

“Escuela de Educación Técnica N° 53 “Juan Domingo Perón”

SEGURIDAD E HIGIENE INDUSTRIAL – 4 Año

Normas de Seguridad e Higiene en el Trabajo:

La aplicación de normativas de higiene y seguridad en el trabajo reducen sustancialmente los riesgos de sufrir accidentes laborales, reduciendo el número de muertes causadas por estos, además de evitar y minimizar en muchos casos contraer enfermedades profesionales, directamente relacionadas con el desarrollo de la actividad laboral.

Las condiciones de higiene y seguridad afectan a la salud de los trabajadores en cualquier ámbito de actividad, incluso las que puedan parecer más inocuas e inofensivas a simple vista.

Por ello hay que adaptar las medidas de seguridad en el trabajo a cada sector productivo o de servicios, y contar con la participación activa de los trabajadores para crear climas y entornos laborales dignos y saludables.

- **¿Qué es la prevención de riesgos laborales, y qué relación tiene con la higiene y seguridad en el trabajo?**
- **¿Qué aspectos se engloban en las principales normas de higiene y seguridad en el trabajo?**
- **Medidas genéricas de seguridad e higiene en el trabajo**

¿Qué es la prevención de riesgos laborales, y qué relación tiene con la higiene y seguridad en el trabajo?

Se puede decir que la prevención de riesgos laborales es el conjunto de medidas encaminadas a evitar riesgos en la salud de los trabajadores dentro de su ámbito de actividad y puesto de trabajo.

En éste sentido se trabaja en la prevención de riesgos laborales considerando como tales todos aquellos que puedan producir un determinado daño en la salud de los trabajadores de mayor o menor gravedad, sea enfermedad o accidente, y teniendo en cuenta los factores que pueden influir en unas altas o bajas posibilidades de que esto suceda, en función de las condiciones específicas de cada trabajo:

Condiciones ambientales del entorno laboral

Condiciones físicas en las que se trabaja

Condiciones organizativas de las empresas

La prevención e higiene en materia de riesgos laborales se consigue aplicando todas las medidas previstas para evitar los riesgos en el desempeño laboral.

Para poder establecer la prevención concreta y las medidas de seguridad en el trabajo y actividad específica, lo primero es estudiar los tres puntos anteriores para identificar agentes y condiciones potenciales que supongan un riesgo por accidente, enfermedad o deterioro para la salud de las personas en sus trabajos.

En éste sentido se realiza la evaluación de riesgos en cada negocio o instalación productiva, identificando situaciones anteriores que han generado accidentes, o problemas de higiene en el trabajo para la salud de los operarios en condiciones similares, y de ésta manera contar con información para adoptar medidas correctoras que eviten que se repitan.

Para entenderlo mejor, podemos poner un ejemplo clásico, como sería trabajar sobre un andamio sin casco de protección y arneses de seguridad.

En éste caso el empresario debe facilitar la información a sus operarios de limpieza, y hacer cumplir las medidas de seguridad laboral, pero los trabajadores deben colaborar y ser igualmente responsables de su cumplimiento.

¿Qué aspectos se engloban en las principales normas de higiene y seguridad en el trabajo?

La higiene en el trabajo engloba tanto el conocimiento cómo los aspectos técnicos que nos sirven para identificar y corregir todo tipo de causas de origen ambiental, y condiciones de higiene en los ambientes laborales que afectan psicológicamente en el entorno laboral, deteriorando la salud de los trabajadores.

En éste sentido por ejemplo, se habla de ergonomía en los puestos de trabajo como concepto encaminado a procurar unas condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo que revierta en un rendimiento más eficaz y cómodo para los trabajadores, protegiendo la salud y seguridad de las personas.

En nuestro país estos conceptos cuentan con una larga trayectoria de más de cien años, pese a que la difusión con la actual denominación, se establece con una legislación relativamente reciente.

La normativa obliga a cumplir una serie de condiciones en seguridad e higiene laboral, que benefician básicamente a los trabajadores, pero también a los empresarios que no ven interrumpida la producción por estos motivos, y las arcas públicas, pues con ello se evitan grandes sumas destinadas a servicios sanitarios, así como un gran ahorro en pensiones de invalidez o las derivadas de fallecimiento.

Medidas genéricas de seguridad e higiene en el trabajo

Una actitud responsable de cara a uno mismo y con respecto al conjunto de compañeros, que implican atención, lógica y sentido común, para conseguir la seguridad laboral.

Cuidado de la maquinaria, herramientas y material con el que se trabaja, es otra de las normas básicas de seguridad e higiene en el trabajo.

Conocer unas pautas básicas ante situaciones de emergencia.

Evitar el consumo de tabaco, estupefacientes y alcohol en el horario laboral, y en las horas previas, son principios básicos para conseguir seguridad en el trabajo.

Utilizar los elementos de protección personal, como guantes, calzado de seguridad, cascos, gafas, máscaras, protecciones auditivas, arneses, cinturones de seguridad y vestuario específico, cada vez que una tarea lo requiera en higiene y seguridad industrial de sectores como:

Edificación y resto de actividades derivadas.

