

# Universidad Empresarial Siglo 21



---

**Carrera de Licenciatura en Higiene, Seguridad y Medio Ambiente del  
trabajo. Trabajo Final de Graduación.**

---

## **Reporte de Caso**

**“Informe de Seguridad e Higiene para I.P.E.M. N°193 José María Paz”**

Autora: Verónica Analía Godoy

Director de TFG: Hernán Hoyos

Argentina, Septiembre de 2022

## **Resumen**

En el presente trabajo se refiere a la institución educativa secundaria I.P.E.M. N° 193 José María Paz, ubicada en la ciudad de Saldan Córdoba. La cual realiza el dictado de clases en turno mañana y tarde, este establecimiento educativo perteneciente al sector público posee una comunidad educativa entre profesores y alumnos, administrativos y personal no docentes de más de 766 personas que acuden a diario para sus tareas específicas.

En esta institución se detectó diversas falencias edilicias que fueron relevadas a través de una Check List y valoradas con una Matriz de Riesgo, pero se especificó sobre el Tecnoestrés, una enfermedad en auge que no solo afecta la parte psicosocial del trabajador además se relaciona íntegramente con las enfermedades musculo esqueléticas derivadas de las extensas jornadas laborales frente a los dispositivos tecnológicos.

Se propuso un plan integral que incluye la evaluación del tecnoestrés a través de la aplicación del NTP 730 y la implementación de un plan de capacitación y motivación sobre una cultura de higiene y seguridad para alumnos y profesores de la institución educativa José María Paz, incorporando como herramientas las tecnologías para generar una afinidad.

Palabras clave: Seguridad e Higiene, Tecnoestrés, Capacitación, Nuevas Tecnologías.

## **Abstract**

In the present work in refers to the secondary educational institution I.P.E.M., N° 193 José María Paz, located in the city of Saldan Córdoba. Which conducts clase in the morning and afternoon shift, this educational establishment belonging to the public sector has an educational community between teachers and students, administrative and non-teaching staff of more tan 766 people who come daily for their specific tasks.

In this institution, various building failures were detected that were surveyed through a Check List and valued with a Risk Matrix, but it was specified about Techno-stress, a disease on the rise that not only affects the psychosocial part of the worker, but is also fully related to musculoskeletal diseases derived from long working hours in front of technological devices.

An evaluation of techno stress was proposed through the application of NTP 730 and the implementation of a traning and motivation plan on a culture of higiene and safety for students and teachers of the educational institution José María Paz, incorporating Tecnologías as tolos to generate an affinity.

Keywords: Techon-stress, Training, New Tecnologías

## Índice

Resumen .....	2
Abstract .....	3
Introducción.....	5
Marco de referencia institucional.....	5
Breve descripción de la problemática.....	6
Antecedentes .....	7
Relevancia del caso .....	8
Análisis de situación.....	9
Diagnostico organizacional.....	13
Análisis específico según perfil profesional .....	15
Evaluación .....	18
Marco teórico.....	26
Marco Legal.....	27
Diagnóstico y discusión .....	28
Declaración del problema .....	28
Justificación del problema .....	29
Discusión .....	31
Conclusión Diagnóstica .....	31
Plan Integral de Higiene y Seguridad Laboral.....	32
Objetivos específicos.....	33
Desarrollo de la Propuesta .....	34
Presupuesto total .....	43
Indicadores.....	45
Conclusión.....	48
Referencias .....	50
Anexos.....	53

## **Introducción**

Las actividades desarrolladas en establecimientos educativos pueden parecer inocuas, sin embargo, presentan un sinnúmero de situaciones con capacidad de incidir negativamente sobre la integridad psicofísica de los personales docente, no docente e incluso el alumnado. Por esto, en el presente reporte de caso se plantea abordar los riesgos laborales presentes en la institución educativa I.P.E.M. N° 193 José María Paz y proponer un esquema de gestión de la seguridad e higiene a través de la aplicación innovadora de realizar una capacitación integral de higiene y seguridad al personal del establecimiento a través del alumnado con el uso de las redes sociales.

Además, se debe contemplar el hecho de que la pandemia COVID 19, llegó a la Argentina en marzo del 2020, provocó cambios profundos en la sociedad, lo que generó una nueva realidad en las instituciones educativas, a partir de las medidas de aislamiento social, preventivo y obligatorio impuestas por el gobierno de turno, que se vieron obligadas a sostener un proceso de enseñanza y aprendizaje de forma virtual como así también trabajo en burbujas en las aulas.

### **Marco de referencia institucional**

La institución educativa pública: I.P.E.M. N° 193, José María Paz, está ubicada en Vélez Sarsfield 647 de la ciudad de Saldan, al centro de la provincia de Córdoba, Argentina y pertenece a la conurbación Gran Córdoba. Es la única escuela secundaria de la localidad, a la que asisten en dos turnos, 644 alumnos que en su mayoría son de familias de bajos recursos económicos.

La escuela está constituida por personal directivo, docente, preceptores, administrativos y personal no docente, que desarrollan sus tareas diarias en beneficio de la educación de todos los estudiantes.

En el año 1965 la comunidad de Saldan siente la necesidad de un colegio secundario, para evitar la dispersión de los alumnos de la localidad; después de un año de arduo trabajo, consiguen la autorización del presidente de la nación para su conformación. Comienzan a

funcionar en un edificio prestado y de forma privada. En 1971 logran terminar de completar el ciclo lectivo, incorporando el quinto año.

En 1988, la institución pasa al orden provincial luego de 12 años de gestión y comienza la lucha por la construcción de un edificio propio, es así que con la gestión del Gobernador Eduardo Cesar Angeloz en el año 1995, se definió la construcción del predio donde hoy está emplazada la organización.

El edificio sufrió varias modificaciones en diferentes épocas, pero en el año 2013 sufrió las últimas reformas edilicias, con las construcciones de 3 nuevas aulas con galería, que permitió ampliar las matrículas educativas.

Gracias al ingreso al programa nacional de Becas estudiantiles en el año 2004, para alumnos en situación de riesgos socio pedagógicos, la escuela recibe material de estudio; Un año después incorporan un laboratorio de informática de última generación a través del programa Eductrade.

A lo largo de su historia la escuela logró adaptarse a múltiples cambios impuestos por el sistema educativo, como el solicitado por la comunidad, adecuando la enseñanza y el aprendizaje a las posibilidades y necesidades del alumnado, como así también la estructura edilicia que se reorganizó a las necesidades en cada una de sus etapas.

### **Breve descripción de la problemática**

La educación lleva consigo determinados riesgos derivados de diferentes factores propios del entorno, que afectan a la salud y seguridad de todo el personal que desarrolla sus tareas en el establecimiento y el alumnado como ocupante del mismo.

Se puede hablar desde los riesgos derivados de las características edilicias, que denotan el mal estado del lugar, como ser una disposición incorrecta del mobiliario, la falta de mantenimiento de las líneas eléctrica y de gas, espacios reducidos para la cantidad de personas que conviven en él, la falta de iluminación, climatización, ventilación, instalaciones sanitarias inadecuadas y sin mantenimiento, la falta de un edificio seguro y habitable se vuelve en sí un riesgo para todos (Martínez, Collazo, Liss y Altuvez, 2008).

En los últimos años, “el incremento de padecimientos crónicos y emergentes, vinculados al trabajo y medio ambiente en el que este se realiza” (Martínez, et al., 2008, pág. 10). Las enfermedades producidas por las actividades propiamente dicha, que van desde la disfonía, por un uso excesivo de la voz, varices por la permanencia de pie en largos periodos de tiempo, hernias lumbo sacra derivadas de las posiciones forzadas, el Tecnoestrés producida por la falta de recursos tecnológicos o la inadaptación a ellas y las psicosociales a consecuencia de la exposición a sobrecarga mental tanto cualitativa como cuantitativa, disfunción de rol, inequidad en los intercambios sociales o presencia de conflictos preferentemente.

Hoy además hay que agregar a la pandemia COVID 19, que posee un alto riesgo para todo el personal y en especial para los mayores de 60 años, embarazadas o incluidas en los grupos de riesgos y los factores derivados de esta, como el trabajo virtual y la sobrecarga de horas laborales que este ha generado, “un mecanismo de sobre adaptación en los trabajadores” (Martínez, et al., 2008, pág. 10).

### **Antecedentes**

En relación a la problemática expuesta, se puede decir que hay varios antecedentes relacionados como procesos judiciales, trabajos de investigación y notas periodísticas que demuestran que lo expuesto en este trabajo es verídico.

En la nota de prensa El Diario, relata el arduo proceso judicial que llevó la docente de 52 años, por la dolencia que dio origen a su incapacidad laboral y el reclamo de indemnización, los problemas en sus cuerdas vocales por lo cual debió someterse a tratamientos y a intervenciones quirúrgicas (País, 2020).

El trabajo de investigación de Silvia Beatriz González Amarilla y Sergio Fabián Pérez Vargas *Tecnoestrés docente: el lado opuesto de la utilización de las nuevas tecnologías por los docentes del nivel medio*, analizan la experiencia de un grupo de profesores ante el tecnoestrés en su entorno laboral, muestran cómo afectó negativamente la incorporación de las nuevas tecnologías a la enseñanza. Describiendo las manifestaciones físicas y emocionales (González, 2019).

La nota de María José Villalba *Docentes en Córdoba: sobrecargados de trabajo y con necesidad de capacitación en el nuevo contexto educativo*, cuenta el informe que llevó a cabo la facultad de ciencias de la comunicación de la Universidad nacional de Córdoba, *Docencia en tiempos de coronavirus: una mirada al trabajo docente y la experiencia educativa en entornos virtuales en el marco del ASPO por la pandemia COVID 19*. Claudia, Ardini, directora del equipo de investigación, que realizó un informe detallando los resultados de las encuestas realizadas a docentes de la ciudad de Córdoba capital, donde pudo observar el incremento de las horas laborales que sufrieron los profesores, un desconocimiento de los recursos digitales, los cambios sufridos por la dinámica de la transición de lo presencial a la virtualidad (Villalba, 2020).

### **Relevancia del caso**

Los riesgos específicos que se desarrollan en el ámbito de la institución educativa deben ser afrontados para evitar accidentes y enfermedades laborales no solo del personal que desempeña sus actividades sino también para los alumnos que allí asisten. Porque los mismos generan un elevado costo para los trabajadores, la institución y la sociedad en su conjunto.

Para un trabajador las horas laborales pérdidas producidas por una enfermedad o accidente, impactan económicamente y generan dificultades familiares, por otro lado la institución se ve afectada de forma económica, directa e indirectamente, producida por la disminución de la productividad y las horas perdidas de enseñanza al alumnado y por último socialmente se generan costos económicos derivados de las indemnizaciones y los costos provenientes de la falta de educación en el alumnado que pierde horas de enseñanza irre recuperables.

Cabe destacar que la educación es la encargada de reducir desigualdades sociales de un país, provee conocimientos, cultura, valores y herramientas para obtener mejores niveles de bienestar social y económico. El conocimiento constituye una inversión muy rentable para la sociedad en su conjunto y el docente es el encargado de guiar al alumnado en su camino de aprender y desarrollarse como un ciudadano productivo de la sociedad a la que pertenece.

Es por ello el rol fundamental que tienen no solo los educadores, sino todo el personal que desarrolla sus tareas laborales diarias en la institución. La protección de la salud y el bienestar psicofísico del personal que desarrolla a diario sus actividades laborales en la institución debe ser primordial.

En definitiva, debemos cuidar a quienes tienen como responsabilidad la educación de los futuros miembros productivos de la sociedad.

### **Análisis de situación**

El centro educativo José María Paz, se encuentra emplazado en un terreno de media manzana con 3 frentes, el edificio cuenta con 2 alas centrales en forma de L y varias dependencias independientes como la biblioteca, la oficina para coordinadores, el comedor, la cocina y el aula de usos múltiples; la entrada principal se encuentra por Avenida Vélez Sarsfield, también tiene una segunda entrada por la misma calle y una entrada de vehículos por calle Suipacha, todas son independientes.

#### **Imagen 1**

*Imagen satelital del colegio I.P.E.M. N° 193 José María Paz*



*Nota:* Imagen superior del colegio, referenciado el cuerpo principal del establecimiento y su biblioteca.

Fuente: Google Maps

<https://www.google.com/maps/place/I.P.E.M.+193+JOS%C3%89+MAR%C3%8DA+PAZ/@-31.3136827,-64.3065523,170m/data=!3m1!1e3!4m5!3m4!1s0x0:0x84eba24acf6b3d12!8m2!3d-31.3139359!4d-64.3072161>)

Cuenta con un plantel laboral compuesto por dos directivos, dos coordinadores de curso, un secretario, noventa y siete docentes, dos ayudantes técnicos, ocho preceptores, un administrador de red, dos bibliotecarias, cuatro personales de limpieza, un personal de quiosco y dos agentes de P.A.I.C.O.R. Estás ciento veintidós personas están a cargo de un grupo de 644 alumnos que asisten a diario a recibir formación y del mantenimiento de las instalaciones.

A continuación, podemos ver la tabla 1, con la descripción edilicia de la escuela y las características generales de cada una.

