

FORMACIÓN PROFESIONAL · IPE · GRADO BÁSICO · BLOQUE P1

Trabajo y salud

Una bandeja caliente, un paño húmedo y un «No ha pasado nada»:
Thiago tiene que decidir si debía contar lo que casi pasó.

PARA EMPEZAR

En este tema aprenderás a…

- Explicar qué relación hay entre el trabajo y la salud.
- Distinguir riesgo, factor de riesgo y daño.
- Reconocer un accidente de trabajo y una enfermedad profesional.
- Saber qué se hace si te haces daño en el instituto.
- Avisar siempre, también de lo que «casi pasa».

SITUACIÓN DE PARTIDA

«No ha pasado nada» ¿o casi?

Jueves 24 de septiembre de 2026, 10:20. **Thiago**, 15 años, 1.º de Cocina y Restauración en el IES Fuente Clara, saca una bandeja del horno con un **paño húmedo**. El calor lo atraviesa y la bandeja se le escurre. La sujeta en el último segundo. No se quema.

Erika lo ve. Thiago no se lo cuenta a **Marga**, su profesora: *«No ha pasado nada»*.

Viernes 25. Viene **Aarón**, un exalumno que trabaja de ayudante de cocina. Lleva el brazo vendado: se quemó en el restaurante.

❓ ¿Has visto un «casi accidente» en un taller, en casa o haciendo deporte? Si no, piensa en Thiago.

❓ ¿Qué significa para ti estar sano?

❓ ¿Crees que Thiago hizo bien al callarse?

MAPA DEL TEMA

Lo que vamos a ver

P1.1 Trabajo y salud: por qué prevenir

P1.2 Riesgo, factor de riesgo y daño

P1.3 Accidente de trabajo y enfermedad profesional

La salud tiene tres partes



Física

Tu cuerpo está sano y funciona bien.



Mental

Te sientes capaz y tranquilo.



Social

Te llevas bien con los demás y tienes tiempo para tu gente.

CLAVE

Dos horas de pie en el aula-taller cargan la espalda de Thiago: **salud física**. Si le agobian las prisas: **salud mental**.

Lo que rodea tu tarea



El lugar

El aula-taller, la cocina, el suelo.



Las máquinas

El horno, la freidora, la cortadora.



Los productos

Un desengrasante, un tinte.



El ruido

Un compresor, una campana.



El horario

Cuándo y cuántas horas trabajas.



El ritmo

Las prisas, los pedidos a la vez.

CLAVE

Si cambian las condiciones de trabajo, **cambia el riesgo**.

Cultura preventiva o suerte



Cultura preventiva

Antes de encender la freidora, Erika comprueba que el cable está lejos del agua. Lo hace **siempre**.

VS



Falta de cultura preventiva

«El extintor está detrás de las cajas, pero nunca ha hecho falta.» Confiar en la suerte no es prevenir.

CLAVE

Prevenir es pensar antes en lo que puede salir mal y poner medios para que no pase. Prevenir no es suerte: es hacer bien las cosas a tiempo.

Cada uno tiene su papel

QUIÉN	QUÉ HACE
La empresa	Organiza la prevención.
Cada persona	Cumple las medidas y avisa de lo que ve.
La Inspección de Trabajo	Vigila que se cumpla la ley.

Si tienes menos de 18 años, la empresa evalúa tu puesto antes de que empieces.

CLAVE

La seguridad es cosa de todos: la empresa organiza, pero tú también cumples y avisas.

Prevenir en todas las tareas



Prevención es el «conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo».

Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales, art. 4. Consulta la versión vigente.

SUJETO OBLIGADO

La empresa organiza la prevención; cada persona cumple las medidas y avisa.

NO OBLIGA A...

Esperar a que haya un accidente: hay que pensar en los riesgos antes, en todas las tareas.

CLAVE

Prevenir es **adelantarse**: actuar antes de que llegue el daño.

Del suelo mojado al esguince



Factor de riesgo

La condición que puede causar un daño: el suelo mojado.



