

SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



Contenido

1. Salud y enfermedad.....	01
2. Trabajo y salud.....	01
3. Marco normativo de la prevención.....	02
4. Daños derivados del trabajo.....	03
5. Incidente, peligro y riesgo laboral.....	04
6. Prevención de riesgos laborales.....	05
7. Gestionar por indicadores.....	09
8. Control de los equipos de trabajo y medios de protección.....	10
9. Medidas de emergencias.....	11
10. Investigación de accidentes.....	12
11. Conclusiones.....	14

1. Salud y enfermedad

1.1 Salud

En general se entiende que la salud es un estado de ausencia de enfermedad. Sin embargo la Organización Mundial de la Salud (OMS) presenta una visión más completa del concepto. Para la OMS salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

- Bienestar físico es el funcionamiento eficaz del organismo de una persona, de modo tal que tiene la capacidad física de desarrollar su actividad vital.
- El bienestar mental es la capacidad de la persona de recibir información y conceptos, procesarlos, tomar decisiones incluyendo la competencia de aplicarlos en la vida diaria.
- Bienestar social es el estado de conformidad que alcanza un trabajador en el desempeño de sus tareas o funciones, en un ambiente laboral que permite incrementar la confianza en su capacidad en el trabajo.

1.2 Enfermedad

Naturalmente y con el correr del tiempo, debido a diversas causas, la salud de las personas disminuye. El estado de equilibrio físico, mental y social que se denominó salud en el punto anterior, se verá modificado por distintas afecciones. De este modo el estado de salud puede pasar a ser de enfermedad.

Salud y empresa

¿Por qué es importante vincular la salud a la gestión de la empresa? Un trabajador pasa al menos un tercio de su jornada en el trabajo tomando en cuenta su semana laboral.

De aquí que el empresario debe crear un ambiente laboral tal que se mantenga la salud del trabajador, impidiendo que la misma no se vea disminuida o perdida en las tareas laborales.

2. Trabajo y salud

Las condiciones de trabajo en los empleos tienen un impacto sobre la salud laboral.

Se entiende por condiciones de trabajo aquellos atributos que caracterizan cualquier tipo de actividad laboral. Las principales condiciones de trabajo son:

- Físicas. Por ejemplo: ventilación, iluminación, ergonomía, ruido, temperatura.
- Químicas. Por ejemplo: exposición a vapores contaminantes, contacto directo con productos químicos peligrosos.
- Biológicas. Por ejemplo: exposición a organismos patógenos.
- Organización del trabajo: duración de la jornada de trabajo, ritmo de trabajo, estilos de mando, contenido y carga del trabajo.

2.1 Efecto positivo del trabajo en la salud

Cuando la empresa ofrece condiciones de trabajo apropiadas, las mismas producirán efectos positivos que contribuyen a la salud.

Esos efectos incluyen la protección y la posición social, el desarrollo como persona, la capacidad de aprender y aplicar conocimientos técnicos específicos, el aumento de la competencia laboral, el recorrido en una carrera laboral, conocer y aplicar buenas prácticas de seguridad y salud ocupacional entre otros.

2.2 Efectos negativos del trabajo en la salud

Por el contrario, las malas condiciones en los empleos pueden generar daños en la salud de las personas. Ese daño se traduce en diferentes impactos: pérdida de la condición en el trabajador de su capacidad de desarrollar sus tareas normalmente, los costos de la empresa y del sistema de salud, sanciones o multas que recibe la empresa por incumplimiento de requisitos legales, entre otros.

3. Marco normativo de la prevención

La normativa sobre seguridad y salud en el trabajo está presente, con mayor o menor grado de profundidad, en la legislación de los países. Esto es porque los criterios jurídicos son herramientas claves para la prevención de riesgos laborales.

