



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B I GUALTAT

INFORMACIÓ PREVENTIVA CATEGORIA PROFESSIONAL: TREBALLADOR/A SOCIAL

Descripció del lloc de feina

- Dur a terme la intervenció terapèutica individual i grupal en famílies: atenció directa, coordinació en xarxa, emissió d'informes així com actuacions formatives i informatives en matèria de família.
- Valorar els programes d'IRPF i elaborar-ne informes.
- Valorar i baremar els projectes tècnics de les subvencions i elaborar-ne informes.
- Mantenir actualitzada la guia de recursos en matèria de famílies.
- Elaborar estudis de necessitats en matèria de família i col·laborar-hi.
- Col·laborar en la programació, el seguiment i l'avaluació en matèria de família.
- Elaborar informes socials en matèria de família.
- Dur a terme les tasques que li encomani el director o la directora general en matèria del Servei.

L'Art. 14 de la Llei 31/1995 de prevenció de riscos laborals i la Llei 54/2003 de reforma de la llei 31/1995, obliga l'Administració de la Comunitat Autònoma de les Illes Balears **a garantir la seguretat i la salut dels treballadors** públics al seu servei en tots els aspectes relacionats amb el treball.

Per aconseguir aquest objectiu serà necessària la realització de **l'avaluació de riscos laborals** per centre de feina i dels llocs de feina que hi estan adscrits. També que els treballadors de l'Administració es comprometin a dur a terme les accions i a prendre les mesures que puguin afectar de manera positiva la seva salut laboral.

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut .



Riscos del lloc de feina

- Riscos derivats de l'ús de PVD
- Sobreesforços i postures forçades
- Caigudes de persones a distint i al mateix nivell
- Cops o talls per objectes o eines
- Contactes elèctrics i encloses amb elements de màquines
- Atropellaments o cops amb vehicles
- Incendis
- Estrès laboral
- Agressions verbals

Com eliminarem o reduïrem aquests riscos? D'una banda, amb les mesures preventives proposades en l'avaluació de riscos laborals del centre de treball i, de l'altra, amb la col·laboració dels treballadors en l'aplicació d'aquestes mesures de prevenció.

Mesures Preventives

Per **minimitzar aquests riscos**, cal que **els treballadors adoptin les mesures preventives** que es descriuen en aquesta fitxa per a cadascun dels riscos detectats, i que tenguin en compte tota la informació de les fitxes de recomanació següents, que hi ha en la pestanya de formació i informació de la pàgina web del Servei de Prevenció de Riscos Laborals del Govern de les Illes Balears:

- ✓ [Fitxa de recomanació d'escaleres de mà](#)
- ✓ [Fitxa de recomanació d'extintors](#)
- ✓ [Fitxa de recomanació d'incendis](#)
- ✓ [Fitxa de recomanació ordre i neteja](#)
- ✓ [Fitxa de recomanació de la manipulació manual de càrregues](#)
- ✓ [Fitxa de recomanació de seguretat viària](#)

A part d'aquesta informació, el **Servei de Prevenció de Riscos Laborals de la CAIB** disposa d'un **pla de formació anual** de temàtica relacionada amb la prevenció de riscos laborals que pot servir com a complement i el podeu trobar a la pestanya de **Novetats** de la pàgina web.

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut.



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B IGUALTAT

Mesures per prevenir risc derivats de l'ús de PVD

- Col·locau la pantalla, el teclat i el ratolí de manera que pugueu aconseguir un espai de treball adequat per evitar postures forçades.
- Situau la pantalla a la distància adequada (a 400 mm com a mínim) a fi que hagi un espai suficient davant el teclat i el ratolí per donar suport a les mans i als braços (aproximadament 10 cm).
- Regulau l'altura del seient de treball de manera que tant braços com cames formin un angle de 90° amb la superfície de treball i el terra, respectivament, amb la finalitat d'evitar possibles riscos de fatiga muscular.
- Si els peus no arriben còmodament a terra en l'angle de 90°, empra els reposapeus (fitxa de recomanació "Pantalla de visualització de dades").

Mesures per prevenir sobreexforços i postures forçades

- Manipulau les càrregues amb ajuda mecànica (carretons, maleta amb rodes, ...) o amb ajuda de persones.
- Quan s'han de manipular manualment, s'ha d'adoptar una postura correcta: esquena recta i cames flexionades.
- No gireu mai la cintura per agafar un objecte o quan tingueu una càrrega a les mans, la columna sempre ha d'estar recta (fitxa de recomanació "Manipulació manual de càrregues").

Mesures per prevenir caigudes de persones a distint nivell

- A les escales fixes no circuleu amb presses i extremau les precaucions (per exemple, inspeccionau l'estat de la superfície dels esglaons: si està mullada o si és relliscosa, utilitzau els passamans...)
- Si hi ha alguna situació potencialment perillosa, comunicar-la immediatament al cap.
- Si feis servir escales de mà, teniu en compte aquestes recomanacions:
 - No substituïu les escales per altres elements, com ara cadires, caixes, etc.
 - Usau les escales de mà amb suports antilliscants i amb l'angle correcte de col·locació (75°).
 - Les escales de tisoires han de tenir un sistema que eviti que s'obrin (cadena o similar).
 - No us hi poseu mai "a cavall".
 - L'ascens, el descens i el treball amb l'escala de mà sempre s'han de fer de cara a la feina per fer, mai d'esquena.
 - No les han d'emprar simultàniament dos treballadors (fitxa de recomanació "Esglaons de mà")

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut.



