CURSO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS PARA LA SEGURIDAD LABORAL

LIDERA
Tu desarrollo



MÓDULO 1: CONCEPTOS BÁSICOS SOBRES EGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

1.1 Introducción y Objetivos

La preocupación por las condiciones de trabajo ha permitido avanzar en el conocimiento de los daños del trabajo vinculados fundamentalmente al ámbito laboral y que influyen en la pérdida de la salud de los trabajadores y las trabajadoras, y en definitiva de su calidad de vida.

Desde la entrada en vigor de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales en 1996, los conceptos de prevención, seguridad y salud en el trabajo, los derechos y obligaciones de trabajadores y empresarios al respecto han ido abriéndose un espacio propio, tanto en la sociedad como en las relaciones laborales en nuestro país.



El desarrollo de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales ha establecido las bases de un marco normativo no solo se garantiza la seguridad y salud de los trabajadores/as, sino que dicha protección es también un derecho de estos.

Independientemente del trabajo que desempeñemos, la colaboración de todos, empresarios y trabajadores, en las labores preventivas es fundamental para conseguir una cultura preventiva eficaz y unas condiciones de trabajo idóneas. El trabajador, debido a su propia actividad laboral o por el entorno de trabajo, puede estar expuesto a riesgos, que, de no evitarlos, pueden provocar un accidente o una enfermedad profesional. La empresa tiene la obligación de suministrar los medios suficientes para eliminar o, si no es posible, minimizar los riesgos. El trabajador tiene que ser responsable y usar todos los equipos de trabajo y equipos de protección de forma adecuada. Promover una motivación suficiente y actitud positiva para adquirir costumbres y hábitos adecuados para evitar las situaciones de riesgo, repercutirá en una menor siniestralidad.

Objetivos

Conocer los conceptos fundamentales que conforman el campo de la seguridad y salud laboral, estableciendo la relación entre los mismos.

- ✓ Identificar la normativa básica que regula la materia de la seguridad y salud laboral.

- ✓ Ofrecer una visión general de los riesgos que pueden existir en diversas actividades, dando recomendaciones sobre medidas preventivas que pueden aplicarse

1.2 Conceptos generales

En esta unidad examinaremos algunos conceptos básicos como trabajo, salud, riesgos profesionales, factores de riesgo o accidente de trabajo y enfermedad profesional, que nos permitirán descubrir cuál es el proceso por el que se llega a poner en peligro la salud de los trabajadores.

LA SALUD



La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la salud como "el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad". De la definición de la OMS, es importante resaltar el aspecto positivo, ya que se habla de un estado de bienestar y no solo de ausencia de enfermedad.

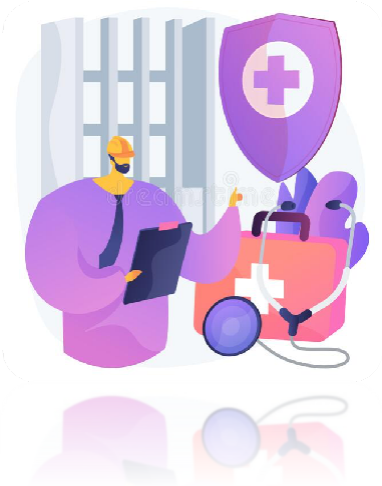
EL TRABAJO



Se entiende por trabajo cualquier actividad física o intelectual.

El trabajo remunerado es un medio para satisfacer las necesidades humanas: la subsistencia, la mejora de la calidad de vida, la posición del individuo dentro de la sociedad, la satisfacción personal, etc.

SALUD LABORAL



Es evidente que el trabajo y la salud están estrechamente relacionados, ya que el trabajo es una actividad que el individuo desarrolla para satisfacer sus necesidades, al objeto de disfrutar de una vida digna. También gracias al trabajo podemos desarrollarnos tanto física como intelectualmente. Salud laboral consiste, pues en promover y proteger la salud de las personas en el trabajo evitando todo aquello que pueda dañarla y favoreciendo todo aquello que genere bienestar, tanto en el aspecto físico como en el mental y social.

Tanto la Organización Internacional del Trabajo (O.I.T.) como la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) consideran que la salud laboral tiene la finalidad de fomentar y mantener el más alto nivel de bienestar físico, mental y social de los trabajadores o trabajadoras, En suma, adaptar el trabajo a la persona y cada persona a su trabajo, es decir, hay que lograr que mejoren las condiciones de trabajo para preservar la salud de los trabajadores o trabajadoras.

