



Higiene y Seguridad en el Trabajo o Salud y Seguridad Ocupacional

Definición:

Ciencia orientada a preservar la integridad física, psíquica y social del hombre en el ambiente laboral.

Higiene o Salud: tiene por objeto reconocer, evaluar y controlar los factores ambientales para prevenir enfermedades profesionales.

Seguridad: tiene por objeto prevenir accidentes de trabajo reconociendo, evaluando y controlando las tareas de los trabajadores.

Factores Ambientales

Factores Físicos:

- Temperatura.
- Humedad
- Ventilación.
- Iluminación.
- Ruido.
- Vibración.
- Radiaciones ionizantes y no ionizantes.
- Presión atmosférica.
- Mecánicos.
- Eléctricos.

Factores Biológicos:

- Virus.
- Bacterias.
- Hongos.
- Parásitos.

Factores Ergonómicos:

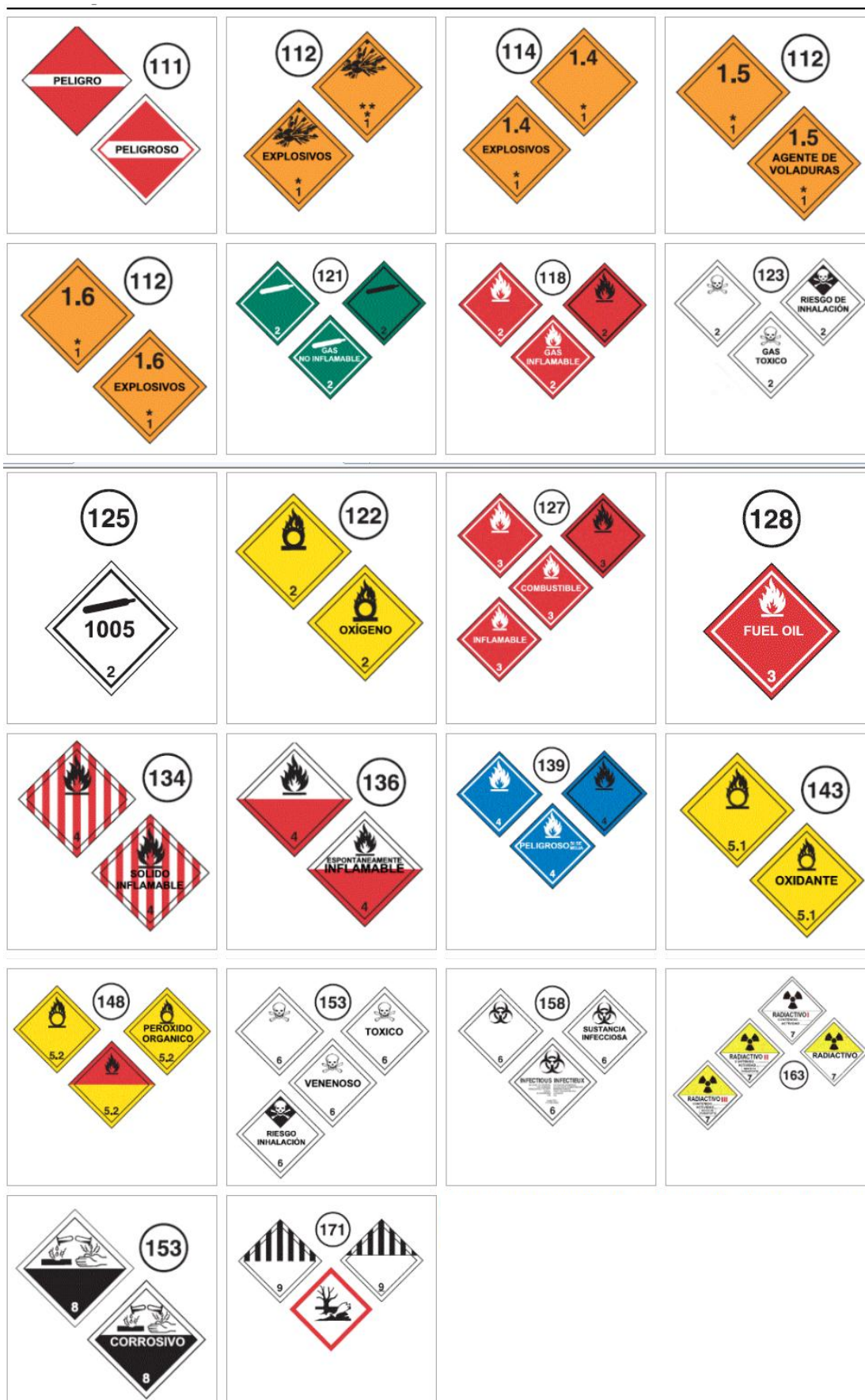
- Posiciones forzadas.
- Sobrecarga del uso de la voz.
- Repetición de movimientos.
- Monotonía y aburrimiento.
- Fatiga.

Factores Químicos:

Clasificación 1:

- Agentes gaseosos.
- Agentes líquidos.
- Agentes sólidos.

