



**Consejería de Educación
Cultura y Deportes**

FICHA TÉCNICA DEL PUESTO DE FISIOTERAPEUTA

FICHA TÉCNICA DE PUESTO TRABAJO DE FISIOTERAPEUTAS.

| FISIOTERAPEUTA | |
|--|---|
| Tareas a realizar | <p>La Resolución de 08/07/2002, de la Dirección General de Coordinación y Política Educativa, por la que se aprueban las instrucciones que definen el modelo de intervención, las funciones y prioridades en la actuación del profesorado de apoyo y otros profesionales en el desarrollo del Plan de atención a la diversidad en los Colegios de educación infantil y primaria y en los institutos de educación secundaria, en su punto décimo, define las funciones específicas y prioridades del fisioterapeuta.</p> <p>El especialista en fisioterapia, en colaboración con el resto de profesorado, realizará con carácter prioritario la atención individualizada al alumnado con necesidades educativas especiales asociadas o no a otra discapacidad.</p> <p>Son funciones más específicas:</p> <p>a) la orientación en su caso, al profesorado en la prevención de dificultades motoras y en el desarrollo de programas de hábitos de salud asociados a la utilización de patrones motores y posturales, de relajación y autocontrol.</p> <p>b) La identificación y valoración de las necesidades educativas en el aspecto motor y las propuestas de adaptación curricular.</p> <p>c) El asesoramiento para la adquisición y uso de materiales y ayudas técnicas de acceso al currículo.</p> <p>d) La realización de los procesos de estimulación y rehabilitación del alumnado en aquellos aspectos determinado en las correspondientes adaptaciones curriculares y en los programas de refuerzo y apoyo.</p> |
| Lugares donde se realiza el trabajo | <p>Las sesiones se desarrollan principalmente en la sala que se asigne por parte del centro a Fisioterapia o en el aula de Educación Física.</p> <p>En aquellos centros que no exista sala exclusiva para Fisioterapia se asignará una sala compartida con otra actividad (despachos, sala psicomotricidad, aulas vacías), etc., al objeto de atender al alumnado dentro de las normas de intimidad.</p> |
| Equipos de trabajo utilizados y herramientas | <p>Se podrán utilizar, a juicio del fisioterapeuta, espejos, colchonetas, camillas, pelotas de pilates, material de psicomotricidad fina (pelotas, torres de construcción, pinchos,...), ladrillos, aros, picas, cacahuete, bicicletas estáticas, bipedestadores, sillas de ruedas, triciclos, andadores, muletas, pesas, espalderas, barra,...</p> <p>Para la manipulación del alumnado, siempre se realizará con ayuda adicional de otro trabajador u otros trabajadores/ATS. Si el trabajo de manipulación fuera continuado se utilizarán medios mecánicos.</p> <p>En los centros no se tiene constancia de la utilización de otros equipos de trabajo de tipo eléctrico. Si se dispusiera de algún otro equipo distinto de los indicados, como generador de calor (microondas, ultrasonido, etc.), el trabajador/a lo deberá comunicar al Técnico de Prevención Provincial para evaluar los riesgos de los equipos de trabajo.</p> |
| Sustancias y productos utilizados y generados en el trabajo | <p>En los centros no se tiene constancia del uso de ningún producto químico; únicamente se usan cremas hidratantes y vaselina.</p> <p>Si se utilizará algún producto químico distinto, a los indicados, se deberá comunicar por el trabajador/a al Técnico de Prevención Provincial, para evaluar los riesgos de productos químicos.</p> |



RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS.

- A. Riesgos específicos y medidas preventivas.
- B. Riesgos generales y medidas preventivas.
- C. Recomendaciones para evitar accidentes de tráfico.

A. RIESGOS ESPECÍFICOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS.

RIESGOS ESPECÍFICOS.

1. Riesgos de fatiga física
2. Riesgos músculo-esqueléticos.
3. Riesgos psicosociales.

MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS.