Riesgo

La posibilidad de sufrir el daño: resbalar y caerte.



Daño

Lo que pasa si el riesgo se cumple: un esguince.

CLAVE

Para saber si un riesgo es grave se miran **juntas** dos cosas: si es **probable** y si el daño sería **serio**.

🙋 PREGUNTA PARA LA CLASE

Ver respuesta

Thiago coge la bandeja caliente con un paño húmedo. ¿Qué es el paño húmedo?

A El daño

B El factor de riesgo

C El riesgo

¿De dónde viene el peligro?

GRUPO	EJEMPLOS DE FACTORES	DAÑO POSIBLE
De seguridad	Cuchillos, máquinas, suelo mojado, electricidad, fuego	Cortes, caídas, quemaduras
Del ambiente	Ruido, calor, productos químicos, bacterias	Sordera, irritación de la piel, infecciones
Del cuerpo	Posturas, pesos, movimientos repetidos	Dolor de espalda o de muñeca
De la organización	Prisas, horarios, malas relaciones	Estrés, cansancio

CLAVE

Tres pedidos a la vez y poco tiempo: factor **de la organización**. Cortar cebolla durante una hora: factor **del cuerpo**.

Tres frases del aula-taller

Pulsa cada tarjeta para ver la respuesta.

«Si no me ha pasado nada, ¿para qué voy a avisar?»

👆 ¿Bulo o realidad? Pulsa para ver

«Avisar es chivarse»

👆 ¿Bulo o realidad? Pulsa para ver

«La caja que cae a tu lado sin tocarte es un casi accidente»

👆 ¿Bulo o realidad? Pulsa para ver

La hoja «Aviso de riesgo o incidencia»

En el IES Fuente Clara, los avisos se escriben en esta hoja.

1

Qué has visto

Por ejemplo: un paño húmedo para sacar bandejas calientes.

→

2

Dónde

En el aula-taller de cocina, junto al horno.

→

3

Cuándo

La fecha y la hora: jueves 24/09/2026, 10:20.

→

4

A quién se entrega

Al profesor o en conserjería.

CLAVE

Avisar no es chivarse: es **prevenir**.

Qué es un riesgo laboral



Riesgo laboral es «la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo».

Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales, art. 4. Consulta la versión vigente.

SUJETO OBLIGADO

Quien trabaja: el riesgo es una posibilidad, todavía no ha pasado nada.

CLAVE

La gravedad se valora con la **probabilidad** y lo **serio del daño**.

Cuándo es accidente de trabajo



Una lesión

Hay daño: una quemadura, un corte, una rotura.



Trabajas para una empresa

Con contrato, por cuenta ajena.



En el trabajo o por su causa

Mientras trabajas o por causa de tu trabajo.



In itinere

También al ir o al volver del trabajo.

CLAVE

Cuando la prevención falla, aparece el daño.

Accidente de trabajo o enfermedad profesional

	ACCIDENTE DE TRABAJO	ENFERMEDAD PROFESIONAL
Qué lo causa	Un suceso del trabajo	Un agente del cuadro oficial
Ejemplo	Quemarse con una olla	Dermatitis por un tinte; sordera por ruido

Otros daños: unas malas condiciones de trabajo también pueden causar estrés y cansancio.

CLAVE

Una mecánica que se corta con una chapa: **accidente**. Un peluquero con dermatitis tras años de tintes: **enfermedad profesional**.

Alumnado no es trabajador



En el aula-taller

Eres alumnado. Si te haces daño, **no** es accidente de trabajo: se sigue el **protocolo del centro** y el profesor avisa a tu familia.

VS



En la formación en empresa

Te protege la **Seguridad Social**, como alumnado en prácticas. Para empezarla necesitas **16 años** y superar la formación en prevención.

CLAVE

Si te haces daño, o casi, en el instituto: para y avisa enseguida al profesor. Si alguien está grave, llama al **112** y avisa a un adulto.