DIFERENCIA ENTRE EL RIESGO Y PELIGRO



Junto a esta influencia positiva del trabajo sobre la salud existe otra negativa, la posibilidad de perder la salud debido a las malas condiciones en las que se realiza el trabajo, y que pueden ocasionar daños a nuestro bienestar físico, mental y social (accidentes laborales, enfermedades...). Los elementos que influyen negativamente y relacionados con la seguridad y la salud de los trabajadores son los "RIESGOS LABORALES".

Por tanto, podríamos decir que un trabajador o trabajadora está expuesto a riesgo laboral en aquellas situaciones que pueden romper su equilibrio físico, psíquico o social. La Ley de Prevención de Riesgos Laborales define el término RIESGO LABORAL como Posibilidad de que un trabajador o trabajadora sufra un determinado daño derivado del trabajo. Ejemplo tenemos elementos móviles peligrosos en movimiento, puesta en marcha inesperada/intempestiva, etc.

Para calificar un riesgo desde el punto de vista de su gravedad, se valorarán conjuntamente la probabilidad de que se produzca el daño y la severidad de este.

Se entenderá como ***"riesgo laboral grave e inminente"*** aquel que resulte probable racionalmente que se materialice en un futuro inmediato de la que puedan derivarse daños graves para la salud.

Existe otro concepto habitualmente relacionado con la prevención de riesgos y que frecuentemente se confunde al asemejarse al concepto de riesgo. Es el **PELIGRO:** fuente de posible lesión o daño para la salud.



Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales se entenderán como procesos, actividades, operaciones, equipos o productos potencialmente peligrosos" aquellos que, en ausencia de medidas preventivas específicas, originen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores o trabajadoras que los desarrollan o utilizan.

Ejemplos de condiciones peligrosas: instalaciones inadecuadas o en mal estado, equipos, útiles, elementos o materiales defectuosos, resguardos y protecciones inadecuadas o inexistentes en máquinas o instalaciones, condiciones ambientales peligrosas (ej: por la presencia no controlada de polvo, gases, vapores, humos, ruidos, radiaciones, etc.), ausencia de delimitación de áreas de trabajo, de tránsito de vehículos, de personas, etc.



CONDICIONES DE TRABAJO



Los riesgos para la salud de los trabajadores o trabajadoras no son algo natural o inevitable, sino que normalmente son consecuencia de unas condiciones de trabajo inadecuadas.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales define "CONDICIÓN DE TRABAJO" cualquier característica de este que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud del trabajador o trabajadora.

Quedan incluidas en esta definición: Las características generales de los locales, instalaciones, equipos, productos y demás útiles existentes en el centro de trabajo, la naturaleza y concentraciones de los agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el ambiente de trabajo, los procedimientos para la utilización de los agentes citados anteriormente que influyan en la generación de los riesgos mencionados, etc.

1.3 Factores de riesgos y principios de acción preventiva

Los factores de riesgo laborales van a ser aquellos elementos o condicionantes que pueden provocar un riesgo laboral.