1. Riesgos de fatiga física. Por la manipulación inapropiada del alumnado que carece de autonomía personal.

- Se planificarán las jornadas y se organizarán las tareas que requieran más esfuerzo físico. Se realizarán con el menos esfuerzo posible y utilizando los medios de ayuda adecuados. Se propondrán, si procede, mejoras de equipos de trabajo al centro.
- Se usarán prendas apropiadas a la actividad que se realiza y a las condiciones ambientales teniendo especialmente en cuenta las prendas a utilizar en los casos de exposición a bajas temperaturas en las actividades realizadas fuera del centro.
- Variar las tareas y realizar descansos periódicos.
- Beber abundante agua o líquidos que aporten al organismo glucosa y sales minerales aunque no se tenga sed.

2. Riesgos músculo-esqueléticos. Por la manipulación inapropiada del alumnado que carece de autonomía personal.

- Realizar un calentamiento previo a todo trabajo físico.
- Evitar giros del tronco y flexiones bruscas o violentas, posiciones estáticas inadecuadas mantenidas durante un periodo de tiempo excesivo, y esfuerzos musculares muy intensos o prolongados.
- Se recomienda estudiar la manera de atenuar la intensidad o dureza de manipulaciones de cargas u otras actividades, o bien sustituirlos por otros procedimientos menos agresivos y, como consecuencia, de menor riesgo.
- Evitar el trabajo repetitivo en la medida de lo posible. Intercalar tareas que precisen movimientos diferentes y requieran músculos distintos.
- Se recomienda hacer pausas frecuentes, organizar los descansos sin acumularlos (son mejores las pausas cortas y frecuentes que las más largas y espaciadas).

- Cambiar la postura durante el descanso y hacer estiramientos musculares. En general, se recomienda realizar un descanso o variar las tareas, 10 minutos cada 1 ó 2 horas de trabajo continuado de fisioterapia.
- Evitar aplicar fuerza manual excesiva en movimientos de prensa, flexión, extensión y rotación.
- Utilizar herramientas manuales que permitan su sujeción con la muñeca alineada al brazo y el uso alternativo de las manos.
- En trabajos de pie, evitar la sobrecarga postural estática prolongada. Apoyar el peso del cuerpo sobre una pierna y otra, alternativamente.
- Seguir las siguientes pautas recomendadas en la manipulación manual de cargas:
 - Colocarse frente al peso a manipular.
 - Doblar ligeramente las rodillas manteniendo siempre la espalda recta.
 - Agarrar firmemente la carga.
 - Levantar lentamente.
 - Evitar realizar giros del cuerpo con la carga.
 - Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible.

3. Riesgos Psicosociales. (estrés, síndrome del quemado, carga mental).

- Fomentar hábitos saludables tales como llevar una dieta adecuada o realizar ejercicio de manera habitual.
- Fomentar el apoyo entre compañeros y miembros de los equipos directivos para conseguir un buen clima laboral. Planificación y diseño de las relaciones sociales dentro del centro creando canales eficaces de comunicación.
- Fomentar el buen clima en el centro, basando el trabajo en el respeto y el diálogo.
- Entrenamiento de la percepción de situaciones estresantes para aprender a reorganizar la forma en que se percibe y aprecia una situación para interpretarla de manera positiva y genere conductas más adecuadas. Modificación de pensamientos automáticos y de pensamientos deformados para lograr una descripción objetiva de la situación, identificar las distorsiones empleadas para interpretarlo y eliminar esas distorsiones modificándolas mediante razonamientos lógicos (técnicas cognitivas).
- Realización de ejercicios de relajación muscular o física y de control de la respiración (técnicas fisiológicas).
- Realización de ejercicios de relajación mental, de entrenamiento asertivo, de habilidades sociales, de solución de problemas o conflictos y de autocontrol (técnicas conductuales).
- Manejo eficaz del tiempo. Desconectar del trabajo fuera de la jornada laboral. Marcarse objetivos reales y factibles de conseguir.
- Desarrollo de códigos de conducta en los centros.
- La transferencia y el tratamiento de informaciones debe ser clara y exacta, necesaria y suficiente.



