



Begoña Bataller Pla
Mestra CPCI i delegada
de prevenció en el Centre de
Paràlisi Cerebral de Creu Roja

Experiencia de aplicación del método ERGOPAR en centro de parálisis cerebral infantil de Cruz Roja

NUESTRO CENTRO es un colegio específico concertado que atiende a cincuenta alumnos y alumnas de edades comprendidas entre 3 y 21 años, afectados de parálisis cerebral y patologías afines. Las características más comunes de nuestro alumnado son las alteraciones del movimiento y la postura, trastornos musculoesqueléticos y déficits sensoriales, haciéndoles completamente dependientes del adulto para cualquiera de las actividades de sus rutinas diarias. Un alto porcentaje de estos niños no tienen adquirida la marcha y se desplazan en silla de ruedas. La plantilla de trabajadores de atención directa con el alumnado está formada por 10 maestros, 9 educadores, 3 fisioterapeutas, 2 logopedas y una enfermera. La media de antigüedad del personal del centro ronda los 20 años.

El pasado mes de marzo del 2012 desde la Federación de Enseñanza de CCOO PV se pusieron en contacto con las delegadas de prevención, para informarnos sobre la existencia de una metodología de Ergonomía participativa para la prevención de trastornos musculoesqueléticos en los trabajadores. Este proyecto nos pareció muy interesante y decidimos tener un primer contacto con la técnica de ISTAS y la Secretaria de Salud Laboral de la Federación para que nos explicaran e informaran sobre el Método Ergopar, solo bastó ese primer contacto para querer colaborar. Transmitimos la información a todas las compañeras y compañeros del centro y su respuesta fue la misma que la nuestra, además de comprometerse a colaborar. Así pues, en el mes de mayo estábamos ya medidas en materia: se constituyó el grupo Ergo con la tutora del método, la técnica de ISTAS, las dos delegadas de prevención y la directora del centro y se planificaron 8 meses de trabajo.



Se eligió como ámbito de intervención a las 9 educadoras/es, que se involucraron al cien por cien en todo el procedimiento y gracias a esta implicación **se detectaron nuestros principales riesgos**:

- Posturas del cuerpo entero: de pie, en cuclillas, de rodillas...
- Posturas de cuello/cabeza y espalda/ tronco: inclinaciones, giros.
- Manipulaciones de cargas personales y de materiales: coger, dejar, mantener cargas, empujar, arrastrar...

De estos riesgos se derivan nuestras lesiones más frecuentes: contracturas musculares en zona cervical y lumbar, epicondilitis, dolores articulares, afecciones neurológicas por atrapamiento o compromiso de nervios...

Una vez analizadas causas y riesgos, teníamos que buscar soluciones y en ese punto nos encontramos con muchas dudas e incluso contradicciones. Nos era difícil expresar por qué realizamos las tareas de una manera, por qué en muchas ocasiones desconfiamos del uso de ayudas técnicas... **También detectamos un desconocimiento de materiales y accesorios que nos faciliten el trabajo, y que algunas de las medidas o soluciones que se podrían plantear no son compatibles** con nuestra visión educativa-pedagógica. Un ejemplo sería que llegamos a la conclusión de que trabajar en suelo (la mayoría de nuestro alumnado está en colchonetas), era una de las principales causas del aumento de riesgo ergonómico porque permanecemos mucho tiempo en posición de rodillas y con la espalda inclinada y aún así decidimos no eliminar las tareas que se realizan en el suelo, sino que buscamos soluciones con materiales y posturales correctos para que trabajar de esa manera no aumente el riesgo de lesiones. Esta fue una de las medidas que adoptamos pero hubo otras como la adquisición y adaptación de materiales: taburetes adecuados, agarres ergonómicos, materiales más ligeros... Pero la principal y la que consideramos imprescindible, **es la formación específica, tanto en Ergonomía como en medidas preventivas, así como la correcta definición de los procedimientos de trabajo.**

Una vez concluido el Proyecto, y con gran satisfacción por el trabajo realizado, solo nos queda poder implantar las medidas acordadas, al menos las más relevantes debido a la situación económica actual.