincapié en que es necesario realizar pausas. Les indicará que pueden realizar en estas pausas ejercicios de relajación muscular simples y fáciles para evitar molestias y trastornos en un futuro. El profesor podrá realizar estos ejercicios en la propia clase, si cuenta con ordenador, aprovechando los momentos en los que los alumnos tengan que realizar alguna búsqueda de información.

#### Objetivos de conocimientos

- Relacionar trabajo con descanso. El alumno debe saber que un trabajo debe tener su consiguiente descanso para poder proseguir con el mismo sin fatiga.
- Señalar la metodología que se debe seguir, con el fin de realizar ejercicios básicos de relajación, para no tensar nuestro cuerpo frente a la pantalla de visualización de datos.

#### Objetivos de procedimientos

- Demostrar que una pausa, un descanso o un ejercicio de relajación son necesarios para el desarrollo de nuestra situación delante de la pantalla de visualización de datos.
- Delimitar la cantidad de tiempo de exposición delante de la pantalla de visualización para hacer un buen uso de ella.

#### Objetivos de actitudes

- Prestar atención al tiempo empleado, a las respectivas pausas o descansos y a los ejercicios de relajación que deben hacerse correctamente con la guía del profesor.
- Practicar el método aplicado por el profesor en sucesivos encuentros ante el ordenador como medidas preventivas ante su utilización.

#### Ejes transversales relacionados

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

## Áreas

- Conocimiento del medio / Educación Física.

## EVALUACIÓN

El profesor valorará positivamente la conducta de los alumnos ante las respectivas pausas o descansos y los ejercicios básicos de relajación.

## ACTIVIDAD 2

El profesor explicará en clase la importancia que tiene adoptar una posición visual descansada ante el ordenador. En el ordenador de la propia aula o de los de la sala de informática, les explicará que, abriendo un trabajo de “word” y dirigiéndose a la aplicación “herramientas”, seguido de “opciones” y “general” pulsando con el ratón la opción “fondo azul, texto en blanco”, se obtendrá un cambio de contraste en nuestra pantalla. De esta manera, el profesor les permitirá jugar con los contrastes, para que aprecien la diferencia entre polaridad negativa (caracteres brillantes sobre fondo oscuro) y positiva (caracteres oscuros sobre fondo brillante). El profesor les informará de que en la mayoría de los casos, suele resultar más favorable el empleo de la polaridad positiva en la pantalla, porque se parece más a la forma de leer sobre un papel impreso.

### Objetivos de conocimientos

- Comparar diferentes opciones para obtener una mejor y descansada posición visual ante el ordenador.
- Aplicar nuevas operaciones informáticas que nos ayudarán para nuestro desarrollo.

### Objetivos de procedimientos

- Seleccionar una opción para obtener una mejor capacidad visual frente al ordenador.
- Experimentar que gracias a una opción, podemos disfrutar de una adecuada relajación visual.

### Objetivos de actitudes

- Ser consciente de que, aplicando una opción, podemos obtener un descanso visual ante la pantalla.
- Practicar el uso de la pantalla de visualización de datos y sus herramientas.

### Ejes transversales relacionados

- Educación para la salud / Educación moral y cívica.

### Áreas

- Conocimiento del medio.

## EVALUACIÓN

Una vez finalizada la metodología a emplear para conocer diferentes tipos de contrastes, el profesor valorará positivamente que los alumnos sean conscientes de su importancia para que su vista se resienta lo menos posible en un futuro.

## TERCER CICLO

### ACTIVIDAD 1

Los profesores explicarán a los alumnos que deben aprender a hacer un uso controlado de internet, con lo cual es conveniente llevar a cabo una serie de medidas preventivas. Pueden encontrarse con páginas no aptas para ellos o, incluso, informaciones nocivas. Para todo ello, el profesor les hará hacer una búsqueda concreta de información a los alumnos y observará y asesorará sobre la importancia del tiempo empleado para saber qué se busca concretamente e ir lo más directamente posible a ello.

### Objetivos de conocimientos

- Identificar una búsqueda de información concreta y obtener un óptimo resultado.
- Distinguir entre varias páginas web, cuál de ellas sería la más acertada para realizar una búsqueda.

### Objetivos de procedimientos

- Manejar internet de una forma correcta y rápida.
- Confeccionar un trabajo a partir de una adecuada búsqueda en internet.
- Clasificar información obtenida y desarrollar un buen trabajo.

### Objetivos de actitudes

- Practicar el uso de internet como una herramienta útil para nuestro trabajo.
- Permitir que el alumno aprenda a ser autónomo y conciso en su "navegación".