3.1 Aspectos generales

Los países tienen distintos tipos de normativa relacionada con la seguridad y salud en el trabajo. A pesar de su extensión, se puede establecer una lista de regulaciones comunes:

- Prevención de accidentes de trabajo
- Prevención de incendios
- Seguro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales
- Lista de enfermedades profesionales de la OIT
- Trabajos en altura
- Reglamentación general de tránsito
- Transporte de mercancías peligrosas
- Seguridad sectorial: industrial, construcción, agricultura, etc.
- Protección de los trabajadores contra riesgos relacionados con agentes químicos
- Protección frente a ruidos
- Riesgos eléctricos
- Entre otros

Recomendaciones

- Identificar la normativa vigente sobre seguridad y salud en el trabajo (leyes, decretos, reglamentaciones)
- Establecer cuál es la que aplica específicamente a la empresa
- Determinar qué normativa se está cumpliendo
- Para la que no, realizar un plan de acción para asegurar que se establecen las actividades que requieren su cumplimiento
- Incluir en la política de seguridad y salud en el trabajo el compromiso de la dirección de la empresa con el cumplimiento legal.

3.2 OIT

En la Constitución de la OIT se establece el principio de que los trabajadores deben estar protegidos contra las enfermedades en general o las enfermedades profesionales y los accidentes resultantes de su trabajo.

Las normas de la OIT sobre seguridad y salud en el trabajo proporcionan a los gobiernos, empleadores y trabajadores los instrumentos necesarios para desarrollar tales métodos y garantizar la máxima seguridad en el trabajo.

La OIT ha adoptado del orden de 40 normas que tratan específicamente de la seguridad y la salud en el trabajo, así como el mismo número de repertorios de recomendaciones prácticas.

Cerca de la mitad de los instrumentos de la OIT tratan directa o indirectamente de cuestiones relativas a la seguridad y a la salud en el trabajo. Se recomienda su revisión en www.ilo.org.

Instrumentos principales sobre SST

- Convenio sobre el marco promocional para la seguridad y salud en el trabajo, 2006 (núm. 187)
- Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores, 1981 (núm. 155) y su Protocolo de 2002
- Convenio sobre los servicios de salud en el trabajo, 1985 (núm. 161)

Otros instrumentos pertinentes

- Convenio sobre la higiene (comercio y oficinas), 1964 (núm. 120)
- Convenio sobre seguridad e higiene (trabajos portuarios), 1979 (núm. 152)
- Convenio sobre seguridad y salud en la construcción, 1988 (núm. 167)
- Convenio sobre seguridad y salud en las minas, 1995 (núm. 176)
- Convenio sobre la seguridad y la salud en la agricultura, 2001 (núm. 184)

4. Daños derivados del trabajo

Los daños derivados del trabajo son los efectos del trabajo humano y resultan, como vimos en el punto 3, de condiciones de trabajo no apropiadas. Los daños pueden tener como consecuencia tanto accidentes de trabajo como enfermedades profesionales.

4.1 Accidentes de trabajo

Los daños derivados del trabajo son los efectos del trabajo humano y resultan, como vimos en el punto 3, de condiciones de trabajo no apropiadas. Los daños pueden tener como consecuencia tanto accidentes de trabajo como enfermedades profesionales.

4.2 Enfermedades profesionales

Se trata de una pérdida lenta de la salud del trabajador, producido por una exposición continua y persistente a situaciones adversas en el ámbito del trabajo. Como los accidentes laborales, se deben a factores generalmente conocidos y, por tanto, también previsibles. Las enfermedades profesionales serán responsables de una patología crónica además de síntomas de agravamiento progresivo

Desde el punto de vista práctico como legal, es responsabilidad de la gestión empresarial la protección del trabajador frente a los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales. Ambos contribuyen a la ocurrencia de daños en el trabajo y a la pérdida de salud.

Para ello se deben identificar los peligros laborales, su control y finalmente su eliminación.

5. Incidente, peligro y riesgo laboral

5.1 Incidente

Es el suceso o sucesos relacionados con el trabajo en el cual

- ocurre o podría haber ocurrido
- un daño o deterioro de la salud (sin tener en cuenta la gravedad) o
- una fatalidad.

Se aclara en esta definición que un accidente es un incidente que ha dado lugar a un daño, deterioro de la salud o una fatalidad.