Clasificación 2:





Incidente/Accidente Laboral

Incidente: acontecimiento no deseado, repentino y violento que altera un programa de trabajo y no genera lesiones ni daños.

Accidente: acontecimiento no deseado, repentino y violento que interrumpe una actividad laboral y produce lesión a las personas, daño material o físico, o impacto ambiental.

Accidente *in itinere*: se produce en el trayecto entre el trabajo y el domicilio siempre y cuando se respete el recorrido establecido, siendo éste el más corto y rápido.

Causas

Procedimiento inadecuado:

- Diseño inadecuado de maquinaria, equipo o proceso.

Condición insegura o subestándar:

- Desgaste normal de instalaciones y equipos: mantenimiento inadecuado.
- Abuso por parte del usuario: sobrecargas.
- Señalización inadecuada, ineficiente, inexistente.
- Falta de orden y limpieza.
- Construcción insegura.
- Maquinaria sin resguardo o defectuosa.
- Falta de espacio.

Acto inseguro o subestándar:

- No sabe: no se lo capacitó, no tiene suficiente práctica, no es su trabajo.
- No quiere: ahorro de tiempo, falta de motivación.
- No puede: incapacidad mental o física, no tiene equipo o herramienta.

Naturaleza de la lesión

- Escoriación (tejido muerto que se desprende de la piel sana)
- Herida punzante, cortante.
- Contusión (decoloración de la piel que se presenta cuando se rompen pequeños vasos sanguíneos y filtran sus contenidos dentro del tejido blando que se encuentra debajo de la piel)
- Traumatismo
- Torcedura
- Fractura
- Luxación (dislocación de una articulación)
- Quemadura
- Intoxicación
- Asfixia
- Cuerpo extraño en ojo

Forma del accidente

- Caída de persona a nivel, de altura o al agua
- Caída de objetos
- Derrumbe o desplome de instalaciones
- Pisada sobre objetos
- Choque contra objetos
- Golpes por objetos



- Aprisionamiento o atrapamiento
- Esfuerzo físico excesivo
- Exposición al frío o al calor
- Exposición a radiaciones ionizantes (partículas procedentes de átomos capaces de ionizar la materia produciendo efectos negativos)
- Exposición a radiaciones NO ionizantes
- Exposición a productos químicos
- Contacto con electricidad, con productos químicos, con fuego
- Contacto con materiales calientes, con frío, con calor
- Explosión o implosión
- Incendio
- Choque de vehículos

Consecuencias

De lesiones: De primeros auxilios, leves, graves o incapacitantes, muerte.

Para el trabajador: Dolor, reducción de ingresos, desorden de vida familiar, desconfianza.

Para la empresa: Gastos, sobretiempos, productividad deficiente, imagen empresarial.

Enfermedad profesional

Definición:

Enfermedad adquirida por el trabajador como consecuencia de su propio trabajo.

Representan el resultado directo del trabajo que realiza una persona.

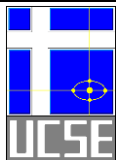
Según Ley Nacional de Riesgos de Trabajo N° 24.557: Se consideran enfermedades profesionales aquellas que se encuentran incluidas en el listado de enfermedades profesionales que elaborará y revisará el Poder Ejecutivo anualmente. El listado identificará agente de riesgo, cuadros clínicos y actividades.

Factores que determinan enfermedades profesionales:

- Susceptibilidad: en relación a un mismo riesgo o condición patógena laboral, no todos enferman y los que enferman no lo hacen todos al mismo tiempo y con la misma intensidad.
- Multicausalidad: una misma enfermedad puede tener distintas causas o factores laborales y extralaborales que actúan al mismo tiempo y que contribuye a su desencadenamiento.
- Inespecificidad clínica: la mayoría de las enfermedades profesionales no tiene un cuadro clínico específico que permita relacionar la sintomatología con un trabajo determinado.
- Condiciones de exposición: un mismo agente puede presentar efectos nocivos diferentes según las condiciones de exposición y vía de ingresos al organismo.

Elementos que permiten atribuir el carácter de profesional a una enfermedad:

- Agente: debe existir un agente en el ambiente de trabajo que por sus propiedades puede producir un daño a la salud.
- Exposición: debe existir la demostración que el contacto entre el trabajador afectado y el agente o condiciones de trabajo nocivas sea capaz de provocar un daño a la salud.



- Enfermedad: debe haber una enfermedad claramente definida en todos sus elementos clínicos anatómo - patológico y terapéutico, o un daño al organismo de los trabajadores expuestos a los agentes o condiciones señalados antes.
- Relación de Causalidad: deben existir pruebas de orden clínico, patológico, experimental o epidemiológico, consideradas aislada o concurrentemente, que permitan establecer una sensación de causa efecto, entre la patología definida y la presencia en el trabajo.

Accidente: antes, durante y después

Etapas preventivas:

Objetivo: evitar el incidente/accidente.

- Implementar la política y el plan de seguridad.
- Rediseñar estructuras y equipos.
- Reemplazar materiales.
- Realizar inspecciones de seguridad.
- Evaluar y eliminar riesgos.
- Realizar mantenimiento preventivo y predictivo.
- Señalización, orden y limpieza.
- Capacitación del personal.