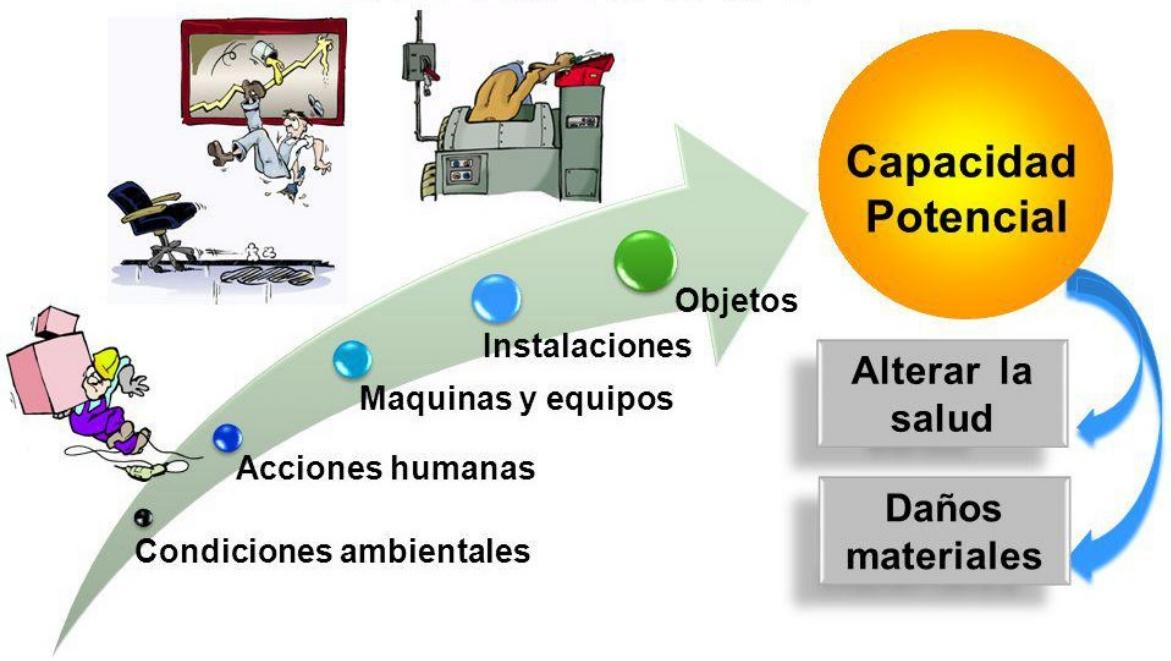
Los principales factores de riesgo laboral son los siguientes:

- ✓ Factores ligados a condiciones de seguridad (instalaciones. Máquinas, equipos): son factores materiales que pueden influir sobre la materialización de accidentes.

- ✓ Factores ligados a las condiciones medioambientales físicas, químicas o biológicas, existen unos valores adecuados para este tipo de factores, que en caso de no respetarse pueden dar lugar a lesiones y/o alteraciones en la salud.
- ✓ Factores derivados de la carga de trabajo: determinados por las exigencias que impone la tarea.

- ✓ Factores derivados de la Organización de trabajo.

¿Qué es un factor de riesgo?



LA PREVENCIÓN, entendida como "el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa, con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo".

"PRINCIPIOS GENERALES DE LA ACCIÓN PREVENTIVA" a aplicar en el trabajo (artículo 15 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales):

- Evitar los riesgos.
- Evaluar los riesgos que no se puedan evitar.
- Combatir los riesgos en su origen.
- Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción, con miras, en particular, a atenuar el trabajo monótono y repetitivo y a reducir los efectos de este en la salud.
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
- Planificar la prevención, buscando un conjunto coherente que integre en ella la técnica, la organización del trabajo, las condiciones de trabajo, las relaciones sociales y la influencia de, los factores ambientales en el trabajo.
- Adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.

Para poder intervenir frente a esos factores de riesgo y adoptar las medidas preventivas necesarias se requiere la actuación conjunta y programada de las técnicas específicas de la prevención de riesgos laborales:

- **Seguridad en el trabajo:** es el conjunto de técnicas y procedimientos que tienen por objeto eliminar d disminuir el riesgo de que se produzcan los accidentes de trabajo.

- **Higiene industrial:** es la técnica que previene la aparición de enfermedades profesionales, estudiando, valorando y modificando el medio ambiente físico, químico o biológico del trabajo.

- **Medicina del trabajo**

- **Ergonomía y Psicosociología:** En este apartado está la carga de trabajo física y mental de trabajo cuya principal manifestación dolencias osteo musculares, la fatiga, el estrés y la insatisfacción laboral.

La necesidad de adoptar medidas preventivas y, en su caso, el tipo de estas, vendrán dadas por laevaluación de los riesgos laborales.



En el trabajo, ante cualquier peligro para la salud, lo primero que hay que intentar es **evitar los riesgos**, es decir, eliminarlos y, si no se puede hacer totalmente, **evaluar los que no se hayan podido evitar.**

A continuación, hay que **combatir los riesgos en su origen** y, así, ir aplicando los principios generales de la acción preventiva indicados en el artículo 15 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

1.4 Daños derivados del trabajo

Una vez determinado el significado de riesgo, introducimos ahora el concepto de daño laboral como una consecuencia directa del riesgo laboral.

De acuerdo con la definición de riesgo como la posibilidad de que un trabajador o trabajadora pueda sufrir un daño, precisamente daño es la materialización del riesgo.

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales define "daños derivados del trabajo" como las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.

