

TAREA UNIDAD 4: EVALUACIÓN DE RIESGOS PROFESIONALES

Francisco Jesús Díaz Martínez
IES AGUADULCE 1 DAM

Actividad 1.

Indica de qué forma o maneras podemos intervenir para que la cultura preventiva se convierta en objetivo clave en toda actividad profesional.

“Modificar actitudes, hábitos y comportamientos frente a los riesgos laborales, de todos los actores laborales, debe convertirse en caballo de batalla de la prevención.”

Este es el comentario que finaliza la unidad, y el que considero que atañe a lo que se nos pregunta en la actividad.

Es responsabilidad de todos, saber de la existencia de estos riesgos y actuar en consecuencia, ya sea informando o adoptando medidas para evitarlos. En la unidad se nos recomiendan algunos libros y películas para ayudar a verlo desde otro prisma, en forma de entretenimiento, y conseguir así interiorizar conceptos de una forma más llevadera.

Pero considero que lo más importante de cara a visibilizar de una forma más poderosa la cultura preventiva es la información. Ya sea mediante talleres, formación o charlas. Además, desde mis vivencias, he comprobado que, si la charla la protagoniza alguien que ha pasado por la experiencia de un riesgo laboral, genera mucha más conciencia e impacto en los oyentes.

Por ello creo que periódicamente se deberían de proporcionar espacios para que personas con experiencia fomenten la atención de los trabajadores y empresarios respecto a los riesgos laborales.

Actividad 2.

Reflexiona de manera personal y justifica si la salud tiene que ver algo con el trabajo y las condiciones en las que se desarrolla. (Me referiré a mi actual ocupación dado que conozco sus entresijos)

En mi opinión y experiencia son dos factores interdependientes. Es necesario tener una buena salud tanto mental como física para poder desempeñar correctamente una actividad laboral.

Por ejemplo, en mi profesión (tatuador) es prácticamente imposible tener lo que se conoce como “higiene postural”, el 90% del tiempo que pasamos trabajando tenemos cuello y espalda en posiciones poco naturales, que, al pasar los días, siempre generan contracturas musculares y en algunas ocasiones hernias (3 de mis 5 compañeros tienen hernias diagnosticadas).

Por supuesto, respecto a la segunda parte de la pregunta, también son relevantes las condiciones en las que se desarrolla, porque nosotros tenemos el control y debemos de tomar las medidas necesarias para maximizar nuestra seguridad y buen estado de salud. Como, por ejemplo, el tomar los descansos necesarios, usar equipamiento especializado para corregir y cuidar la postura, n

Actividad 3.

- a. Define y justifica qué es un riesgo laboral. Además, cita los cuatro grandes grupos que trabajamos.

“La LPRL, en el artículo 4.2 define el riesgo laboral como la posibilidad que tiene un trabajador de sufrir un determinado daño derivado de su trabajo.”

Según esta definición, el riesgo laboral abarca todo daño que sufre una persona a la hora de desempeñar su trabajo o realizar cualquier acción relacionada con el mismo que puede repercutir en su salud. Ya sea puntualmente o de forma continuada.

Los principales riesgos son los:

- Físicos
- Químicos
- Psicosociales
- Riesgos específicos del sector

- b. Los daños derivados de factores de riesgos son de dos tipos: accidentes laborales y enfermedades profesionales. Te pedimos:

1. Diferencias entre ambos tipos de daños.

Los accidentes laborales son aquellos eventos imprevistos y no deseados que ocurren en el lugar de trabajo y que causan lesiones o daños a la salud del trabajador.

Por otro lado, las enfermedades profesionales son trastornos o enfermedades que se desarrollan como resultado directo de la exposición a factores de riesgo específicos en el ambiente laboral.

2. Ejemplifica cada uno de ellos en una situación real o ficticia.

- **Accidentes laborales:** Por ejemplo, una caída desde una escalera o un corte con una herramienta de trabajo.
- **Enfermedades profesionales:** Por ejemplo, la exposición a sustancias químicas tóxicas o la repetición constante de movimientos repetitivos.

3. Explica qué es el accidente in itinere

Es uno de los tipos de accidente que más dudas suscita a la hora de comentarlos coloquialmente, pues la gente no los concibe como accidentes laborales. Este accidente se da en los desplazamientos por el trayecto habitual desde el domicilio del trabajador hasta su lugar de trabajo.