Inspección de Seguridad

Técnica previa al incidente/accidente utilizada para detectar y controlar los peligros potenciales capaces de ocasionar eventos que afecten a las personas, a la propiedad y al medio ambiente:

Actos inseguros o subestándares: comportamiento de la persona no acorde a las normas de seguridad y estándares establecidos.

- Levantar cargas de forma incorrecta.
- Situarse en lugares peligrosos.
- No utilizar elementos de protección personal (EPP).
- Poner en marcha a un equipo sin autorización.
- Retirar las protecciones a partes móviles de máquinas.
- Realizar bromas pesadas.
- No practicar higiene personal.

Condiciones inseguras o subestándares: cambio o variación introducidas a las características físicas o al funcionamiento de los equipos, los materiales y/o el ambiente de trabajo y que conllevan anomalía en función de los estándares establecidos.

- Puntos de operación desprotegidos.
- Resguardos inadecuados.
- Falta de resguardos.
- Herramientas defectuosas.
- Orden y limpieza deficiente.

Evaluación de riesgos

Herramienta sistemática de valoración cuantitativa o cualitativa para detectar y controlar los riesgos existentes en un lugar de trabajo. Consiste en una revisión formal de cada actividad para identificar todos los peligros potenciales.

Peligro: capacidad potencial de causar daño o perjuicio.

Riesgo: probabilidad de ocurrencia por la gravedad de la consecuencia.

Gravedad: grado de daño o perjuicio ocasionado por la consecuencia (bajo, medio, alto).

Probabilidad de Ocurrencia: grado en que puede suceder el peligro (bajo, medio, alto).

Mantenimiento preventivo y predictivo

Preventivo: conocer el estado actual de equipos, instalaciones, maquinaria y edificios. Se basa en establecer frecuencias de revisión de cada maquinaria de acuerdo a promedios estadísticos definidos por el fabricante, a experiencia y conocimientos previos.

Predictivo: realizar la reparación o sustitución de maquinarias y equipos cuando lo indiquen las mediciones específicas. Se basa en realizar mediciones de parámetros.

Señalización, orden y limpieza

Señalización: medida preventiva y complementaria a otras medidas.

Tipos de señalización:

- Visual:



- Acústica: timbres, sirenas, alarmas.
- Olfativa: aditivos en gases inodoros.

Capacitación

Tipos de capacitación:

- Carteles, cartillas y folletos de seguridad.
- Charlas de 5 minutos.
- Procedimientos de seguridad: descripción detallada de las tareas a realizar, integrando las medidas de seguridad.
- Capacitación específica:

1. Inducción de seguridad para personal de ingreso.
2. EPP uso y mantenimiento.
3. Cuidado de la vista, de las manos, de la espalda, del oído.
4. Manejo de sustancias químicas.
5. Teoría del fuego y uso de extintores.
6. Evacuación.
7. Riesgo eléctrico.
8. Manejo de autoelevadores.
9. Seguridad vial.
10. Primeros auxilios.

Etapa de protección:

Objetivo: evitar consecuencias del accidente.

- Uso de EPP adecuado.
- Duchas y lavajos de seguridad.

Equipo de Protección Personal

Objetivo: disminuir o evitar lesiones originadas por accidentes o enfermedades profesionales. El material y tipo de EPP es seleccionado de acuerdo a la tarea a realizar.

Al entregar el EPP debe haber constancia de ello.

Será obligación del personal:

- utilizar los EPP.
- verificar y revisar los EPP diariamente antes y después de su uso.
- guardar los EPP en los casilleros personales.

Tipos de EPP:





Etapas posteriores:

Objetivo: evitar males mayores del accidente.

- Primeros Auxilios.
- Plan de emergencia.
- Reparación inmediata de instalaciones dañadas.
- Recuperación de desechos.
- Investigación del evento.

¿Qué son los Primeros Auxilios?

Primera respuesta que se le brinda a la persona accidentada. Son acciones simples, inmediatas, adecuadas y temporales que permiten ayudar a una víctima sin causar más daño del que ya tiene.

¿Cuáles son los objetivos de los Primeros Auxilios?

- Conservar la vida.
- Ayudar a la recuperación.
- Asegurar el traslado.

Método P.A.S.:

- PROTEGER: aislar y señalizar el área.
- AVISAR: llamar al 911 o 107 y brindar datos claros y precisos.
- SOCORRER: aplicar técnicas básicas.

Botiquín de Primeros Auxilios básico:

- Guantes de látex.
- Jabón neutro.
- Agua oxigenada 10 volúmenes: para lavar y desinfectar heridas.
- Antisépticos (desinfectante).
- Apósitos protectores autoadhesivos (curitas).
- Apósitos para limpiar y cubrir heridas abiertas.
- Vendas.
- Tijera.
- Pinza de depilar.
- Termómetro.
- Medicamentos: antiinflamatorio, analgésico, antidiarreico.

¿Cómo se forma el fuego?



¿Cuáles son las clases de fuego?



¿Cómo se utiliza un matafuego o extintor?

