

# Unidad 8: Prevención de riesgos: Conceptos Básicos

## Contenido

Concepto de Salud .....	2
Factores de riesgo laboral .....	2
Daños a la salud del trabajador .....	3
Accidente de trabajo: .....	3
Enfermedad Profesional.....	4
Medidas de prevención y protección de riesgos laborales .....	5
Técnicas de prevención .....	5
Técnicas de protección colectiva .....	5
Equipos de protección Individual (EPIs) .....	5

## Concepto de Salud

**Salud:** Estado de bienestar físico, mental y social completo, más allá de la ausencia de daño o enfermedad.

- **Bienestar físico:** Ausencia de daño o enfermedad
- **Bienestar mental:** Equilibrio emocional, identificación del trabajador con su tarea
- **Bienestar social:** Relaciones con los demás, reconocimiento social y expectativas con el trabajo que se va a realizar

Con el desempeño del trabajo, el trabajador busca cubrir sus necesidades y tiene efectos positivos. También puede traer problemas de salud si no hay correctas condiciones de trabajo. Ahí entran el riesgo laboral y las condiciones de trabajo.

- **Riesgo laboral:** Posibilidad de que un trabajador sufra algún daño en la salud derivado de las condiciones de trabajo
- **Condición de trabajo:** Cualquier característica del trabajo que pueda influir que aparezcan riesgos para la seguridad y salud del trabajador
  - o **Características de los locales, instalaciones, equipos, productos y otros útiles**
  - o **Agentes físicos, químicos y biológicos existentes en el entorno**
  - o **Procedimientos para utilizar los agentes**
  - o **Otras características que influyen, como la organización del trabajo**

**La prevención de riesgos laborales es el conjunto de medidas que se toman para evitar o disminuir los riesgos laborales y mejorar las condiciones de trabajo.**

## Factores de riesgo laboral

**Condiciones de seguridad: Causan accidentes de trabajo**

- Lugares de trabajo: Espacios, instalaciones e incluso escaleras
- Equipos de trabajo: Herramientas, equipos de transporte, máquinas

**Condiciones medioambientales: Causan enfermedades profesionales**

- Agentes físicos: Ruido, radiaciones, temperatura, vibraciones, iluminación
- Agentes químicos: Sustancias y preparados químicos
- Agentes biológicos: Virus, bacterias, protozoos, hongos

**Condiciones ergonómicas: Causan fatiga física y mental**

- Carga física: Esfuerzos físicos, posturas, manipulación de cargas
- Carga mental del trabajo: Cantidad de información, grado de atención, responsabilidad

**Condiciones psicosociales: Causan Insatisfacción laboral, estrés, Mobbing o burnout**

- Organización de trabajo: Monotonía, variedad en la tarea, toma de decisiones, horario, supervisión jerárquica...
- Características personales: Perfección en realización de la tarea, motivación laboral...

## Daños a la salud del trabajador

Se clasifican los daños a la salud en dos patologías:

- Patologías específicas: Consecuencia directa del trabajo, como accidente de trabajo y enfermedad profesional
- Patologías inespecíficas: Consecuencia de trabajo más otras circunstancias, como insatisfacción y fatiga.

### Accidente de trabajo:

- **Requisitos legales:**
  - o **Que exista lesión física o psíquica** (un daño)
  - o **Que haya una relación laboral**
  - o **Que la lesión sea consecuencia del trabajo que realiza**
- **Supuestos asimilados por la ley**
  - o **Accidente in itinere:** Al ir o volver del lugar de trabajo. *Se considera in itinere el viaje del domicilio actual al laboral.* No debe haber interrupciones entre el fin del trabajo y el accidente y debe haber sucedido por un medio adecuado y un recorrido habitual.
  - o **Cargo sindical:** El trabajador desempeña funciones de carácter sindical, también se justifica el accidente si ocurre al ir o volver de hacer esas funciones
  - o **Tareas distintas de su categoría:** Ya sea por orden del empresario o iniciativa propia
  - o **Actos de salvamento** (siempre que estén relacionados al trabajo, como salvar a alguien de un incendio)
  - o **Enfermedades de trabajo** (siempre que las contraiga por motivo de realizar su trabajo)
  - o **Consecuencias del accidente:** Si hay un accidente y hay complicaciones derivadas de este, se considera un accidente por consecuencias de otro. También ocurre con enfermedades que se agraven como consecuencia de accidente.
- **Presunción de accidente laboral:**
  - o **Lesiones que sufra el trabajador en el centro de trabajo en horario laboral y tareas laborales en horario de trabajo** (in mission)
  - o **Imprudencia profesional** como consecuencia de estar habituado al trabajo o por alta confianza que inspira
- **Presunción de accidente no laboral:**
  - o **Por fuerza mayor extraña al trabajo:** Insolaciones, rayos y otros fenómenos naturales
  - o **Por imprudencia temeraria o dolo**
- **Tipos de accidente según la Seguridad Social:**
  - o **Accidente típico:** daños tanto humanos como de material
  - o **Accidente caso:** daños humanos, sin daños materiales
  - o **Accidente blanco:** daños materiales, sin daños humanos
  - o **Incidente:** sin daños
- **Causas técnicas en los accidentes:**
  - o **Instalaciones y lugares**
  - o **Protección de equipos**
  - o **Medio ambiente**
  - o **Organización y sistemas de trabajo**

- **Causas humanas**
  - **Desconocimiento de riesgo**
  - **Conocimiento de riesgo pero no saber cómo actuar**
  - **No querer actuar frente al riesgo**
  - **Falta de formación e información de la información**

## Enfermedad Profesional

Se ha venido utilizando el sistema de lista cerrada para clasificar las enfermedades profesionales. Se elabora una lista de enfermedades y sectores de trabajo y productos donde se puede contraer. Para que sea profesional tenía que estar en la lista

Actualmente, hay un sistema mixto con dicha lista cerrada y una lista complementaria de enfermedades que podrían considerarse profesionales en un futuro. Si se contrae una enfermedad en el trabajo pero no está en una lista, se demuestra ante el juzgado.