Las consecuencias negativas de unas condiciones de trabajo deficientes se pueden materializar en daños laborales de diferentes formas:

- ✓ **Accidente de trabajo**
- ✓ **Enfermedad profesional**
- ✓ **Fatiga laboral**
- ✓ **Estrés laboral**
- ✓ **Insatisfacción laboral**



A. Los accidentes de trabajo

El accidente de trabajo puede definirse desde dos puntos de vista: una definición técnica y desde el punto de vista legal.

Definición legal: El Texto Refundido de la Ley General de Seguridad Social lo define como «toda lesión corporal que el trabajador sufra con ocasión o a consecuencia del trabajo que ejecute por cuenta ajena».

Requisitos necesarios para calificarlo como accidente de trabajo:

- ✓ Trabajo por cuenta ajena.
- ✓ Existencia de lesión
- ✓ Relación causa-efecto entre trabajo y lesión"

De acuerdo con la definición legal, tendrán la consideración de accidentes de trabajo:

1) Accidente in itinere
   Es el que sufre el trabajador al ir al trabajo o al volver de este. Se considera accidente laboral cuando: 1º ocurra en el camino de ida o vuelta del trabajo (1 hora de trayecto), 2º que no se produzcan interrupciones, 3º que se realice por el itinerario habitual,

2) En el desempeño de cargos sindicales.

3) Al obedecer órdenes del empresario o por el bien general, aunque sean tareas distintas de las habituales.

4) En actos de salvamento en conexión con el trabajo.

5) Se presumirá, salvo prueba en contrario, que las lesiones que el trabajador sufra durante el tiempo y el lugar del trabajo son accidentes de trabajo.



Atendiendo a la gravedad de las lesiones los accidentes se clasifican en:

- **Accidente en blanco o sin lesión:** no causa daño físico.
- **Accidente con lesión:** con o sin baja médica

Se considera que un accidente es con baja cuando el trabajador no acude a su puesto de trabajo al día siguiente de haberse producido el accidente, por encontrarse bajo tratamiento médico y en situación de incapacidad temporal.
El criterio para clasificar un accidente por la gravedad de la lesión se basa exclusivamente en la apreciación médica de las lesiones producidas, no existe un criterio objetivo para tal fin.

¿Qué accidentes no tienen la consideración de Accidente de Trabajo?:

- Los debidos a imprudencia temeraria del trabajador/a.
- Los debidos a fuerza mayor extraña al trabajo.
- Debidos a dolo del trabajador/a accidentado; se considera que existe dolo cuando el trabajador/a consciente, voluntaria y maliciosamente provoca un accidente para obtener prestaciones que se derivan de la contingencia.

Desde un punto de vista técnico se puede definir el accidente de trabajo como todo suceso anormal no querido, no deseado y no programado, que se presenta de forma inesperada, que interrumpe la continuidad del trabajo y que puede causar lesiones a los trabajadores y trabajadoras.

CLASIFICACIÓN DE LOS ACCIDENTES	
Según el lugar de trabajo	→ Sucedidos en el lugar o centro de trabajo → "In Itinere"
Según las consecuencias	→ Con Baja → Sin Baja
Según la Gravedad de la Lesión	→ Leves → Graves → Mortales

En caso de accidente, comunicar inmediatamente al responsable directo. Cuando sea necesario acudir a la mutua, debe solicitar el parte de asistencia.

La seguridad en el trabajo es el conjunto de técnicas y procedimientos que tienen por objeto eliminar o disminuir el riesgo de que se produzcan los accidentes de trabajo.



B. Las enfermedades profesionales

Según Ley General de la Seguridad Social Enfermedad Profesional es "toda aquella contraída a consecuencia del trabajo ejecutado por cuenta ajena, en las actividades que se especifiquen en el cuadro que se aprueba por las

disposiciones de aplicación y desarrollo de la ley, y que esté provocada por la acción de los elementos o sustancias que en dicho cuadro se indique para toda enfermedad profesional".

Desde el punto de vista de la prevención de riesgos laborales se considera enfermedad derivada del trabajo como “el deterioro lento y paulatino de la salud del trabajador, producido por una exposición crónica a situaciones adversas, sean estas producidas por el ambiente en que se desarrolla el trabajo o por la forma en que éste está organizado”

Los factores que determinan la enfermedad profesional son:

- ✓ Tiempo de exposición.
- ✓ Características personales del trabajador.
- ✓ Concentración o intensidad del contaminante.
- ✓ Presencia simultánea de varios contaminantes.



