

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA
“CORNELIO SILVA ARGÜELLO”
UNAN FAREM-CHONTALES.**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA Y SALUD.
SEMINARIO DE GRADUACIÓN PARA OPTAR AL TÍTULO DE:
INGENIERÍA INDUSTRIAL Y SISTEMA**

TEMA GENERAL:

ERGONOMÍA, SEGURIDAD E HIGIENE LABORAL EN LAS EMPRESAS DE JUIGALPA-CHONTALES CORRESPONDIENTE AL SEGUNDO SEMESTRE DEL AÑO 2013.

TEMA ESPECÍFICO:

PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN EL CENTRO DE SALUD ADÁN BARRILLAS HUETE, UBICADA EN LA CIUDAD DE JUIGALPA, CHONTALES CORRESPONDIENTE AL SEGUNDO SEMESTRE DEL AÑO 2013.

AUTORES:

- ❖ Br. EDUARD ANDRÉS CHACÓN ACUÑA.
- ❖ Br. JOLIETH ISABEL JIRÓN HURTADO.
- ❖ Br. YARON ALBERTO RODRÍGUEZ SUAREZ.

TUTOR: ING. AARON LEIVA BARBERENA.

FECHA: 21/03/2014.

A la libertad por la Universidad.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar agradecemos a Dios, por habernos dado la oportunidad de realizar este trabajo y guiarnos por el camino del éxito.

Nuestros padres: principalmente a ellos por apoyarnos y ayudarnos en todo lo necesario.

A nuestro tutor Ing. Ind. Aarón Leiva Barberena: por habernos dedicado el tiempo necesario y brindarnos sus conocimientos con paciencia y nunca haberse negado a contestar las preguntas que le hicimos.

DEDICATORIA

Dedicamos esta investigación bibliográfica de mucho esfuerzo y empeño, con nuestro amor.

A

Nuestro **DIOS** creador por habernos permitido y darnos la fuerza necesaria para ser posible la terminación de dicho trabajo y concluir nuestros sueños.

Por ser nuestro guía consolador en los momentos difíciles que enfrentamos en el proceso de la investigación que hemos realizado por eso:

Digno eres tu señor **DIOS** mismo que recibir la gloria y la honra, y el poder que tú creaste todas las cosas y a causa de tu voluntad existieron y fueron creados.

Por tal razón te damos muchas gracias

Nuestros padres: por ser incondicional en todas nuestras necesidades que tuvimos y sus esfuerzos por vernos realizados como profesionales.

Nuestros forjadores: por brindarnos una fuente de luz a través de sus conocimientos y comprensión.

Todas las personas que de una u otra forma se interesaron en apoyarnos para concluir nuestro estudio

Tema general

Ergonomía, seguridad e higiene en las empresas Juigalpa Chontales correspondiente al segundo semestre del año 2013.

Tema delimitado

Plan de prevención de riesgos laborales en el centro de salud Adán Barillas Huete ubicado la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013

RESUMEN

La presente investigación se llevó a cabo en el centro salud Adán Barillas Huete en el municipio de Juigalpa, Chontales. El objetivo de esta investigación es proponer un plan de prevención e identificar los riesgos laborales que están expuestos los trabajadores.

La ergonomía, seguridad e higiene en toda empresa juega un papel muy importante teniendo como principal objetivo proteger la salud e integridad físicas de los trabajadores ya que están expuestos a todo tipo de riesgo. Por lo que la ergonomía, seguridad e higiene es uno de los puntos clave de cualquier organización mejorar las condiciones del ambiente de trabajo, por medio del dictado de normas encaminadas tanto a que se les proporcionen las condiciones adecuadas para el trabajo, como a capacitarlos y adiestrarlos para que se eviten accidentes y enfermedades.

El centro de salud es una organización que por su complejidad es necesario que sean controladas por ergonomía seguridad e higiene, dado a que los trabajadores están de peligro debido a los riesgos laborales que se encuentran. Dentro de esta organización se encuentra muchas deficiencias tanto estructurales como de condiciones de trabajo, paredes dañadas a puntos de derrumbarse, circuito eléctricos viejos y dañados, espacio pequeños en las áreas por lo que sofoca a los trabajadores, sillas dañadas, mala organización de desechos, contaminante biológico y químico al aire por lo que no son bien reciclado o guardado en alguna bodega.