### Ejes transversales relacionados

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

### Áreas

- Conocimiento del medio / Lengua Castellana / Matemáticas.

## EVALUACIÓN

El profesor valorará mediante ejercicios prácticos de búsqueda de un tema o materia, el uso individual de cada alumno frente a internet y cómo se desarrolla la consecución de su objetivo, los orientará y guiará; en definitiva, les marcará unas directrices básicas para saber manejarse correctamente en el adecuado uso que ofrece internet.

## ACTIVIDAD 2

Tras realizar una breve explicación acerca del buen uso del atril, del reposamuñecas, reposapiés, etc., el profesor facilitará estos instrumentos al alumnado, en la medida que ello sea posible. De esta manera, los alumnos se implican e introducen en la ergonomía de los elementos necesarios para una mayor comodidad ante el uso de una pantalla de visualización de datos y comprueban las mejoras que éstos instrumentos comportan.

### Objetivos de conocimientos

- Comparar el desarrollo de un trabajo ante pantalla de visualización de datos, con elementos ergonómicos y sin ellos.
- Aplicar la ergonomía ante la utilización de las pantallas de visualización de datos.

### Objetivos de procedimientos

- Seleccionar el producto ergonómico que mejor se adapte a nuestra posición ante el ordenador.
- Diseñar un puesto de trabajo lo más confortable posible.
- Experimentar que la ergonomía es vital para el desarrollo de nuestro trabajo ante pantallas de visualización de datos.

### Objetivos de actitudes

- Ser consciente de que aplicar la ergonomía ante la pantalla es favorable para nuestra salud.
- Apreciar que las técnicas ergonómicas nos ayudan a desarrollar un trabajo ante pantalla de visualización de datos.

### Ejes transversales relacionados

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

### Áreas

- Conocimiento del medio.

## EVALUACIÓN

Los productos ergonómicos constituyen una importante referencia a las medidas correctivas de tipo técnico que sirven para eliminar los riesgos y mejorar las condiciones de trabajo ante pantallas de visualización. El profesor valorará las correctas posiciones y usos de dichos instrumentos.

## 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, las pantallas de visualización de datos.*

*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 para la paz, para la igualdad de oportunidades 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.*

### Algunas cosas sobre ordenadores

Raimón estudia quinto de Primaria en el centro escolar Pío Baroja. Está sentado frente al ordenador que hay en clase, con la cara casi pegada a la pantalla y la pierna izquierda doblada bajo sus nalgas. Con cara de pillo y la lengua entre los dientes, está escribiendo un mensaje:

- *Q tal wapa ¿?¿? he quedado con Guille q iremos a la biblio a las 6.*

Mar, una compañera de clase que está a su lado, mira el ordenador mientras se protege los ojos de la luz que entra por la ventana, y entre guiños le dice a su amigo:

- *¿Qué haces, Raimón? ¿No me digas que desde aquí estás enviando "correitos"? Chaval, eres un "crac", pero hay que terminar el trabajo de Sociales.*

- *Bueno, bueno... me estaba distrayendo un poco. De todos modos, llevo un buen rato en el ordenador y tenemos un montón de información-* contesta Raimón.

Raimón, Claudia, Mar y Guille están haciendo un estudio sobre el *trabajo infantil* en el Tercer Mundo. Tienen que localizar un montón de datos: países donde pasa esto, la edad de los niños y niñas que trabajan, las tareas que hacen, el tiempo que dedican a la escuela y a su familia, cómo y con qué juegan, etc. La profesora ha dividido a los niños del curso en grupos de seis y les ha asignado unas horas a la semana para que usen el ordenador y consigan información; mientras tanto, el resto del alumnado realiza otras actividades fuera del aula. Los grupos se manejan como pueden con el ordenador y, después, cuando la "señ" tiene un poco de tiempo, les supervisa lo que van haciendo.

- *Sabéis que os digo- continúa Raimón- es mejor que me sustituya alguien porque estoy muy cansado. Me duele la espalda y tengo el "tarro" espeso; saldré un rato al patio.*

Raimón es un entusiasta del ordenador y en su casa pasa horas y horas conectado al *Messenger*, a internet o jugando. Este mismo entusiasmo le ha empujado a saber un montón sobre los recursos informáticos. Cuando hay que aportar material para los trabajos que se hacen en clase, Raimón es el que encuentra las fotos, dibujos y comentarios más curiosos y originales.

El chico se levanta de la silla y Mar ocupa su lugar. Mar es bastante más bajita que sus otros compañeros y, si quiere tener los pies bien puestos en el suelo, debe sentarse en el borde de la silla, sin apoyar la espalda en el respaldo. Los niños usan las mismas sillas que hay en clase.