B. RIESGOS GENERALES Y MEDIDAS PREVENTIVAS.

RIESGOS GENERALES.

1. Riesgos de caídas al mismo nivel.
2. Riesgo de caídas a distinto nivel.
3. Riesgos de caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación.
4. Golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y objetos.
5. Contactos eléctricos.
6. Exposición a contaminantes químicos.
7. Exposición a contaminantes biológicos.
8. Incendios y explosiones.
9. Atropellos o golpes con vehículos.
10. Riesgos derivados de manipulación de equipos de trabajo.
11. Riesgos para trabajadoras embarazadas o trabajadores especialmente sensibles a riesgos laborales.

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES.

1. Riesgos de caídas al mismo nivel.

- Mantener los suelos de los pasillos y zonas de paso limpias y libres de cualquier obstáculo (carpetas, bolsos, libros, papeleras, cables).

2. Riesgo de caídas a distinto nivel.

- No utilizar sillas, mesas, estanterías o papeleras como “escaleras”.

3. Riesgos de caída de objetos por desplome, derrumbamiento o durante su manipulación.

- Ordenar adecuadamente las estanterías, evitando el exceso de peso u objetos, situando los objetos más pesados en la parte más baja, etc.
- No almacenar objetos delante de las estanterías, dejar espacio suficiente para pasar y acceder fácilmente a las mismas.
- Evitar almacenamiento de materiales sobre armarios, especialmente si se trata de materiales que por su peso u otras características puedan ocasionar daños al caer mientras se manipulan.

4. Golpes y/o cortes con objetos y herramientas, proyección de fragmentos o partículas y atrapamiento por y objetos.

- Guardar los objetos cortantes (chinchetas, tijeras, cúter) tan pronto como termine de utilizarlos. No lleve jamás objetos cortantes en los bolsillos.
- Mantenga los cajones cerrados, se evitarán golpes con ellos.
- No retirar ni anular las protecciones de los equipos de trabajo.
- Utilizar los equipos y herramientas (tijeras, cúter, etc.) exclusivamente en la forma y para las tareas para las que han sido concebidos (seguir las instrucciones del fabricante).



5. Contactos eléctricos.

- Antes de utilizar un equipo eléctrico, revisar que se encuentra en perfecto estado para ser utilizado. No usar roba corrientes no homologados. No sobrecargue los enchufes. Hay que tener en cuenta que para desconectar un equipo eléctrico, de la corriente, siempre deberemos de tirar de la clavija y nunca del cable.
- Si se detectan defectos en un equipo eléctrico, o en la propia instalación, tome precauciones para evitar que alguien pueda sufrir un accidente (desconectándolo, señalizándolo, etc.) y comunique la incidencia a la persona responsable de gestionar la reparación y a la Dirección del Centro.
- Antes de conectar un equipo comprueba que la toma de corriente es adecuada para el mismo. En muchas ocasiones se conectan equipos que precisan toma de tierra a tomas de corriente o a bases de enchufes que no disponen de conductor de tierra (si la toma del aparato dispone de unas pletinas metálicas en el lateral, el enchufe al que lo conectemos debe tenerlas también).

6. Exposición a contaminantes químicos.

- Cuando se utilicen productos químicos adicionales, a los indicados en la ficha de puesto, comuníquelo al técnico de prevención provincial y siga las instrucciones de utilización proporcionadas por el fabricante del producto y las etiquetas.
- Durante el cambio del tóner u otros productos utilice guantes adecuados y después lávese las manos.
- No coma ni beba en las dependencias dónde se ubiquen las fotocopiadoras o los productos químicos.
- Procure que los locales donde se trabaje permanezcan bien ventilados.