También podemos agregar que no hay mantenimiento a los equipos, no hay limpieza en las áreas por lo que está polvoso y esto puede perjudicar la salud del trabajador. Los baños están sucios no tiene una limpieza seguida.

Dejamos recomendaciones en los lugares donde más riesgo hay, como cambiar algunos electrodomésticos dañados, cubrir las líneas de electricidad ya que están descubiertas, hacer que las áreas sean más cómodas, cambiar las sillas dañadas

por unas buenas y muy cómoda para la ergonomía física de los trabajadores, reducir los ruidos. Todo esto llevara a los trabajadores a condiciones necesarias para desempeñar correctamente sus funciones y/o labores.

INDICE

I. Introducción	Página	1
II. Justificación	Página	3
III. Antecedentes	Página	5
IV. Objetivos	Página	6
4.1. Objetivo General	Página	6
4.2. Objetivos específicos	Página	7
V. Marco Teórico	Página	8
5.1. Evaluación de riesgos	Página	8
5.2. Higiene Laboral	Página	17
5.3 Seguridad del Trabajo	Página	27
5.4 Ergonomía y Psicología Labora	Página	34
VI. Preguntas directrices	Página	39
VII. Operacionalización de variables	Página	40
VIII. Diseño Metodológico	Página	42
IX. Análisis y Discusión de Resultados	Página	60
X. Conclusiones	Página	64
XI. Recomendaciones	Página	66
XII. Problemas Encontrados	Página	67
XIII. Bibliografía	Página	68
XIV. Anexos	Página	69



I. INTRODUCCIÓN

Por medio del presente trabajo se dará a conocer algunas herramientas muy importantes tomando en cuenta medidas de seguridad e higiene para evitar riesgos laborales en el centro salud Adán Barillas Huete

La Ergonomía, Seguridad e Higiene son factores muy importantes para satisfacer necesidades para el bienestar del trabajador, cada accidente tiene dos componentes relacionados entre sí, su ambiente y condiciones inseguras

Toda empresa debe de contar con medidas de prevención para evitar los riesgos laborales. Los beneficios en materia de prevención de accidentes, la promoción de la higiene y la seguridad en el trabajo, se orientan en general, al reconocimiento, evaluación y control de los riesgos, a la promoción y mantenimiento de las mejoras

Los riesgos laborales pueden darse en cualquier momento cuando los trabajadores no tienen la capacidad o desconocen el manejo de cualquier instrumento, máquina o equipo.

Es preocupación de toda empresa la salud física y mental de los trabajadores para lograr la armonía laboral y productividad mediante el respeto de todas las disposiciones en la materia de seguridad.

La evaluación de riesgos se orienta en general al reconocimiento, control y evaluación de riesgos y a la vez el mantenimiento de mejores condiciones laborales para evitar daño al trabajador.

Actualmente en el centro de salud Adán Barillas Huete existen muchos peligros a los cuales los trabajadores están expuestos debido a la falta de capacitación, de equipo y manipulación y por el mal uso de equipo de protección del área.

Por medio del presente trabajo se darán a conocer algunas acciones tomando en cuenta todas las medidas de la Ergonomía, Seguridad e Higiene que se requieren para desempeñarse en un trabajo confiable, para evitar así formas posibles de accidente



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Toda institución debe asumir la responsabilidad de proponer un plan de emergencia de seguridad e higiene dentro del desempeño de trabajo, así mismo estarán en la obligación de brindar salud a su trabajadores con el fin trabajar en un ambiente sano y seguro.

Todo el personal médico tanto como sus servidores del centro de salud asumirá la responsabilidad de separar rigurosamente, todo desecho contaminado o peligroso desde su origen y tener señalizaciones de seguridad y un ambiente en buen estado para la ergonomía del trabajador, así mismo estarán en la obligación de brindar una rigurosa vigilancia a todo el proceso del centro de salud.



II. JUSTIFICACION

Los accidentes laborales o riesgos laborales son muy comunes en cualquier institución o empresa de trabajo los que ocurren por falta de conocimiento y capacitación del uso de la herramienta de trabajo.

La ergonomía, seguridad e higiene son tres aspectos importantes que se deben tomar en cuenta en cualquier institución para evitar accidentes laborales.

Es importante elaborar un plan de prevención de riesgos laborales y proporcionarlo en el centro Salud Adán Barrillas Huete para la puesta en práctica de todos los trabajadores que se ven involucrados.