### **Tabla 1**

*Breve descripción de las distintas zonas de la escuela.*

<u><b>Zona</b></u>	<u><b>Características</b></u>
<b>Aulas, cantidad doce</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● No todas poseen ventilador y calefactor, algunas cuentan con pantallas infrarrojas de gas, con cañería expuesta y no señalizada.</li><li>● La mayoría se encuentra con un estado muy deteriorado, desde el cielo raso con faltantes de paneles que dejan la chapa al descubierto</li><li>● No posee escritorio para el docente</li><li>● Cuentan con 30 mesas y sillas en un estado muy deteriorado.</li></ul>

<b>Baños para personal docente y no docente, cantidad dos.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Solo dos sanitarios para las ciento veintidós personas que trabajan en la institución.</li> </ul>
<b>Baños para estudiantes, uno para mujeres y uno para varones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cuatro sanitarios cada uno, con lavamanos y espejo.</li> </ul>
<b>Baño para discapacitados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cumple con las medidas reglamentarias, posee un inodoro con baranda, lavatorio y espejo.</li> </ul>
<b>Dirección</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se encuentra compartida con la vice dirección, es un espacio reducido con falta de orden.</li> <li>● Calefactor mal ubicado debajo de la ventana.</li> </ul>
<b>Secretaria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No cuenta con mesas y sillas posturales.</li> <li>● La iluminación artificial se ve afectada por la falta de funcionamiento correcto de la misma</li> <li>● El calefactor fue mal ubicado debajo de la ventana y tapado por una cortina de tela hasta el suelo</li> <li>● Falta de Orden.</li> </ul>
<b>Archivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● En esta zona podemos encontrar todos los matafuegos que cuenta la institución depositados en el suelo</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos los archiveros abarrotados de papeles</li> <li>• Los instrumentos de música guardados en este lugar.</li> </ul>
<b>Pasillos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se encuentran con gran cantidad de obstáculos.</li> <li>• No hay matafuegos.</li> <li>• No hay señalización de las salidas de emergencia.</li> </ul>
<b>Biblioteca exterior</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de orden y acumulación de elementos en un espacio reducido</li> <li>• No cuenta con escritorio y silla postural para el personal de biblioteca.</li> <li>• No hay señalización de las salidas de emergencia.</li> </ul>
<b>Sala de profesores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podemos encontrar 2 mesas con 10 sillas, 2 armarios y una mesada con anafe y lavatorio.</li> </ul>
<b>Comedor</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Con 3 mesas y 20 bancos con 1 puerta de ingreso estudiantil y 1 puerta conectada a la cocina.</li> </ul>
<b>Cocina</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuenta con 2 puertas, exterior y comedor, cocina industrial, heladera, freezer y 2 mesadas con bacha, mesa y cinco sillas.</li> </ul>

<b>Sala de preceptores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Con cuatro escritorios y seis sillas, un armario y una mesa.</li> </ul>
<b>Depósito de elementos de educación física</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Con armario, escritorio y una silla, dos estanterías con elementos de educación física y un baño para el docente.</li> </ul>
<b>Patio y dos playones deportivos.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cada uno es independiente, podemos encontrar canchas de fútbol, hándbol, básquet, vóley y una cancha de fútbol 8 con tribuna.</li> </ul>
<b>Infraestructura general</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Denota un gran deterioro</li> <li>● Mucha acumulación de materiales</li> <li>● Falta de un sistema de organización y digitalización de los archivos para la reducción de papeles.</li> </ul>

*Nota:* Relevamiento edilicio del establecimiento escolar. Fuente: elaboración propia (datos obtenidos del Canvas)

### **Diagnostico organizacional**

El análisis Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA), brinda información y crea un diagnóstico eficaz para detectar las contrariedades internas y externas de la institución, permitiendo encontrar soluciones y estrategias para superarlas de la mejor forma posible. Teniendo en cuenta la vista interna y externa, empleados, alumnos y competidores.

**Tabla 2**  
**FODA**

<b>Fortalezas</b>	<b>Oportunidades</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Institución con trayectoria</li> <li>● Docentes capacitados</li> <li>● Emplazamiento adecuado</li> <li>● Gran capacidad para alumnos</li> <li>● Única en la zona</li> <li>● Programa de becas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No hay competencia</li> <li>● Implementar programa de seguridad e higiene</li> <li>● Aplicación de nuevas tecnologías</li> </ul>
<b>Debilidades</b>	<b>Amenazas</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Rendimiento académico bajo</li> <li>● Pérdida de alumnado</li> <li>● Perdida de docentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pandemia</li> <li>● Políticas inestables</li> <li>● Economía inestable</li> <li>● Cambio de normativa</li> <li>● Cambio de interés de la comunidad</li> </ul>

*Nota:* Análisis FODA. Fuente: Elaboración propia.

Análisis FO: Las fortalezas y oportunidades de esta institución, una gran ventaja que este posee, es el reconocimiento en su comunidad, su mayor fortaleza es la facilidad con la que se adapta a los cambios que la sociedad le ha ido impartiendo, la gran capacidad de sus profesores y sus múltiples beneficios ha logrado mantenerse con un gran número de matrículas cada año, estas fortalezas permitirán la aplicación de la capacitación integral de higiene y seguridad de alumnos e integrantes de la institución, generando una cultura de higiene y seguridad, que permitirá a los trabajadores reconocer los riesgos a los que están expuestos en la organización y alumnos preparados con una conciencia en higiene y seguridad para realizar sus futuros trabajos

Análisis DA: Las debilidades y amenazas, podemos encontrar que la situación inestable económica y política que posee este país, es su mayor amenaza, lo que genera una alta deserción escolar del alumnado, que deja sus estudios por trabajos a temprana edad o ayudar a sus familias en el cuidado de hermanos menores, la migración de los profesores al ámbito privado en busca de mejoras salariales o laborales. Estas rotaciones continuas de docentes y la deserción de los alumnos afectarían los procesos de enseñanza-aprendizaje de la cultura de higiene y seguridad que se quiere inculcar en esta comunidad educativa.

### **Análisis específico según perfil profesional**

Prevenir los accidentes de trabajo y las enfermedades laborales, a través de la identificación, evaluación y control de los riesgos, generando condiciones de seguridad, salud y bienestar a los trabajadores. Implementar medidas de prevención de riesgos laborales en la actividad, cumpliendo con la legislación vigente, tanto internacional, nacional, provincial y municipal. La evaluación de los riesgos determinará la prioridad al momento de corregirlos, trabajando en aquellos de mayor consecuencia en primer lugar. Planificando su prevención permitirá determinar la calidad del ambiente laboral, procurando involucrar a todos los niveles de mando, a los representantes gremiales y a las entidades controladoras.

Teniendo en cuenta la importancia de lo expuesto en el párrafo anterior para la identificación de los riesgos presentes en el establecimiento, se procedió como primera medida, a realizar un Checklist basada en el la Resolución 463/09 de la SRT.

Tomando como apoyo la base de datos, se procedió a la identificación de los riesgos en el lugar de trabajo, por el método de observación y registrando cada condición insegura.

La ley 19.587 (1972), artículo 8 dice: Todo empleador debe adoptar y poner en práctica las medidas adecuadas de higiene y seguridad para proteger la vida y la integridad de los trabajadores, Es el empleador el que debe proveer un ambiente laboral saludable que no afecte la calidad de vida del empleado, protegiéndolo de accidentes y enfermedades.

Identificación de Riesgos: Siguiendo la lista de chequeo, Relevamiento de condición Escuela I.P.E.M. N° 193 José María Paz, (Anexo I) se pudo detectar que los mayores

proviene de la estructura edilicia, la falta de orden y limpieza, e instalaciones de calefactores mal instalados, con cañerías de gas expuestas, el deterioro mismo de las instalaciones, entre otras novedades.

Los datos obtenidos de la Checklist, se puede realizar un análisis cualitativo y cuantitativo, mediante la matriz de riesgo, que es una herramienta que aporta de forma clara y sencilla los factores de riesgos que existen en la institución y la posibilidad de ocurrencia con el fin de eliminarlos o reducirlos.

Los diferentes riesgos se valorarán de acuerdo a los criterios de las siguientes tablas expuestas a continuación.

**Tabla 3**  
*Matriz de probabilidad*

<b>Matriz de Probabilidad</b>		
<b>Ocurrencia</b>	<b>Significado</b>	<b>Valor</b>
<b>Constante</b>	Casi certeza que se produzca	<b>4</b>
<b>Moderado</b>	Muy probable que se produzca	<b>3</b>
<b>Ocasional</b>	Probable que se produzca a veces	<b>2</b>
<b>Posible</b>	Puede ocurrir en algún momento	<b>1</b>

*Nota:* Evaluación de la probabilidad. Fuente: Elaboración Propia. (En base a NTP 330)

**Tabla 3.1**  
*Matriz de Impacto*

<b>Matriz de Impacto</b>		
<b>Consecuencia</b>	<b>Significado</b>	<b>Valor</b>
<b>Extremo</b>	Crítico, existen importantes errores, severos incumplimientos a la legislación vigente	<b>40</b>
<b>Peligroso</b>	Errores significativos continuos, existen incumplimientos a los puntos de control internos y disposiciones legales	<b>30</b>
<b>Moderado</b>	Errores significativos ocasionales, existen incumplimientos a los puntos de control internos y disposiciones legales	<b>20</b>

<b>Menor</b>	Errores operativos, existen incumplimientos en algunos puntos de control internos que son subsanables inmediatamente	<b>10</b>
--------------	--	-----------

Nota: Matriz de impacto de riesgo. Fuente: Elaboración Propia. (En base a NTP 330).

**Tabla 3.2**

*Matriz de Nivel de Riesgo*

<b>Matriz de Nivel de Riesgo</b>						
<b>Pr o b a b i l i d a d</b>	<b>Constante</b>	<b>4</b>	Situación Controlada	Situación Expectante	Situación Intolerable	Situación Intolerable
	<b>Moderado</b>	<b>3</b>	Situación Tolerable	Situación Controlada	Situación Expectante	Situación Intolerable
	<b>Ocasional</b>	<b>2</b>	Situación Tolerable	Situación Controlada	Situación Controlada	Situación Expectante
	<b>Posible</b>	<b>1</b>	Situación Tolerable	Situación Tolerable	Situación Tolerable	Situación Controlada
			<b>10 - Menor</b>	<b>20 - Moderado</b>	<b>30- Peligroso</b>	<b>40 - Extremo</b>
<b>Impacto</b>						

Nota: Matriz de nivel de riesgo. Fuente: Elaboración Propia. (En base a NTP 330).

Al manifestar los riesgos existentes y proponer el valor de su probabilidad de ocurrencia y la gravedad de la lesión que puede producir, se llega a verificar el índice que nos da con la referencia del nivel de riesgo.

**Tabla 3.4***Resultado de la matriz*

<b>Significado</b>				
<b>Resultado</b>		<b>Plan de acción contingente</b>	<b>Plan definitivo</b>	<b>Tiempo de ejecución</b>
Situación intolerable	Mayor 120	Situación crítica, corrección urgente con medidas inmediatas. Solo se puede reanudar la tarea con la aprobación de la dirección.	Corrección definitiva Reevaluar el riesgo.	Inmediato
Situación Expectante	Entre 80 - 90	Supervisión permanente	Corrección definitiva con planificación Reevaluar el riesgo	Hasta 10 días
Situación Controlada	Entre 40 - 60	Controles operativos de seguridad	Aplica procedimientos	Hasta 20 días
Situación tolerable	Menor 30	Supervisión periódicas	Controlar Mensualmente	30 días

*Nota:* Resultado de la matriz. Fuente: Elaboración Propia (En base a NTP 330).

### **Evaluación**

Teniendo en cuenta los peligros identificados en el establecimiento, a continuación, se colocan los datos en la matriz, para poder realizar una valoración de los mismos y la acción correctiva con el tiempo de ejecución de la misma y la persona responsable.

**Tabla 3.5***Evaluación de los riesgos identificados en el puesto.*

Zona/Puesto de Trabajo	ítem	Peligro	Riesgo	Lesión que implica	P.O.	C.L.	N.R.	Acción Correctiva Propuesta	Responsable de la ejecución	Tiempo de Ejecución
<b>Ingreso al establecimiento Recepción</b>	1.1	Falta de señalización	Golpes, Caída de nivel.	Hematomas, esguince	3	20	60	Realizar pintado de los de niveles de color negro y amarillo, señalización.	Mantenimiento	20 días
	1.2	Falta de luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	2	30	60	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días
	1.3	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	1	40	40	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días
<b>Dirección</b>	2.1	Programa de Ergonomía Integrado	Trastornos músculo esqueléticos	Lesiones en músculos, tendones, articulaciones, huesos,	3	30	90	El servicio arme un programa de ergonomía integrado	Seguridad e Higiene y jefe del servicio	10 días
	2.2	Falta de controles de ingeniería a los puestos de trabajo	Golpes, por caída de objetos.	Hematomas.	3	10	30	Orden y reubicación de elementos ubicados sobre bibliotecas	Dirección	30 días
	2.3	Falta de luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	2	30	60	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días

	<b>2.4</b>	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	<b>1</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días
<b>Secretaria</b>	<b>3.1</b>	Programa de Ergonomía Integrado	Trastornos musculo esqueléticos	Lesiones en músculos, tendones, articulaciones, huesos,	<b>3</b>	<b>30</b>	<b>90</b>	El servicio arme un programa de ergonomía integrado	Seguridad e Higiene y jefe del servicio	10 días
	<b>3.2</b>	Falta de controles de ingeniería a los puestos de trabajo	Golpes, por caída de objetos.	Hematomas.	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	Orden y reubicación de elementos ubicados sobre bibliotecas	Dirección	30 días
	<b>3.3</b>	Falta luz ambiente	Fatiga ocular	Síndrome de visión	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>40</b>	Rea pación de las luces ambiente	Mantenimiento	20 días
	<b>3.4</b>	Falta de Luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>60</b>	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días
	<b>3.5</b>	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	<b>1</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días

