**FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL**

**UNIDAD DE TRABAJO 1**

**Resultado de Aprendizaje 5. Evalúa los riesgos derivados de su actividad, analizando las condiciones de trabajo de riesgo presentes en su entorno laboral.**

5.a). Se ha valorado la importancia de la cultura preventiva en todos los ámbitos y actividades de la empresa.

5.b). Se han relacionado las condiciones laborales con la salud del trabajador.

5.c). Se han clasificado los factores de riesgo en la actividad Y los daños derivados de los mismos.

**ÍNDICE**

1. **CONCEPTOS BÁSICOS EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.**
2. **FACTORES DE RIESGO.**
3. **DAÑOS EN LA SALUD DE LA PERSONA TRABAJADORA.**
4. **Accidente de trabajo**
5. **La enfermedad profesional**
6. **La fatiga laboral**
7. **La insatisfacción laboral**
8. **Otros**
9. **MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN DE RIESGOS LABORALES.**
10. **Técnicas de prevención**
11. **Técnicas de protección**
12. **CONCEPTOS BÁSICOS EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.**

La Prevención de Riesgos Laborales es importante para **crear entornos de trabajo seguros y saludables.** Cabe resaltar su importancia en aquellos trabajos que presentan más peligrosidad.

Antes de iniciar con el tema es importante tener algunos conceptos claros:

| **Salud** | La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como el estado de **bienestar físico, mental y social completo** y no simplemente la ausencia de daño o enfermedad. |
| --- | --- |
| **Riesgo laboral** | **Posibilidad** de que un trabajador **sufra algún daño** en la salud derivado de las condiciones de trabajo. |
| **Condición de trabajo** | Es cualquier característica del trabajo que pueda influir que aparezcan riesgos para la seguridad y la salud del trabajador. |
| **Prevención de Riesgos Laborales** | Conjunto de **medidas** que se toman para evitar o disminuir los **riesgos laborales** en la empresa y lograr mejores condiciones de trabajo para las personas trabajadoras. |

| ➠ **IMPORTANTE** |
| --- |
| Hay que tener en cuenta que el trabajo en condiciones inadecuadas produce **riesgos laborales** que a su vez pueden causar **daños en la salud de la persona trabajadora**, estos se evitan con **medidas de prevención y protección**. Por todo ello es necesario que exista una **legislación** en materia de prevención. |

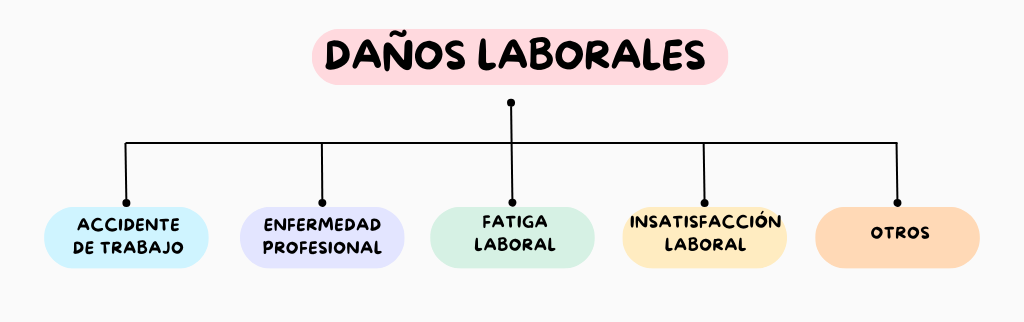
1. **FACTORES DE RIESGO**

Los **factores de riesgo** son aquellas condiciones deficientes o inadecuadas del trabajo que pueden provocar que aparezcan riesgos laborales.Según los especialistas en prevención estas condicionespueden clasificarse en **4 grupos:**