Por tal razón nosotros como estudiantes de la carrera Ingeniería Industrial y de Sistemas contribuiremos a elaborar un plan de prevención para evitar los riesgos en el centro de Salud Adán Barrillas Huete

Cabe señalar que este estudio servirá como fuente de información bibliográfica para proporcionar conocimientos teóricos y prácticos a futuros estudiantes y como un material de apoyo al personal de salud que desea obtener y consultar este estudio y ponerlo en práctica.

A través de este abordaje científico pretendemos afianzar y enriquecer nuestros conocimientos, sobre todo lo relacionado a un buen manejo y una correcta utilización de las técnicas y medidas de ergonomía, seguridad e higiene, ya que además de ser un requisito básico para la salud en general ayudará a disminuir futuros accidentes y riesgos laborales.

Es necesaria la capacitación del personal en materia de Riesgos Laborales porque es un plan de prevención muy elemental y también permite controlar y reducir los riesgos en la salud de los trabajadores en el centro de salud Adán Barillas Huete



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



El centro de salud debe tener profesionales conscientes de la importancia de la gestión de riesgos laborales en la organización, que asuman posturas proactivas frente al manejo de los riesgos, en lugar de las posturas reactivas que ponen en peligro la estabilidad de sus trabajadores, es así que todo el personal debe poner en prácticas todas las medidas de seguridad como se debe tomar en cuenta, para trabajar en un ambiente sano y seguro.



III. Antecedentes

La presente investigación realizada en el Centro Salud Adán Barillas Huete de Juigalpa -Chontales, después de haber hecho una revisión exhaustiva de los documentos y algunos tipos de información acerca de estudios realizados anteriormente se encontró:

En octubre del año 2003, realizaron un estudio de higiene y seguridad los estudiantes de la Universidad Nacional de Ingeniería (UNI -Managua) que fue conocer:

Conocer los riesgos derivados y las medidas preventivas en el manejo de equipo de protección y manipulación de herramientas en dicho centro Centro Salud Adán Barrillas Huete.

Adquirir una visión global de la seguridad en el empleo de las máquinas y uso de protección personal, y adoptar las medidas de prevención que sean de aplicación en cada caso concreto.

Actualmente el centro salud Adán Barillas Huete de Juigalpa - Chontales almacena maquinarias y equipos de trabajo y/o otras cosas, que ocupan para las diversas áreas en su diferente funciones laborales del centro.



IV. OBJETIVOS

4.1. Objetivo General

Proponer un plan de prevención de riesgos laborales en el centro de salud Adán Barillas Huete de la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013.



4.2. Objetivos Específicos

- Identificar los riesgos laborales en el centro de salud Adán Barillas Huete de Juigalpa.

- Evaluar los riesgos a los que están expuestos los trabajadores.

- Indicar medidas para el control de los riesgos laborales identificados.



V. MARCO TEÓRICO

5.1. Evaluación de riesgos

Es el proceso dirigido a estimar la magnitud de los riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo información necesaria para que el tomador de decisiones de la empresa adopte las medidas pertinentes que garanticen sobre todo salud y seguridad a los trabajadores.

5.1.1. Peligro

Peligro: Es una cosa o hecho que tiene la posibilidad de causar un daño físico o moral a una cosa inerte, o a un organismo vivo. Un peligro real es cuando la capacidad de daño está en condiciones de provocar efectos de inmediato; y un peligro potencial es cuando está latente, esperando que se den las condiciones para efectivizarse

5.1.2. Riesgo laboral

Son aquellos que se producen por el hecho o en ocasión del trabajo a través de dos manifestaciones: los accidentes y las enfermedades profesionales, cuyos efectos pueden generar situaciones de invalidez temporaria o permanente, y cuyas consecuencias pueden variar entre la curación, la huella de alguna secuela, e inclusive la posibilidad de que la víctima muera.

5.1.3. Riesgos profesionales.

Se entiende por riesgos profesionales los accidentes y las enfermedades a que están expuestos los trabajadores en ocasión del trabajo.

Son riesgos profesionales toda lesión, enfermedad, perturbación funcional física o psíquica, permanente o transitoria, o agravación que sufra posteriormente el trabajador como consecuencia del accidente de trabajo o enfermedad profesional de que haya sido víctima.