Ejemplos de incidentes

- derrame de lubricante en el piso de un depósito (puede ocasionar la caída de una persona)
- parte de una máquina sin protección (puede ocasionar un golpe o atrapamiento a una persona)
- un tablero eléctrico sin protección (puede provocar un choque eléctrico en el trabajador que deba operar sobre el mismo)
- un tractor que no dispone de un sistema antivuelco (frente a una maniobra incorrecta puede ocasionar lesiones e incluso la muerte del conductor)
- un puesto de trabajo administrativo mal diseñado (puede ocasionar fatiga en el operador del puesto debido a una mala postura permanente)
- obra de construcción desordenada con objetos tirados en el piso o mal apoyados (puede ocasionar riesgos de caídas, golpes, cortes, pinchazos)

5.2 Peligro

Según ISO 45001, peligro es la fuente con un potencial para causar lesiones y deterioro de la salud. Los peligros pueden incluir fuentes con el potencial de causar daños o situaciones peligrosas, o circunstancias con el potencial de exposición que conduzca a lesiones y deterioro de la salud.

En la definición se puede ver claramente los efectos de los peligros en la generación de accidentes o enfermedades laborales.

Ejemplos de peligro

- manejar un vehículo observando el teléfono móvil
- levantar un objeto en una postura incorrecta
- objetos tirados en la zona de pasaje de trabajadores
- máquina que genera ruido en sus operaciones
- muro inestable con posibilidad de derrumbe
- llevar pasajeros en los guardabarros de un tractor
- ausencia de extracción de vapores dañinos en un proceso industrial

5.3 Riesgos para la seguridad y salud en el trabajo

Según ISO 45001 2018, riesgo es la combinación de la probabilidad de que ocurran eventos o exposiciones peligrosos relacionados con el trabajo y la severidad de la lesión y deterioro de la salud que pueden causar los eventos o exposiciones.

- Los riesgos resultan ser la base de la prevención en la seguridad y salud en el trabajo.
- Identificarlos, tratarlos, comunicarlos, revisarlos, actualizarlos son actividades claves en su gestión.
- Pueden ser determinados en forma cualitativa o cuantitativa de acuerdo a diversas metodologías apropiadas para ello.
- Estas metodologías deberían contemplar la probabilidad y la severidad o consecuencia de los eventos o exposiciones peligrosas.

6. Prevención de riesgos laborales

Por todo lo anterior se debería incorporar la gestión de la seguridad y salud en el trabajo en la administración diaria de la empresa. Elaborar un plan de prevención de riesgos laborales PRL es una medida correcta para este fin.

Considere el siguiente contenido y las actividades asociadas para elaborar un PRL.

6.1 Defina una política de Seguridad y Salud en el Trabajo

Se trata de una declaración que recoge las intenciones y directrices de la empresa en materia de seguridad y salud en el trabajo que es establecida por la dirección. En la definición se puede ver claramente los efectos de los peligros en la generación de accidentes o enfermedades laborales.

Es conveniente que esta política:

- Es conveniente que esta política:
- Sea impulsada por la Dirección de la empresa
- Cuenten con la participación y apoyo de los trabajadores
- Establezca el compromiso de cumplimiento de los requisitos legales además de la mejora continua de las condiciones de seguridad y salud dentro de la empresa
- Considere también a otras partes interesadas (proveedores, subcontratistas, contratistas, entre otros)
- Sea comunicada en forma eficaz a todas las partes interesadas (trabajadores propios, trabajadores subcontratados, contratistas, visitas, entre otros)

6.2 Establezca una organización para la prevención

Defina un organigrama como la forma de visualizar una estructura. Se recomienda que figure en forma explícita la función de la prevención de riesgos laborales de la misma forma que se detallan otras funciones (compras, ventas, recursos humanos, etc.)