	<b>3.6</b>	Condición insegura conectores eléctricos	Electrocución	Paro cardiaco, Destrucción de músculos, Quemaduras térmicas.	<b>3</b>	<b>40</b>	<b>120</b>	Realizar mantenimiento de las instalación eléctrica, toma	Mantenimiento	inmediato
<b>Archivo</b>	<b>4.1</b>	Falta de un sistema de almacenaje	Golpes, por caída de objetos.	Hematomas.	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	Orden y reubicación de elementos ubicados sobre bibliotecas, cambio a un sistema digital para reducir papeles	Encargada de archivo	30 días
	<b>4.2</b>	Falta de Orden y limpieza	Golpes por objetos, caída al mismo nivel.	Hematomas.	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	Ordenar y retirar todos aquellos elementos que no corresponde ser guardados en ese lugar	Encargada de archivo	31 días
<b>Biblioteca</b>	<b>5.1</b>	Falta de Luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>60</b>	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días
	<b>5.2</b>	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	<b>1</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días
	<b>5.3</b>	Programa de Ergonomía Integrado	Trastornos musculo esqueléticos	Lesiones en músculos, tendones, articulaciones, huesos,	<b>3</b>	<b>30</b>	<b>90</b>	El servicio arme un programa de ergonomía integrado	Seguridad e Higiene y jefe del servicio	10 días

	5.4	Falta de un sistema de almacenaje	Golpes, por caída de objetos.	Hematomas.	3	10	30	Orden y reubicación de elementos ubicados sobre bibliotecas, cambio a un sistema digital para reducir papeles	Encargada de archivo	30 días
	5.5	Falta de Orden y limpieza	Golpes por objetos, caída al mismo nivel.	Hematomas.	3	10	30	Ordenar y retirar todos aquellos elementos que no corresponde ser guardados en ese lugar	Encargada de archivo	30 días
Aulas	6.1	Programa de Ergonomía Integrado	Trastornos musculo esqueléticos	Lesiones en músculos, tendones, articulaciones, huesos,	3	30	90	El servicio arme un programa de ergonomía integrado	Seguridad e Higiene y jefe del servicio	10 días
	6.2	Falta de Orden y limpieza	Golpes por objetos, caída al mismo nivel.	Hematomas.	3	10	30	Ordenar y retirar todos aquellos elementos que no corresponde ser guardados en ese lugar	Mantenimiento	31 días
	6.3	Falta luz ambiente	Fatiga ocular	Síndrome de visión	2	20	40	Reparación de las luces ambiente	Mantenimiento	20 días
	6.4	Falta de Luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	2	30	60	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días
	6.5	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	1	40	40	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días

	6.6	Caños de gas expuestos	Explosión	Quemaduras, intoxicación, muerte	3	30	90	Retirar caños de gas e embutir	Mantenimiento	10 días
	6.7	Calefactor pantalla de gas	Monóxido de carbono	Desde dolor de cabeza hasta pérdida de conocimiento	3	30	90	Reemplazar por calefactores con salida al exterior	Mantenimiento	10 días
Baños	7.1	Falta de Orden y limpieza	Caída al mismo nivel.	Hematomas.	3	10	30	Ordenar y retirar todos aquellos elementos que no corresponde ser guardados en ese lugar	Mantenimiento	30 días
	7.2	Perdida de agua en lava manos	Caída al mismo nivel, Transmisión de enfermedades	Hematomas, enfermedades diarreicas, Hepatitis.	3	10	30	Reparación de las pérdidas de agua.	Mantenimiento	30 días
	7.3	Falta de Luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	2	30	60	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días
	7.4	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	1	40	40	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días
Pasillos	8.1	Puertas al patio, candado, rejas y obstáculos	Encierro ante una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	1	40	40	Realizar un protocolo de seguridad, mantener despejado y abiertas durante las hora de trabajo	Responsable de higiene y seguridad	20 días

8.2	Falta de Orden y limpieza	Caída al mismo nivel.	Hematomas.	3	10	30	Ordenar y retirar todos aquellos elementos que obstaculicen el paso.	Mantenimiento	30 días
8.3	Falta de matafuegos	Incendio incontrolado	Quemaduras, intoxicación, muerte.	3	40	120	Instalación de matafuegos	Mantenimiento	30 días
8.4	Falta de Luz de emergencia.	Golpe con objetos	Hematomas.	2	30	60	Realizar la instalación de luces de emergencia.	Mantenimiento	20 días
8.5	Falta de señalización de los caminos de evacuación.	Desorientación en una emergencia	Desde hematomas hasta la muerte	1	40	40	Realizar la instalación de indicadores de salida de emergencia.	Mantenimiento	20 días

*Nota:* Valoración y acción correctiva de los riesgos del establecimiento. P.O.: Probabilidad de Ocurrencia, C.L.: Concurrencia de la Lesión, N.R.: Nivel de Riesgo. Fuente: Elaboración Propia.

Conforme a la evaluación realizada, se puede determinar el orden de ejecución de las medidas correctivas en función de su tolerabilidad, tratando en primer lugar se tratará de mejorar los ítem 3.6 y 8.3 de la tabla anterior, las instalaciones eléctricas y la correcta instalación de matafuegos, dado que obtuvieron un nivel de riesgo más elevado, posteriormente se debe trabajar en los riesgos de situación expectante ítems 2.1, 3.1, 5.3, 6.1, 6.6 y 6.7, por último los riesgos de situación controlada ítems 1.1, 1.2, 1.3, 2.3, 2.4, 3.3, 3.4, 3.5, 5.1, 5.2, 6.3, 6.4, 6.5, 7.3, 7.4, 8.1, 8.4 y 8.5., siguiendo la pauta y los plazos de ejecución estipulados en la matriz.

Cabe destacar que el programa correctivo indicado previamente será desarrollado por y bajo cargo del profesional que la institución contrate para tal fin, será su labor la de asesorar honesta y responsablemente a la organización, siempre en pos de la seguridad de los trabajadores que asisten a la institución como así también al alumnado.

Ahora bien, el presente trabajo se enfocara directamente en el estudio del tecnoestrés que de acuerdo a los antecedentes y en el contexto actual del COVID 19 se ha incrementado y en la capacitación para generar una cultura preventiva de higiene y seguridad.

Se propone realizar un plan de evaluación de Tecnoestrés mediante el Anexo II, el cual está compuesto por un cuestionario para medir el nivel de satisfacción del personal docente de la institución, aplicando la NTP 730, para relevar los datos de la situación actual de los docentes con relación a las nuevas tecnologías y las TICs. Dicho cuestionario será realizado a través de la plataforma Google Forms y distribuido por medio de la aplicación WhatsApp y en caso de ser requerido en formato papel.

Este instrumento permitirá obtener datos cuantitativos del fenómeno dentro de la institución. Ofrece un marco teórico para comprender y prevenir el tecnoestrés evaluando los problemas derivados del hardware, de la web y de la falta de experiencia con las nuevas tecnologías. Además relevar los riesgos derivados, como las posturas forzadas, sedentarismo, fatiga mental y física.

Este trabajo no está exento de limitaciones, para realizar dicha evaluación es necesario tener contacto con el personal de la institución.

## Marco teórico

Es importante emprender en los conceptos más relevantes para comprender este informe. Las actividades que se desarrollan en la escuela poseen diferentes variables que son capaces de producir o contribuir a la producción del daño a la salud de los trabajadores, la exposición a estos se refleja en la aparición de enfermedades profesionales y accidentes de trabajo.

### *Peligro y riesgo*

Creus y Mangosio (2011), define al peligro como algo inminente, que pasará indefectiblemente si se hace o se deja de hacer, mientras que el riesgo es la probabilidad de ese peligro se materialice.

### *Accidente de trabajo*

La Ley 24557 (1995), en el punto 1 del artículo 6 especifica que, se considera accidente de trabajo a todo acontecimiento súbito y violento ocurrido por el hecho o en ocasión del trabajo, o en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo. Accidente a causa del trabajo son las que se producen por la práctica de las tareas laborales, con ocasión del trabajo refiere a una relación, aunque sea indirecta con la lesión que puede ser física o psíquica.

### *Enfermedad profesional*

En el Decreto 658/96 y el Decreto 1167/03 están detalladas en un Listado las Enfermedades Profesionales, que son las producida por agentes de riesgo a los cuales están expuestos los trabajadores en su actividad, en este listado podemos encontrar identificado la actividad, la exposición y el cuadro clínico y agente de riesgo.

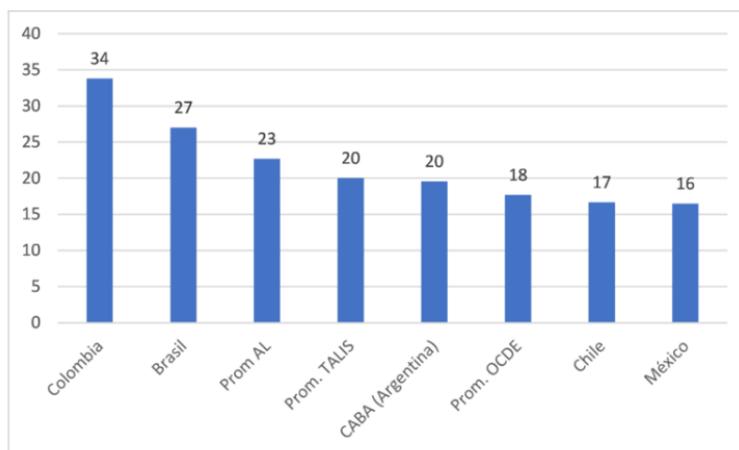
### *Estrés Tecnológico*

Estudio Internacional sobre la Enseñanza y el Aprendizaje (TALIS, 2018), refiere como el estrés es el factor de abandono de la carrera docente, además revela que “uno de cada cinco profesores (..) manifiestan sufrir un elevado estrés derivado del trabajo”, (p. 26) el estrés tecnológico o tecnoestrés, es el derivado del uso de las nuevas tecnologías y la falta de adaptación a ellas, este se vio incrementado durante la Pandemia COVID 19, donde los

maestros se sobre adaptaron, para cambiar el dictado de clases presencial al virtual, en el gráfico 1 TALIS 2018 muestra el porcentaje de docentes que reconocen la falta de formación en tecnológica, trae aparejado una excesiva carga laboral que impacta negativamente en el equilibrio personal y profesional.

## Gráfico 1

### *Docentes y la educación tecnológica*



*Nota:* Porcentaje de docentes que declara una alta necesidad de formación en tecnologías de información y comunicación para la enseñanza. Fuente: TALIS 2018

## Marco Legal

Los organismos internacionales, como la OMS (Organización Mundial de la Salud) y la OPS (Organización Panamericana de la Salud), la OIT (Organización Internacional del Trabajo) y la UNESCO, han elaborado algunas normas de cumplimiento, y otras de recomendaciones a los gobiernos nacionales. En Argentina, la constitución nacional en el artículo 14 bis es derecho de los trabajadores a la salud y seguridad laboral, es de gran importancia tener en cuenta las normativas vigentes:

- Ley 19587/1972 de Higiene y seguridad en el trabajo.
- Ley 24.557/1995 de Riesgo de trabajo
- Ley 26773/2012 Régimen de ordenamiento de la reparación de los daños derivados de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales

- Decreto 351/1979 Reglamentación de la ley de Higiene y Seguridad en el trabajo
- Decreto 170/1996 Reglamentación de la Ley de Riesgo de trabajo
- Resolución 10/1997 SRT: Procedimiento para la comprobación y juzgamiento de los incumplimientos a la LRT por parte de las ART y empleadores autoasegurados.

## **Diagnóstico y discusión**

### **Declaración del problema**

La ausencia de una cultura sobre la prevención, y las repetidas excusas sobre la falta de recursos por parte del empleador, el Estado, han contribuido al progresivo deterioro de la salud laboral del personal de la institución educativa y alumnos del I.P.E.M. N° 193 José María Paz, desarrollan sus actividades en un ambiente donde los riesgos provienen del estado general del edificio, deterioro de las instalaciones, la escasez de mobiliario, que genera actitudes posturales incorrectas, los ambientes ruidosos, una iluminación deficiente, la sobre adaptación a la nueva modalidad de trabajo virtual y mixto o semipresencial consecuencia directa de la pandemia COVID 19.

A todo esto, se debe sumar factores derivados de la sociedad en la que el trabajador convive, como el maltrato que proviene de sus pares, de los alumnos y sus familiares. Los que pueden afectar psicosocialmente y físicamente, como ansiedad, insomnio, depresión, afecciones coronarias, digestivas, alteraciones de la voz, cuerdas vocales, alteraciones músculoesqueléticas y más.

La mayoría de los maestros no estaban preparados para la digitalización total de sus clases, y sin embargo, tuvieron que aprender en pocos días a usar herramientas digitales para grabar y transmitir sus clases, y para comunicarse con sus alumnos, lo que generó un alto nivel de stress a la tecnología.

## Justificación del problema

Las estadísticas publicadas por la Superintendencia de Riesgos del Trabajo, ponen de relieve el problema que está atravesando el sector en cuanto a la salud y seguridad en el trabajo, en las siguientes tablas obtenidas del primer informe provisorio de accidentabilidad laboral, podemos evidenciar la ocurrencia de accidentes y enfermedades del sector de enseñanza en el primer trimestre del 2021.

**Tabla 4**

*Informe provisorio de accidentabilidad laboral 2021. Enseñanza. Enero a marzo 2020 y 2021*

	Enero a marzo de 2020	Enero a marzo de 2021	Var. %
Caídas de personas	503	411	-18,3%
Caídas de objetos	52	35	-32,7%
Pisadas, choques o golpes por objetos	356	327	-8,1%
Atrapamiento por un objeto o entre objetos	24	21	-12,5%
Esfuerzos excesivos	104	103	-1,0%
Exposición a, o contacto con, temperaturas extremas	16	5	-68,8%
Exposición a, o contacto con, la corriente eléctrica	3	0	-100,0%
Exposición a, o contacto con, sustancias nocivas o radiaciones	38	18	-52,6%
Otras formas de accidente	357	328	-8,1%
Sin datos	121	71	-41,3%
<b>Total</b>	<b>1.574</b>	<b>1.319</b>	<b>-16,2%</b>

La categoría sin datos incluye el total de enfermedades profesionales, para las que no corresponde categorización dentro de esta variable.