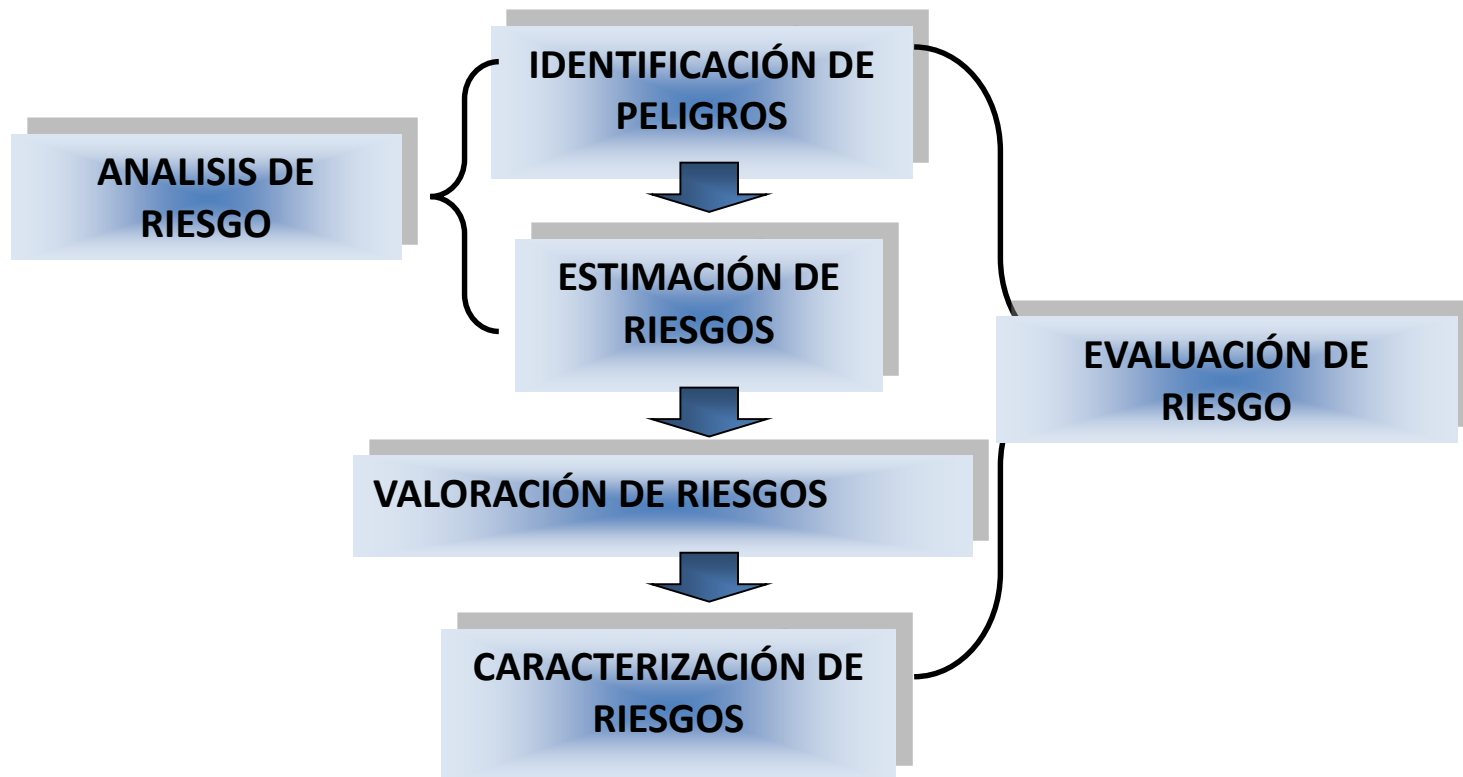
Procedimiento para realizar el método de evaluación de riesgos

Para desarrollar una evaluación de riesgos se deberá iniciar con una valoración de la empresa, todos y cada uno de las áreas de la empresa destacando su funcionalidad, instalaciones, personal, materias primas utilizadas, máquinas y equipos, puntos críticos de control del proceso, existencia o no de procedimientos de trabajo, procedimientos de parada de equipos por efectos de mantenimiento, medio ambiente de trabajo, si han existido accidentes en los últimos dos periodos y si se ha efectuado o no una investigación de accidentes.

Una evaluación de riesgos es un sistema dinámico de enfoque integral a todos los riesgos laborales o factores de riesgo presentes en un puesto de trabajo, el cual debe ser integrado a la gestión y administración general de la empresa que inclusive puede ser visto como una herramienta para obtener información valiosa que sirva para desarrollar medidas para proteger, mantener y promover la salud, el auto cuidado y el bienestar de las personas trabajadoras.