Recordar incorporar la descripción de los roles y responsabilidades respecto de la prevención de riesgos y la seguridad y salud en el trabajo en cargos claves como:

- Dirección
- Responsables de las diferentes unidades funcionales
- Trabajadores
- Trabajador designado para la gestión preventiva
- Delegado de prevención
- Comité de Seguridad y Salud

En la descripción de cargos tome en cuenta:

- La capacitación requerida para el puesto de trabajo, incluyendo los conocimientos específicos en seguridad y salud en el trabajo
- La experiencia
- Las habilidades y destrezas
- La capacidad de identificar los peligros

6.3 Identifique los peligros

- Identifique los sitios de trabajo: zonas de producción, depósitos de materiales y productos terminados, taller de mantenimiento, oficinas.
- Si hay más de un centro de trabajo repita esto por cada uno de ellos. Si trabaja por proyecto, identifique la obra y sus distintos sectores.
- Identifique los procesos de producción y de servicios.
- Identifique las actividades principales de los procesos. Tome en cuenta las actividades rutinarias pero también las no rutinarias o esporádicas.
- Para cada actividad rutinaria o no rutinaria, identifique los peligros para la seguridad laboral o la salud de los trabajadores
- Utilice el anexo 1 para tal fin.

Tome en cuenta:

- Tome en cuenta:
- Máquinas y equipos necesarios para ejecutar la actividad
- Herramientas de trabajo
- Materiales, insumos y materias primas necesarias para la actividad
- Residuos y contaminantes resultantes de la ejecución de la actividad
- Resultados de inspecciones del lugar del trabajo
- Reportes de incidentes/accidentes.
- Permisos de trabajo
- Estadística de accidentabilidad
- Requisitos legales aplicables
- Diferencias culturales presentes en los sitios de trabajo

6.4 Evalúe los riesgos

Para cada peligro identificado estime su severidad y probabilidad para determinar, finalmente, el riesgo.

Severidad

Para determinar la potencial severidad del daño, debe considerarse:

- a) partes del cuerpo que se verán afectadas
- b) naturaleza o impacto del daño, graduándolo de alguna manera en clases.

Para estimar la asociación es conveniente asociar la determinación a clasificación con una escala. Ejemplos de tales escalas pueden ser:

a) Cualitativa asignando tres tipos de severidad o consecuencia al daño:

- ligeramente dañino,
- moderadamente dañino y
- extremadamente dañino.

b) Cuantitativa asociando los tipos anteriores a un valor numérico:

- Valor 1: ligeramente dañino,
- Valor 2: moderadamente dañino y
- Valor 3: extremadamente dañino.

Probabilidad

La probabilidad de que ocurra el daño se puede vincular a la frecuencia con que el peligro se manifiesta. De este modo, se puede establecer también una escala:

a) Cualitativa, por ejemplo, con los siguientes criterios:

- Probabilidad alta: El daño ocurrirá siempre o casi siempre
- Probabilidad media: El daño ocurrirá en algunas ocasiones
- Probabilidad baja: El daño ocurrirá raras veces

b) Cuantitativa asociando los tipos anteriores a un valor numérico:

- Valor 1. Probabilidad alta: El daño ocurrirá siempre o casi siempre
- Valor 2. Probabilidad media: El daño ocurrirá en algunas ocasiones
- Valor 3. Probabilidad baja: El daño ocurrirá raras veces

Para fijar la probabilidad se puede utilizar un análisis histórico, determinando cuantas veces en el pasado el peligro culminó en un incidente o accidente.

Finalmente:

- Lleve cada medida de control en la práctica.
- Verifique su ejecución.
- Comunique la evaluación de riesgos a aquellos trabajadores involucrados en los peligros detectados, propios y ajenos.
- Utilícelo como elemento de capacitación e información.
- Revise periódicamente la validez del plan de prevención, actualizándolo según corresponda.
- Extiéndalo a nuevos equipos, instalaciones, procesos, sitios de trabajo.

7. Gestionar por indicadores

Una de las formas de evaluar la eficacia de un plan de prevención de riesgos laborales en el tiempo es el monitoreo a través de indicadores de gestión apropiados. De este modo, las métricas de control se extienden también a la seguridad y la salud en el trabajo.

