

Direcciones y teléfonos de UGT CCAA

ANDALUCÍA
c/ Antonio Salado, 10-12, Bº
41002 - Sevilla
Teléf. 95/491.51.01

EXTREMADURA
c/ Marquesa de Pinares, 36
06800 - Mérida (Badajoz)
Teléf. 924/30.33.03

ARAGÓN
c/ Costa, 1
50001 - Zaragoza
Teléf. 976/70.01.17/
61-62-63-64

GALICIA
c/ Miguel Ferro Caaveiro, 12 - 1º
15707 - Santiago de Compostela
(A Coruña)
Teléf. 981/57.36.34
Fax 981/57.50.33

ASTURIAS
Pza. General Ordóñez, 1 - 7º
33007 - Oviedo
Teléf. 98/523.52.75/19.58

LA RIOJA
c/ Milicias, 1 Bis
26003 - Logroño
Teléf. 941/24.00.22

BALEARES
c/ Arquitecto Bennasez, 69
07004 - Palma de Mallorca
Teléf. 971/76.00.72/75.45.50

MADRID
Avda. de América, 25 - 3º
28002 - Madrid
Teléf. 91/589.73.83/77-81

CANARIAS
c/ Méndez Núñez, 84- 3º
38001- Santa Cruz de Tenerife
Teléf. 922/ 53. 20. 45

MELILLA
Pza. Primero de Mayo, s/n
52003 - Melilla
Teléf. 95/267.26.02/85.23

CANTABRIA
c/ Rualasal, 8- 5º
39001 - Santander
Teléf. 942/22.77.43

MURCIA
c/Santa Teresa, 10 - 6º
30005 - Murcia
Teléf. 968/28.23.84-35

CASTILLA LA MANCHA
c/ Cuesta de Carlos V, 1 - 2º D
45001 - Toledo
Teléf. 925/26.88.36

NAVARRA
Avda. Zaragoza, 12 - 3º
31003 - Pamplona (Navarra)
Teléf. 948/29.11.80/29.12.92

CASTILLA Y LEÓN
c/ Gamazo, 13 - 4º
47004 - Valladolid
Teléf. 983/32.98.72-73

PAÍS VALENCIANO
c/ Arquitecto Mora, 7 - 5º
46010 - Valencia
Teléf. 96/388.40.69 (centralita)

CATALUÑA
Via Laietana, 18 - 7º
08003 - Barcelona
Teléf. 93/295.61.00-06

CEUTA
c/ Alcalde Fructuoso Miaja, 1 - 3º
51001 - Ceuta
Teléf. 956/51.57.16/51.03.47

EUSKADI
c/ Colón de Larreategui, 46 Bis
48011 - Bilbao (Vizcaya)
Teléf. 94/423.71.86/18.73

Infórmate

Conoce tus derechos en relación a la Salud y
Prevención de Riesgos Laborales.

Conoce a tu delegado/a de Prevención.

Infórmale de:

Las deficiencias en el Centro

Los problemas de Seguridad

Los riesgos para la Salud

“Esta publicación, se realiza en el marco del
Convenio de Colaboración suscrito con
el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo,
al amparo de la Resolución de Encomienda de Gestión de
7 de abril de 2008, de la Secretaría de Estado de la Seguridad
Social, para el desarrollo de actividades de prevención”



Tu salud es lo primero



LA VOZ



www.ugt.es



LA VOZ

Los problemas y enfermedades relacionados con la voz tienen una gran incidencia en el sector educativo.

La **Ley de Prevención de Riesgos Laborales** obliga, a **Empresarios** –para el caso de Centros Concertados y Privados- y a la **Administración Pública** respecto a los Centros Públicos, a:

- ✓ *Evitar* los riesgos derivados del trabajo, incluyendo los que relacionados con la voz.
- ✓ *Evaluar* los riesgos que no puedan ser evitados.
- ✓ *Informar* y formar a los trabajadores respecto a los riesgos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas a adoptar.

El **REAL DECRETO 1299/2006**, de 10 de noviembre, **aprueba el nuevo cuadro de enfermedades profesionales**, entre las que se encuentra los nódulos en las cuerdas vocales, dolencia que afecta de manera importante al colectivo docente.

Esta incorporación supone una mejora en las retribuciones de la Seguridad Social por incapacidad temporal o permanente, al concederse el 100% de la cotización de la base reguladora, en vez del 60-75% que correspondería en el caso de considerarse como enfermedad común.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

1. De carácter organizativo

El Empresario, en el caso de Centros Privados y Concertados, o **la Administración** respecto a los Centros Públicos, en respuesta a la evaluación inicial de riesgos (a la que por ley están obligados), deben tomar las medidas preventivas de carácter organizativo que sean necesarias para evitar riesgos para la voz.

Entre estas medidas podemos incluir:

- Mejorar la acústica de los espacios cerrados.
- Controlar y reducir el ruido ambiental.
- Proporcionar una relación alumno/aula adecuada.
- Utilización de aparatos de amplificación acústica en casos necesarios.
- Formación específica para el profesorado de sus riesgos y las medidas preventivas a tomar.
- Vigilancia específica de la salud.
- Tratamiento especializado de las dolencias.
- Tener en cuenta la opinión de los trabajadores.

2. De carácter personal:

- Tomar agua regularmente y a sorbos es bastante beneficioso. Una buena hidratación previene posibles dolencias y trastornos del aparato fonador.
- Evitar bebidas excesivamente frías.
- Introducir descansos de voz en la jornada laboral.
- Pautar normas de trabajo en el aula para así evitar la elevación de la intensidad vocal la cual puede causar disfonías y problemas vocales más graves.
- Evitar gritar en exceso en clase. Control de la conducta emocional en situaciones de tensión.
- No explicar mientras se escribe en la pizarra. Se fuerza la voz.
- Contener el carraspeo y la tos.
- Atender a los signos y síntomas de alarma. Es más fácil actuar en las primeras fases de aparición de un problema.