*Nota:* Casos notificados según forma de ocurrencia del accidente y periodo. Fuente: Superintendencia de Riesgos Laborales SRT.

La Tabla 4 muestra los casos notificados según su forma de ocurrencia del accidente y periodo. Estos números dejan en evidencia los altos niveles de accidentes que tienen ocurrencia en el sector de enseñanza.

**Tabla 5**

*Informe provisorio de accidentabilidad laboral 2021. Enseñanza. Enero a marzo 2020 y 2021. Enfermedades*

	Enero a marzo de 2020	Enero a marzo de 2021	Var. %
Ciertas enfermedades infecciosas y parasitarias	1	0	-100,0%
Tumores [neoplasias]	0	0	-
Enfermedades de la sangre y de los órganos hematopoyéticos	0	0	-
Enfermedades endocrinas, nutricionales y metabólicas	0	0	-
Trastornos mentales y del comportamiento	0	6	-
Enfermedades del sistema nervioso	2	1	-50,0%
Enfermedades del ojo y sus anexos	14	5	-64,3%
Enfermedades del oído y de la apófisis mastoides	3	1	-66,7%
Enfermedades del sistema circulatorio	2	1	-50,0%
Enfermedades del sistema respiratorio	39	24	-38,5%
Enfermedades del sistema digestivo	2	2	0,0%
Enfermedades de la piel y del tejido subcutáneo	2	1	-50,0%
Enf. del sist. osteomuscular y del tejido conjuntivo	119	114	-4,2%
Enfermedades del sistema genitourinario	0	0	-
Embarazo, parto y puerperio	0	0	-
Ciertas afecciones originadas en el periodo perinatal	0	0	-
Malformaciones congénitas, deform. y anomalías cromos.	0	0	-
Sínt., signos y hallazgos, no clasificados en otra parte	70	23	-67,1%
Traumat., envenenam. y algunas otras consec. de causas ext.	1.276	1.094	-14,3%
Causas externas de morbilidad y de mortalidad	15	12	-20,0%
Fact. que inf. en el estado de S y contacto con los SS	29	21	-27,6%
Sin datos	0	14	-
<b>Total</b>	<b>1.574</b>	<b>1.319</b>	<b>-16,2%</b>

*Nota:* Casos notificados según diagnóstico (Grandes grupos) y periodo. Fuente: Superintendencia de Riesgos Laborales SRT

En la Tabla 5 se muestran las enfermedades notificadas según diagnóstico y periodo, donde los grupos de mayor incidencia son los del sistema osteomuscular y traumas de consecuencia externa y en menor medida enfermedades del sistema respiratorio y del ojo y sus anexos. Este informe no incluye enfermedades no listadas, COVID 19, de la cual se han registrado 828 casos, 2 de ellos mortales.

La aplicación de las normativas de prevención y la profundización del conocimiento de la Ley, comienzan a practicarse cuando la desventura lamentablemente ya ocurrió. Dejando en evidencia la falta de un programa de prevención de enfermedades y riesgos laborales, con capacitación integral no solo para los docentes y personal no docente, sino para toda la comunidad educativa general, que incluya a los alumnos como pilar fundamental en el desarrollo de la capacitación integral y futuros trabajadores. Lo que permitirá una cultura de higiene y seguridad laboral a temprana edad.

## **Discusión**

La declaración de la pandemia por el COVID 19 en marzo de 2020 ha causado impactos en todos los ámbitos posibles. La educación sin duda ha sido uno de los sectores más fuertemente afectados, por el cierre total y parcial de las instituciones, obligando a la adaptación de los procesos de enseñanza, que genera una mayor demanda para el personal educativo. El riesgo no es solo biológico al que se expone a los trabajadores sino también al stress tecnológico, merecen una atención específica en las actuaciones preventivas.

Realizar mejoras y mantenimiento en las instalaciones de la escuela, colocar los matafuegos en su lugar correspondiente y capacitar a toda la comunidad educativa permitirá un ambiente de trabajo seguro y la integración a la cultura de la higiene y seguridad.

## **Conclusión Diagnóstica**

Un plan de implementación de mejoras preventivas permitirá establecer una gestión adecuada de la seguridad y la salud de los docentes, no docentes y alumnos. El cuidado del bienestar laboral, para construir ambientes más sanos y seguros. Desarrollar abordajes diferenciales para eliminar, mitigar y gestionar riesgos laborales específicos, así como abordar la identificación y la evaluación de los riesgos laborales y adoptar medidas preventivas básicas de actuación para incorporar en la institución educativa. Además de un plan de capacitación integral que no solo incluya al plantel escolar sino también a los estudiantes que permita profundizar sus conocimientos, desarrollar aptitudes necesarias para la gestión técnica, y analizar puestos de trabajo desde un enfoque participativo.

Conocer los riesgos es el primer paso para tomar conciencia y poder establecer campañas de sensibilización, esto significa que el plan de implementación de mejoras y la capacitación contará con la participación de los diferentes actores que intervienen en el instituto educativo, los directivos, administrativos, docentes, personal de maestranza, de mantenimiento, P.A.I.C.O.R., alumnos y representantes gremiales; todos en pos de la cultura de prevención y seguridad laboral.

## **Plan Integral de Higiene y Seguridad Laboral**

Se propone un plan integral que garantice condiciones de higiene y seguridad laboral, que además incluye la capacitación para cubrir las principales necesidades que posee la institución educativa I.P.E.M, N° 193 José María Paz, en la materia de seguridad en el trabajo, prevención de enfermedades y accidentes. Este plan integral va a constar de 5 etapas, donde se coordinara el trabajo desde los profesionales de Higiene y Seguridad con el cuerpo directivo y docente de la institución. Servirá para cualquier necesidad que pueda generar cualquier riesgo a los integrantes de la institución tanto docente como estudiante. Cabe resaltar que dicho plan tiene la finalidad de coordinar y trabajar en conjunto con todos los niveles de la institución, incluyendo sus estudiantes para mejorar el ámbito laboral y preservar la salud de todos, es por ello que se define como integral.

Dicho plan de implementación consta de 5 etapas:

*Etapa 1. Identificación de las novedades:* Detección de una situación problemática interpersonal, fallas en infraestructura e instalaciones, y todo riesgo que atente con la integridad de los integrantes de la institución. Lo primero a considerar como medida o acción, es lograr la concientización de los integrantes de la Institución Educativa, encabezado por el equipo directivo y docente, acerca de la situación actual, siendo esto una instancia crucial de la que depende el éxito del plan. Para esto, se propone una reunión formal de presentación del presente plan de implementación, cuyos resultados son claramente demostrativos de la necesidad de ponerlo en marcha.

En segundo lugar, realizar la detección de las necesidades de la institución, fallas que presenta en infraestructura e instalaciones y los elementos prioritarios que representen un riesgo para el personal y todos los que integran la organización educativa. El análisis realizado en apartados anteriores sobre valoración del riesgo, al aplicar la Checklist basada en el la Resolución 463/09 de la SRT. Esto permitió determinar que las medidas correctivas en función de su tolerabilidad, se tratar de mejorar en primer lugar el tema de las instalaciones eléctricas y la correcta instalación de matafuegos, dado que obtuvieron un nivel de riesgo más elevado; posteriormente

se debe trabajar en los riesgos de situación expectante asociados a las condiciones de ergonomía integral y por último los riesgos de situación controlada (iluminación, señalización, orden y limpieza), siguiendo una serie de pautas y lapsos a cumplir.

*Etapa 2. Establecer responsabilidades en el plan integral de Higiene y Seguridad Laboral*, que incluye la capacitación en el trabajo para todos los docentes y personal de la Institución Educativa.

*Etapa 3. Presentación y forma de desarrollo de los objetivos del plan integral.*

*Etapa 4. Prácticas*; que incluye la capacitación sobre higiene y seguridad laboral y la formación, desde el equipo docente hasta los estudiantes, del uso de tecnologías de información y comunicación;

*Etapa 5. Evaluación y control.*

### ***Objetivo General***

Implementar un Plan Integral que garantice condiciones de Higiene y Seguridad Laboral, para un semestre; y que además incluya un plan capacitación, donde el personal docente, la institución y el alumnado, trabajen juntos en la creación de una cultura de higiene y seguridad laboral, apoyándose unos a otros.

Dicho plan de implementación tendrá además como base fundamental el uso de redes sociales a través del #LibresEstrésTecnológico.

### ***Objetivos específicos***

- Garantizar condiciones de higiene y seguridad laboral a fin de optimizar la calidad de vida en el trabajo
- Diseñar el plan de capacitación integral a docentes y alumnos.
- Desarrollar un plan de trabajo para evaluar el tecnoestrés dentro de la comunidad docente de la escuela José María Paz y sentar bases para un futuro plan de mitigación del impacto de este fenómeno.

- Desarrollar un esquema de trabajo en grupo donde los alumnos apoyaran al personal docente con el uso de las redes sociales.

### ***Alcance de la Propuesta***

El alcance de esta propuesta es a todo el personal docente y alumnos de 4to, 5to y 6to año pertenecientes a la institución educativa I.P.E.M, N° 193 José María Paz. El plan integral tendrá una duración de un semestre. Sin embargo, en el plano de la capacitación, las modalidades definidas para éstas serán dictadas en el aula de informática que posee la escuela, en grupos de 10 docentes y 20 alumnos. La jornada de capacitación se extenderá por el lapso de una hora cátedra (40 minutos), dictada una vez por semana a cada grupo en sus respectivos turnos, la extensión del curso será de tres meses, para completar el programa. En el futuro se ampliará las vacantes para el resto de la comunidad escolar.

### **Desarrollo de la Propuesta**

A continuación, se describen los recursos y acciones necesarias para alcanzar cada uno de los objetivos específicos:

#### **Tabla 6.**

##### *Plan de Acción del Objetivo Específico 1.*

<b>OBJETIVO N°1:</b> Garantizar condiciones de higiene y seguridad laboral a fin de optimizar la calidad de vida en el trabajo	
<b>Finalidad del Objetivo</b>	Brindar condiciones de higiene y seguridad laboral a la institución educativa a fin de minimizar los riesgos asociados a este punto y así optimizar la calidad de vida de quienes forman parte de la organización (directivos, educadores, personal administrativo y obrero, estudiantes). Generar una cultura en higiene y seguridad y así prevenir futuros accidentes y enfermedades laborales.
<b>Dirigido a</b>	Todos los miembros de la comunidad educativa

<b>Acciones y Responsables a cargo</b>	<p>Concientizar al personal de Dirección de la importancia de cumplir con las normas de higiene y seguridad en la Institución Educativa.</p>	
	<p>Convocar, en primer lugar, a los profesores y personal de la institución</p> <p><u>1 encuentro:</u>  Presentar el diagnóstico de riesgo en higiene y seguridad laboral realizado en la Institución</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cómo afecta a cada uno de los miembros de la institución</li> <li>✓ Riesgos asociados al problema y medidas preventivas en cada caso señalado.</li> <li>✓ Confeccionar un cronograma de actividades a seguir para establecer los correctivos necesarios en pro de lograr soluciones inmediatas.</li> <li>✓ Definir responsables, recursos y tiempo de ejecución</li> <li>✓ Ejecutar el plan para optimizar la calidad de vida laboral</li> </ul> <p>Es importante señalar que el programa correctivo indicado previamente será desarrollado por y bajo cargo del profesional que la institución contrate para tal fin, será su labor la de asesorar honesta y responsablemente a la organización, siempre en pos de la seguridad de los trabajadores que asisten a la institución, así como el alumnado.</p> <p><u>Encuentros mensuales:</u>  Establecer el control y seguimiento de cada una de las acciones planteadas, así como las desviaciones que puedan presentarse y los correctivos necesarios.</p> <p><u>Responsable:</u> Personal Directivo y una Persona con experiencia en Higiene y Seguridad Laboral que oriente a los miembros de la comunidad educativa.</p>	
	<b>Tiempo Requerido</b>	
	Personal Directivo de la Institución: 4 horas/semanal Asesor en la Capacitación: 4 Horas por encuentro. La ejecución de este plan se estima para un semestre.	
	<b>Humanos</b>	Directivos –Capacitador- Docentes – Personal de mantenimiento.
	<b>Técnicos</b>	Conocimientos relativos a: higiene y seguridad laboral y la normativa legal a cumplir.
		\$1500 por cada hora de trabajo del Capacitador

<b>Recursos Involucrados</b>	<b>Económicos</b>	\$2000 Insumos (normas de bioseguridad en los encuentros)
	<b>Materiales</b>	Computadora con acceso a internet y paquete de Office, internet WI-FI, para la presentación del plan de acción.
	<b>Físicos</b>	Oficina, sala de reunión, proyector digital.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