Un indicador es un soporte de información (habitualmente expresión numérica) que representa una magnitud, de manera que a través del análisis del mismo se permite la toma de decisiones sobre los parámetros de actuación (variables de control) asociados

Un modo de formalizar un indicador es a través de una ficha específica, como la que sigue:

FICHA DE INDICADOR	
Indicador	Porcentaje de horas perdidas por accidentes de trabajo.
Resultado planificado o meta	No superar el 1%.
Forma de cálculo	Cantidad de horas perdidas por accidentes de trabajo por mes / Cantidad de horas total trabajadas por mes.
Fuente de información	Informe mensual del área administrativa.
Seguimiento y presentación	Gráfica.

Tomando un período de tiempo de tiempo de referencia (mes, año), se presentan algunos indicadores como ejemplo:

- Número de accidentes de trabajo con ausencia laboral / Número medio de trabajadores expuestos.
- Número de accidentes mortales / Número medio de trabajadores expuestos.
- Duración media de la ausencia laboral.
- Número de días libres de accidentes laborales.
- Número de enfermedades ocupacionales reportadas por año.
- Número de horas de capacitación relacionadas con la seguridad y salud en el trabajo / Número total de horas trabajadas.
- Número de requisitos legales cumplidos / Número de requisitos legales totales.

8. Control de los equipos de trabajo y medios de protección

Seguramente y como resultado de la aplicación del plan de prevención de riesgos, se determinen los requisitos de seguridad que deben cumplirse en instalaciones, máquinas, equipos, medios de transporte, entre otros, que dispone la empresa. Muy probablemente parte de esos requisitos se cumplirán a través de los medios de protección requeridos.

Tales elementos de protección se pueden clasificar en; a) equipos de protección colectiva (EPC) y b) equipos de protección personal o individual (EPP).

EPC: Se trata de las medidas preventivas que se efectúan para varios trabajadores de forma simultánea y que están expuestas a un mismo riesgo

EPP: Se trata de las medidas preventivas que dispone un trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud. Esta definición incluye los complementos o accesorios para estos fines.

Los equipos de protección individual deberán utilizarse cuando los riesgos no se puedan evitar o no puedan limitarse suficientemente por medios técnicos o de protección colectiva o mediante medidas, métodos o procedimientos de organización del trabajo.

Ejemplos de tipos de equipos de protección colectiva

- Orden y limpieza
- Carcasas de protección (en máquinas, motores o herramientas)
- Barandillas, pasarelas y escaleras
- Sistemas de ventilación y campanas extractoras
- Andamios y redes anticaídas
- Sistemas antiincendios
- Barreras de sonido
- Señalización y cartelería
- Vallado perimetral de espacios de trabajo
- Barreras de protección térmica
- Interruptores diferenciales
- Encerramientos de máquinas generadoras de ruido
- Sistemas de andamios
- Plataformas de trabajo

Ejemplos de tipos de equipos de protección personal

- Protección de las vías respiratorias
- Protección de la cabeza
- Protección ocular
- Protección de las vías auditivas
- Protección de las manos y brazos
- Protección del tronco lumbar
- Protección de los pies y piernas
- Protección de todo el cuerpo
- Protección de la piel

9. Medidas de emergencia

Son importantes para prevenir daños o perjuicios o evitar su extensión o profundización. Estas medidas deben prevenir las posibles situaciones de emergencia tales como:

- Primeros auxilios
- Lucha contra incendios
- Manejo de derrames
- Evacuaciones
- Eventos naturales adversos
- Entre otras

Para implementar las medidas de emergencias, conviene considerar los siguientes elementos:

- Como siempre, realizar un análisis de los requisitos que fija la normativa legal vigente sobre las medidas de emergencia requeridas en la empresa
- Resolver las diferencias de lo disponible con lo exigido en la evaluación de riesgos y la normativa vigente
- Realizar un inventario de los recursos que dispone la empresa para enfrentar las emergencias. Ejemplos de recursos son: equipos de protección personal, los medios de lucha contra incendios, medios de control de derrames, camillas, botiquines, entre otros.
- Designar los miembros que integrarán los equipos de emergencia, capacitarlos y evaluar en la práctica sus competencias en la materia.
- Designar al personal encargado del mantenimiento de los equipos de protección frente a emergencias
- Informar a todos los trabajadores sobre las medidas de emergencias.
- Realización de simulacros, para comprobar en la práctica que los procedimientos se aplican y son eficaces.