El ordenador está colocado en un rincón, al lado de la pizarra, porque el aula es justa de espacio. Cerca de él hay un gran ventanal que nunca ha tenido cortinas. El ordenador está apoyado sobre un tablero bastante estrecho, en el que justo cabe el monitor y el teclado, por lo que las personas que lo usan tienen la pantalla muy cercana.

Mar está enfrascada con la información que ha encontrado. La encuentra muy buena y decide imprimir un documento que tiene muchas páginas. Da la orden correspondiente, pero la impresora no responde. Mar no entiende qué pasa, por lo que, repetidamente, clics una y otra vez sobre el icono de imprimir. De improviso, la máquina se pone en marcha y empieza a salir papel sin parar. Mar avisa a sus otros compañeros pero, al igual que ella, ninguno sabía cómo detener aquella lava de documentos. Los tres amigos presencian atónitos cómo la impresora termina con todo el cargamento de papel que tiene en la bandeja y, por fin, se detiene.

*¿Y ahora, qué hacemos con todo esto?- se preguntan.*



## ACTIVIDADES DE AYUDA PARA EL PROFESORADO

1

**Objetivo:** Identificar algunos de los factores de riesgo más frecuentes que causan problemas de salud a las personas que trabajan o utilizan el ordenador.

**Propuesta:** Los estudiantes, distribuidos en cuatro o cinco grupos, analizarán el Caso Práctico a partir de la lectura del texto y de la observación del dibujo. Los más pequeños leerán el texto en voz alta, uno por uno y por fragmentos. Al finalizar, el profesorado preguntará cuestiones relacionadas con el uso de las pantallas de visualización de datos como, por ejemplo: *¿Por qué creéis que Raimón se encuentra tan cansado de estar frente al ordenador?, ¿Disponen los alumnos de una correcta iluminación en el aula?, ¿Os parece que son adecuadas las sillas que utilizan para trabajar con el ordenador?* Después de plantear preguntas como éstas, los alumnos deben ser capaces de discernir los factores de riesgo del texto del Caso Práctico transversal relacionados con las pantallas de visualización de datos, y así poder subsanar o tener en cuenta dichos riesgos para su correcta utilización en un futuro.

(Educación moral y cívica, Educación para la salud).

Lengua, Lengua Extranjera, Conocimiento del Medio.

2

**Objetivo:** Una vez planteados los problemas que se observan en el Caso Práctico transversal, la siguiente actividad sería proponer las situaciones correctas que deberían darse para un adecuado uso de las pantallas de visualización de datos.

**Propuesta:** Los estudiantes, una vez identificados los factores de riesgo del caso, han de proponer soluciones para realizar un buen uso de la pantalla de visualización de datos, como serían: buenas posturas, correcta iluminación, establecimiento de un tiempo de uso, pausas y descansos, útiles ergonómicos, etc. En definitiva, comentar todo lo que a ellos les parezca conveniente para establecer un correcto uso del ordenador y mejorar la situación que sucede en el Caso Práctico transversal.

(Educación moral y cívica, Educación para la salud, Educación ambiental).

Lengua, Lengua extranjera, Conocimiento del medio.

**3** **Objetivo:** Valorar las ventajas y desventajas de las nuevas tecnologías y entender la necesidad “saludable” de auto establecer normas que limiten el tiempo dedicado al uso del ordenador.

**Propuesta:** Tomando como referencia el ejemplo de Raimón del Caso Práctico u otro real que algún estudiante exponga, los alumnos, con la ayuda del profesor, realizarán un coloquio ameno sobre las ventajas y desventajas que tiene el ordenador en relación con el trabajo escolar, la comunicación con los amigos, los juegos etc. El profesorado, a través de las preguntas que formule, tratará de conducir el coloquio hacia planteamientos basados en el buen uso del ordenador (descansos, un tiempo límite de trabajo, etc.) que ayuden a preservar la salud. El profesorado comentará las recomendaciones técnicas que hay establecidas para adultos que trabajan con pantallas de visualización de datos (por ejemplo, descansar diez minutos cada dos horas) y cada estudiante aportará su opinión al respecto. A partir de estas opiniones, se intentará acordar unos tiempos “ideales” para usar el ordenador, siempre teniendo en cuenta las distintas edades, y se procurará que la presencia frente a la pantalla no sea excesiva.

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

Lengua, Lengua extranjera, Conocimiento del medio.