Actividad 4.

Riesgos específicos del sector.

En esta actividad pretendemos el estudio de aquellos riesgos que más puedan tener que ver con tu perfil profesional. Contesta y argumenta los siguientes apartados: (Me referiré a mi actual ocupación)

- a. **Condiciones de seguridad.** Un riesgo de este tipo a tu elección y comentar las circunstancias en las que se produce o lo que lo produce:

En mi trabajo (tatuador) creo que el mayor riesgo enmarcado en las condiciones de seguridad es el de “Equipo de trabajo”. Trabajamos con máquinas que funcionan con corriente alterna y que, aunque es poco probable actualmente, en su momento eran propensas a generar descargas en el profesional que las usaba.

- b. **Condiciones ambientales.** Un riesgo de este tipo a tu elección y comentar las circunstancias en las que se produce o lo que lo produce:

Respecto a este apartado creo que el más importante para mí es el de “Contaminantes biológicos”. Estamos en contacto diario con partículas de sangre que pueden saltar a zonas susceptibles de contaminación cruzada y que eventualmente entren también en contacto con nuestro torrente sanguíneo, teniendo así el riesgo de contraer enfermedades infecciosas.

- c. **Condiciones ergonómicas.** Un riesgo de este tipo a tu elección y comentar las circunstancias en las que se produce o lo que lo produce:

En las condiciones ergonómicas, al haber hablado de forma extensa en ejercicios anteriores sobre la carga física, me enfocaré en la “Carga mental”. Más concretamente en la cantidad y complejidad de la información a tratar en el trabajo, son muchos procesos higiénicos que han de cumplirse metódicamente sumado al hecho de que se deben de gestionar las emociones de los clientes.

- d. **Condiciones psicosociales.** Un riesgo de este tipo a tu elección y comentar las circunstancias en las que se produce o lo que lo produce:

Por último, dentro del marco de las condiciones psicosociales, diría que la que más he podido sufrir ha sido la de “Estrés”. La diversidad de campos que se deben de manejar con una relativa soltura para poder desempeñar mi labor es inmensa, además de estar poco relacionados entre sí. Se ha de tener conocimientos sobre protección de datos, de dibujo, de geometría, de electrónica, higiénicos sanitarios, etc.

Es por ello que en ocasiones el estrés se genera por tener que aplicarlos todos en un breve y preciso momento, siendo, además, consciente de que cualquier fallo puede repercutir en la salud del cliente. A esto hay que sumar que esta situación se ha de repetir varias veces de forma diaria.

Actividad 5.

De la evaluación de riesgo contesta a las siguientes cuestiones de forma clara y justificada.

a. Finalidad de la evaluación.

La finalidad de la evaluación de riesgos es identificar y analizar los riesgos asociados a una actividad, proceso o situación en el lugar de trabajo, con el objetivo de establecer medidas preventivas para minimizar o eliminar dichos riesgos y garantizar la seguridad y salud de los trabajadores.

b. Justifica el tiempo o momento en el que se tiene que llevar a cabo.

Aunque no se especifica literalmente en la unidad, se nos dan notas que nos pueden dar las nociones necesarias para responder. Hay varios momentos que intervienen, pero lo idea es:

- Efectuar una evaluación de riesgos antes de iniciar la actividad o cualquier otro proceso nuevo en el entorno de trabajo. Para poder preparar medidas preventivas y evitar así cualquier situación peligrosa.
- De manera regular y periódica, revisar las condiciones actuales del trabajo para asegurarse que las medidas iniciales cubren todos los hipotéticos riesgos y en caso de no ser así, hacer los ajustes necesarios.

c. Responsable de llevarla a efecto.

Las evaluaciones deben de ser efectuadas por el empresario o la empresa. No obstante, también hay profesionales que prestan sus servicios y que se dedican únicamente a la evaluación de riesgos y propuestas de medidas preventivas.

d. Cita los colectivos especiales que hay que considerar al hacer una evaluación.

- Perfiles de trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos
- Trabajadoras embarazadas o en período de lactancia
- Trabajadores menores de 18 años
- Trabajadores con contratos temporales

Actividad 6.

