

**FETE-UGT**



Federación de Trabajadores de la Enseñanza  
**GRANADA** Secretaría de Personal Laboral  
C/ Francisco Javier Cobos, 2  
Tfnos: 958 899544 – 958 899545 FAX: 958 899541.

E-mail: [laboral@feteugtgranada.org](mailto:laboral@feteugtgranada.org) - Web: [www.feteugtgranada.org](http://www.feteugtgranada.org)

**UGT INFORMA**

**PERSONAL LABORAL**

**AUTOEVALUACIÓN  
DE LAS  
CONDICIONES  
DE  
TRABAJO**

---

*Nos mueve el compromiso  
El compromiso eres tú*



**¿Qué es un sistema de autoevaluación de las condiciones de trabajo?**

Es un mecanismo que se utiliza para conocer la realidad de las condiciones laborales, tanto en plano individualizado como del entorno en que se realizan las tareas y, por supuesto, teniendo en cuenta la incidencia de los factores humanos, sobre los procesos laborales.

Se trata de establecer un método de trabajo con el cual sean fácilmente identificables las posibles situaciones de riesgo en los centros de trabajo. Al identificar los riesgos se pueden establecer métodos de actuación para su eliminación.

Su aplicación se realiza a través de documentos diseñados en forma de cuestionario, englobando todos los factores de riesgo que se deben analizar para cada puesto de trabajo, como son:

- Condiciones de seguridad.
- Entorno físico del trabajo.
- Contaminantes químicos y biológicos.
- Carga de trabajo.
- Organización del trabajo.

Estos cuestionarios de autoevaluación, conocidos como “Chek-List”, se cumplimentan por los trabajadores, con los conocimientos que le otorga la experiencia de su práctica diaria y el conocimiento de su trabajo y sus tareas.

**¿Cómo se utilizan los sistemas de autoevaluación de las condiciones de trabajo?**

Los cuestionarios que presentamos tan sólo se pueden contestar un SI o un NO.

- Cuando la respuesta es afirmativa, no se requiere la aplicación de medidas preventivas.
- Cuando la respuesta es negativa, se hace necesario desarrollar actividades, actitudes, acciones formativas...encaminadas a mejorar las condiciones de trabajo, de manera que eliminen o reduzcan al máximo la situación de riesgo en cuestión.

Algunas preguntas implican alternativas para mejorar las condiciones de trabajo.

A continuación presentamos una serie de “check-list” para que cada centro de trabajo, trabajador/a y lugar de trabajo, de los centros educativos, dispongan de una herramienta con la cual poder evaluar las condiciones de trabajo particulares como generales de los centros.

**CHEQUEOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS LUGARES DE TRABAJO**

<b>1. Lugares de trabajo</b>		
<b>SUELOS</b>		
El suelo se mantiene limpio y es de fácil limpieza	SI	NO
Las características del suelo impiden los resbalones y es llano y liso	SI	NO
Los suelos se encuentran libres de obstáculos y almacenamientos	SI	NO
<b>ALMACENAMIENTOS</b>		
Existen lugares adecuados para el almacenamiento de los materiales	SI	NO
<b>PASILLOS</b>		
Las zonas de paso tienen medidas que evitan encontronazos y choques de personas	SI	NO
<b>PUESTOS DE TRABAJO</b>		
Se respetan las medidas mínimas del área de trabajo 3m de altura (en oficinas 25 m.), 2 m de superficie libre y 10 m de volumen.	SI	NO
Las dimensiones de los puestos de trabajo permiten realizar movimientos seguros	SI	NO
Los puestos de trabajo se mantienen limpios y ordenados	SI	NO
Los puestos de trabajo cuentan con los medios y equipamientos necesarios	SI	NO
Los puestos de trabajo están protegidos de riesgos externos como caídas de materiales...	SI	NO
<b>ESCALERAS</b>		
Las escaleras fijéis protegen las caídas de personas y objetos con barandillas, rodapié y barras	SI	NO
Los peldaños de cada escalera tienen las mismas medidas (anchura mínima de 23 cm si son fijas;15 cm cuando sean de servicio), tanto la huella como la contrahuella	SI	NO
Los peldaños son uniformes y antideslizantes	SI	NO
Las escaleras de mano se utilizan exclusivamente de manera ocasional	SI	NO
Los peldaños de las escaleras de mano de madera tienen largueros de una pieza y están bien ensamblados	SI	NO
Siempre que se utilizan las escaleras manuales son revisadas	SI	NO
Está planificada la revisión temporal de las escaleras manuales	SI	NO

**AUTOEVALUACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO**

Las escaleras manuales están calzadas con antideslizantes o ganchos de sujeción en la parte superior	SI	NO
Las escaleras manuales nunca superan los 5 m de altura	SI	NO
Cuando se utilizaban las escaleras manuales se observan hábitos de trabajo correctos, subiendo y bajando siempre de manera segura y de frente a la escalera	SI	NO
Cuando se trasladan cargas por la escalera manual, son ligeras y dejan las manos libres	SI	NO
<b>ILUMINACIÓN</b>		
Todas las zonas comunes (pasillos, espacios de trabajo, escaleras), están adecuadamente iluminadas para sus necesidades	SI	NO
<b>2. Máquinas, Herramientas Manuales y Manipulación de Objetos</b>		
<b>MÁQUINAS</b>		
Todos los trabajadores que utilizan algún tipo de máquina, bien en oficina? Y la impartición de formación (impresoras, ordenadores, proyectores...), en la cocina (cortadores, freidoras,...) han sido formados adecuadamente para su uso y manejo	SI	NO
La formación que reciben los trabajadores es específica de los riesgos inherentes a su puesto de trabajo y las medidas para evitar, eliminar y reducir estos riesgos.	SI	NO
Todas las máquinas tiene un manual de instrucciones que especifica las normas de comportamiento y actuación de manera segura en la utilización de las máquinas	SI	NO
<b>HERRAMIENTAS MANUALES</b>		
Todas las herramientas que se utilizan son las adecuadas y específicas para el trabajo que hay que realizar	SI	NO
Las herramientas que se utilizan tienen un diseño ergonómico (se adaptan al trabajador y no al contrario)	SI	NO
Las herramientas son de buena calidad	SI	NO
Las herramientas se encuentran en buen estado de limpieza y conservación	SI	NO
Se dispone de suficiente cantidad de herramientas en función de las tareas y trabajadores	SI	NO
Existen espacios y elementos idóneos para la ubicación ordenada de las herramientas	SI	NO
Las herramientas cortantes o punzantes se protegen con protectores adecuados cuando no se utilizan	SI	NO
Se observan hábitos correctos de trabajo con herramientas	SI	NO
os trabajos se realizan de manera segura, sin sobreesfuerzos o movimientos bruscos	SI	NO
Los trabajadores saben como manejar adecuadamente las herramientas	SI	NO
Se usan quipos de protección personal cuando se pueden producir riesgos de proyecciones o cortes.	SI	NO
<b>MANIPULACIÓN DE OBJETOS (suponen riesgo de cortes, caída de objetos o sobreesfuerzos )</b>		
Los objetos están limpios de sustancias resbaladizas	SI	NO
La forma y dimensiones de los objetos facilitan su manipulación	SI	NO
Los trabajadores expuestos a cortes usan guantes normalizados	SI	NO
Los trabajadores saben como manejar adecuadamente los objetos	SI	NO
La iluminación es adecuada tanto en la manipulación como en el almacenamiento	SI	NO
Hay lugares específicos para almacenamiento de materiales	SI	NO
El almacenamiento de materiales se realiza en estanterías con estabilidad garantizada y sistemas de sujeción a paredes y suelos	SI	NO
<b>3. Instalación Eléctrica</b>		
En los trabajos e instalaciones eléctricas se verifica el cumplimiento de la “5 reglas de oro”	SI	NO
Los cuadros eléctricos y los receptores no pueden tocarse con los dedos partes en tensión	SI	NO
Las clavijas y bases de enchufes son correctas y sus partes en tensión son inaccesibles cuando la clavija están parcial o totalmente introducida	SI	NO
Los conductores eléctricos mantienen su aislamiento en todo el recorrido y los empalmes y conexiones se realizan de manera adecuada	SI	NO
Los trabajos de mantenimiento se realizan por personal formado y con experiencia y se dispone de los elementos de protección exigibles	SI	NO
La instalación dispone de	SI	NO
• Puesta a neutro las de lasas (TN) y dispositivos de corte por intensidad de defecto	SI	NO

## AUTOEVALUACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO

(magnetotérmicos, interruptores diferenciales)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema de neutro aislado (IT) y dispositivos de corte automáticos (fusibles o magnetotérmicos)</li> <li>• Puesta a tierra (TT) revisado anualmente interruptores diferenciales dispuestos por sectores</li> </ul>		
<b>4. Incendios</b>		
Se conocen las cantidades de materias y productos inflamables presentes actualmente en el centro educativo	SI	NO
Las materias y productos inflamables se almacenan en armarios o en locales protegidos (aislados, ventilados y con medios de extinción)	SI	NO
Los residuos combustibles (retales, trapos de limpieza, virutas, serrín, etc.) se limpian periódicamente y se depositan en lugares seguros	SI	NO
Están identificados los focos de ignición de cualquier tipo (mecánicos, térmicos, eléctricos...)	SI	NO
Está prohibido fumar donde se almacenan o manejan productos combustibles e inflamables	SI	NO
Las materias y productos inflamables están separados de equipos con llana al rojo vivo (estufas, hornos, calderas, etc.)	SI	NO
Está garantizado que un incendio producido en cualquier zona del centro no se propagará libremente al resto de la planta o edificio	SI	NO
Un incendio producido en cualquier zona del local se detectaría con prontitud a cualquier hora y se transmitiría a los equipos de intervención de manera rápida y eficaz	SI	NO
Existen suficientes extintores, distribuidos correctamente y de la eficacia requerida	SI	NO
Los extintores están en condiciones de uso y se verifican, al menos, anualmente	SI	NO
Existen BIE's (Bocas de Incendio Equipadas) en número y distribución suficientes para garantizar la cobertura de toda el área del centro	SI	NO
Hay trabajadores formados en el manejo de los medios de lucha contra incendios	SI	NO
Se dispone al menos de dos salidas al exterior de anchura suficiente (mínimo 1,20 m) son conocidas, están libres de obstáculos y señalizadas	SI	NO
<b>5. Sustancias Químicas y Contaminantes Químicos</b>		
<b>SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>		
Se almacenan, usan o manipulan en el centro sustancias o preparados que pueden generar accidentes o afectar a la salud	SI	NO
Están identificados y correctamente señalizados todos los productos peligrosos	SI	NO
Los productos peligrosos que se utilizan disponen de las fichas de seguridad	SI	NO
Los trabajadores expuestos a estas sustancias lo saben y están formados en la aplicación de métodos de trabajos seguros	SI	NO
Se almacenan los productos químicos peligrosos agrupando los que tiene riesgos comunes y evitando la proximidad de los incompatibles	SI	NO
Los productos inflamables se almacenan en armarios protegidos o en recintos especiales	SI	NO
El área de almacenamiento está correctamente ventilada, sea por tiro natural o forzado	SI	NO
Sen totalmente seguros los envases de sustancias peligrosas que se usan y se mantienen herméticamente cerrados	SI	NO
Se dispone y se usan equipos de protección individual en la realización de operaciones con productos peligrosos	SI	NO
Se sigue la legislación vigente en la eliminación de residuos peligrosos y sus envases	SI	NO
Se realizan de forma segura las operaciones de limpieza, con productos lo más inocuos posibles y métodos de trabajo seguros en ambientes bien ventilados	SI	NO
<b>CONTAMINANTES QUÍMICOS</b>		
Las sustancias químicas que se utilizan están contenidas en recipientes debidamente etiquetados y se conserva esa señalización durante su uso	SI	NO
Se producen sustancias químicas en forma de polvo, humos, gases o vapores	SI	NO
Se ah realizado mediciones ambientales para conocer las concentraciones de los contaminantes químicos presentes en el ambiente de trabajo	SI	NO
Al emplear sustancias tóxicas o nocivas por contacto con la piel se utilizan guantes y ropa	SI	NO

**AUTOEVALUACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO**

impermeables a las sustancias con las que puede haber contacto dérmico		
Está prohibido comer, beber o fumar en los puestos de trabajo	SI	NO
Ser realizan reconocimientos médicos específicos a los trabajadores expuesto a estos contaminantes	SI	NO
Los residuos producidos en la limpieza y recogida de derrames de productos nocivos y tóxicos se tratan y eliminan de forma controlada de acuerdo a la legislación sobre residuos	SI	NO
<b>6. Contaminantes Biológicos</b>		
Los trabajadores conocen el grado de peligrosidad de los contaminantes biológicos que “están o pueden estar” presentes en el lugar de trabajo	SI	NO
Se evita la posibilidad de que los trabajadores puedan sufrir cortes, pinchazos, arañazos, mordedura, etc.	SI	NO
Esta establecido y se cumple un programa para la limpieza, desinfección y desinsectación de los locales.	SI	NO
Los trabajadores expuestos a estos riesgos reciben vacunación específica	SI	NO
Todos los trabajadores expuestos reciben formación adecuada a sus responsabilidades, que les permita desarrollar tareas correctamente	SI	NO
<b>7. Ventilación y climatización</b>		
Los locales de trabajo (aulas, despachos, cocina, comedor) disponen de sistemas de ventilación forrada o natura, que asegura la renovación mínima de aire	SI	NO
El sentido de las corrientes de aire que provoca la ventilación de los locales aleja la contaminación de los puestos de trabajo	SI	NO
Las tomas de aire exterior están alejadas de los puntos de descarga de aire contaminado	SI	NO
Se realiza un mantenimiento de los sistemas mecánicos de ventilación general	SI	NO
En todas las instalación a que sirve el sistema de aire acondicionado hay suministro y extracción de aire o, en su defecto, se pueden abrir las ventanas	SI	NO
Los difusores y rejillas de impulsión funcionan correctamente y no están total o parcialmente obturados	SI	NO
El programa de mantenimiento de la instalación de aire acondicionado incluye las operaciones de limpieza del equipo y sustitución de filtros	SI	NO
Las corrientes de aire y calor no inciden sobre los trabajadores	SI	NO
<b>8. El Ruido</b>		
El ruido en el ambiente de trabajo produce molestias ocasional o habitualmente	SI	NO
El ruido obliga continuamente a elevar la voz a dos personas que conversen a medio metro de distancia	SI	NO
Se han realizado mediciones iniciales de ruido	SI	NO
El nivel de ruido es mayor de 80 dBA de promedio diario	SI	NO
E llevan a cabo reconocimientos médicos específicos a las personas expuestas a ruido	SI	NO
Se ha planificado la adecuación de medidas preventivas tendentes a la reducción del ruido	SI	NO
<b>9. Iluminación</b>		
Se ha comprobado si las condiciones de iluminación se ajustan a las diferentes tareas visuales que se realizan	SI	NO
Los niveles de iluminación existentes (general y localizada) son los adecuados, en función del tipo de tarea, en todos los lugares de trabajo o paso	SI	NO
Se ha comprobado que el número y la potencia de los focos luminosos instalados son suficientes	SI	NO
Hay establecido un programa de mantenimiento de las luminancias para asegurar los niveles de iluminación. Existe un programa de mantenimiento que contempla: <ul style="list-style-type: none"> <li>• La sustitución rápida de los focos luminosos fundidos.</li> <li>• La limpieza regular de focos luminosos, luminarias, difusores, paredes, etc.</li> <li>• La renovación de la pintura de paredes, techos, etc. y la utilización de colores claros y materiales mates.</li> </ul>	SI	NO
Los focos luminosos tienen elementos difusores de la luz y/o protectores antideslumbrantes.	SI	NO
La posición de los trabajadores evita trabajar de forma continuada frente a las ventanas	SI	NO
Los puestos de trabajo están orientados de modo que se eviten los reflejos en las superficies	SI	NO

**AUTOEVALUACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO**

de trabajo y PVD's		
<b>10. Carga Física</b>		
El trabajo permite combinar la posición de pie sentado con pausas y apoyos	SI	NO
Se mantiene la columna en posición recta sin realizar torsiones e inclinaciones superiores a 20°	SI	NO
Se mantienen los brazos por debajo del nivel de los hombros	SI	NO
<b>DESPLAZAMIENTOS</b>		
Los desplazamientos ocupan un tiempo inferior al 25% de la jornada laboral	SI	NO
Se realizan desplazamientos con cargas inferiores a 2 kg	SI	NO
<b>ESFUERZOS FÍSICOS</b>		
Para realizar la tarea se utiliza sólo la fuerza de las manos	SI	NO
Los ciclos de trabajo son superiores a 1 minuto	SI	NO
Es innecesario realizar movimientos continuos y repetitivos	SI	NO
<b>MANEJO MANUAL DE CARGAS</b>		
Los pesos que deben manipularse son inferiores a 25 kg	SI	NO
La forma y volumen de la carga permiten asirla con facilidad	SI	NO
El peso y tamaño de la carga son adecuadas a las características físicas individuales considerando edad, sexo, constitución, embarazo, etc. de los trabajadores	SI	NO
El entorno se adapta al tipo de esfuerzo que debe realizarse teniendo en cuenta temperatura, humedad y espacio del entorno de trabajo	SI	NO
Se ha formado al personal sobre la correcta manipulación de cargas	SI	NO
Se controla que se manejen las cargas de forma correcta	SI	NO
<b>11. Carga Mental</b>		
El nivel de atención requerido para la ejecución de la tarea es elevado	SI	NO
Debe mantenerse la atención menos de la mitad del tiempo o sólo de forma esporádica	SI	NO
Además de las pausas reglamentarias, el trabajo permite alguna pausa para evitar la aparición de la fatiga	SI	NO
La información necesaria para realizar las tareas se percibe correctamente, se entiende con facilidad, la cantidad de información que se recibe es razonable y es sencilla, se evita la memorización excesiva de datos.	SI	NO
El trabajador tiene experiencia o conoce el proceso y los equipos	SI	NO
El trabajador tiene experiencia o conoce el proceso y los equipos	SI	NO
El trabajo suele realizarse sin interrupciones	SI	NO
El entorno físico facilita el desarrollo de la tarea (atendido en especial al ruido)	SI	NO
<b>12. Factores de Organización</b>		
El trabajo implica la realización continuada de tareas cortas, muy sencillas y repetitivas	SI	NO
El trabajo permite la alternancia de tareas o la ejecución de tareas variadas	SI	NO
Se realiza una tarea con entidad propia, completa (tareas de preparación, ejecución y revisión)	SI	NO
La preparación de los trabajadores está en consonancia con el trabajo que realizan	SI	NO
El trabajador conoce la totalidad del proceso del que es participe y sus objetivos	SI	NO
El trabajador sabe para que sirve su trabajo en el conjunto final	SI	NO
La organización de las tareas está previamente definida, es ajena al trabajador	SI	NO
El trabajador tiene iniciativa en la resolución de incidencias	SI	NO
El trabajador puede detener el trabajo o ausentarse cuando lo necesita	SI	NO
El trabajador puede elegir el método de trabajo	SI	NO
El trabajador tiene posibilidad de controlar el trabajo realizado	SI	NO
Hay definición exacta de las funciones que deben desarrollarse en cada puesto de trabajo	SI	NO
Las consignas de ejecución son claras y precisas para permitir la realización de las tareas, definiendo claramente funciones y responsabilidades	SI	NO
Los trabajadores conocen las funciones que desempeñan sus compañeros	SI	NO
Los trabajadores cuentan con periodos de descanso regulares y suficientes	SI	NO
Desde la dirección se fomenta la participación y comunicación entre los trabajadores	SI	NO
<b>13. Pantallas de Visualización de Datos (PVD)</b>		

## AUTOEVALUACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO

Los trabajadores están colocados entre las líneas de las lámparas, no bajo ellas	SI	NO
Las paredes y superficies tienen tonos mate	SI	NO
La iluminación es adecuada a las tareas a desarrollar	SI	NO
Las impresoras están provistas de carcasas que amortiguan el ruido	SI	NO
La pantalla, el teclado y los documentos están situados a una distancia similar de los ojos	SI	NO
El trabajador cuenta con iniciativa en uso y corrección de anomalías con el equipo informático	SI	NO
El trabajador está informado sobre los riesgos laborales derivados del uso de PVD	SI	NO
El trabajador es sometido a revisiones periódicas de la visión	SI	NO
Los trabajadores conocen y realizan ejercicios de relajación con la cabeza, hombros, espalda, cintura, brazos.....	SI	NO
Se realizan pausas periódicas para evitar la fatiga (aproximadamente 10 minutos tras 90 minutos de trabajo con la pantalla)	SI	NO
<b>MONITOR</b>		
Se puede ajustar la altura a la que se encuentra respecto de la mesa	SI	NO
Se puede ajustar el ángulo de inclinación (arriba/abajo) de la pantalla	SI	NO
Se puede ajustar el ángulo de rotación (derecha/izquierda) de la pantalla	SI	NO
El tamaño del monitor es adecuado para el trabajo que se realiza	SI	NO
La pantalla está diseñada de forma que no se produzcan parpadeos molestos	SI	NO
La pantalla se mantiene limpia de polvo y suciedad	SI	NO
Los caracteres gráficos que muestran las aplicaciones y programas utilizados son de cómoda lectura en cuanto a nitidez y tamaño se refiere	SI	NO
<b>TECLADO</b>		
Existe el espacio suficiente para facilitar el soporte de las manos y los antebrazos	SI	NO
Se ajusta fácilmente el ángulo de inclinación del teclado	SI	NO
Es cómoda la altura a la que se encuentran las teclas	SI	NO
El teclado no se desliza al utilizarlo	SI	NO
Es cómoda la pulsación de las teclas (no requieren mucha presión para pulsarlas)	SI	NO
<b>RATÓN</b>		
Es cómodo su manejo (forma del ratón y botones)	SI	NO
Se dispone de alfombrilla para deslizar el ratón	SI	NO
<b>ATRIL-PORTA DOCUMENTOS</b>		
Se dispone de porta documentos	SI	NO
El atril está situado junto a la pantalla y a la misma altura	SI	NO
El atril se puede ajustar (altura, distancia e inclinación) de forma que sea cómoda la lectura	SI	NO
El atril no produce vibraciones, movimientos u oscilaciones al trabajar	SI	NO
Tiene suficiente tamaño para los documentos que manejan	SI	NO
El atril es opaco y dispone de una superficie de baja reflectancia	SI	NO
Los documentos se colocan fácilmente y están bien sujetos	SI	NO
<b>14. Mobiliario de Oficina y Despachos</b>		
<b>ASIENTO</b>		
El asiento es ajustable en altura de forma que se apoyen cómodamente los brazos sobre la mesa	SI	NO
El tamaño del asiento, tanto en anchura como en profundidad, le permite acomodarse confortablemente	SI	NO
<b>RESPALDO DE LA SILLA</b>		
La silla es adecuada al puesto de trabajo	SI	NO
El respaldo de la silla le permite conseguir un cómodo apoyo lumbar	SI	NO
Se puede variar el ángulo del respaldo con el plano vertical, por medio de una palanca o de una ligera flexión del respaldo y se inclina ligeramente con el peso del cuerpo	SI	NO
La silla es de ruedas (5 patas) para facilitar los desplazamientos por el área de trabajo	SI	NO
Se dispone de reposabrazos, o si los necesitara, podría disponer de ellos	SI	NO
<b>APOYAPIES</b>		
Se dispone de apoya pies	SI	NO