**4** **Objetivo:** Fomentar el respeto hacia el medio ambiente y valorar la importancia del reciclaje de papel.

**Propuesta:** A partir del final de la historia, el alumnado indicará de qué manera Mar y sus compañeros pueden solucionar el problema planteado con el papel que ha salido por la impresora y que, teóricamente, no sirve. Los estudiantes, divididos en grupos, escribirán un final de la historia pensando que este papel se puede reutilizar y emplear para otros fines, como: hacer libretas de anotaciones, trabajos para plástica, apuntes de clase, etc. El final de cada historia lo leerá un portavoz del grupo, y después, entre todos, elegirán el texto que plantee una mejor solución con respecto al reciclaje de papel.

(Educación moral y cívica, Educación del consumidor, Educación ambiental).

Lengua, Lengua Extranjera, Conocimiento del Medio, Educación artística.

## / OPINIÓN

### Los accidentes mortales en los últimos 24 años

Entre las inmensas posibilidades que permite esa ciencia misteriosa que se conoce como estadística, está la de poder combinar elementos aleatorios ocurridos en un determinado espacio de tiempo y sacar las conclusiones que más interesen destacar.

Creo que casi un cuarto de siglo es tiempo más que suficiente para presentar un análisis realizado sobre los accidentes mortales ocurridos a los trabajadores de un determinado límite geográfico, en este caso circunscrito a Salamanca, su capital y provincia, que sin representar a una sociedad altamente industrializada, sí mantiene un positivo equilibrio entre las actividades económicas más representativas de nuestro país.

De siempre he preferido calificar los accidentes de trabajo en función de la gravedad de las causas que lo hubieren generado y no por su calificación de la lesión que se incorpora como dato en el Parte Oficial de Notificación. Como es sabido, predominan en inmensa mayoría aquellos catalogados como *Leves*, lo que induce a mantener juicios erróneos a la hora de realizar intervenciones técnicas y/o administrativas.

Un estudio en este sentido realizado por quien este mismo artículo firma, llevado a cabo sobre un total de 12.552 accidentes de trabajo ocurridos durante un cuatrienio de la década anterior, e incluido en otra publicación, ofrecía entre otros, los siguientes resultados. Se calificaron como *Leves*:

- el 62% de las amputaciones ocurridas
- el 91% de las fracturas óseas
- el 47% de los infartos de miocardio producidos
- el 100% de las hernias discales diagnosticadas

Esta arbitrariedad ha podido inducir a ningunear (?) la actividad preventiva, no sólo de la Administración Pública, sino también del resto de los sectores implicados, como empresarios, sindicatos, mutuas de accidentes de trabajo e, incluso, los propios trabajadores, al entender como *Leve* todo aquello que no le genere una incapacidad permanente en su organismo, incluyendo naturalmente el fallecimiento.

Por eso, al estudiar sólo los accidentes de trabajo mortales, teniendo en cuenta así mismo, que sólo son considerados los que se han notificado como tales y no aquellos que presentado el Parte Oficial de notificación como Grave o Muy Grave, han devenido en muerte pasadas horas o días, (otra alteración estadística), podemos tener una visión más aproximada de esa **casualidad**, inherente a la lesión, que nunca a las causas que lo originaron y produjeron.

Vayamos a los datos obtenidos en una población laboral situada alrededor de los cien mil trabajadores, durante el periodo 1980 a 2003, ambos inclusive. Es decir, 24 años.

		AÑOS			TOTAL
		1980 – 1989	1990 – 1999	2000 – 2003	
S	Agricultura	21	17	6	44
E	Construcción	29	25	15	69
C	Industria	28	20	5	53
T	Servicios	21	27	20	68
O	Minas	3	2	-	5
R	Transporte	13	8	3	24
TOTAL		115	99	49	263

La primera conclusión positiva es que la cifra se encuentra en claro retroceso, lo que resulta importante, a pesar de que un análisis más riguroso, exigiría incorporar variables como desempleo, tipo de contrato, evolución de la seguridad en máquinas, ritmo de trabajo, carga del mismo, etc., para llegar a conclusiones tan definitivas como la expresada.