7. Exposición a contaminantes biológicos.

- Renovar periódicamente el aire del aula para mantener un ambiente más limpio.
- Si se sufre alguna lesión en la piel (cortes, pinchazos, etc.), cubrirla con apósitos impermeables y guantes antes de continuar el trabajo.
- En las tareas que puedan implicar contacto con fluidos biológicos (sangre, orina, vómitos, etc.) como, por ejemplo, durante las curas a alumnos, utilizar guantes y, además, lavarse las manos con jabón antes y después de estas actuaciones. Asimismo se eliminará con agua y jabón las eventuales salpicaduras.
- No comer ni beber en las zonas donde exista riesgo de contacto con fluidos biológicos (aseos, botiquines, etc).

8. Incendios y explosiones.

- No se obstaculizará en ningún momento los recorridos y salidas de evacuación, así como el acceso a extintores, bocas de incendios, salidas de emergencia y pulsadores de alarma, debiendo estar accesibles para su rápida utilización en caso de emergencia.
- Mantener ordenados los materiales inflamables o combustibles y evitar acumulaciones innecesarias. Alejar los focos de calor o ignición de las zonas de almacenamiento.



- Evitar sobrecargar los enchufes. Para ello, evitar conectar varios receptores de elevada potencia a una sola toma.
- En caso de incendio, seguir las pautas establecidas en el Plan de Autoprotección del Centro (si no lo conoces, consulta a tu Director/a).
- Seguir las instrucciones previstas en el contenido del curso de formación inicial en prevención relativas al uso de un extintor portátil.
- Si se utilizan braseros eléctricos o calefactores de resistencia, evitar que pueda caer algo encima que pueda prender y desconectar al abandonar la dependencia, aunque sea por corto espacio de tiempo.

9. Atropellos o golpes con vehículos.

- Cumplir las normas de circulación.
- Realizar las revisiones reglamentarias del vehículo (ITV).
- Vigilar periódicamente el estado del vehículo: dirección, frenos, luces, ruedas, etc.
- No consumir bebidas alcohólicas durante la jornada laboral o en las horas previas a la misma.
- No fumar ni utilizar teléfonos móviles mientras se conduce.
- Comprobar el ajuste del reposacabezas. Debe ajustarse lo más alto posible sin sobrepasar la altura máxima de la cabeza. La parte superior del reposacabezas no debe quedar nunca por debajo de la altura de los ojos.

10 Riesgos derivados de la manipulación de equipos de trabajo.

- Seguir y respetar las instrucciones que establece el fabricante en el manual del equipo en cuanto a: puesta en servicio, utilización, EPIS necesarios, mantenimiento, instalación, montaje y desmontaje, reglaje, conservación y reparación.
- Utilizar cada herramienta exclusivamente para el uso que ha sido diseñada, según establece el fabricante en su manual de instrucciones.
- Utilizar los equipos de protección individual especificados por el fabricante en el manual de instrucciones del equipo/herramienta.
- Utilizar herramientas de buena calidad y con marcado CE.
- Realizar periódicamente una inspección visual del equipo de trabajo para ver el estado de adecuación, conservación y limpieza.
- No anular jamás un dispositivo de seguridad de una máquina o herramienta.
- Revisar el estado de las fuentes de alimentación de energía. En el caso de la energía eléctrica revisar que la toma de corriente es adecuada para el equipo, revisar el estado del cable, de la toma de corriente y del interruptor, y, por último, comprobar el cuadro eléctrico, ver si dispone de interruptor diferencial y chequear el mismo.



11 Riesgos para trabajadoras embarazadas o trabajadores/as especialmente sensibles a riesgos laborales.

- Las trabajadoras en situación de embarazo o lactancia y los trabajadores/as susceptibles de encontrarse en una situación de especial sensibilidad a determinados riesgos, deben comunicar lo antes posible dicha situación para así recibir información al respecto y poder actuar preventivamente sobre su situación. Lo podrán hacer a través de su intranet en el portal del empleado de Función Pública.