| **Condiciones deficientes** | **Factores de riesgo** | **Daños** |
| --- | --- | --- |
| **Condiciones de seguridad** | **-Entornos laborales**: Esto se refiere a los lugares físicos donde las personas desempeñan sus labores como edificios,  **- Herramientas y maquinaria:** Estos son los objetos y equipos que las personas utilizan en su trabajo, como máquinas, herramientas y vehículos de transporte. | Accidentes de trabajo |
| **Condiciones medioambientales** | **- Agentes físicos:** Incluyen elementos como el ruido, las radiaciones, las vibraciones, la temperatura y la iluminación en el entorno laboral.  **- Agentes químicos:** Engloban sustancias y productos químicos presentes en el ambiente de trabajo.  **- Agentes biológicos:** Engloba los virus, bacterias, hongos y productos. | Enfermedades profesionales |
| **Condiciones ergonómicas** | **- Demanda física en el trabajo:** Esto implica los esfuerzos físicos requeridos, las posturas adoptadas y la manipulación de cargas, entre otros aspectos físicos relacionados con el trabajo.  **- Carga mental en el trabajo**: Esto se refiere a la cantidad de información a procesar, la velocidad para tomar decisiones, el nivel de atención necesario y la responsabilidad asociada al trabajo. | Fatiga física o mental |
| **Condiciones psicosociales** | **-** La **organización del trabajo**: Esto abarca aspectos como la monotonía o variedad en las tareas laborales, la oportunidad de participar en la toma de decisiones, el nivel de atención requerido, la responsabilidad y otros aspectos relacionados con cómo se organiza el trabajo.  - Las **características personales**: Esto incluye la habilidad para realizar una tarea de manera perfecta, la motivación en el trabajo y cómo una persona percibe los riesgos asociados a su labor. | Insatisfacción laboral  Mobbing  Bournout |

1. **DAÑOS EN LA SALUD DE LA PERSONA TRABAJADORA**

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales define **“los daños derivados del trabajo”** como las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo del ejercicio de sus funciones.

Los **principales daños laborales** que se pueden encontrar son:

1. **ACCIDENTES DE TRABAJO:**

| **Definición** | Toda lesión corporal que el trabajador sufra con ocasión o por consecuencia del trabajo que ejecute por cuenta ajena. |
| --- | --- |
| **Requisitos** | 1. Que exista un daño en la salud. 2. Que existe una relación de causalidad entre el daño y el trabajo. 3. Que exista una relación laboral.[[1]](#footnote-0) |
| **Hay que tener en cuenta otros supuestos incluidos por la ley.** | |

**¿ Qué es el Accidente in itinere? Es el que sufre la persona trabajadora al ir o volver del lugar de trabajo.** La jurisprudencia ha marcado una serie de **REQUISITOS,** que aunque son flexibles, deben darse para que se considere un *accidente in itinere* son:

1. Debe ocurrir en el **camino de ida o vuelta** al domicilio habitual o el laboral.

2. No deben producirse **interrupciones** entre el fin del trabajo y el accidente.

3. El recorrido debe ser el **habitual.**

4. El **medio de transporte** utilizado por la persona trabajadora debe ser un medio adecuado para ir al trabajo.

**¿Qué otros supuestos están asimilados por la ley?**

Existe una enumeración de supuestos recogidos por ley que se consideran accidentes de trabajo:

* **Cargo sindical:** Se consideran accidentes de trabajo aquellos que ocurren mientras se desempeñan funciones sindicales, incluyendo los incidentes al ir o regresar de ejercer esas funciones. *Por ejemplo, un delegado de prevención atropellado mientras se dirigía al sindicato durante su tiempo reservado para estas actividades.*
* **Tareas distintas:** Los accidentes ocurridos al realizar tareas diferentes a las de la categoría profesional del trabajador, ya sea por orden del empleador o por iniciativa propia para beneficio de la empresa. *Por ejemplo, un empleado administrativo que se lesiona al mover cajas en el almacén mientras ayuda.*
* **Actos de salvamento**: Se consideran accidentes laborales los que suceden durante actos de salvamento u otras acciones similares, siempre que estén relacionados con el trabajo. *Por ejemplo, un trabajador que sufre lesiones al rescatar a un compañero durante un incendio en la oficina.*
* **Enfermedades del trabajo:** Se refiere a enfermedades que no pueden ser consideradas enfermedades profesionales, pero que un trabajador contrae debido a su labor. Esto es válido siempre que pueda demostrar en un tribunal que la enfermedad se originó exclusivamente a causa de su trabajo. *Por ejemplo, el estrés laboral.*
* **Consecuencias del Accidente**: Esto incluye las complicaciones y secuelas que resultan de un accidente en sí mismo. *Por ejemplo, un trabajador que, como resultado de un accidente, debe ser operado y adquiere una infección en el quirófano.*