Pero la siguiente distribución de los 263 accidentes de trabajo ocurridos para ese periodo de tiempo y esa zona geográfica, en cuanto a las causas finales que los produjeron, nos descubre esos datos:

CAUSA FINAL	AÑOS			TOTAL
	1980 – 1989	1990 – 1999	2000 – 2003	
In itinere	52	32	23	107
Patologías no traumáticas	20	30	13	63
Atrapamientos	11	10	1	22
Vuelco de máquina	3	1	2	6
Caída a distinto nivel	14	17	5	36
Contacto eléctrico	4	3	-	7
Ataque de animales	1	1	-	2
Agresión física	1	-	1	2
Golpe por objeto	5	1	2	8
Desplome de objetos	2	-	-	2
Asfixia	1	3	1	5
Aéreo	1	1	-	2
Otros	-	-	1	1
TOTAL	115	99	49	263

Es decir, que sólo el 31% de esos 263 accidentes mortales (prácticamente 1 de cada 3), han podido generar oficialmente, investigación de las circunstancias que lo produjeron. El resto fueron de los que se consideran fuera del ámbito de intervención de los órganos con responsabilidad en la materia, es decir, patologías no traumáticas y los in itinere o en desplazamiento, al ser "de tráfico".

El poso final, que representa algo menos del 5% del total, fueron accidentes de análisis dificultoso por interferencias con otras administraciones públicas, o por agresiones físicas o incluso ataque de animales, con las dificultades de codificación que todo ello comporta.

De todo esto, ¿qué podemos deducir? Son varias las conclusiones que extraemos del estudio estadístico realizado, que pasamos a enumerar.

- 1º. Es necesario hacer desde los órganos técnicos, un esfuerzo importante para incorporar procedimientos analíticos de aquellas condiciones de trabajo que pueden potencialmente desembocar en daños para la salud de los trabajadores, que estén sujetos a situaciones elevadas de estrés, ritmo, carga, etc. en sus tareas cotidianas.
- 2º. Debe actuarse sobre poblaciones con mayor nivel de riesgo de padecer dolencias no traumáticas.
- 3º. Los mal llamados “accidentes de tráfico” en el ámbito laboral pueden ocultar en ocasiones importantes deficiencias en el mantenimiento, control y habilidades conductoras del personal responsable del manejo de vehículos. El no investigarlos por principio, impide disponer de datos más concretos para aplicar medidas preventivas adecuadas a cada caso.
- 4º. De la misma manera que hoy comienzan a preocupar y tenerse en cuenta los conocidos “riesgos emergentes”, deben incorporarse a ellos estas situaciones para que, constituyendo un todo en sí mismo, pueda abordarse la prevención del futuro inmediato con mayor amplitud de miras, sin recelos de nadie perteneciente al sector de la seguridad y salud laboral.

**José Antonio Molina Benito**

Jefe de la Sección Riesgos y Formación  
Oficina Territorial de Trabajo. Salamanca

## El trabajo y sus víctimas

El trabajo puede proporcionarnos metas, dar sentido a nuestra vida, organizar y estructurar nuestra jornada; puede servir para lograr un reconocimiento social, una identidad, una mayor estima de nosotros mismos, además de la recompensa material. Todo esto lo conseguimos cuando el trabajo que desempeñamos es saludable, cuando gozamos de un margen de autonomía según nuestras responsabilidades, cuando el trabajador se siente satisfecho del trabajo bien hecho y recibe como contraprestación una retribución justa.

Sin embargo, esto no es la realidad cotidiana. Según la Tercera Encuesta Europea sobre Condiciones de Trabajo, más de la mitad (56%) de los trabajadores de la Unión Europea refieren soportar “ritmos infernales”, más de un tercio no tienen ninguna posibilidad de organizar su trabajo, el 40% realiza tareas monótonas, el 33% se queja de dolor de espalda, el 28% de estrés y el 9% (13 millones) se encuentra sometido a conductas de acoso moral o intimidación.

Cada vez se detecta un mayor número de problemas relacionados con el trabajo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en su informe sobre la salud mental, las alteraciones debidas al estrés son la principal causa de muertes prematuras en Europa. Un estrés prolongado en el trabajo puede ocasionar trastornos depresivos, que en la actualidad ocupan el cuarto lugar como causa de enfermedad en el mundo y para el 2020 podrían ser la segunda, detrás de la patología coronaria. Las nuevas formas de trabajo, lo que llaman algunos la tercera revolución industrial, están provocando el fin del trabajo estable, el libre despido, la precariedad. El empresario ya no tiende a mantener a sus trabajadores hasta su jubilación; ahora lo que importa es la rentabilidad con sus estrategias de disminución de efectivos, de tiempos muertos y de *stock*.

Un trabajo basado en la rentabilidad, en cifras, en negocios, entra en contradicción con los objetivos de calidad total, de cero fallos, de satisfacción del cliente o de seguridad. Esto crea un sinsentido que conduce a situaciones absurdas y psicológicamente perjudiciales, causando depresión o pérdida de autoestima y, algunas veces, sufrimiento ético al colaborar o consentir actos que se reprueban, siendo las víctimas aquellas que se toman en serio las contradicciones del trabajo.