- **Clasificación de enfermedades:**
  - **Agentes químicos:** Saturnismo como ejemplo por plomo
  - **Agentes físicos:** Síndrome de dedo blanco por herramientas vibratorias o simplemente sordera
  - **Agentes biológicos:** Virus por heridas abiertas
  - **Inhalación de sustancias y otros agentes:** Como por ejemplo la inhalación de amianto, causando asbestosis
  - **Enfermedades de la piel causada por agentes no comprendidos previamente**
  - **Agentes cancerígenos:** Cáncer de pulmón por polvo de sílice

### Diferencias entre accidente laboral y enfermedad profesional

<b>Enfermedad profesional:</b>	<b>Accidente laboral:</b>
- Efectos lentos, suelen aparecer con el tiempo	- Efecto instantáneo, de forma repentina
- Relacionado con las condiciones medioambientales	- Relacionado con las condiciones de seguridad
- Efectos individuales para cada persona	- Efectos idénticos en todo quien lo sufre

Las enfermedades profesionales se prolongan, es decir, que puedes reclamar una enfermedad profesional proveniente de un trabajo diferente del que tienes en ese momento.

La mutua es quien actualmente notifica y registra las enfermedades profesionales. El hecho de que fuera un empresario previamente hacía que se declararan muchas menos de las que había en realidad

**Fatiga laboral:** Disminución de capacidad física y mental debido al cansancio. Se debe a una carga física del trabajo por los esfuerzos físicos o las posturas, o bien a la carga mental por manejar mucho trabajo o tener que tomar muchas decisiones.

**Insatisfacción laboral:** Actitud negativa general hacia el trabajo, normalmente producida por un incumplimiento expectativas generadas frente a cómo es el trabajo en realidad. Influyen los factores de cómo es el trabajo, las expectativas del trabajador y la importancia de estas expectativas.

**Envejecimiento prematuro:** La fatiga crónica hace que los operarios de algunos trabajos sufran un desgaste mayor. Por ello, trabajos como la minería tienen una jubilación más temprana.

## Medidas de prevención y protección de riesgos laborales

- **Medidas de prevención:** Actúan antes de que se produzca el accidente, intentando eliminar o reducir las causas de este, actuando en **el foco del riesgo**
  - o **Medidas de prevención comunes:** Sustitución de máquinas o productos, reparación y conservación, diseño inicial de equipos...
- **Medidas de protección:** Son aquellas que no evitan el riesgo, sino que se encargan de reducir o eliminar los daños sobre el trabajador. Hay medidas de protección colectivas que actúan en **el medio de transmisión**, y medidas de protección individuales que se centran en proteger **al propio trabajador**
  - o **Medidas de protección colectivas comunes:** Barandillas y redes, resguardos de máquinas, pantallas frente a ruido, ventilación focalizada
  - o **Medidas de protección individuales comunes (EPIs):** Mascarillas, guantes, orejeras o tapones, calzados,

## Técnicas de prevención

- **Seguridad:** Trata de evitar los **accidentes de trabajo**, para lo que recoge información sobre accidentes ocurridos y sus estadísticas, además de **localizar focos de riesgo**. Actúa después sobre las condiciones más problemáticas como instalaciones, lugares de trabajo...
- **Higiene Industrial:** Previene **enfermedades profesionales** por contaminantes físicos, químicos y biológicos. Recoge muestras de contaminantes y se valora si superan o no el máximo umbral permitido para considerarlos tóxicos
- **Ergonomía:** Trata de evitar la **fatiga** en el trabajo adaptándolo al trabajador. Se consigue por el diseño de herramientas y máquinas que no produzcan fatiga y el trabajo sea lo más cómodo y eficiente posible.
- **Psicosociología:** Trata de luchar la **insatisfacción** laboral por medio de introducir medidas de organización de trabajo y diseños de puestos para que haya motivación y satisfacción
- **Medicina de trabajo:** Son medidas que buscan **prevenir la pérdida de salud**, buscando curar y rehabilitar la enfermedad y el accidente. Se encuentran en estas los reconocimientos médicos y las vacunaciones.

## Técnicas de protección colectiva

Buscan que los trabajadores estén protegidos de distintos riesgos laborales, conviviendo con ellos pero que eviten daños en caso de haber un accidente. Algunos son:

- **Barandillas y redes de seguridad** para evitar caídas
- **Resguardos de las máquinas** para no tener contacto directo con estas
- **Dispositivos de seguridad** impidiendo al trabajador realizar maniobras peligrosas
- **Ventilación general**
- **Pantallas de protección**

## Equipos de protección Individual (EPIs)

Son la última medida de protección de riesgo laboral, la que protege directamente a uno mismo. Los EPI más comunes son:

- Cascos y gorras o sombreros para la cabeza
- Para los oídos, tapones y orejeras
- Para los ojos y la cara, gafas de montura y pantallas faciales
- Para las vías respiratorias, mascarillas filtrantes

- Para las manos y brazos: Guantes, manoplas y manguitos
- Calzado de protección para los pies y piernas
- Chalecos, chaquetas y mandiles de protección para el tronco y abdomen
- Para todo el cuerpo en general, arneses, ropa de protección y EPIs contra caídas