**Tabla 7.**  
*Pautas Básicas en Higiene y Seguridad Laboral*

<b>Pautas Básicas a seguir en Higiene y Seguridad Laboral</b>	
Las normas técnicas dictadas o a dictarse por la Dirección Nacional de Higiene y Seguridad en el Trabajo serán obligatorias para todos los integrantes de la Institución en cuestión, docentes, empleados y alumnado.	
Protocolo de Iluminación Res. SRT 84/12	Control anual del factor de riesgo iluminación, se deberá corroborar si los niveles de iluminación de las aulas y oficinas son los exigidos por la normativa vigente a través de un estudio de iluminación efectuado y certificado por un profesional en higiene y seguridad en el trabajo.
Resolución 886/15 Protocolo de Ergonomía	Como herramienta básica para la prevención de trastornos músculo esqueléticos, hernias inguinales directas, mixtas y crurales, hernia discal lumbo-sacra con o sin compromiso radicular que afecte a un solo segmento columnario y várices primitivas bilaterales.
Decreto 351/79 Capítulo 6 Provisión de agua potable	Análisis de provisiones de agua para el consumo los humanos en periodicidad anual para las características físico y químicas y semestrales para las bacteriológicas de manera de llevar un registro de la calidad de agua potable
Decreto Reglamentario N° 351/79. Capítulo 14. Instalaciones eléctricas	Las instalaciones y equipos eléctricos de los establecimientos, deberán cumplir con las prescripciones necesarias para evitar riesgos a personas o cosas.
Res. SRT 85/12	Control anual del factor de riesgo ruido, realizar las mediciones correspondientes para evaluar el nivel de ruido y las medidas preventivas a tomar.
Orden y limpieza en las áreas de trabajo	Contribuir a que el puesto de trabajo se encuentre libre de suciedad y bien ordenado. Debemos tener en cuenta que en la escuela trabajan muchas personas por lo que el orden y limpieza no debe recaer solo en el personal de aseo, debe ser cotidiano y de todos los integrantes de la comunidad escolar.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

**Tabla 8.***Plan de Acción del Objetivo Específico 2.*

OBJETIVO N°2: Diseñar el plan de capacitación integral a docentes y alumnos											
<b>Finalidad del Objetivo</b>	Brindar condiciones de higiene y seguridad laboral a la institución educativa a fin de minimizar los riesgos asociados a este punto y así optimizar la calidad de vida de quienes forman parte de la organización. Generar una cultura en higiene y seguridad y así prevenir futuros accidentes y enfermedades laborales.										
<b>Dirigido a</b>	Docentes y Estudiantes										
<b>Acciones y Responsables a cargo</b>	<p>Concientizar a todos los miembros de la comunidad educativa (docentes y estudiantes) acerca de la importancia de la Higiene y Seguridad Laboral.</p> <p>Convocar a los profesores, y alumnos (al menos el 80%)</p> <p><u>1 Etapa:</u> Conocimientos Básicos Introducción a la cultura de la Higiene y Seguridad, por su naturaleza, es un curso motivador. Donde se incluyen temas básicos como la Legislación nacional, internacional, descripción de accidentes e incidentes. N° de Encuentros: 4 clases – 1 semanal</p> <p><u>2 Etapa:</u> Conocimientos Intermedios Corresponde a los temas identificados en las Check List y Matriz de riesgos realizados durante el proceso de elaboración de este trabajo, necesarios para asegurar una eficiente gestión de riesgos en esta institución. N° de Encuentros: 4 clases – 1 semanal</p> <p><u>Responsable:</u> Personal Directivo y una Persona con experiencia en Higiene y Seguridad Laboral que oriente a los miembros de la comunidad educativa.</p>										
<b>Tiempo Requerido</b>	Personal Directivo de la Institución: 4 horas/semanal Asesor en la Capacitación: 4 Horas por encuentro. La ejecución de este plan se estima para un bimestre.										
<b>Recursos Involucrados</b>	<table border="1"> <tr> <td style="text-align: center;"><b>Humanos</b></td> <td>Directivos –Capacitador- Docentes –Alumnado.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><b>Técnicos</b></td> <td>Conocimientos relativos a: higiene y seguridad laboral y la normativa legal a cumplir.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><b>Económicos</b></td> <td>\$1500 por cada hora de trabajo del Capacitador \$2000 Insumos (normas de bioseguridad en los encuentros)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><b>Materiales</b></td> <td>Sala de computación, computadoras en funcionamiento no menor al 50% del plantel presente, acceso a internet, proyector, celulares. Insumos: birome y anotadores.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><b>Físicos</b></td> <td>Área de Informática, proyector digital.</td> </tr> </table>	<b>Humanos</b>	Directivos –Capacitador- Docentes –Alumnado.	<b>Técnicos</b>	Conocimientos relativos a: higiene y seguridad laboral y la normativa legal a cumplir.	<b>Económicos</b>	\$1500 por cada hora de trabajo del Capacitador \$2000 Insumos (normas de bioseguridad en los encuentros)	<b>Materiales</b>	Sala de computación, computadoras en funcionamiento no menor al 50% del plantel presente, acceso a internet, proyector, celulares. Insumos: birome y anotadores.	<b>Físicos</b>	Área de Informática, proyector digital.
<b>Humanos</b>	Directivos –Capacitador- Docentes –Alumnado.										
<b>Técnicos</b>	Conocimientos relativos a: higiene y seguridad laboral y la normativa legal a cumplir.										
<b>Económicos</b>	\$1500 por cada hora de trabajo del Capacitador \$2000 Insumos (normas de bioseguridad en los encuentros)										
<b>Materiales</b>	Sala de computación, computadoras en funcionamiento no menor al 50% del plantel presente, acceso a internet, proyector, celulares. Insumos: birome y anotadores.										
<b>Físicos</b>	Área de Informática, proyector digital.										

Fuente: elaboración propia, 2022.

En el Plan de Capacitación se han logrado definir tres niveles de profundidad Básico, Intermedio y Avanzado, cada uno de los cuales tiene tres módulos que se dictaran 1 por

semana y en la cuarta semana se realizará una evaluación de conocimientos obtenidos a través de un cuestionario múltiple Choice, Anexo III Capacitación Básica, Anexo IV Capacitación Intermedia y Anexo V Capacitación Avanzada. Al completar dicho cuestionario que será realizado a través de la plataforma de Google Forms, se le solicitará a los participantes que realicen una intervención en las redes sociales de la institución, sobre los conocimientos adquiridos a través del #LibresEstrésTecnológico.

### *Etapa I Básico*

Es la etapa de generalidades e introducción a la cultura de la Higiene y Seguridad, por su naturaleza, es un curso motivador. Donde se incluyen temas básicos como la Legislación nacional, internacional, descripción de accidentes e incidentes.

**Tabla 9**

#### *Capacitación Básica*

Etapa I			
<u>Clase 1</u>	<u>Clase 2</u>	<u>Clase 3</u>	<u>Clase 4</u>
Definiciones:	Conocimientos básicos de:	Conocimientos básicos de:	
¿Qué es la Higiene y Seguridad?	La Escuela y la Higiene y Seguridad.	Primeros Auxilios	Evaluación de los conocimientos obtenidos hasta el momento.
¿Para qué sirve?	Accidentes y enfermedades laboral	Botiquín Básico	
Contexto legal Nacional	EPP	¿Qué es el Fuegos?	
SRT	Riesgos y Peligros	¿Tipos de fuego?	
ART			
Resoluciones			

*Nota:* Primer nivel de capacitación. Fuente: Elaboración propia, 2022.

### *Etapa II Intermedio*

Corresponde a los temas identificados en las Check List y Matriz de riesgos realizados durante el proceso de elaboración de este trabajo, necesarios para asegurar una eficiente gestión de riesgos en esta institución.

**Tabla 10***Capacitación Intermedia*

---

Etapa II			
<u>Clase 1</u>	<u>Clase 2</u>	<u>Clase 3</u>	<u>Clase 4</u>
Métodos de identificación de riesgos:	Métodos de evaluación de riesgos:	Riesgos en la escuelas:	
Entrevistas	FODA	¿Qué riesgos hay en la escuela? ¿Qué es el riesgo eléctrico? ¿Qué consecuencia puede producir?	Evaluación de los conocimientos obtenidos hasta el momento.
Análisis de escenario	Diagrama de Ishikawa	¿Qué es el ruido? ¿Cómo afecta la iluminación en el trabajo?	
Encuesta	Check List	Prevención de Incendios ¿Qué es? Protección contra incendios	
Análisis de causa de raíz			

---

*Nota:* Segundo Nivel de capacitación. Fuente: Elaboración propia, 2022.

**Tabla 11.**

*Plan de Acción del Objetivo Específico 3.*

OBJETIVO N°3: Desarrollar un plan de trabajo para evaluar el tecnoestrés dentro de la comunidad docente de la escuela José María Paz y sentar bases para un futuro plan de mitigación del impacto de este fenómeno		
<b>Finalidad del Objetivo</b>	Brindar condiciones de higiene y seguridad laboral a la institución educativa a fin de minimizar los riesgos asociados a este punto y así optimizar la calidad de vida de quienes forman parte de la organización. Generar una cultura en higiene y seguridad y así prevenir futuros accidentes y enfermedades laborales.	
<b>Dirigido a</b>	Personal Docente	
<b>Acciones y Responsables a cargo</b>	<p>Concientizar a todos los miembros docentes de la comunidad educativa acerca de la importancia de la Higiene y Seguridad Laboral.</p> <p>Convocar a los profesores (al menos el 80%)</p> <p><u>Conocimientos Avanzados acerca del Tecno estrés</u> Incluyen también cursos de especialización para temas muy específicos, destinados especialmente a la orientación de los alumnos y el puesto de trabajo de los docentes. N° de Encuentros: 4 clases – 1 semanal</p> <p><u>Responsable:</u> Personal Directivo y una Persona con experiencia en Higiene y Seguridad Laboral que oriente a los miembros de la comunidad educativa.</p>	
<b>Tiempo Requerido</b>	Personal Directivo de la Institución: 4 horas/semanal Asesor en la Capacitación: 4 Horas por encuentro. La ejecución de este plan se estima para un mes.	
<b>Recursos Involucrados</b>	<b>Humanos</b>	Directivos –Capacitador- Docentes.
	<b>Técnicos</b>	Conocimientos relativos a: higiene y seguridad laboral y tecno estrés.
	<b>Económicos</b>	\$1500 por cada hora de trabajo del Capacitador \$2000 Insumos (normas de bioseguridad en los encuentros)
	<b>Materiales</b>	Sala de computación, computadoras en funcionamiento no menor al 50% del plantel presente, acceso a internet, proyector, celulares.
	<b>Físicos</b>	Área de Informática, proyector digital.

*Fuente: Elaboración propia, 2022.*

### *Etapa III Curso Avanzado*

Se incluyen también cursos de especialización para temas muy específicos, destinados especialmente a la orientación de los alumnos y el puesto de trabajo de los docentes.

**Tabla 12**

#### *Capacitación Avanzada*

---

<u>Clase 1</u>	<u>Clase 2</u>	<u>Clase 3</u>	<u>Clase 4</u>
Ergonomía:	Estrés Tecnológico:	Tipos de estrés Tecnológicos	Evaluación de los conocimientos obtenidos hasta el momento.
Etimología y concepto	¿Qué es el tecno estrés?	Tecnoestrés laboral	Encuesta de satisfacción.
Legislación	Determinación de causas y consecuencias	Medida de Intervención psicosocial	
Estación de trabajo			
Riesgos Ergonómicos.			

---

*Nota:* Tercer nivel de capacitación. Fuente: Elaboración propia, 2022.

**Tabla 13.***Plan de Acción del Objetivo Específico 4.*

<b>OBJETIVO N°4:</b>		
Desarrollar un esquema de trabajo en grupo donde los alumnos apoyaran al personal docente con el uso de las redes sociales.		
<b>Finalidad del Objetivo</b>	Desarrollo un esquema de trabajo que permita a los docentes, apoyado en los alumnos, conocer y usar las redes sociales como herramienta de apoyo a las actividades docentes y que permita minimizar el estrés tecnológico.	
<b>Dirigido a</b>	Personal Docente	
<b>Acciones y Responsables a cargo</b>	Concientizar a todos los miembros de la comunidad educativa acerca de la importancia de la higiene y seguridad industrial con el apoyo de las redes sociales.	
	Convocar a los profesores (al menos el 80%)  <u>Conocimientos acerca del Uso de Redes Sociales</u> Incluyen también cursos de especialización para temas muy específicos, destinados especialmente a la orientación de los alumnos y el puesto de trabajo de los docentes. N° de Encuentros: 4 clases – 1 semanal  <u>Responsable:</u> Personal Directivo, un facilitador con experiencia en Higiene y Seguridad Laboral y estudiantes en rol de pasantes que faciliten los conocimientos ofimáticos y de redes a los miembros docentes de la comunidad educativa.	
<b>Tiempo Requerido</b>	Personal Directivo de la Institución: 4 horas/semanal Asesor en la Capacitación: 4 Horas por encuentro. La ejecución de este plan se estima para un mes.	
<b>Recursos Involucrados</b>	<b>Humanos</b>	Directivos –Capacitador- Docentes.
	<b>Técnicos</b>	Conocimientos relativos a: Higiene y Seguridad laboral – manejo ofimático - uso de las redes sociales.
	<b>Económicos</b>	\$1500 por cada hora de trabajo del Capacitador \$2000 Insumos (normas de bioseguridad en los encuentros)
	<b>Materiales</b>	Sala de computación, computadoras en funcionamiento no menor al 50% del plantel presente, acceso a internet, proyector, celulares.
	<b>Físicos</b>	Área de Informática, proyector digital.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Observando las tablas 11, 12 y 13, cabe destacar que la escuela posee un plan de pasantías laborales para los alumnos y/o docentes, que tiene por objetivo realizar prácticas laborales en el ámbito real, es imperioso que se capacite de forma temprana para generar cultura en higiene y seguridad y así prevenir futuros accidentes y enfermedades laborales.