Determinado tipo de organización del trabajo está siendo uno de los mayores patógenos de la salud. Para evitar esto, la Comisión Europea publicó en el año 2000 un manual de orientación, donde se proponían cambios organizativos muy simples. Por ejemplo: Conceder suficiente tiempo al trabajador para que pueda realizar su trabajo satisfactoriamente; darle al trabajador una descripción precisa del puesto; recompensarle por el trabajo bien hecho; prever un sistema que permita al trabajador expresar su malestar y tenerlo en cuenta; armonizar la responsabilidad y la autoridad del trabajador; explicar claramente los objetivos y valores de la empresa y procurar, dentro de lo posible, adaptarlos a los objetivos y valores del trabajador; intentar que el trabajador esté orgulloso de su trabajo; y favorecer la tolerancia, la seguridad y la justicia en el lugar de trabajo.

En algunos países, una gran parte de las incapacidades laborales están causadas por factores psicosociales y por malestar en el trabajo, por lo que ya han comenzado a reaccionar creando leyes antiviolencia y acoso, así como códigos de conducta que tanto trabajadores como empresarios se comprometen a cumplir, si de verdad quieren calidad y excelencia en el trabajo.

**María Reyes Núñez**

Especialista en Medicina del Trabajo  
Diplomada en Victimología por la Universidad de París.

## / LEGISLACIÓN

- Real Decreto 486/1997, que establece las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- Real Decreto 488/1997 de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo que incluye pantallas de visualización.

## / NOTICIAS

### ➤ **Reconocimiento social y autoestima para los docentes (ANPE)**

ANPE (Sindicato independiente) va a promover una campaña de sensibilización en todos los estamentos de la comunidad escolar para aumentar el reconocimiento social y la autoestima de los docentes en unos momentos en los que la profesión docente se ha minusvalorado, y también va a realizar una macroencuesta entre los propios docentes para valorar su calidad de vida, en la que podrán opinar sobre diversos temas, como el desarrollo de su profesión, horarios, retribuciones, promoción, clima laboral, vida familiar, relaciones con la administración para resolver conflictos, etc., esperando poder ofrecer resultados a finales del año 2005.

*Comunidad Escolar*, nº 751, 6-10-04.

### ➤ **Alto riesgo de estrés de los docentes**

Las primeras conclusiones del Observatorio de Riesgos Psicosociales en el que ha participado la Federación Estatal de Trabajadores de la Enseñanza de UGT (FETE-UGT) recogen entre los datos presentados que, en el sector de la enseñanza, el 63,5% de los docentes sufre una probabilidad de riesgo de estrés alto y el 7,6% de riesgo de acoso.

Otros datos obtenidos en diferentes Comunidades Autónomas también confirman esta realidad, como en Castilla y León, donde el 41% del profesorado manifiesta haber sufrido algún episodio de estrés. En Guipúzcoa los profesores consideran al estrés culpable de las bajas laborales por enfermedad, aunque sean por otras patologías.

Por otra parte, el informe sobre bienestar y hábitos de consumo realizado por *Media Planning Group* reconoce que el 47% de los trabajadores europeos sufre niveles significativos de estrés y que el 28% se ha ausentado del trabajo por este motivo. El 82% de los trabajadores citan el trabajo como la principal fuente de estrés, aunque también mencionan otros factores importantes, como los desplazamientos diarios (49%), la compra (17%), la limpieza (13%), la familia (11%) y la cocina (9%).

Estos últimos datos tienen mayor relevancia en el sector educativo por la importancia de la variable género, ya que la mayoría del colectivo está formado por mujeres con cargas familiares.

UGT reclama que en las evaluaciones de riesgos se incluyan pruebas específicas de riesgos psicosociales y que se reflejen en los exámenes de salud que se realicen a los trabajadores de la enseñanza.

[www.prevencionintegral.com](http://www.prevencionintegral.com) , nº2, 2005.

### ➤ **Informe sobre “bullying” de la Universidad Complutense de Madrid**

Un estudio realizado por la Universidad Complutense de Madrid, en colaboración con el Instituto de la Juventud, entre 826 estudiantes afirma que uno de cada tres estudiantes de ESO “nunca pediría ayuda a sus profesores si sufre situaciones de violencia escolar”. El estudio denominado “Prevención de la violen-

cia y lucha contra la exclusión desde la adolescencia” consta de cinco investigaciones con distintos tipos de cuestionarios y entrevistas y pone de manifiesto la alta participación como agresores de los alumnos. La directora del estudio es la catedrática de Psicología de la Educación, María José Díaz-Aguado.  
*El País*, 1-10-04

### ➤ **Informe de la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo para “Aprender pronto a permanecer seguros”**

La integración de la seguridad y la salud en el trabajo en la educación escolar y universitaria es la clave para reducir la alta siniestralidad y las enfermedades laborales en muchos sectores de la UE, especialmente entre el personal más joven, afirma un nuevo informe publicado por la Agencia. Según dicho informe, los trabajadores entre 18 y 24 años tienen un 50% más de posibilidades de sufrir un accidente que la media del personal de los países industrializados.