**Reglas a tener en cuenta para saber si estamos ante un accidente de trabajo:**

* Se presumirá que constituyen accidente de trabajo todas las lesiones que sufra el trabajador en el centro de trabajo en horario laboral, **salvo prueba contraria.**
* Podrá ser considerada accidente de trabajo la **imprudencia profesional** que cometa el trabajador como consecuencia del ejercicio habitual del trabajo y la **confianza** que éste le inspira.

**Diferencia entre imprudencia profesional y temeraria.**

La principal diferencia entre la imprudencia profesional y temeraria es que en el primer caso es que surge como consecuencia de la **confianza** que el trabajador tiene en el ejercicio de sus funciones habituales. En cambio, cuando hablamos de imprudencia temeraria estamos ante el caso de que el trabajador pone en peligro su salud de manera voluntaria e innecesaria, con dolo.

**B) LA ENFERMEDAD PROFESIONAL**

**Anteriormente**, para determinar si una enfermedad estaba relacionada con el trabajo, se empleaba una lista fija y limitada de enfermedades establecida por la ley como tales **(lista cerrada). Actualmente,** se utiliza un **enfoque mixto** que abarca las enfermedades profesionales con una base científica probada y documentada, al tiempo que se incluye una lista adicional de enfermedades (lista abierta) que aún no han sido confirmadas como de origen laboral, pero que podrían ser consideradas como tales en el futuro.

Llegados a este punto nos podemos plantear **qué ocurre cuando se contrae una enfermedad debido al trabajo pero no está en ninguna de las listas**. En este caso se debe demostrar que existe una relación, y en caso de hacerlo, la enfermedad será considerada **accidente de trabajo.**

**C) LA FATIGA LABORAL**

La fatiga laboral es la disminución de la capacidad física y mental para realizar trabajos debido al cansancio. Puede venir causada por la carga física en el trabajo o por la carga mental.

**D) LA INSATISFACCIÓN LABORAL**

La insatisfacción laboral es una actitud general negativa hacia el trabajo que procede de la diferencia entre las expectativas generadas respecto al trabajo y la realidad de lo que es el trabajo, y de **la importancia que se le da a esta diferencia**. *Un ejemplo es cuando el trabajador no obtiene las recompensas que espera del trabajo.*

**E) OTROS**

Otros daños que puede provocar el trabajo, aparte de los vistos anteriormente son:

* Estrés: Se experimenta cuando la demanda del volumen de trabajo supera las capacidades de la persona trabajadora. *Por ejemplo, la falta de recursos para realizar un trabajo.*
* Mobbing
* Burnout
* Envejecimiento

1. **MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN DE RIESGOS LABORALES.**

Cualquier actividad relacionada con PRL se desarrolla **desde dos perspectivas:** las medidas de prevención y las medidas de protección.

* **Medidas de prevención:** Actúan antes de que se produzca el accidente (o cualquier daño) de esta manera **se intenta eliminar o reducir las causas desde su raíz**, interviniendo desde el foco del riesgo.
* **Medidas de protección:** Estas medidas tienen como objetivo fundamental **actuar sobre las posibles consecuencias de los riesgos, bien reduciendo o incluso eliminando estas consecuencias (**o daños).