A su vez, constituye un verdadero apoyo a los alumnos para concientizar, promover y afianzar las actividades de prevención de riesgos, tanto dentro como fuera de la institución. Y el estudio permitirá reconocer el grado de satisfacción tecnológica que poseen los docentes de la institución. Además, la capacitación, en el objetivo 3, tendrá un módulo exclusivo de riesgos específicos relevados en la institución, como riesgos ergonómicos, estrés tecnológico. Ahora bien, el presente trabajo se enfocara directamente en el estudio del tecnoestrés que de acuerdo a los antecedentes y en el contexto actual del COVID 19 se ha incrementado y en la capacitación para generar una cultura preventiva de higiene y seguridad.

Se propone realizar un plan de evaluación de Tecnoestrés mediante el Anexo II, el cual está compuesto por un cuestionario para medir el nivel de satisfacción del personal docente de la institución, aplicando la NTP 730, para relevar los datos de la situación actual de los docentes con relación a las nuevas tecnologías y las TICs. Dicho cuestionario será realizado a través de la plataforma Google Forms y distribuido por medio de la aplicación WhatsApp y en caso de ser requerido en formato papel.

Este instrumento permitirá obtener datos cuantitativos del fenómeno dentro de la institución. Ofrece un marco teórico para comprender y prevenir el tecnoestrés evaluando los problemas derivados del hardware, de la web y de la falta de experiencia con las nuevas tecnologías. Además relevar los riesgos derivados, como las posturas forzadas, sedentarismo, fatiga mental y física.

### ***Presupuesto total***

Se implementará un presupuesto lo más acotado posible, para que la escuela I.P.E.M, N° 193 José María Paz, pueda solventarlo a través de los fondos educativos que le suministra el municipio de Saldan.

**Tabla 14***Presupuesto del Plan Integral.*

AREA: Docentes y Alumnos

AÑO: 2022

Presupuesto del Plan Integral					
N°	Descripción	Cant	un	Costo unitario	Total
1	Horas profesionales	80	Hs.	\$ 1.500,00	\$ 120.000,00
2	Alcohol satirizante al 70% presentación por litro	20	Ltrs	\$ 230,00	\$ 4.600,00
3	Toalla de mano, rollo industrial por 20x400mtrs	8	un	\$ 800,00	\$ 6.400,00
4	Envase pet de 1 litro con pico dosificador espray	2	un	\$ 200,00	\$ 400,00
Total:					\$ 131.400,00

*Nota:* Tabla de presupuesto para el plan integral de 1 semestre de duración. Fuente: Elaboración propia, 2022.

***Cronograma de Gantt***

El cronograma de ejecución del Plan Integral se muestra a continuación:

**Tabla 15***Cronograma de Plan Integral 2022*

Objetivos	Acciones	Semanas				Semanas				Semanas				Meses			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	4	5	6	
Garantizar condiciones de higiene y seguridad laboral a fin de optimizar la calidad de vida en el trabajo	Convocar al personal de la institución																
	Presentar el diagnóstico de riesgo en higiene y seguridad laboral de la Institución																
	Identificar como afecta a cada uno de los miembros de la institución																
	Identificar los riesgos asociados al problema y medidas preventivas																
	Confeccionar un cronograma de actividades a seguir para establecer los correctivos necesarios																
	Definir responsables, recursos y tiempo de ejecución.																
	Ejecución del plan para optimizar la calidad de vida laboral																
	Control y seguimiento																
Diseñar el plan de capacitación	Convocar a los profesores y alumnos (al menos un 80%)																

integral a docentes y alumnos	Desarrollar la etapa básica del plan de capacitación																
	Introducción a los conocimientos básicos de higiene y seguridad laboral																
	Control y seguimiento																
	Desarrollar la etapa de conocimientos intermedios que Corresponde a los temas identificados en las Check List y Matriz de riesgos																
	Control y Seguimiento																
Desarrollar un plan de trabajo para evaluar el tecnoestrés dentro de la comunidad docente de la escuela José María Paz y sentar bases para un futuro plan de mitigación del impacto de este fenómeno	Convocar a los profesores (al menos un 80%)																
	Desarrollar la etapa avanzada del plan de capacitación acerca de riesgos ergonómicos y tecnoestrés																
	Realizar control y seguimiento																
Desarrollar un esquema de trabajo en grupo donde los alumnos apoyaran al personal docente con el uso de las redes sociales	Convocar a los profesores (al menos al 80%)																
	Desarrollar capacitación en etapa avanzada acerca de los conocimientos en el uso de redes sociales.																
	Control y Seguimiento																
<b>Realizar encuesta de satisfacción</b>																	

*Nota:* Cronograma en meses y semanas del plan integral. Fuente: Elaboración propia, 2022.

### **Indicadores**

El seguimiento consiste en hacer un monitoreo de logros que se realizará al final de cada etapa a través de la evaluación y la interacción en las redes sociales, para ver en qué medida la capacitación se ha convertido en aplicación, en herramienta, en política, en cultura. El monitoreo articula los logros grupales, aunque en ocasiones existe responsabilidad

individualizada sobre un aspecto que compete a la adquisición del conocimiento. En la Tabla 16 se muestra el seguimiento de aprendizaje. Este será evaluado a través del cuestionario múltiple choice en el cual cada participante tendrá que responder un total de 7 preguntas de distintos puntajes, si obtiene un puntaje de 70-100 será Logrado, 50-60 será medianamente logrado y 0-40 No logrado. Al final del curso se medirá el resultado final y recomendará recurrir la capacitación, si el participante no consigue como mínimo, el medianamente logrado.

**Tabla 16.**

Matriz de Seguimiento				
Nombre del grupo cant. De integrantes				
Nivel de capacitación				
Lugar de realización				
Fecha de realización				
Turno				
Nombre y apellido	Módulo I	Módulo II	Módulo III	Recomendaciones
Indicador: Al finalizar el proceso de capacitación el participante dispone de herramientas conceptuales y metodológicas para su desarrollo laboral.				
<b>La propuesta es:</b> * <b>Logrado</b> * <b>Medianamente Logrado</b> * <b>No logrado</b>				

*Nota:* Tabla de seguimiento de conocimiento. Fuente: Elaboración propia, 2022.

Al final de cada etapa se realizará un control de dictado de curso, Anexo VII, para relevar que se cumple con el cronograma y programa de capacitación, de ser necesario realizar los ajustes correspondientes.

Al término del cursado se llevará a cabo un cuestionario de satisfacción por parte de los participantes, Anexo VI, con el objetivo de realizar correcciones en el programa de

capacitaciones para futuros dictados de la misma y tener una valoración del trabajo del instructor frente a la clase.

## **Conclusión**

Como se ha desarrollado anteriormente el establecimiento I.P.E.M. 193 José María Paz tiene evidentes problemas con respecto a su estructura edilicia, los cuales fueron detallados oportunamente y a su vez se estableció una valoración de riesgo que da cuenta del nivel de severidad que presentan los mismos, por lo tanto tienen que ser resueltos por igual también se hizo una evaluación del estrés tecnológico al que están sometidos los docentes de la institución, por el cambio de la modalidad de trabajo y la inclusión de las nuevas tecnologías, lo que revela un impacto negativo en cuestiones de salud o afección psicosocial y ergonómico.

A su vez se han afianzado las problemáticas resaltadas arriba a través del marco teórico dando cuenta de la importancia que resulta gestionar el tecnoestrés y sus ventajas.

Se presentaron las estadísticas mostrando los valores en cuanto a la siniestralidad de los establecimientos educativos y lo referente al tecnoestrés, la inclusión de las nuevas tecnologías y la sobre adaptación que debieron realizar los docentes a causa de la pandemia de COVID 19. En dichas estadísticas se resalta el alto índice de enfermedades osteomusculares, que son todas aquellas alteraciones en los músculos, huesos, articulaciones y tendones. Se puede entender la relación de estas enfermedades y su estrecha relación con el tecnoestrés, derivado de las extensas jornadas laborales a lo que se expone al docente para la preparación, realización y evaluación de sus clases virtuales y semipresenciales. Por consecuencia generan un alto motivo de baja laboral.

Por ende es que se propuso la instauración de un plan de capacitación integral en cuanto a la higiene y seguridad y un plan de trabajo para evaluar el tecnoestrés dentro de la comunidad docente de la escuela José María Paz y asentar bases para un futuro plan de mitigación del impacto de este fenómeno.

*Recomendaciones:*

Además de las pautas impartidas previamente se recomienda:

- Cumplir efectivamente con el control, monitoreo y seguimiento planteadas para optimizar la calidad de vida laboral de los miembros de la Institución Educativa.
- En atención a los resultados que se obtengan de la encuesta de satisfacción, diseñar una propuesta que permita cumplir con los planteamientos que ahí expresen los participantes del plan integral desarrollado.

## Referencias

Creus, A. y Mangosio, J. (2011). *Seguridad e Higiene en el Trabajo, un enfoque Integral*.

Buenos Aires Argentina: Alfaomega.

Decreto Reglamentario N° 351/79 de la Ley N° 19.587. Boletín Oficial de la República

Argentina. Recuperado de:

<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/30000-4999/32030/textact.htm>

El diario (2020) Ordenan a Provincia a indemnizar a una maestra por incapacidad laboral.

Recuperado de:

<https://www.eldiariocba.com.ar/locales/2020/6/30/ordenan-provincia-indemnizar-una-maestra-por-incapacidad-laboral-23696.html>

Fernández, M., Ruíz, T., Ruíz, M., Ruíz, J. (2012). *Seguridad e Higiene Industrial*. Buenos

Aires Argentina: Alfaomega.

Gobierno de la provincia de Buenos Aires. (s.f) La ideología y la salud del trabajador

docente. Recuperado de:

[https://www.trabajo.gba.gov.ar/informacion/masse/Bibliografia%202013/Serie%20I%20-%20-%20TOMO%201/311-356%20\(Cap%205\)%20-%20Serie%20I%20-%20TOMO%201.pdf](https://www.trabajo.gba.gov.ar/informacion/masse/Bibliografia%202013/Serie%20I%20-%20-%20TOMO%201/311-356%20(Cap%205)%20-%20Serie%20I%20-%20TOMO%201.pdf)

González, S. B. (2019). *Tecnoestrés docente el lado opuesto de la utilización de las nuevas tecnologías por los Docentes*. Colombia de Paraguay: Rev. cient. estud. investig.

- Instituto Nacional de seguridad e higiene en el trabajo. (2011). NTP 330: Sistema simplificado de evaluación de riesgos de accidente. Recuperado de:  
[https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp\\_330.pdf/e0ba3d17-b43d-4521-905d-863fc7cb800b](https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp_330.pdf/e0ba3d17-b43d-4521-905d-863fc7cb800b)
- Instituto Nacional de seguridad e higiene en el trabajo. (2011). NTP 730: Tecnoestrés: Concepto, medida e intervención psicosocial. Recuperado de:  
[https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp\\_730.pdf/55c1d085-13e9-4a24-9fae-349d98deeb8a](https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_730.pdf/55c1d085-13e9-4a24-9fae-349d98deeb8a)
- Ley Nacional de Higiene y Seguridad en el trabajo N° 19.587. (1972). Boletín Oficial de la República Argentina. Recuperado de:  
<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/15000-9999/17612/norma.htm>
- Martínez, D., Collazo, M., Liss, M. y Altube, V. (2008). *Manual de Seguridad y riesgos en la escuela. Hacia una cultura de prevención*. Buenos Aires: Grafica Alsina 999 S.R.L.
- Prevensystem. (2015). Riesgos laborales sector docente. Gijon. Recuperado de:  
<https://www.prevensystem.com/internacional/263/noticia-riesgos-laborales-en-el-sector-docente.html>
- Stellman, J., McCann, M., Warshaw, L., Brabant, C. (2013). *Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo*. Madrid: España.

Superintendencia de Riesgos Laborales. (2021). *Informe Provisorio de Accidentabilidad*

*laboral*. Buenos Aires Argentina: SRT. Recuperado de:

[https://www.srt.gob.ar/estadisticas/acc\\_informe\\_provisorio\\_sector.php](https://www.srt.gob.ar/estadisticas/acc_informe_provisorio_sector.php)

Uniciencia (2020) Docentes en Córdoba: sobrecargados de trabajo y con necesidad de capacitación en el nuevo contexto educativo. Recuperado de:

<https://unciencia.unc.edu.ar/educacion/docentes-en-cordoba-sobrecargados-de-trabajo-y-con-necesidad-de-capacitacion-en-el-nuevo-contexto-educativo/>

Virtual Educa, Innovación, Desarrollo, Inclusión (2020). *¿Está afectando la pandemia a la motivación de los profesores?*. Recuperado de:

<https://virtualeduca.org/mediacenter/esta-afectando-la-pandemia-a-la-motivacion-de-los-profesores/>