Desde una perspectiva de sistema de gestión lo que se pretende es lo siguiente



Una vez que se ha logrado tener una perspectiva de la situación de la empresa se procede a identificar los factores de riesgo presentes en el centro de trabajo por área y por puesto de trabajo de acuerdo a las listas de chequeo propuestas, durante este transcurso es posible que se generen sospechas sobre la presencia de contaminantes, los cuales solamente sabremos si estos sobrepasan los niveles permisibles regulado en las normativas nicaragüenses, el cual deberá considerar el tiempo de exposición, las condiciones de exposición, y los momentos en que la exposición a determinado contaminante se vuelve crítica.

La identificación de los factores riesgos es una etapa fundamental en la práctica de la higiene industrial, seguridad, ergonomía y psicosocial, indispensable para una planificación adecuada de la evaluación de riesgos y de las estrategias de control, así como para el establecimiento de prioridades de acción.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013

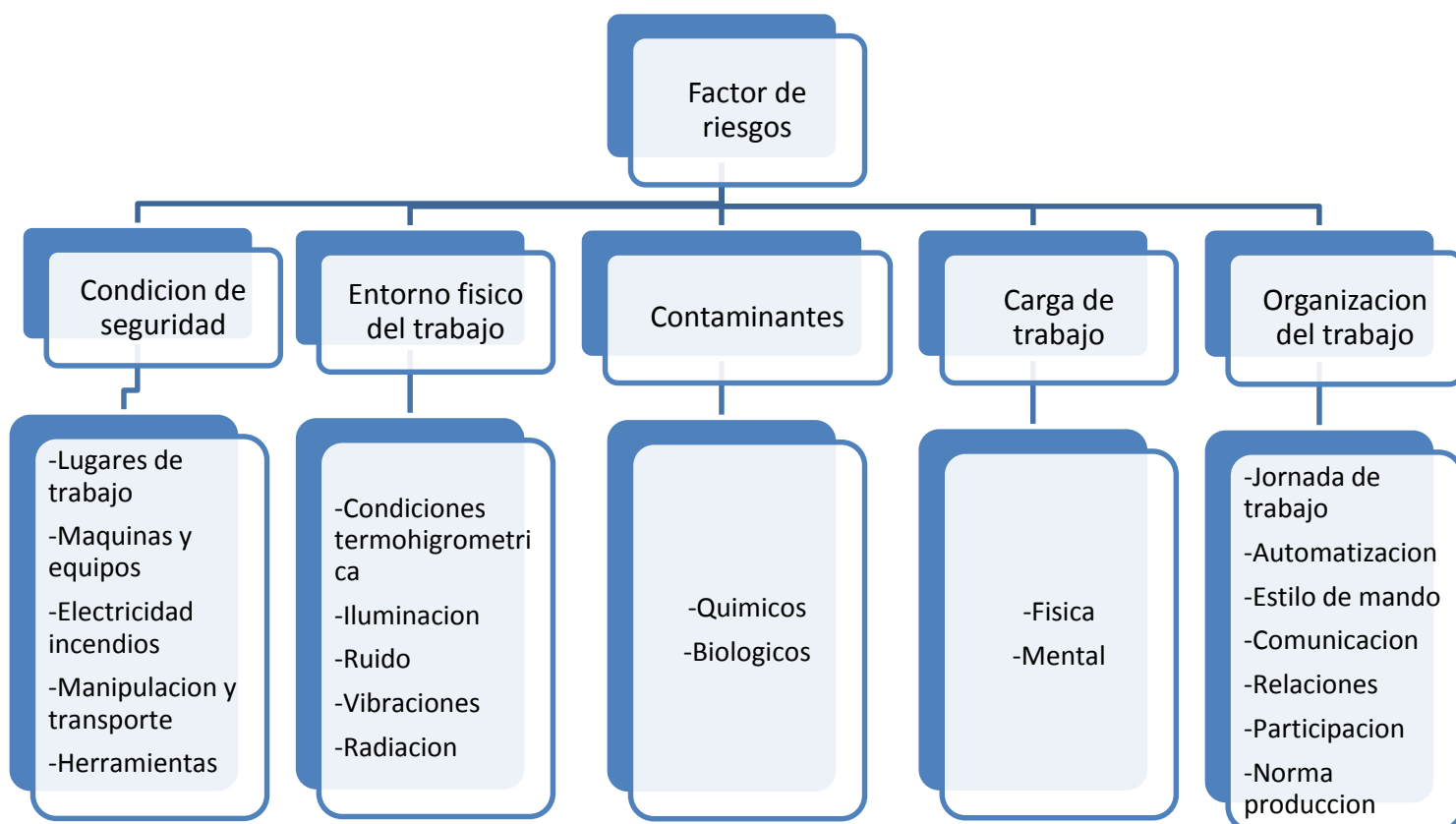


Para la evaluación de los puestos de trabajo con exposición a riesgos laborales, se deberán considerar los siguientes aspectos:

- 1) Descripción de puesto de trabajo.
- 2) Tipo de trabajo (leve, moderado y pesado).
- 3) Probabilidad de presencia de los agentes presente en el proceso habitual de trabajo.
- 4) Frecuencia de la exposición.
- 5) Factores relativos a la organización y procedimientos de trabajo.
- 6) Conocimiento de los posibles riesgos por parte de los trabajadores.
- 7) Identificar actitudes y prácticas laborales riesgosas.
- 8) Otros aspectos que se deben considerar en la empresa conforme a la naturaleza.



Clasificación Factores de Riesgo



5.1.3.1. Incapacidad total permanente

La incapacidad permanente total para la profesión habitual es aquella que inhabilita al trabajador para la realización de todas o de las fundamentales tareas de su profesión, siempre que pueda dedicarse a otra distinta, puesto que, de no ser así, nos encontraríamos ante otro supuesto de incapacidad, la absoluta.



5.1.3.2. Incapacidad parcial permanente

Es aquella incapacidad que inhabilita al trabajador para la realización de todas o de las fundamentales tareas de dicha profesión siempre que pueda dedicarse a otra distinta.

5.1.3.3. Incapacidad temporal

La incapacidad temporal es la situación en la que se encuentra el trabajador que está temporalmente incapacitado para trabajar y precisa asistencia sanitaria de la Seguridad Social. Durante la situación de incapacidad temporal se produce la suspensión de la relación laboral, por lo que cesan las obligaciones de trabajar y remunerar el trabajo. El tiempo que el trabajador esté en esta situación será computable a efectos de antigüedad, teniendo el trabajador derecho a reincorporarse a su puesto de trabajo en cuanto cese la misma.

5.1.4 Exposición

Se dice que un trabajador está expuesto a un agente ambiental, si éste está en contacto con una vía apropiada de penetración en su organismo. Llamamos exposición a la medida conjunta de la intensidad de ese contacto y su duración. Así, por ejemplo, para el caso de un agente químico por vía inhalatoria, la exposición vendrá dada por el producto de la concentración del agente en la zona de respiración del trabajador y el tiempo que dura. De modo análogo a lo que antes se establecía para el riesgo, sólo podrá concluirse la ausencia de exposición para un determinado sujeto cuando no exista contacto entre él y el agente.

5.1.5. Factores de riesgo

Es el elemento o conjunto de elementos que estando presente en las condiciones del trabajo pueden desencadenar una disminución en la salud del trabajador o trabajadora e incluso la muerte.



5.1.6. Enfermedad profesional

Enfermedad profesional es todo estado patológico derivado de la acción continua de una causa que tenga su origen o motivo en el trabajo o en el medio en que el trabajador presta sus servicios y que provoque una incapacidad o perturbación física, psíquica o funcional permanente o transitoria, aun cuando la enfermedad se detecta.

Para los efectos del presente artículo, las lesiones causadas por accidentes de trabajo y el reclamo de las indemnizaciones correspondientes regirá la lista de enfermedades anexas a este código. Sin embargo, si se comprueba que una enfermedad no incluida en la lista es de carácter profesional, el trabajador tendrá derecho a las prestaciones e indemnizaciones que corresponda.

5.1.7. Accidente de trabajo

Accidente de trabajo es el suceso eventual o acción que involuntariamente, con ocasión o a consecuencia del trabajo, resulte la muerte del trabajador o le produce una lesión orgánica o perturbación funcional de carácter permanente o transitorio.

TAMBIEN SE TIENE COMO ACCIDENTE DE TRABAJO

- a) El ocurrido al trabajador en el trayecto normal entre su domicilio y su lugar de trabajo.
- b) El que ocurre al trabajador al ejecutar órdenes o prestar servicio bajo la autoridad del empleador, dentro o fuera del lugar y hora de trabajo; y
- c) El que suceda durante el período de interrupción del trabajo o antes y después del mismo, si el trabajador se encuentra en el lugar de trabajo o en locales de la empresa por razón de sus obligaciones.