El informe describe y analiza 32 ejemplos de distintos países sobre integración eficaz de la seguridad y salud en el trabajo en distintos niveles del sistema educativo, desde la enseñanza primaria hasta la universidad y la formación profesional especializada. También proporciona una “hoja de ruta” para alcanzar este objetivo.

El informe de 152 páginas titulado: “La integración de la seguridad y la salud laborales en la educación – Buenas prácticas en el colegio y en la formación profesional” puede descargarse en inglés en formato pdf en:

<http://agency.osha.eu.int/publications/reports/313/en/index.htm>

Existe también una hoja informativa (FACTS 52) que resume el informe en español en:

<http://agency.osha.eu.int/publications/factsheets/index.htm>

### ➤ **Los trastornos de la voz y el médico del trabajo**

El Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS) francés ha elaborado un documento de gran utilidad para el médico del trabajo (Nº 98): “Troubles de voix chez les enseignants”, donde sintetiza la información existente sobre los trastornos de la voz en situaciones profesionales, incidiendo especialmente en las situaciones de riesgo de los profesores y ofreciendo unas propuestas preventivas.

INRS, Documents pour le Médecin du Travail, nº 98, 2004.

### ➤ **El Camino Escolar**

El proyecto *Camino Escolar* nació de una idea de la entidad: “Prevención de Accidentes de Tránsito” y está siendo impulsado desde el Institut d’Educació y desde Seguridad y Movilidad. El propósito del mismo es intentar mejorar los alrededores de los colegios a partir de un trabajo educativo a favor de la movilidad. La mayoría de los distritos de Barcelona, y algunos pueblos de la provincia, han puesto en marcha alguna experiencia sobre el mismo, ya que requiere un proceso inicial de trabajo en las aulas para desarrollar un espíritu crítico, pero que presente alternativas posibilistas y consensuadas con todos los sectores de la zona.

*El Periódico*, 24-11-04

### ➤ **Campaña de prevención de riesgos en los colegios de Murcia**

Bajo el lema “Crece en seguridad”, un logotipo, la mascota “PREVENIS” y la familia tipo *López Gil*, se ha iniciado una campaña en Murcia para la promoción y difusión de la prevención de riesgos en los colegios, dirigida a estudiantes de 5º y 6º de primaria (10 a 12 años).

En una primera fase de actuación, la campaña se va a desarrollar en un total de 27 localidades de la Región de Murcia, participando cerca de 100 colegios públicos y concertados y más de 5.500 alumnos. Se han programado diversas actividades como charlas y seminarios, realización de ejercicios prácticos de detección de riesgos, concursos de carteles, dibujos, redacción, selección de los mejores trabajos y premios a los ganadores.

El material didáctico constará de la entrega a los colegios de diversos ejemplares del cómic: "Los Preveconsejos de la Familia López Gil y su mascota PREVENIS", así como la entrega de los *Erga-Tebeos*, elaborados por el INSHT sobre 10 riesgos básicos y un CD Interactivo titulado: "Crece en seguridad".

El material divulgativo que se proporcionará a los alumnos consistirá en una carpeta, un bolígrafo, una camiseta, una gorra y un llavero, con el diseño de la familia "López Gil y su mascota Prevenis".

La experiencia piloto para valorar los resultados se realizará en los tres centros públicos de la localidad de Beniel.

[www.carm.es/ctra/cendoc/boletin/actualidad.asp?Id=645](http://www.carm.es/ctra/cendoc/boletin/actualidad.asp?Id=645)

### ➤ **Saludactiva.com**

El INJUVE organiza por segundo año el juego-concurso en línea al que se accede a través de la siguiente dirección: [www.saludactiva.com](http://www.saludactiva.com) y que va dirigido a jóvenes de entre 10 y 18 años. Consiste en la creación de un personaje virtual al que se debe guiar durante una semana. Este concurso se basa en la nutrición, la autoestima y los modelos que influyen en los trastornos del comportamiento alimentario. Los ganadores reciben premios individuales, en las categorías de: centro educativo o asociación y profesorado. El concurso se realiza en colaboración con diferentes organizaciones sociales y con el patrocinio de Obra Social Caja Madrid y el Grupo Editorial Océano.