Se regula fácilmente en altura	SI	NO
Se regula fácilmente su inclinación	SI	NO
Los apoyos tienen material antideslizante	SI	NO
<b>MESA</b>		
La mesa es adecuada a su puesto de trabajo	SI	NO
El plano de trabajo está a una altura cómoda para trabajar	SI	NO
Los apoyabrazos pasan por debajo de la mesa	SI	NO
La superficie de la mesa permite disponer cómodamente y a vístale trabajo a realizar y las herramientas necesarias	SI	NO
El espacio libre que hay debajo de la mesa permite acomodar las piernas	SI	NO

**¿Qué derecho tengo en materia de prevención de riesgos laborales?**

- A una protección eficaz en materia de seguridad y salud.
- A que el coste de las medidas de seguridad y salud no recaigan sobre los trabajadores.
- A una información directa e individualizada sobre los riesgos que nos afectan, sobre las medidas de protección y prevención, sobre las medidas de emergencia pertinentes.
- Efectuar propuestas de mejora a través de los órganos de representación y participación de los trabajadores.
- A la intimidad, dignidad y confidencialidad de toda información relacionada con nuestro estado de salud.
- La vigilancia periódica del estado de salud.
- A no ser destinados a puestos de trabajo que por nuestras características personales, estado biológico conocido o situación transitoria no respondamos a las exigencias psicofísicas de los respectivos puestos de trabajo, y podamos poner en situación de peligro a nosotros o a otras personas.
- A la protección de la maternidad:
- Ausentarse del trabajo, con derecho a remuneración, para la realización de exámenes prenatales y técnicas de preparación al parto, previo aviso al empresario y justificación de la necesidad de su realización, dentro de la jornada de trabajo.
- A participar en las cuestiones relacionadas con la prevención de riesgos laborales del centro educativo.
- A recurrir a la Inspección de Trabajo, presentando las denuncias pertinentes.

**¿Qué obligaciones tengo en materia de prevención de riesgos laborales?**

- Velar por la seguridad y salud en el trabajo y por la de aquellas otras personas a las que pueda afectar la actividad profesional.
- Con arreglo a u formación, y siguiendo las instrucciones recibidas, los trabajadores deberán, en particular:
  - Usar adecuadamente, las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte, o cualquier otro medio con los que desarrollen su actividad.
  - Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados.
  - No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen.
  - Informar de inmediato a la dirección del centro, y a los trabajadores designados para realizar actividades de protección y de prevención, a cerca de cualquier situación, que, a su juicio, entrañe algún riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores.
  - Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente.
  - Cooperar para garantizar unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos.

El incumplimiento de estas obligaciones tendrá consideración de “incumplimiento laboral” a los efectos de lo previsto en el artículo del Estatuto de los Trabajadores.

**Cómo trabajador ¿Qué información sobre los riesgos laborales debo conocer?**

Es básico que los trabajadores tengan información sobre los riesgos laborales que les afectan y cómo evitarlos. Debemos saber que los trabajadores tenemos derecho a la realización de reconocimientos médicos específicos sobre los riesgos que nos afectan y a la confidencialidad de los resultados.

Tiene importancia que sepamos si se han hecho las evaluaciones de riesgos de las condiciones de trabajo preceptivas. Así como la existencia de los planes de emergencia y participar en los simulacros, conociendo así su funcionamiento y nuestra misión en su desarrollo.