5.1.7.1. Accidentes leves sin baja

Son aquellos que ocasionan al trabajador lesiones leves, que no ameriten días de subsidio o reposo, solamente le brindan primeros auxilios o acude al médico de la empresa le dan tratamiento y se reintegra a sus labores.

5.1.7.2. Accidentes leves con baja

Se considerarán todos los accidentes de trabajo que conlleven la ausencia del accidentado del lugar de trabajo de al menos un día laboral, hasta un máximo de siete días. Las lesiones ocasionadas por el agente material deben ser de carácter leve, tales como golpes, heridas de tres puntadas, quemaduras leves, entre otros.

5.1.7.3 Accidentes graves

Son considerados todos los accidentes de trabajo que conlleven la ausencia del accidentado del lugar de trabajo de ocho días o más; los tipos de lesiones consideradas como graves pueden ser: fracturas, esguinces, quemaduras de 2do. y 3er. grado, amputaciones, entre otros.

5.1.7.4 Accidentes muy graves

Se consideran todos los accidentes de trabajo que conllevan la ausencia del accidentado por más de veintiséis semanas consecutivas y que las lesiones ocasionadas sean de carácter muy grave y múltiples, tales como fracturas múltiples, amputaciones, politraumatismo, entre otros.

5.1.7.5. Accidente mortal

Se consideran todos los accidentes de trabajo que provoquen el fallecimiento de la persona que trabaja.



5.1.8. Identificación de peligro

Es el proceso mediante el cual se Identifica una condición o acto, capaz de causar daño a las personas, propiedad, procesos y medio ambiente, tomando en cuenta si existe una fuente de daño, quien puede hacerlo y cómo puede ocurrir.

5.1.9. Estimación de riesgo

Es el resultado de vincular la Probabilidad que ocurra un determinado daño y la Severidad del mismo (Consecuencias).

5.1.10. Valoración de riesgo

Una vez calificado el grado del Riesgo, la valoración nos permite decidir si es necesario adoptar medidas preventivas para sustituirlo, evitarlo o reducirlo y, si lo es, asignar la prioridad relativa con que deben implementarse tales medidas. Es un juicio sobre la aceptabilidad de los riesgos.

5.1.11. Plan de acción

Una vez estimado el riesgo, el plan nos permite definir acciones requeridas, para prevenir un determinado daño a la salud de las personas trabajadoras.

5.1.12. Mapa de riesgo

Es la caracterización de los riesgos a través de una matriz y un mapa, estos se determinarán del resultado de la estimación de riesgo por áreas y puestos de Trabajo de las empresas, donde se encuentra directamente e indirectamente el trabajador en razón de su trabajo.



5.2- HIGIENE LABORAL

Es una técnica no medica dedicada a reconocer evaluar y controlar aquellos factores ambientales o tensiones emanadas (ruido, iluminación, temperatura, contaminantes químicos y biológicos) o provocadas por el lugar de trabajo que pueden ocasionar enfermedades o alteración de la salud de los trabajadores.

5.2.1. Contaminante físico

- ❖ Ondas electromagnéticas.
- ❖ Radiactividad.
- ❖ Alteraciones geológicas.
- ❖ Campos electromagnéticos.
- ❖ Campos eléctricos continuos.
- ❖ Campos magnéticos continuos.

5.2.2. Iluminación

Una iluminación inadecuada en el trabajo puede originar fatiga ocular, cansancio, dolor de cabeza, estrés y accidentes. El trabajo con poca luz daña la vista. También cambios bruscos de luz pueden ser peligrosos, pues ciegan temporalmente, mientras el ojo se adapta a la nueva iluminación.

5.2.3. Ruido

El ruido se considera un sonido o barullo indeseable. El sonido tiene dos características principales: frecuencia e intensidad. La frecuencia es el número de vibraciones por segundo emitidas por la fuente de sonido, y se mide en ciclos por segundo. La intensidad del sonido se mide en decibelios. La evidencia y las investigaciones realizadas muestran que el ruido no provoca disminución en el desempeño del trabajo. Sin embargo, la influencia del ruido sobre la salud del



empleado y principalmente sobre su audición es poderosa. Cuanto mayor sea el tiempo de exposición al ruido, mayor será el grado de pérdida de audición.