## **Anexos**

Anexo I – Check List

Relevamiento de condición Escuela I.P.E.M. N°193 José María Paz		FECHA: 01/09/21			
Dirección: Velascofield 647 Saldón.		HORA: 10:00hs			
Representante: Director					
Objetivo de la visita: controlar instalaciones.					
Núm.	Aspecto a identificar	Cumple	No Cumple	No Aplica	Observaciones
<b>1. SERVICIO DE HIGIENE Y SEGURIDAD</b>					
1.1	¿ Dispone del Servicio de Higiene y Seguridad?		X		
1.2	¿ Posee documentación actualizada sobre análisis de riesgos y medidas preventivas?		✓		
<b>2. PROVISIÓN DE AGUA</b>					
2.1	¿ Existe provisión de agua potable para el consumo e higiene de los trabajadores?	X			
2.2	¿ Se registran los análisis bacteriológico y físico químico del agua de consumo humano con la frecuencia requerida?		X		
<b>3. DESAGÜES INDUSTRIALES</b>					
3.1	¿ Se recogen y canalizan por conductos, impidiendo su libre escurrimiento?	X			
3.2	¿ Se ha evitado el contacto de líquidos que puedan reaccionar originando desprendimiento de gases tóxicos ó contaminantes?	X			
3.3	¿ Son evacuados los efluentes a plantas de tratamiento?			X	
3.4	¿ Se limpia periódicamente la planta de tratamiento, con las precauciones necesarias de protección para el personal que efectúe estas tareas?			X	
<b>4. CAPACTACIÓN</b>					
4.1	¿ Se capacita a los trabajadores acerca de los riesgos específicos a los que se encuentren expuestos en su puesto de trabajo?		X		
4.2	¿ Existen programas de capacitación con planificación en forma anual?		X		
4.3	¿ Se entrega por escrito al personal las medidas preventivas tendientes a evitar las enfermedades profesionales y accidentes de trabajo?		X		
<b>5. PRIMEROS AUXILIOS</b>					
5.1	¿ Existen botiquines de primeros auxilios acorde a los riesgos existentes?		X		
<b>6. ESCALERAS</b>					
6.1	¿ Todas las escaleras cumplen con las condiciones de seguridad?			X	
6.2	¿ Todas las plataformas de trabajo y rampas cumplen con las condiciones de seguridad?			X	
<b>7. PASILLOS</b>					
7.1	¿ Existe marcación visible de pasillos, circulaciones de tránsito y lugares de cruce donde circulen cargas suspendidas y otros elementos de transporte?		X		
7.2	¿ Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
<b>8. PROTECCION CONTRA INCENDIOS</b>					
8.1	¿ Existen medios o vías de escape adecuadas en caso de incendio?	X			No señalización
8.2	¿ Cuentan con estudio de carga de fuego?		X		
8.3	¿ La cantidad de matafuegos es acorde a la carga de fuego?			X	8 Matafuegos.
8.4	¿ Se registra el control de recargas y/o reparación ?	X			
8.5	¿ Se registra el control de prueba hidráulica de carros y/o matafuegos?	X			
8.6	¿ Existen sistemas de detección de incendios?		X		
8.7	¿ Cuentan con habilitación los matafuegos y demás instalaciones para extinción?		X		
8.8	¿ Se acredita la realización periódica de simulacros de evacuación ?		X		
8.9	¿ Se disponen de estanterías o elementos equivalentes de material no combustible o metálico?			X	
<b>9. EQUIPOS Y ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL</b>					

9.1	¿Se provee a todos los trabajadores, de los elementos de protección personal adecuado, acorde a los riesgos a los que se hallan expuestos?		X		
9.2	¿Se realizó un estudio por puesto de trabajo o sector donde se detallen los E.P.P. necesarios?		X		
<b>10. Dirección.</b>					
<b>10.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
10.1.1	¿Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?		X		Acomodación de pelotas
<b>10.2 ERGONOMÍA</b>					
10.2.1	¿Se realizan controles de ingeniería?		X		
10.2.2	¿Se realizan controles administrativos y seguimientos?		X		
<b>10.3 RIESGO ELÉCTRICO</b>					
10.3.1	¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?	X			
10.3.2	¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?	X			
10.3.3	¿Las instalaciones cumplen con la legislación?	X			
10.3.4	¿Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
10.3.5	¿Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	
10.3.6	Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?			X	
10.3.7	¿Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
10.3.8	¿Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas (pararrayos)?			X	
10.3.9	¿Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
10.3.10	¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>10.4 ILUMINACION Y COLOR</b>					
10.4.1	¿Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?	X			
10.4.2	¿Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?		X		
10.4.3	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
10.4.4	¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
10.4.5	¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
10.4.6	¿Se encuentran identificadas las cañerías?		X		
<b>10.5 CONDICIONES HIGROTÉRMICAS</b>					
10.5.1	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	Coeficiente de aislamiento
10.5.2	¿El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?	X			
10.5.3	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?			X	
10.5.4	¿El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?			X	
<b>10.6 RUIDOS</b>					
10.6.1	¿Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
10.6.2	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
<b>11. Secretaría</b>					
<b>11.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
11.1.1	¿Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?	X			
<b>11.2 ERGONOMÍA</b>					
11.2.1	¿Se realizan controles de ingeniería?		X		
11.2.2	¿Se realizan controles administrativos y seguimientos?		X		
<b>11.3 RIESGO ELÉCTRICO</b>					
11.3.1	¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?		X		

11.3.2	¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?		X		
11.3.3	¿Las instalaciones cumplen con la legislación?		X		
11.3.4	¿Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
11.3.5	¿Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	
11.3.6	¿Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?			X	
11.3.7	¿Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
11.3.8	¿Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas (pararrayos)?			X	
11.3.9	¿Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
11.3.10	¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>11.4 ILUMINACIÓN Y COLOR</b>					
11.4.1	¿Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?		X		
11.4.2	¿Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?		X		
11.4.3	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
11.4.4	¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
11.4.5	¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
11.4.6	¿Se encuentran identificadas las cañerías?			X	
<b>11.5 CONDICIONES HIGROTÉRMICAS</b>					
11.5.1	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X		X	Cabe a boral ubicado
11.5.2	¿El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?	X		X	
11.5.3	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?			X	
11.5.4	¿El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?			X	
<b>11.6 RUIDOS</b>					
11.6.1	¿Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
11.6.2	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
<b>12. Archivo</b>					
<b>12.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
12.1.1	¿Los sistemas de almacenaje permiten una adecuada circulación y son seguros?		X		
12.1.2	¿En los almacenajes a granel, las estibas cuentan con elementos de contención?		X		
12.1.3	¿Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?		X		
<b>12.2 ERGONOMÍA</b>					
12.2.1	¿Se realizan controles de ingeniería?			X	
12.2.2	¿Se realizan controles administrativos y seguimientos?			X	
<b>12.3 RIESGO ELÉCTRICO</b>					
12.3.1	¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?			X	
12.3.2	¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?			X	
12.3.3	¿Las instalaciones cumplen con la legislación?			X	
12.3.4	¿Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
12.3.5	¿Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	

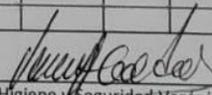
12.3.6	Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?			X	
12.3.7	¿ Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
12.3.8	¿ Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas( pararrayos)?			X	
12.3.9	¿ Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
12.3.10	¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>12.4 ILUMINACION Y COLOR</b>					
12.4.1	¿ Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?	X			
12.4.2	¿ Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?			X	
12.4.3	¿ Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
12.4.4	¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
12.4.5	¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
12.4.6	¿ Se encuentran identificadas las cañerías?			X	
<b>12. 5 CONDICIONES HIGROTÉRMICAS</b>					
12.5.1	¿ Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
12.5.2	¿El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?			X	
12.5.3	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?			X	
12.5.4	¿El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?			X	
<b>12. 6 RUIDOS</b>					
12.6.1	¿ Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
12.6.2	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
<b>13. Recepcion.</b>					
<b>13.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
13.1.1	¿Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?	X			
<b>13.2 ERGONOMÍA</b>					
13.2.1	¿Se realizan controles de ingeniería?			X	
13.2.2	¿Se realizan controles administrativos y seguimientos?			X	
<b>13.3 RIESGO ELÉCTRICO</b>					
13.3.1	¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?	X			
13.3.2	¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?	X			
13.3.3	¿ Las instalaciones cumplen con la legislación?	X			
13.3.4	¿ Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
13.3.5	¿ Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	
13.3.6	Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?	X			
13.3.7	¿ Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
13.3.8	¿ Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas( pararrayos)?			X	
13.3.9	¿ Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
13.3.10	¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>13.4 ILUMINACION Y COLOR</b>					

13.4.1	¿ Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?	X			
13.4.2	¿ Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?		X		
13.4.3	¿ Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
13.4.4	¿ Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
13.4.5	¿ Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?	X			
13.4.6	¿ Se encuentran identificadas las cañerías?			X	
<b>13.5 CONDICIONES HIGROTÉRMICAS</b>					
13.5.1	¿ Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
13.5.2	¿ El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?			X	
13.5.3	¿ Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?			X	
13.5.4	¿ El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?			X	
<b>13.6 RUIDOS</b>					
13.6.1	¿ Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
13.6.2	¿ Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
<b>14. Biblioteca</b>					
<b>14.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
14.1.1	¿ Se almacenan los productos respetando la distancia mínima de 1 m entre la parte superior de las estibas y el techo?		X		
14.1.2	¿ Los sistemas de almacenaje permiten una adecuada circulación y son seguros?		X		
14.1.3	¿ En los almacenajes a granel, las estibas cuentan con elementos de contención?		X		
14.1.4	¿ Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?		X		
<b>14.2 ERGONOMÍA</b>					
14.2.1	¿ Se realizan controles de ingeniería?		X		
14.2.2	¿ Se realizan controles administrativos y seguimientos?		X		
<b>14.3 RIESGO ELÉCTRICO</b>					
14.3.1	¿ Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?	X			
14.3.2	¿ Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?	X			
14.3.3	¿ Las instalaciones cumplen con la legislación?		X		
14.3.4	¿ Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
14.3.5	¿ Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	
14.3.6	Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?			X	
14.3.7	¿ Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
14.3.8	¿ Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas (pararrayos)?			X	
14.3.9	¿ Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
14.3.10	¿ Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>14.4 ILUMINACIÓN Y COLOR</b>					
14.4.1	¿ Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?	X			
14.4.2	¿ Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?		X		
14.4.3	¿ Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	

14.4.4	¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
14.4.5	¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
14.4.6	¿Se encuentran identificadas las cañerías?	X			
<b>14.5 CONDICIONES HIGROTÉRMICAS</b>					
14.5.1	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
14.5.2	¿El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?	X			
14.5.3	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?			X	
14.5.4	¿El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?			X	
<b>14.6 RUIDOS</b>					
14.6.1	¿Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
14.6.2	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
<b>15 Aulas.</b>					
<b>15.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
15.1.1	¿Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?		X		
<b>15.2 ERGONOMIA</b>					
15.2.1	¿Se realizan controles de ingeniería?		X		
15.2.2	¿Se realizan controles administrativos y seguimientos?		X		
<b>15.3 RIESGO ELÉCTRICO</b>					
15.3.1	¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?	X			
15.3.2	¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?			X	
15.3.3	¿Las instalaciones cumplen con la legislación?			X	
15.3.4	¿Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
15.3.5	¿Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	
15.3.6	Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?			X	
15.3.7	¿Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
15.3.8	¿Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas( pararrayos)?			X	
15.3.9	¿Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
15.3.10	¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>15.4 ILUMINACIÓN Y COLOR</b>					
15.4.1	¿Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?		X		
15.4.2	¿Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?		X		
15.4.3	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
15.4.4	¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
15.4.5	¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
15.4.6	¿Se encuentran identificadas las cañerías?			X	
<b>15.5 CONDICIONES HIGROTÉRMICAS</b>					
15.5.1	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
15.5.2	¿El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?	X			Pantallas de gases.
15.5.3	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?			X	

15.5.4	¿El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?			X	
<b>15.6 RUIDOS</b>					
15.6.1	¿Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
15.6.2	¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
<b>16. Baños</b>					
<b>16.1 ESPACIO DE TRABAJO</b>					
16.1.1	¿Existen baños aptos higiénicamente?	X			
16.1.2	¿Existen vestuarios aptos higiénicamente y poseen armarios adecuados e individuales?			X	
16.1.3	¿Existe orden y limpieza en el puestos de trabajo?		X		
16.1.4	¿Posee pérdidas de agua (en sanitarios, mochilas, canillas, caños)	X	X		
16.1.5	¿Mantenimiento de rilla de piso de baño? (Condicion correcta, tapa, limpieza)		X		
<b>16.2 RIESGO ELECTRICO</b>					
16.2.1	¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?	X			
16.2.2	¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?		X		
16.2.3	¿Las instalaciones cumplen con la legislación?	X			(falta tapas)
16.2.4	¿Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado?			X	
16.2.5	¿Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?			X	
16.2.6	Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?			X	
16.2.7	¿Se han adoptado medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?			X	
16.2.8	¿Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas( pararrayos)?			X	
16.2.9	¿Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?			X	
16.2.10	¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante las mediciones?			X	
<b>16.3 ILUMINACION Y COLOR</b>					
16.3.1	¿Se cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?		X		
16.3.2	¿Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?		X		
16.3.3	¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?			X	
16.3.4	¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?			X	
16.3.5	¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?		X		
16.3.6	¿Se encuentran identificadas las cañerías?		X		
<b>Observaciones Generales:</b>					
X Puertas al patio con candado y obstáculo.					
X Puerta de entrada de niveles no señalizados					
X Material guardados en el Archivo.					
X Sala multi uso estibado de cajas.					
X Falta cañillas en los baños.					
X Mobiliario en Mal estado en Aula.					