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B IGUALTAT

Mesures per prevenir caigudes de persones al mateix nivell

- Les zones de pas i les sortides haurien de mantenir-se sempre degudament buides i convenientment senyalitzades.
- Netejau ràpidament qualsevol abocament o vessament que s'hi faci. Comprovau l'estat del sòl en l'interior dels edificis: si està mullat, si és relliscós, si hi ha escales...
- Evitau córrer pel centre de treball.

Mesures per prevenir cops, talls i caiguda d'objectes

- Les prestatgeries han d'estar fixades a la paret o una amb l'altra.
- No s'han d'omplir excessivament els calaixos superiors dels arxivadors, ni s'ha d'obrir més d'un calaix al mateix temps.
- No s'han de carregar en excés armaris o prestatgeries, ni col·locar objectes pesats en la part superior.
- Entre llocs de treball hi ha d'haver una distància suficient per accedir-hi fàcilment.
- No retireu ni anul·leu la protecció dels equips de treball (guillotina manual). Llegiu el manual d'instruccions de les màquines abans d'utilitzar-les.
- Utilitzau els equips i les eines exclusivament en la forma i per a la tasca que han estat concebuts (tissores, cúter, etc.).
- Guardau els objectes punxants o tallants després de fer-los servir.

Mesures per prevenir contactes elèctrics i encloses amb elements de màquines

- No introduïu les mans a la màquina trituradora de documents. Abans de netejar-la, apagueu-la i desconnectau-la.
- No sobrecarregueu els endolls. Emprau bases d'endoll i clavilles amb presa a terra. No utilitzeu bases allargadores en mal estat; no s'han d'usar amb entroncaments deficients particularment pel sòl o zones humides.
- En desconnectar un equip elèctric, no estireu mai el cable, sinó la clavilla.
- S'ha de comunicar al servei de manteniment qualsevol anomalia observada en la instal·lació elèctrica, i no manipular-la.

Mesures per prevenir estrès laboral

- Entreneu-vos per gestionar la distància emocional amb l'usuari i en habilitats d'autocontrol.
- Implantau estratègies grupals de suport social i formau-vos en estratègies individuals d'afrontament: solució de problemes, assertivitat, gestió del temps, etc

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut.



G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I FUNCIÓ PÚBLICA
B IGUALTAT

Mesures per prevenir atropellaments o cops amb vehicles

- Conduïu prudentment i respectau el codi de circulació en els desplaçaments amb vehicle o motocicleta.
- Per evitar accidents de trànsit, controlau els factors següents: velocitat adequada, senyals de trànsit i bon manteniment del cotxe.
- Utilitzau l'armilla reflectora en baixar del vehicle.
- Quan camineu per la vorera, parau esment a l'entrada i sortida de vehicles dels garatges. Circulau sempre per la dreta, sense impedir la marxa de la resta de vianants. Quan hàgiu de travessar una calçada, abans de baixar de la vorera, mira a banda i banda per comprovar que tots els vehicles estan aturats (Vegeu la fitxa de recomanació "Seguretat viària")

Mesures per prevenir incendis

- S'ha de mantenir el lloc de treball net i ordenat (fitxa de recomanació "Ordre i neteja").
- No s'han de sobrecarregar els endolls; no connecteu diversos receptors de potència elevada en una sola presa.
- S'ha de conèixer la ubicació dels extintors en el centre de treball i la manera d'emprar-los (fitxes de recomanació "Incendis " i "Extintors").
- S'han de conèixer les sortides d'emergència; heu d'informar de les deficiències detectades a la persona responsable (sortides d'emergència tancades amb clau o obstaculitzades).

Mesures per prevenir agressions verbals

- El risc d'agressió és inherent al lloc de treball de treballador/a social.
- Es recomana mantenir la calma, intentar tranquil·litzar l'usuari, extremar les precaucions i, en cas de qualsevol incident que sobrepassi les vostres atribucions, recorreu a les actuacions establertes en el protocol corresponent.
- La feina s'ha de desenvolupar en un sistema de treball segur que integri diferents elements de vigilància, protecció i organització de la seguretat i de situacions d'emergències.
- Respectau els procediments de control d'accés: registre d'entrada o d'acreditacions de les persones.
- Les mesures organitzatives són les més eficaces per prevenir les conductes agressives dels pacients i familiars. Per exemple, reducció dels temps d'espera, comunicació fluïda entre el personal i els pacients i familiars, sales d'espera confortables, intercomunicadors o telèfons per a casos d'emergència, polsadores o timbres d'emergència, etc

Aquests riscos poden afectar les treballadores en situació d'embaràs o part recent i els treballadors especialment sensibles a determinats riscos. És per això necessari que, si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Vigilància de la Salut .