Actuamos y nos ponemos en marcha.

Dado tu perfil profesional sugiere medidas preventivas que debes tomar para preservar tu salud y que no llegue a resentirse. (Me referiré a mi actual ocupación dado que conozco sus entresijos y no se especifica si es la que corresponde al grado)

Ya que me he extendido previamente hablando de las medidas en el marco de la carga física ahora creo que es conveniente que me centre en las otras categorías principales, que son los riesgos asociados a “Contaminantes biológicos”, “Contaminantes químicos” y “Contaminantes físicos”.

Los riesgos de esta índole asociados a mi trabajo pueden ser:

- Enfermedades sanguíneas: Las principales Hepatitis B y Sida.
- Enfermedades de la piel: HPV es muy común en el gremio.
- Enfermedades por inhalación de productos químicos: La exposición a sustancias con alto contenido en alcoholes y propilenglicol puede causar migrañas en muchas personas.
- Ruido y vibraciones: Las máquinas que se usan en el proceso tienen altas vibraciones y producen un ruido de entre unos 45-50 dB.

Por ello mi sugerencia respecto a las medidas preventivas asociadas a estos riesgos son:

- Uso de guantes estériles, mangas de plástico estériles desechables, delantales estériles desechables, formación continua respecto a agentes patógenos para evitar contaminación cruzada, entrevista previa al cliente respecto a enfermedades conocidas y desinfección diaria del cuerpo del trabajador.
- Uso de sustancias químicas con máscara de filtros y en una habitación habilitada para ello con un extractor. Uso de guantes y gafas protectoras.
- Uso de tapones o auriculares con inhibición de ruido. Uso de material anti vibraciones (ya existe) para amortiguar las que produce la máquina.

En resumen y teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, las medidas preventivas propias de mi trabajo son las que van dirigidas a cuidar la salud de las articulaciones y de la espalda. Así como evitar el sobrepeso y la mala condición física por el aspecto sedentario del trabajo.

Y por otro lado las que se encargan de estandarizar procesos de higiene para evitar contaminación cruzada de agentes patógenos que puedan causar una infección o daño permanente en la salud del profesional.

Actividad 7.

Si el riesgo se llega a materializar puede dar lugar a daños en el trabajador. Según la clasificación de las condiciones y el riesgo elegido en la actividad 4, determina y concreta tipos de daños para cada uno de los riesgos elegidos en dicha actividad. (De cara a compatibilizar contestaré esta actividad como si el trabajo a desempeñar fuese el que corresponde a la formación).

- Condiciones de seguridad: Si asumimos que uno de los riesgos que tenemos es derivado de usar el ordenador (herramienta), el daño asociado puede ser el deterioro de la vista a medio plazo. Las pantallas fatigan la vista y pueden hacer que al usarlas durante periodos prolongados el usuario sufra astigmatismo.
- Condiciones ambientales: En este apartado el riesgo derivado por el trabajo con ordenadores es el de los “Contaminantes físicos” y más concretamente el de la radiación que emiten los dispositivos que se usan. Aunque las dosis emitidas son ínfimas suponen un riesgo controlado por su uso prolongado.
- Condiciones ergonómicas: Creo que al igual que en el apartado anterior, lo más probable es que el riesgo más destacable es el de “Carga mental” el trabajo de programador requiere una conjunción de conocimientos muy amplia y puede ser agotador a nivel mental dado la complejidad que tiene. Además, al ser de forma diaria puede llevar a un “burnout” de una forma muy rápida.
- Condiciones psicosociales: Y, por último, y enlazando con el apartado anterior, el tipo de trabajo apunta hacia el “Burnout” como riesgo más probable. Un trabajo en el que reina la monotonía y en el que se necesita un ritmo de trabajo elevado y se tiene mucha responsabilidad. Lo que se conoce como “picar código” es uno de los temores más extendidos en el sector, por lo rutinario y poco motivador. El daño que sufre el trabajador es un alto nivel de estrés y tendencia a la depresión.

Después de investigar un tiempo, he llegado a la conclusión de que los riesgos que sufren los programadores con más frecuencia son los psicosociales (“Burnout”) y los de seguridad (daños en la vista y mala condición física por el aspecto sedentario del trabajo)