- **Grupos de Enfermedades Profesionales**

En el RD 1299/2006, de 10 de noviembre se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el Sistema de la Seguridad Social, de forma que sólo se diagnosticarán como tal, aquellas enfermedades que aparezcan en el citado cuadro y que estén asociadas a la indicada, sin que el trabajador esté obligado a demostrar la relación causa efecto:

- Enfermedades producidas por agentes químicos.
- Enfermedades producidas por agentes físicos.
- Enfermedades producidas por agentes biológicos
- Enfermedades provocadas por inhalación de sustancias y agentes no comprendidas en otros apartados.
- Enfermedades de la piel causadas por sustancias y agentes no comprendidos en alguno de los otros apartados.

- Enfermedades profesionales causadas por agentes carcinógenos.



Cuando un trabajador sufra un problema de salud y piense que éste está relacionado con el trabajo, puede acudir a la mutua o a su médico del sistema público de salud para que se declare, en su caso, una Enfermedad Profesional.

La Higiene Industrial es la técnica que previene la aparición de enfermedades profesionales, estudiando, valorando y modificando el medio ambiente físico, químico o biológico del trabajo.

C. Otros daños para la salud

✓ Carga de trabajo

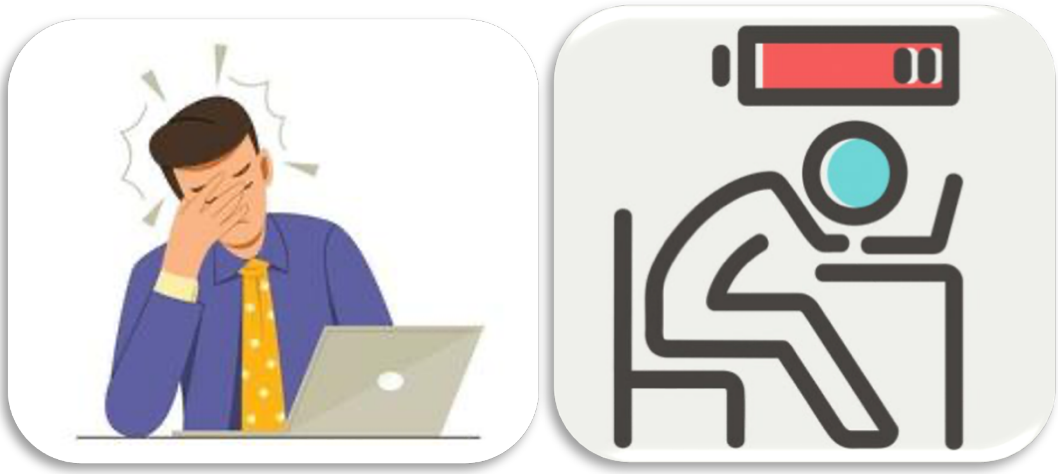
Cuando el conjunto de requerimientos psicofísicos a los que se ve sometida la persona a lo largo de la jornada de trabajo supera a los que puede realizar.

- **Carga física y mental de trabajo**

- Carga física es cuando en la tarea realizada predomina la actividad muscular.
-Carga mental es cuando el componente principal es de tipo intelectual.

- **La fatiga**

Se podría definir como la disminución de la capacidad física del individuo, después de haber realizado un trabajo, durante un tiempo determinado.



✓ Patología de movimientos repetitivos

Es un problema muy frecuente en los sectores industriales, donde se produce principalmente, lesiones de extremidades superiores derivadas de microtraumatismos repetitivos. Los factores de riesgo principales para este tipo de lesiones son la aplicación de una fuerza manual excesiva, posturas forzadas de muñeca o de hombros, tiempos de descanso insuficientes, etc.



✓ Estrés e insatisfacción laborales

Se produce cuando las demandas que se le exigen al individuo superan sus capacidades para afrontarlas. Estas demandas pueden ser:

- **Del trabajo:** sobrecargas de trabajo, ritmos impuestos, etc.

- **Características de la persona:** personalidad, aspiraciones y expectativas, formación, condición física y hábitos de salud, necesidades del individuo, etc.

Para actuar sobre estos daños de la salud, se aplican las técnicas de Ergonomía y Psicosociología aplicada y la Medicina de Trabajo, igual que ocurre en los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.