Accidente de trabajo y enfermedad profesional

⚖️

Accidente de trabajo es «toda lesión corporal que el trabajador sufra con ocasión o por consecuencia del trabajo que ejecute por cuenta ajena».

Ley General de la Seguridad Social, art. 156.1. El art. 157 define la enfermedad profesional: la de las actividades y agentes del cuadro oficial. Consulta la versión vigente.

SUJETO OBLIGADO

Quien trabaja por cuenta ajena, para una empresa.

NO OBLIGA A…

A considerar accidente de trabajo lo que te pasa como alumnado en el aula-taller: allí se sigue el protocolo del centro.

CLAVE

Lo pagan la persona, la empresa y la sociedad. **Prevenir sale más barato.**

CASO RESUELTO · PASO A PASO

La quemadura de Aarón: ¿accidente de trabajo?



Aarón, 19 años · ayudante de cocina con contrato

Restaurante El Mirador del Río. Sábado 19/09/2026, 13:40, en la cocina, durante su turno. Escurría una olla grande de pasta; las asas quemaban, la olla se inclinó y el agua hirviendo le cayó en el antebrazo. Quemadura, con unos días de baja médica. Caso ficticio.

1. **¿Qué ha pasado?.** Una lesión, en su turno y en su puesto. Trabaja para una empresa, con contrato.
2. **¿Qué factor de riesgo había?.** De seguridad: olla pesada, agua hirviendo, asas calientes y ningún escurridor fijo. De la organización: comedor lleno y prisas.
3. **¿Qué daño es?.** Una quemadura de golpe, por un suceso del trabajo: accidente de trabajo. Las prisas no cambian eso.
4. **¿A quién se avisa?.** Aarón avisó enseguida a Gonzalo, el jefe de cocina. La empresa comunicó el accidente de forma oficial.

✔ Es un accidente de trabajo. Ahora hay un escurridor fijo y las ollas grandes se escurren entre dos: avisar a tiempo evita que se repita.

🙋 PREGUNTA PARA LA CLASE

Ver respuesta

Elías, de 15 años, se corta un dedo en el aula-taller de cocina. ¿Qué es?

A Un accidente de trabajo, porque estaba cocinando

B Una enfermedad profesional

C No es accidente de trabajo: es alumnado y se sigue el protocolo del centro

Un riesgo en cada ciclo



SC · Servicios Comerciales

Caerte al colocar cajas arriba. Factor: subirte a una silla y no a una escalera.



IC · Informática

Vista y cuello cargados. Factor: pantalla mal colocada y sin pausas.



MV · Vehículos

Resbalones. Factor: no limpiar el aceite derramado enseguida.



CR · Cocina

Cortes y quemaduras. Factor: prisas, paños húmedos y cuchillos sin filo.



PE · Peluquería

Piel irritada por tintes. Factor: trabajar sin guantes.



AJ · Agrojardinería

Calor y sol. Factor: trabajar a mediodía sin agua ni sombra.

REPASO

Ideas clave

- La salud es bienestar físico, mental y social: el trabajo puede darla y quitarla.
- Las condiciones de trabajo (lugar, máquinas, productos, ruido, horario, ritmo) cambian el riesgo.
- Prevenir es adelantarse; hay cultura preventiva cuando la seguridad es la forma normal de trabajar.
- Factor de riesgo (suelo mojado) → riesgo (resbalar) → daño (esguince).
- Hay cuatro grupos de factores: de seguridad, del ambiente, del cuerpo y de la organización.
- Un casi accidente pudo hacer daño y no lo hizo: se avisa siempre. Avisar no es chivarse.
- Accidente de trabajo: lesión de quien trabaja para una empresa, en el trabajo o por su causa, o al ir o volver (in itinere).
- Enfermedad profesional: la causa un agente del cuadro oficial. En el aula-taller eres alumnado: se sigue el protocolo del centro.



¡Ahora te toca a ti!

Repasa, practica y comprueba lo que has aprendido.

📝 **Resumen**

✅ **Test**

👆 **Interactivos**

Libro, presentaciones, resúmenes y tests gratis en **josesande.com**