[www.tt.mtas.es/periodico/serviciosociales/200411/SES20041119.htm](http://www.tt.mtas.es/periodico/serviciosociales/200411/SES20041119.htm)

### ➤ **Llevar la mochila sobre un solo hombro causa dolor de espalda**

Un equipo de investigadores griegos ha llegado a esta conclusión, que ahora publican en la revista *Spine*, tras estudiar a más de 1.200 estudiantes de entre 12 y 18 años que iban al Instituto con mochilas.

<http://elmundosalud.elmundo.es/elmundosalud/2005/01/24/dolor/1106569873.html>

## / INFORMACIONES ÚTILES

### **Respeto hacia otras culturas**

Existe un sitio web que tiene como finalidad difundir y proteger la diversidad cultural y natural del planeta. Se trata de una biblioteca multimedia de contenidos educativos (clases, documentales, foro, etc.), de carácter gratuito, diseñada para enseñar cómo viven personas de distintos países del mundo a través de sus costumbres, escenas cotidianas, anécdotas, etc., con objeto de fomentar el respeto y la tolerancia hacia todo tipo de culturas.

[www.mundoescuela.net](http://www.mundoescuela.net)

### **Los peligros de las vacaciones**

Facilitamos una dirección de internet donde pueden consultar algunos de los peligros a los que podemos estar expuestos durante las vacaciones, como son: las picaduras de "bichos", las infecciones, el sol, las intoxicaciones y otras situaciones varias. Se puede consultar en:

<http://elmundosalud.elmundo.es/elmundosalud/especiales/2003/07/verano/peligros.html>

## El cine en la educación

La dirección web que citamos a continuación dispone de un curso multimedia que desarrolla aspectos históricos y del lenguaje del cine y constituye, además, un instrumento de apoyo en cualquier área educativa en la que se quiera utilizar el cine como material complementario para la formación. Este material pretende retomar la relación del cine y sus diferentes aspectos con el ámbito educativo e ir descubriendo sus posibles aplicaciones educativas, con el objetivo final de contribuir a su difusión e integración en las aulas. El docente puede solicitar de forma gratuita, previa solicitud, la edición en el Centro Nacional de Información y Comunicación Educativa (CNICE).

[www.auladecine.com](http://www.auladecine.com)

## / PUBLICACIONES DE INTERÉS

### INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

- **Carteles** (gratuitos)

CAR.019 Pantallas de visualización

[www.mtas.es/insht/information/carteles/car\\_019.htm](http://www.mtas.es/insht/information/carteles/car_019.htm)

CAR.060 Si descansas diez minutos cada dos horas, lo verás todo más claro

[www.mtas.es/insht/information/carteles/car\\_060.htm](http://www.mtas.es/insht/information/carteles/car_060.htm)

- **Vídeos**

V.013 Pantallas de visualización de datos

[www.mtas.es/insht/information/videos/v\\_013.htm](http://www.mtas.es/insht/information/videos/v_013.htm)

- **Documentos divulgativos**

DD.034 Instrucción básica para el trabajador usuario de pantallas de visualización de datos

[www.mtas.es/insht/information/cyddivul/dd\\_034.htm](http://www.mtas.es/insht/information/cyddivul/dd_034.htm)

- **Fichas de divulgación normativa**

FDN.001 Pantallas de visualización de datos

[www.mtas.es/insht/information/otros/fichas.htm](http://www.mtas.es/insht/information/otros/fichas.htm)

- **Guías técnicas**

GT 106 Pantallas de visualización

[www.mtas.es/insht/information/guias/gt\\_106.htm](http://www.mtas.es/insht/information/guias/gt_106.htm)

- **Textos legales**

LN.106 Pantallas de visualización

[www.mtas.es/insht/information/legislacion/ln\\_106.htm](http://www.mtas.es/insht/information/legislacion/ln_106.htm)

- **Cuestionarios**

Test de autoevaluación de puestos de trabajo con pantallas de visualización (PVD)

[www.mtas.es/insht/information/otros/c\\_002.htm](http://www.mtas.es/insht/information/otros/c_002.htm)

- **Notas Técnicas de Prevención**

Notas técnicas diversas sobre temas relacionados con PVD

NTP números: 139,173,174,196, 204, 232, 251, 252 y 602

[www.mtas.es/insht/information/lnd\\_temntp.htm](http://www.mtas.es/insht/information/lnd_temntp.htm)