Industrias químicas, de minería, metalúrgicas, eléctricas, farmacéuticas y laboratorios, automoción, centrales nucleares, y altos hornos, entre otras.

Agricultura, silvicultura, ganadería y pesca y actividades derivadas.

Servicios sanitarios, de limpieza y gestión de residuos.

Mataderos y manipulado de carnes y pescados en locales.

Respetar y exigir los descansos establecidos por la legislación en higiene y seguridad en el trabajo para todo tipo de actividades relacionadas con el sector de transporte.

Conocer y practicar en todo momento las pautas preventivas de higiene y seguridad laboral, establecidas en otros sectores y trabajos como son los cuerpos de seguridad del estado, en empresas privadas de seguridad y vigilancia, o cuerpos de bomberos.

No realizar ningún tipo de trabajo si no cuentas con las herramientas y maquinaria específica que garantice una seguridad adecuada, es uno de los principios más importante en seguridad laboral.

A la hora de realizar cualquier tipo de carga, hay que trabajar con los músculos de las piernas, acercando ésta lo más posible a nuestro cuerpo para disminuir el peso y proteger la columna vertebral.

Las cargas pesadas se deben trasportar y almacenar con sistemas mecánicos, recibiendo la correspondiente formación previa para su manejo, cómo se indica en las normas de seguridad en el trabajo.

Siempre que se perciba algún tipo de riesgo potencial para la seguridad laboral, hay que comunicarlo lo antes posible a encargados o superiores.

Evitar el desorden y la falta de limpieza en el puesto de trabajo y tu entorno.

No utilizar cualquier tipo de elemento a la hora de ascender por encima del suelo para alcanzar objetos o mercancías, es otro de los principios más básico de seguridad en el trabajo.

No pasar por debajo de lugares en los que se están efectuando transportes de cargas en altura.

Prestar especial atención a las instrucciones y datos identificativos, de caducidad u otros, a la hora de manejar productos combustibles, explosivos o tóxicos, también forma parte de las normas de higiene y seguridad, que todo tipo de trabajadores debe conocer.

No traspasar zonas de instalaciones con cartelería de peligro específico, si no se cuenta con la información y autorización personal.

Evitar la obstrucción de escaleras, puertas y salidas de emergencia Higiene laboral

Además de éstas medidas genéricas que protegen de accidentes potencialmente previsibles, existen otras medidas de higiene laboral, que ayudan a proteger la salud de los trabajadores, evitando su deterioro por el tipo de trabajo que desempeñan, y evitan posibles enfermedades, como son las siguientes:

Evitar posturas viciadas en el puesto de trabajo para no favorecer problemas de espalda, dolores de cabeza, o mala circulación de la sangre, es una buena medida de higiene y seguridad en el trabajo. Utilizar protección visual en pantallas de equipos informáticos, para evitar irritación ocular, desgaste de la vista y mareos.

Mantener una adecuada higiene de las manos para no transmitir por contacto contaminaciones transportadas en las mismas, es una de las principales normas de higiene en el trabajo.

De ésta forma se evitan muchas infecciones como el catarro común, la gripe, o enfermedades contagiosas de mayor gravedad.

Mantener una conducta cívica al utilizar correctamente los aseos y vestuarios comunes, también es una de las normas de higiene en el trabajo más básicas que implica respeto hacia las instalaciones y los compañeros, y favorece un mejor clima y entendimiento.

Observar una correcta higiene personal y del vestuario, tanto si llevas uniforme, como si utilizas tu propia ropa, también está entre las pautas más básicas de higiene laboral.

Respetar de forma íntegra los períodos de baja médica para evitar recaídas, complicaciones mayores, o contagios.

Mantener limpieza y orden en el trabajo, y los equipos y herramientas confiados a tu cargo, avisando a tus superiores del deterioro cuando se detectan fallos por el desgaste natural, o averías.

En caso de utilizar uniformes o vestuario específico, éste debe ser de tu talla, y llevarlo siempre en perfectas condiciones, evitando partes sueltas o colgantes que pueden provocar riesgo por atrapamiento.

Otra cuestión básica en higiene laboral es evitar comer y beber mientras estás realizando tareas y fuera de los tiempos de descanso, para evitar suciedad y distracciones que pueden acarrear peligro.

Evitar la agresividad y situaciones violentas con compañeros.

El cumplimiento sin discusión de las normas de higiene y seguridad en el trabajo, previene y evita accidentes, mal estar y enfermedades entre los trabajadores, y la irresponsabilidad de un solo empleado en éste sentido puede poner en peligro a toda la plantilla de una empresa.

Por éste motivo se establecen sanciones para los empleados descuidados e irresponsables, que pueden derivar en expulsiones temporales, o despidos con consecuencias más graves en los casos más extremos.

Aunque las pautas preventivas, medidas y normas de seguridad, varían dependiendo de los diferentes sectores de actividad, ya que algunos de ellos entrañan muy diferentes riesgos potenciales, existen algunas medidas exigidas de forma genérica a todos los trabajadores con independencia del tipo de trabajo que realicen.