Existen **dos tipos** de medidas de protección: **las colectivas y las individuales o equipos de protección individual.**

**¿ Qué medidas debe priorizar la empresa?**

La normativa se basa principalmente en el **principio de la prevención**, lo que significa que en **primer lugar debemos evitar que los riesgos se originen y evaluar aquellos que no puedan ser evitados**. Luego, como **segunda medida**, debemos recurrir a **técnicas de protección colectiva.** Solo en el caso de que estas no sean posibles o no sean suficientes, **en última instancia,** se recurre a técnicas de **protección individual.**

*Por ejemplo, en una empresa con un alto nivel de ruido, se deben seguir* ***tres pasos*** *para abordar la prevención de riesgos. En* ***primer lugar****, se deben tomar* ***medidas preventivas*** *actuando directamente sobre la fuente de riesgo, como reemplazar las máquinas ruidosas por otras más silenciosas o ubicarlas en áreas alejadas de los lugares de trabajo. Si estas medidas no son factibles o no son suficientes, en* ***segundo lugar,*** *se deben implementar* ***medidas de protección colectiva****, como la instalación de pantallas de aislamiento acústico que reduzcan el volumen de ruido que llega a los trabajadores. Y* ***finalmente****, si no es posible eliminar completamente el ruido, se deben proporcionar* ***Equipos de Protección Individual (EPI)****, como cascos, orejeras o tapones, para proteger individualmente a los trabajadores.*

1. **TÉCNICAS DE PREVENCIÓN**

Las técnicas de prevención utilizadas por la empresas son:

| **Técnica** | **Finalidad** |
| --- | --- |
| **Seguridad en el trabajo** | Evitar los accidentes de trabajo. |
| **Higiene industrial** | Prevenir la aparición de enfermedades profesionales. |
| **Ergonomía** | Adaptar el trabajo a las condiciones fisiológicas del trabajador para evitar la aparición de fatiga física y mental. |
| **Psicosociología** | Prevenir los daños psicológicos que puede sufrir el trabajador como consecuencia del trabajo. |
| **Medicina del trabajo** | Mantener la salud del trabajador en estado óptimo. |

1. **TÉCNICAS DE PROTECCIÓN**

Como se ha visto las técnicas de protección se pueden dividir en técnicas de protección colectivas y técnicas de protección individual. Las primeras, protegen a las personas trabajadoras de una forma general, es decir, a varios trabajadores de manera simultánea. Las segundas, protegen a un trabajador de forma individual o particular.

Las **medidas de protección colectivas** pueden ser:

* Resguardos
* Dispositivos de protección
* Barandillas
* Redes
* Ventilación

Las **medidas de protección individual** **(EPIs)** puede definirse como cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja de uno o de varios riesgos que puedan amenazar su seguridad en el trabajo.

El **empresario** debe facilitar de manera gratuita los EPIs **adecuados para cada riesgos** que se puedan originar a la persona trabajadora, la cual deberá utilizarlos y cuidarlos de manera correcta. Algunas de las partes del cuerpo más protegidas por los EPIs son:

| Cabeza | Protegen frente a golpes, choques, caídas,etc. | Casco de seguridad, cascos contra choques e impactos… |
| --- | --- | --- |
| Oídos | Proteger frente a la exposición excesiva a un nivel sonoro alto. | Casco antirruidos, tapones, orejeras… |
| Ojos y cara | Protegen frente a riesgo de proyecciones de fragmentos, chispas, salpicaduras, etc. | Gafas de montura, pantalla facial, pantalla para la soldadura… |
| Vías respiratorias | Protegen en atmósferas con riesgo de intoxicación, sin aire suficiente… | Mascarilla filtrante de partículas, de gases o de vapores… |
| Manos y brazos | Protegen frente a golpes, rozaduras, enfermedades de la piel, pinchazos, cortes, etc. | Manoplas, guantes contra agresiones mecánicas, químicas… |
| Piernas y pies | Protegen frente a caídas de objetos, atrapamientos, golpes, pinchazos, cortes, etc. | Calzado de seguridad, c. de protección contra frío y calor… |
| Tronco y abdomen | Protegen frente a salpicaduras de productos químicos, chispas, cortes, etc. | Fajas y cinturones antivibraciones, chalecos salvavidas… |
| Total del cuerpo | Se utilizan para evitar caídas o en lugares oscuros o poco iluminados, en trabajos junto a carreteras o zonas con transmisión de vehículos. | Arneses, cinturón de seguridad, prendas de señalización… |

1. Antes se incluía solo a los trabajadores por cuenta ajena, ahora se incluye también a los trabajadores autónomos. [↑](#footnote-ref-0)