<https://portalempleado.jccm.es/portalempleado/web/jccm;jsessionid=b30832ccec5cd5dc9153422a9cbea7dde1ae700672bcd66263b056a3ccdd591e>

- Las trabajadoras en situación de embarazo no manipularan cargas ni harán trabajos nocturnos.

C. RECOMENDACIONES PREVENTIVAS PARA EVITAR ACCIDENTES DE TRÁFICO.

Antes de circular:

- **Descansa** adecuadamente, respeta las normas de descanso entre jornadas si tienes que conducir.
- **Planifica el viaje**, procura utilizar vías con mayor nivel de seguridad, autovías, autopistas, carreteras en buen estado, rutas transitadas y condiciones meteorológicas favorables.
- **Comprueba** el funcionamiento de luces, limpiaparabrisas, luneta térmica, regula los espejos, el reposacabezas, el asiento y el volante.
- **Realiza una revisión** periódica de frenos, amortiguación, dirección y ruedas (desgaste del dibujo y presión).
- **Evita** tomar **medicamentos o sustancias** contraindicados para conducir, y **no comas copiosamente y/o bebas alcohol**, puede producir somnolencia al volante,

Durante la circulación:

- **Respetar las normas de circulación**, sigue los límites de velocidad, distancia de seguridad y utiliza el cinturón de seguridad.
- **Circula** si estas en **perfecto estado psicofísico**,
- **Descansa** cada **200 km o cada 2 horas continuadas** de conducción.
- **Si te da sueño, para** en un lugar seguro, **ingiere agua** o refrescos, **ventila** el habitáculo, y **descansa** antes de continuar.
- **Evita distracciones circulando**, no uses el teléfono móvil, ni manipules del GPS, la radio/cd, esto deberá hacer antes de circular con el vehículo estacionado en lugar seguro.
- **Si tienes que parar, hazlo en lugar seguro, enciende luces de cruce para ver y ser vistos.**

Circulación con hielo, nieve y lluvia.

- **Si tienes que circular, hazlo a baja velocidad, con suavidad y aumenta la distancia de seguridad** con los otros vehículos.
- **Anticípate** a cualquier incidencia para no tener que utilizar los frenos.
- **No realices movimientos bruscos** (frenadas, giros, aceleraciones o desaceleraciones, adelantamientos...), para evitar el deslizamiento sobre hielo o agua, (aquaplaning).
- **Vigila la presión del inflado y desgaste de las ruedas (1.6 mm de dibujo).**
- **Limpia la nieve** que se acumula en el guardabarros y que puede obstaculizar el giro de las ruedas.



Consejería de Educación Cultura y Deportes

- **Coloca cadenas en las ruedas motrices**, cuando te sorprenda una nevada, y la carretera se ve blanca, o lo indique un Agente de Circulación o señal indicativa.
- Las cadenas **se deben instalar en lugares apartados de la calzada** y de fácil acceso para el vehículo, evitando entorpecer la circulación de la vía, **aprende a colocar las cadenas previamente en casa, circula a velocidad reducida, según indique el fabricante.**

Circulación con niebla.

- **No adelantar y encender las luces antiniebla para ser vistos.**
- Adaptar la **velocidad y distancia** de seguridad con el vehículo delantero en función de la visibilidad (**Regla de las 3V**): **Regla de las 3V = Visibilidad = Velocidad = Vehículo delantero.**
Visibilidad, 50 m = Velocidad, 50 Km/h = Vehículo delantero, 50 m.
- Si la niebla es muy densa tomar como **referencia las marcas viales** de la carretera.

Circulación con viento.

- **Disminuir la velocidad y sujetar fuertemente el volante** para evitar desviaciones peligrosas del vehículo, sobre todo **al pasar junto a otro vehículo o a la salida de túneles, evita los "golpes de viento".**