Para una pequeña empresa la estructura organizativa normalmente es poco compleja y la gestión está en manos de unas pocas personas e incluso, en el caso de muchas microempresas, de una sola.

Un procedimiento sencillo de actuación frente a emergencias es un medio para establecer un método. Según el tipo de empresa y su sector de actividad, este procedimiento podría contemplar actuaciones frente a incidentes tales como:

- Accidentes
- Incendios
- Evacuaciones
- Derrames
- Escapes (gas, vapor)
- Explosiones
- Eventos naturales (inundaciones, terremotos, tormentas severas)

10. Investigación de accidentes

La investigación de accidentes es una herramienta que tiene por objetivo determinar las causas de los mismos. Solamente si se conocen las causas, y actuando sobre las mismas, se puede evitar su repetición.

De ahí la importancia de realizar un análisis detallado y profundo además de disponerlo en forma documentada.

Causas de los accidentes

Es característico que:

- las causas de los accidentes sean diversas, no únicas
- de orígenes distintos
- con tales orígenes interrelacionados

11.1 Métodos de investigación de causas

No existe un único método para investigar accidentes pero cualquiera es válido si el resultado permite determinar efectivamente las causas.

Se pueden aplicar distintas herramientas para estos fines:

- Árbol de causas
- Método de análisis de la cadena causal
- Método síntoma causa remedio
- Los 5 porqué
- Esquema de los factores causales
- Diagrama de causa efecto (Ishikawa)
- Entre otros

11.2 Formulario de investigación de accidentes

Los accidentes investigados en forma documentada demuestran el compromiso de la dirección de la empresa con la seguridad y salud en el trabajo.

Un formulario organizado y completo contribuye a este fin, constituyéndose en método y registro de realización de la investigación.

Contenido sugerido:

- Datos del trabajador
- Descripción del suceso o accidente
- Causas del accidente
- Medidas correctivas propuestas (plan de acción con medidas, responsables, plazos, recursos)
- Informe médico (si corresponde)
- Informe del delegado de prevención
- Seguimiento del plan de acción
- Análisis de costos asociados
- Cierre

12. Conclusiones

La prevención de los riesgos laborales se logra con el compromiso y la participación de todos los integrantes de la empresa.

Para ello se requiere un liderazgo de la dirección que conduzca y garantice que las operaciones se desarrollen en condiciones de seguridad y salud y en cumplimiento de los requisitos legales. Si la gestión diaria incorpora aspectos preventivos se evitarán accidentes de trabajo, enfermedades profesionales, daños y pérdidas de vida, pérdidas de activos y costos innecesarios.

Entonces se observará en la empresa comportamientos seguros y saludables de los trabajadores, que tendrán como consecuencia mejor calidad de productos y servicios obtenidos a través de procesos confiables y seguros, en un ambiente propicio, libre de accidentes y atento al cuidado de la salud.

¿Qué beneficios tiene para el empresario incorporar la seguridad y salud en el trabajo a través de la prevención?

- Crear una cultura preventiva en la empresa. Así los trabajadores pensarán primero en la seguridad antes de realizar una tarea u operación. Las empresas que minimizan los accidentes laborales podrían tener por lema: la seguridad y la salud primero.
- Por tanto generar ahorro al no asumir los costos asociados a no prevenir
- Conocer y hacer cumplir la normativa vigente como forma de mostrar responsabilidad y compromiso de la dirección de la empresa hacia los organismos regulatorios y los trabajadores.
- Disminución de los accidentes y enfermedades laborales
- Mejorar la calidad de vida de los trabajadores
- Mejorar el ambiente laboral con incidencia en el ausentismo laboral
- Mejora de la imagen de la empresa frente a todas las partes interesadas: clientes, proveedores, subcontratistas, organismos de regulación y la sociedad en su conjunto.
- Brindar conocimientos técnicos fundamentados a los trabajadores para que conozcan los peligros en su ámbito laboral y sepan como actuar en la prevención de los riesgos asociados.