Firma y Sello del Responsable de los Datos Declarados

  
 Tec. Higiene y Seguridad Verónica Analia Godoy  
 30766786

Anexo II- Cuestionario de Tecnoestrés

**Cuestionario de Tecnoestrés  
(Tecnoansiedad y tecnofatiga)**

Datos personales	
<b>Nombre:</b>	
<b>Edad:</b>	
<b>Institución</b>	
<b>Horas catedra:</b>	

- ¿Cómo se siente cuando utiliza Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en su trabajo? Utilice la siguiente escala de respuesta.
- Coloque X en el que corresponda:

NADA	CASINADA	RARAMENTE	ALGUNAS VECES	BASTANTE	CON FRECUENCIA	SIEMPRE
0	1	2	3	4	5	6
Nunca	Un par de veces al año	Una vez al mes	Un par de veces al mes	Una vez a la semana	Un par de veces a la semana	Todos los días

1.	Con el paso del tiempo, las tecnologías me interesan cada vez menos	0	1	2	3	4	5	6
2.	Cada vez me siento menos implicado en el uso de las TIC	0	1	2	3	4	5	6
3.	Soy más cínico respecto de la contribución de las tecnologías en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
4.	Dudo del significado del trabajo con estas tecnologías	0	1	2	3	4	5	6
5.	Me resulta difícil relajarme después de un día de trabajo utilizándolas	0	1	2	3	4	5	6
6.	Cuando termino de trabajar con TIC, me siento agotado/a	0	1	2	3	4	5	6
7.	Estoy tan cansado/a cuando acabo trabajar con ellas que no puedo hacer nada más	0	1	2	3	4	5	6
8.	Es difícil concentrarme después de trabajar con tecnologías	0	1	2	3	4	5	6
9.	Me siento tenso y ansioso al trabajar con tecnologías	0	1	2	3	4	5	6
10.	Me asusta pensar que puedo destruir una gran cantidad de información por el uso inadecuado de las mismas	0	1	2	3	4	5	6
11.	Dudo a la hora de utilizar tecnologías por miedo a cometer errores	0	1	2	3	4	5	6
12.	El trabajar con ellas me hace sentir incómodo, irritable e impaciente	0	1	2	3	4	5	6
13.	En mi opinión, soy ineficaz utilizando tecnologías	0	1	2	3	4	5	6
14.	Es difícil trabajar con tecnologías de la información y de la comunicación	0	1	2	3	4	5	6
15.	La gente dice que soy ineficaz utilizando tecnologías	0	1	2	3	4	5	6
16.	Estoy inseguro de acabar bien mis tareas cuando utilizo las TIC	0	1	2	3	4	5	6

Escepticismo	(Sumatorio ítems 1 a 4) / 4 =	_____
Fatiga	(Sumatorio ítems 5 a 8) / 4 =	_____
Ansiedad	(Sumatorio ítems 9 a 12) / 4 =	_____
Ineficacia	(Sumatorio ítems 13 a 16) / 4 =	_____

*AnexoIII– Evaluación Múltiple choice etapa básica*

<b>Capacitación Basica</b>
<b>Nombre y Apellido:</b>
<b>Correo electronico:</b>
<b>Curso:</b>
<b>Fecha:</b>
1. ¿El daño es la consecuencia producida por un? (10p)
A Lesion B Daño C Peligro D Riesgo
2. ¿Qué es el fuego? (10p)
A Es una reacción química de oxidación B Fuego fuera de control C Una reacción que necesita de varios elementos D Es una reacción química que necesita solo combustible
3. ¿La Superintendencia de riesgo de trabajo (SRT) son empresas privadas contratadas por los empleadores para asesorarlos en las medidas de prevención y para reparar los daños en casos de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales? (10p)
A VERDADERO B FALSA
4. ¿Cuál es el numero de la Ley de Higiene y seguridad? (10p)
A 351/79 B 19.587/72 C 617/97 D 249/07
5. Un ATS consiste en estudiar, documentar minuciosamente y analizar paso a paso la actividad de un trabajo que se pretende realizar, esto es con el propósito de identificar los riesgos, peligros existentes o potenciales y desarrollar acciones que nos permitan controlar, reducir y de ser posible eliminar el riesgo, definiendo los responsables de efectuar las medidas de control señaladas. (20p)
A VERDADERO B FALSA
6. Existen diferentes tipos de fuegos. ¿Si tengo un matafuegos Clase B para que tipo de fuego me sirve? (20p)
A Combustibles sólidos (madera, cartón, papeles, telas) B Combustibles líquidos (ceras, parafinas, grasas, alcohol, gasolina) C Combustibles gaseosos (acetileno, metano, propano, butano, gas natural) D Materiales con un comportamiento especial como pueden ser los metales (sodio, potasio, magnesio, aluminio)
7. Son normas de seguridad en el trabajo, instrucciones o pautas correctas para desarrollar una determinada tarea de forma segura, de manera que se convierta en un instrumento de ayuda a promover salud y también de cómo prevenir accidentes de índole laboral. (20p)
A Medicina Laboral B Seguridad en el ambito laboral C Higiene en el ambito laboral D Procedimiento de trabajo seguro
<b>Referencia:</b> Logrado:70-100p - Medianamente Logrado: 50-70p - No Logrado: 0 - 40p

Anexo IV – Evaluación Múltiple choice etapa Intermedia

<b>Capacitación Intermedia</b>	
<b>Nombre y Apellido:</b>	
<b>Correo electrónico:</b>	
<b>Curso:</b>	
<b>Fecha:</b>	
<b>1. Riesgo de la electricidad (10p)</b>	
<b>A</b>	Trata sobre la presencia de fuego incontrolado, resistente a los intentos de neutralización con los medios de extinción utilizados
<b>B</b>	Conjunto de factores físicos que pueden dar lugar a una lesión por la acción mecánica de elementos de máquinas
<b>C</b>	Choque eléctrico por contacto con elementos en tensión (contacto eléctrico directo) o con las masas puestas accidentalmente en tensión (contacto eléctrico indirecto).
<b>D</b>	Exposición no controlada a agentes químicos.
<b>2. Riesgos Físicos 2 respuestas correctas (10p)</b>	
<b>A</b>	Químico
<b>B</b>	Ruido
<b>C</b>	Biológico
<b>D</b>	Sonido
<b>3. Estrés por frío: proteger a los trabajadores de la exposición al frío con el objeto de que la temperatura interna no descienda por debajo de los -36 ° C, pudiendo llegar a generar hipotermia, que constituye una amenaza para la vida. (20p)</b>	
<b>A</b>	VERDADERO
<b>B</b>	FALSA
<b>4. Complete la frase: Es el término con el que se define al conjunto de agentes externos,(humedad, temperatura ambiente, etc.), que influyen sobre la sensación.....experimentada por las personas expuestas. (20p)</b>	
<b>A</b>	Iluminación
<b>B</b>	Térmico
<b>C</b>	Temperatura
<b>D</b>	Vibración
<b>5.El riesgo químico potencial es aquel producido ante la posibilidad de contagio de enfermedades zoonóticas, por salpicaduras, inhalación o contacto directo con secreciones de los animales. (20p)</b>	
<b>A</b>	VERDADERO
<b>B</b>	FALSA
<b>6.Es una herramienta de análisis para empresas, instituciones, proyectos y personas, que evalúa fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas (10p)</b>	
<b>A</b>	Check List
<b>B</b>	Diagrama de Ishikawa
<b>C</b>	FODA
<b>D</b>	Evaluación de riesgo
<b>7. Es un proceso mediante el cual descubrimos el origen de los problemas de una situación determinada para acceder a esquemas de soluciones adecuadas a las exigencias.(10p)</b>	
<b>A</b>	Lista de verificación
<b>B</b>	Encuesta y entrevista
<b>C</b>	Análisis de causa de raíz
<b>D</b>	Entrevista
<b>Referencia:</b> Logrado:70-100p - Medianamente Logrado: 50-70p - No Logrado: 0 - 40p	

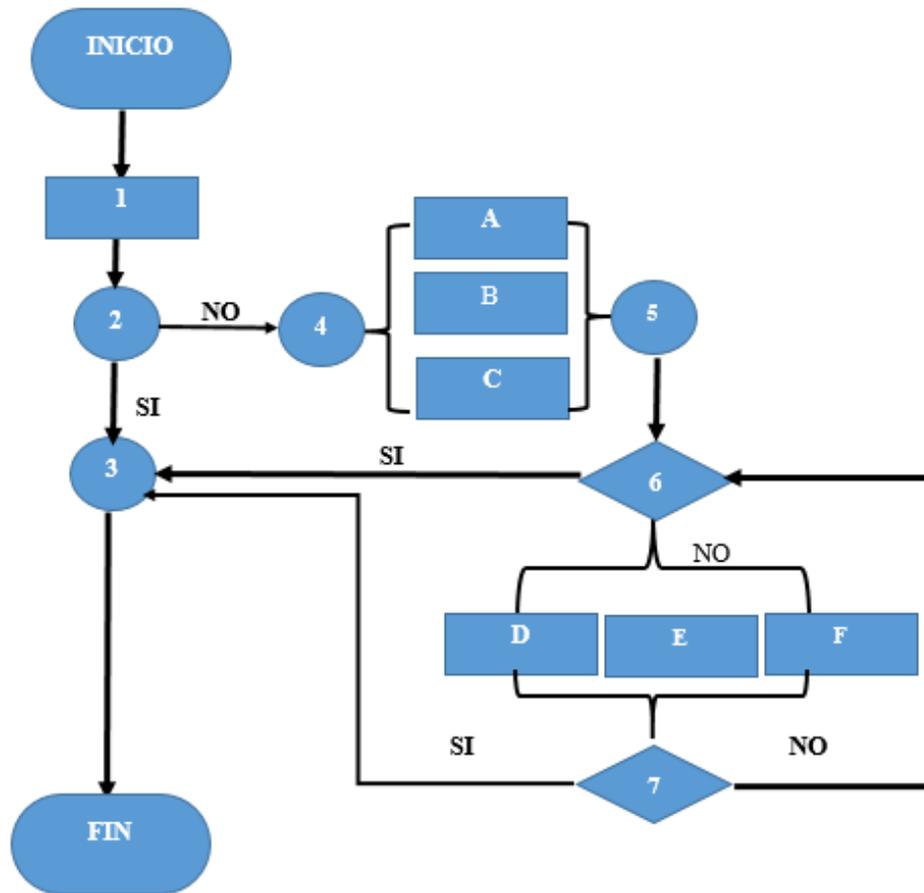
*Anexo V – Evaluación Múltiple choice etapa avanzada*

<b>Capacitación Avanzada</b>
<b>Nombre y Apellido:</b>
<b>Correo electrónico:</b>
<b>Curso:</b>
<b>Fecha:</b>
1. Se trata de cómo adecuar la relación del ser humano con su entorno. (10p)
A Riesgo Psicosociales B Riesgo físico C Riesgo Ergonomico D Riesgo Biologico
2. ¿Qué es el Tecnoestres? (10p)
A Incapacidad para gestionar de manera saludable las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC) B Un incorrecto uso de los Software C Utilizar durante un largo periodo de tiempo la computadora D Usar por un largo periodo de tiempo el celular
3. En el tecnoestrés las persona siente altos niveles de tensión y malestar por el uso presente, o futuro, de algún tipo de TIC. Esta ansiedad lleva a tener actitudes escépticas respecto al uso de las nuevas tecnologías, y pensamientos negativos sobre la propia capacidad y competencia con las TICs. ? (20p)
A VERDADERO B FALSA
4. ¿Síntomas del Tecnoestres? (10p)
A Gastritis y úlceras B Todas Correctas C Problemas de memoria y concentracion D Ansiedad, irritabilidad y frustacion
5. Capacitación general para aprender a utilizar las nuevas tecnologías, así como a saber cómo actualizar periódicamente sus conocimientos sin que aparezca la tecnoansiedad o Tecnoestres es una herramienta contra este trastorno. (20p)
A VERDADERO B FALSA
6. ¿Cuáles son las principales causas de incendio? (20p)
A Instalaciones Electricas B Instalaciones de gas C Calefaccion D Todas Correctas
7. Solo en las aulas deben matener orden y limpieza. (10p)
A VERDADERO, por que solo hay se trabaja. B FALSA, el orden y la limpieza se debe mantener en todo el establecimiento.
<b>Referencia:</b> Logrado:70-100p - Medianamente Logrado: 50-70p - No Logrado: 0 - 40p

Anexo VI – Encuesta de Satisfacción

Encuesta de Satisfacción						
<b>Correo electrónico:</b>						
<b>Fecha</b>						
Es muy importante conocer el concepto que tiene acerca de la capacitación que está recibiendo, por esta razón queremos solicitarle que responda la presente encuesta. Gracias por ayudarnos a mejorar. Por favor sea lo más objetivo posible en sus respuestas.						
Para cada concepto, marque con una cruz la casilla correspondiente al nivel que le otorga: <b>EXC:</b> Excelente, <b>MB:</b> Muy bueno, <b>BU:</b> Bueno, <b>RE:</b> Regular o <b>MA:</b> Malo						
<b>Encuesta sobre:</b> Desarrollo de la capacitación integral de higiene y seguridad laboral en el ámbito escolar Marzo-Mayo 2022						
Aspecto a Evaluar		EXC	MB	BU	RE	MA
<b>Metodología:</b>						
1	¿Los objetivos de la capacitación fueron claros?					
2	¿Los contenidos de la capacitación son suficientes para alcanzar los objetivos propuestos?					
3	¿La capacitación es relevante y útil?					
<b>Contenido</b>						
4	¿Los contenidos que recibe son acertados y suficientes?					
5	¿Los recursos audiovisuales son suficientes?					
6	¿El desarrollo de la clase fue didáctico?					
<b>Instructor</b>						
7	¿Inicia puntualmente la clase?					
8	¿Domina los temas tratados?					
9	¿Aclara las dudas de los participantes?					
10	¿Se estimula la participación del grupo?					
11	¿Manejo adecuadamente el tiempo de la clase?					
12	Califique generalmente a su Instructor					
<b>Organización:</b>						
13	¿La organización de la capacitación es apropiada?					
<b>Sugerencias:</b>						
_____						
_____						
_____						

ANEXOS VII - Digrama de Flujo



1. Prepara Programa
2. Dictado de Programa  
Pregunta SI – NO
3. Si. Continua
4. NO. Posibles Causas
  - A. Falta más del 80% del alumnado.
  - B. No se completó el total de las clases
  - C. La clase transcurrió muy lenta
5. ¿Se puede recuperar?
6. Si. Sigue  
No. Acciones correctivas
  - D. Enviar clase y material de apoyo a estudiantes
  - E. Controlar el tiempo del dictado de cada tema del programa
  - F. Responder preguntas a través de la plataforma WhatsApp
7. ¿Se resolvió?  
SI. Va al 3  
No. Va al 6 y se crean nuevas acciones correctivas.