



## Recomendaciones para Colegios e Instituciones Educativas

En SURA Panamá sabemos que en su actividad empresarial puede estar expuesta a riesgos, por eso queremos que conozca algunas recomendaciones generales para que pueda prevenirlos de forma oportuna.

## Organización y seguridad para estudiantes y visitantes

- 01 Instale pisos antideslizantes de alto tráfico.
- 02 Realice mantenimientos periódicos a las superficies.
- 03 Garantice que las escaleras tengan pasamanos o barandas a una altura de 90 cm.
- 04 Señalice los cambios de nivel y pisos húmedos, instalando cintas antideslizantes preventivas.
- 05 Programe labores de limpieza en horarios de bajo flujo de personas.
- 06 Evite la presencia de obstáculos en pasillos y áreas de circulación.



## Seguridad en instalaciones deportivas y recreativas

- 01 Realice mantenimiento periódico a los implementos deportivos.
- 02 Cuente con personal capacitado y entrenado para la supervisión de las actividades deportivas o recreativas.
- 03 Fije adecuadamente al piso las estructuras que hacen parte de las canchas deportivas.

## Seguridad en piscinas

- 01 Cuento con flotadores, bastones y botiquín de primeros auxilios.
- 02 Tenga un personal salvavidas entrenado según la normatividad vigente.
- 03 No permita el ingreso de comidas y bebidas.
- 04 Evite que las personas corran alrededor de la piscina.
- 05 Supervise las personas mientras están en la piscina, no las pierda de vista.
- 06 Cumpla con las normas vigentes que regulan la seguridad en las piscinas.



## Seguridad en prestación de servicios de alimentos y cafetería

- 01 Tenga proveedores habilitados y controlados por la Autoridad Panameña de Seguridad de Alimentos (Aupsa).
- 02 Cuando reciba los insumos garantice que el personal cumpla con las normas de manipulación de alimentos.
- 03 Establezca procedimientos de verificación de fechas de vencimiento.
- 04 Evalúe la apariencia, olor y color de sus insumos.
- 05 Tanto las campanas, como los filtros de los equipos de extracción y los ductos de circulación de aire tienden a acumular aceites, grasas y restos de comida, principalmente sobre las planchas, freidoras y estufas industriales- lo que favorece el inicio y propagación de incendios. Se recomienda realizar programas de mantenimiento y limpieza constantes de estas superficies, con el fin de disminuir el riesgo de incendio. (Es recomendable instalar elementos de extinción en las cocinas tipo Ansul).

## Seguridad en aulas

- 01 Fije y asegure adecuadamente cuadros, ventiladores, estantes, lámparas y demás elementos que estén sobre paredes, techos y muebles.
- 02 Establezca revisiones periódicas a estos anclajes y demás elementos estructurales dentro de las aulas.



## Seguridad en laboratorios

- 01 Supervise con personal capacitado las actividades que realice en los laboratorios.
- 02 Exija el uso de batas y de equipos de protección.
- 03 Cierre las llaves de gas, aire comprimido y agua al salir.
- 04 Anticipe las posibles consecuencias de cada trabajo que se realice en el laboratorio.
- 05 Use la menor cantidad de reactivos posibles para hacer experimentos.
- 06 En lo posible, reemplace compuestos químicos peligrosos por otros de menor riesgo o toxicidad.
- 07 No permita el ingreso de comidas y bebidas a estos espacios.
- 08 Almacene en un lugar adecuado los productos inflamables.
- 09 Mantenga al menos una puerta del laboratorio abierta mientras se está desarrollando actividades.

## Infraestructura

- 01** Realice mantenimientos periódicos de los techos, carriolas, bajantes y canoas, incluyendo la revisión de paredes y fachadas para identificar posibles filtraciones y grietas.
- 02** Haga mantenimientos periódicos a su sistema de drenaje.
- 03** Los cables y circuitos de distribución de energía deben estar entubados y correctamente canalizados.
- 04** Realice permanentemente un mantenimiento general y limpieza a las instalaciones eléctricas.
- 05** Los tableros de distribución y protección (caja de breakers) deben permanecer cerrados.
- 06** Se recomienda tener altos estándares de limpieza y aseo en áreas de trabajo y circulación, con el fin de evitar riesgos de deslizamiento o caídas de clientes y personal.

## Seguridad en vehículos y transporte escolar



- 01** Asegúrese que las empresas contratadas estén habilitadas legalmente para prestar este servicio.
- 02** El proceso de selección de los conductores de las empresas transportadoras es clave para garantizar que las operaciones se realicen de manera segura.
- 03** Verifique que estos cuenten con la licencia y los permisos necesarios y haga una revisión periódica de multas y boletas.
- 04** Realice auditorías aleatorias a quienes prestan este servicio.
- 05** Si los vehículos son propios, se deben llevar cronogramas de revisión y mantenimiento periódicos para las diferentes unidades que conformen el parque automotor.

## Protección



01

Es necesario contar con cobertura completa de extintores portátiles en todas las áreas del establecimiento (el agente extintor debe ser acorde con el área correspondiente). Es recomendable tener en cuenta la Norma NFPA 10 para Extintores Portátiles Contra Incendios, contemplando su debida instalación y señalización.

02

Realice una inspección mensual de los extintores.

03

Se recomienda contar con sistemas de detección de incendios con cobertura en el 100% de las áreas del establecimiento. Referencia NFPA 72 Código de Alarmas de Incendio.

04

Señalice e ilumine adecuadamente las salidas de emergencia, estas deben ser adaptadas según la ocupación y distribución del lugar.

05

Es importante contar con señalización de seguridad, emergencia y riesgos particulares. (se recomiendan materiales fotoluminiscentes para mejorar su visualización y en caso de una eventualidad)

06

Es importante estar en contacto con la estación de bomberos más cercana (máximo 10 minutos de respuesta) como soporte de protección de incendios; visitas periódicas al predio son recomendables.

07

Consulte con un proveedor idóneo las protecciones contra incendio adicionales necesarias para su establecimiento educativo, según tamaño y características.

## Personal y colaboradores



01

El desarrollo de trabajos que exijan permanecer de pie, en posición estática durante períodos prolongados, pueden desencadenar lesiones en el sistema muscular o esquelético y molestias en las piernas por problemas circulatorios.

02

Se recomienda establecer políticas de pausas activas o cambios de actividad, de manera que no se realice de forma continuada la misma tarea por largos periodos de tiempo.

03

Utilizar asientos graduables en altura con un diseño adecuado para evitar posturas forzadas, colocar los útiles y demás medios de trabajo al alcance de la mano y alternar las posturas de pie y sentado.

04

Formar a los trabajadores en torno a buenas prácticas para evitar movimientos y posturas que sobrecarguen la estructura muscular y esquelética.

Supervisada por la Superintendencia de Seguros y Reaseguros Código IE-001-12/1996.