



Mestres d'escola bressol



**A l'Ajuntament fem
Prevenió de Riscos Laborals**

tu també!

www.diba.cat



**Diputació
Barcelona**

Mestres d'escola bressol

Els mestres d'escola bressol s'ocupen de la cura i l'educació d'infants amb edats compreses entre els 0 i els 2 anys i, com qualsevol altre treballador, estan exposats a riscos laborals durant la realització de la seva activitat.

És important conèixer els principals riscos laborals d'aquesta feina i les mesures preventives que s'han d'aplicar per evitar possibles accidents i malalties professionals, i garantir així la protecció del personal.

1. Caigudes al mateix nivell o a diferent nivell

La característica principal de la majoria de les activitats realitzades a les escoles bressol és la presència de joguines i material escampat per terra, tant a les aules com al pati. També pot ser habitual que el terra estigui mullat i lliscant a la zona destinada al canvi de bolquers i higiene dels infants, així com als espais destinats a menjador en el moment de realitzar aquesta activitat. Aquestes circumstàncies donen lloc al risc de caigudes al mateix nivell i a diferent nivell.

Críteris preventius

- » Intenteu mantenir els espais de treball en bon estat d'ordre i netedat.
- » El millor calçat que podeu utilitzar és el que té sola antilliscant i que subjecta el peu.
- » Utilitzeu els senyals d'avís quan s'hagi fregat el terra.
- » Les zones de pas, les vies d'evacuació i les escales existents han d'estar lliures d'obstacles.



2. Cops i talls amb objectes

Durant la preparació i realització de les activitats amb els infants es poden patir cops i talls a causa de la utilització de tisores, cúters, grapadores i altres eines.

Críteris preventius

- » Convé que utilitzeu l'eina adequada per a cada tasca i que hi poseu la protecció, en aquelles que en tinguin, quan l'hàgiu acabat de fer servir.
- » Segons la tasca, i quan calgui, heu d'utilitzar guants de protecció (treballs amb fusta, eines punxants i de tall, etc.).



3. Sobreesforços

És un dels riscos més importants en la tasca diària dels mestres d'escola bressol. Es dona de manera repetitiva, ja que s'han d'agafar els infants per atendre les seves necessitats, tant d'higiene com afectives, i a l'hora de treballar amb ells sovint s'adopten postures forçades.

Críteris preventius

- » Intenteu no alçar en braços els infants que tinguin més autonomia; ateneu-los ajupits o a la gatxoneta.
- » Quan calgui agafar-los i tornar-los a terra, feu-ho sense doblegar l'esquena i flexionant les cames, subjectant-los propers al cos i alleugerint el pes recolzant-los en el maluc.
- » És possible adaptar els canviadors amb una escala perquè els nens amb capacitat per pujar-hi hi accedeixin amb ajuda.
- » És molt recomenable planificar les activitats per evitar les postures forçades i, quan l'activitat requereixi adoptar aquestes postures, fer pauses per descongestionar les parts del cos afectades.



4. Malalties causades per agents biològics

La higiene dels infants i la relació amb els infants amb malalties infectocontagioses com ara gripes, conjuntivitis i gastroenteritis fan necessària l'adopció de mesures per evitar el risc d'infecció.

Criteris preventius

- » Sempre que sigui possible, utilitzeu guants de làtex en el canvi de bolquers.
- » No descuideu la higiene personal i renteu-vos les mans amb aigua i sabó abans i després d'atendre l'infant en la seva higiene i cura.
- » Informeu-vos de les vacunes que teniu al vostre abast per part de Vigilància de la Salut, segons els protocols establerts.



5. Afonies i disfonies

Els mestres d'escola bressol fan un ús intensiu de la veu i, molts cops, han de fer sobreesforços vocals. Aquestes circumstàncies poden donar lloc a afonies (pèrdua total de la veu) i disfonies (alteració del to normal de la veu), que estan associades al disconfort acústic present a les aules.

Bones pràctiques en l'ús de la veu

- » Empreneu les tècniques adients per a la correcta utilització de la veu.
- » Eviteu cridar o parlar per damunt del soroll ambiental; espereu que els infants abaixin el to per començar a parlar; utilitzeu altres mètodes no vocals per atreure la seva atenció, com ara picar de mans.
- » Redueu al màxim la tensió muscular.
- » Respireu adequadament i manteniu postures correctes.
- » Beveu aigua al llarg del dia en petites quantitats.
- » Destineu períodes de repòs de la veu durant la jornada laboral.



6. Factors psicosocials

Les relacions amb els infants, els pares i els companys, la preparació i el ritme de les activitats, els sobreesforços tant de la veu com posturals, el disconfort acústic, el reciclatge formatiu, la limitació dels recursos, el paper de l'educador dins l'organització, la pluralitat de funcions, l'elevat rendiment físic i psíquic demanat, etc. són considerats factors de risc del col·lectiu de mestres d'escola bressol.

Són riscos que poden esdevenir patologies psicosocials com ara l'estrès.

Críteris preventius

- » Planifiqueu les activitats amb prou temps d'antelació i preveieu activitats complementàries per als moments en què la principal no es pugui dur a terme.
- » Incloeu dins del programa diari les activitats no essencials però necessàries per als infants en el transcurs de la jornada a l'escola bressol (canvi de bolquers, hàbit de rentar les mans i la higiene personal dels menuts, atencions personalitzades als infants dins de les activitats que es poden presentar fruit de la mateixa convivència, etc.).
- » Realitzeu pauses i descansos proporcionals a l'esforç físic i mental que demana la tasca.

7 Actuació en cas d'emergència

- Si detecteu el començament d'un incendi, aviseu els companys i expliqueu immediatament al vostre cap la situació. S'activarà el pla d'emergència.

Manteniu la calma i seguieu les instruccions dels equips d'intervenció.

**A l'Ajuntament fem
Prevenió de Riscos Laborals**



tu també!

Gabinet de Premsa i Comunicació. Fotografies: Corbis, Age fotostock i Xavier Renau



**Diputació
Barcelona**