El efecto desagradable de los ruidos depende de:

- a. La intensidad del sonido.
- b. La variación de los ritmos e irregularidades.
- c. La frecuencia o tono de los ruidos.

El nivel máximo de intensidad de ruido permitido legalmente en el ambiente de trabajo es 85 decibelios.

Por encima de esta cifra, el ambiente se considera insalubre.

El control de ruidos busca la eliminación o, al menos, la reducción de los sonidos indeseables.

5.2.4. Vibración

La vibración en el lugar de trabajo se puede definir básicamente como una oscilación mecánica que se transmite al cuerpo humano. Cuando existen aparatos, máquinas, vehículos, herramientas que utilicen motores existe riesgo de vibraciones (al mismo tiempo que producen ruido). Un ejemplo son las herramientas manuales con motor, que pueden oscilar desde frecuencias medias a frecuencias muy altas, transmitiendo vibraciones al cuerpo por la zona que entra en contacto, generalmente manos y brazos.

5.2.5. Radiación

La radiación es una emisión de energía generada o emitida por un cuerpo, que viaja por algún medio o el vacío hasta ser absorbida por otro cuerpo. Se puede propagar en forma de onda (radiación electromagnética) o de partículas (radiación corpuscular). La radiación siempre ha estado presente en la Tierra, que ha sido bombardeada por diversos tipos de radiación que proceden del cosmos, como el calor, la luz y otras partículas. En la actualidad, el ser humano también ha logrado



emitir radiaciones que nos permiten, entre otras cosas, escuchar radio, ver televisión, calentar alimentos, tratar enfermos y localizar aviones.

5.2.5.1. Radiaciones Ionizantes

Los trabajadores expuesto a peligro de irradiación, serán informados previamente por personal competentes, sobre los riesgo que su puesto de trabajo implica para su salud, las precauciones que deben adoptar, el significado de la señales de seguridad o sistema de protección personal.

5.2.5.2. Radiaciones no ionizantes

Los trabajadores expuestos a intervalos frecuentes a estas radiaciones serán provistos de equipos de protección ocular. Si la exposición o radiaciones infrarrojas intensas es constantes, se dotara además a los trabajadores de pantallas faciales adecuadas, ropa ligeras y resistentes al calor, manoplas y calzados que no se endurezca o se ablande con el calor.

5.2.6. Contaminación Química

La manipulación, transporte, pasaje y trasiego de sustancia química para la limpieza y lavandería, se realiza de forma tal que no contamine al personal manipulador; los residuos y derrames que se originen de esta de esta operación debe recogerse y disponerse adecuadamente limpiándose el lugar con las precauciones requeridas.

5.2.7. Vías de contaminación

Los agentes químicos pueden penetrar en el organismo por varios caminos que llamamos vías de entrada y que son:

- **Vía respiratoria.**
- **Vía dérmica.**
- **Vía digestiva.**
- **Vía parenteral.**



5.2.7.1. Inhalación

Estas respuestas físicas, o señales o advertencias, le dirán a veces si está presente un posible riesgo. En algunos, casos también le ayudarán a eliminar un agente peligroso de su sistema respiratorio. Ahora bien, en ocasiones esas señales no advierten acerca de riesgos, pues, por ejemplo, algunos productos químicos no tienen olor o no se puede olerlos. Otros productos químicos sólo se pueden oler cuando están concentrados muy por encima de los denominados "niveles de seguridad" y ya están produciendo daño a su salud, y hay algunos productos químicos que no se pueden oler al cabo de cierto tiempo de estar cerca de ellos, pues la nariz se habitúa a su olor. Así pues, el olfato no es siempre una señal de alarma fiable.

Cuerpo dispone de varios mecanismos que pueden emitir señales de alarma cuando existen riesgos:

- **olores**
- **estornudos**
- **toses**
- **nariz que moquea**



5.2.7.2. Absorción cutánea

Pueden provocar consecuencias locales y sistémicas según la naturaleza del producto y la vía de exposición.

En muchos países, los productos químicos peligrosos son literalmente tirados a la naturaleza, a menudo con graves consecuencias para los seres humanos y el medio natural al provocar una contaminación química. Según de qué producto se trate, las consecuencias pueden ser graves problemas de salud en los trabajadores y la comunidad y daños permanentes en el medio natural. Hoy en día, casi todos los trabajadores están expuestos a algún tipo de riesgo químico porque se utilizan productos químicos peligrosos en casi todas las ramas ya se en trabajo laboral.

5.2.8. Sustancias o materiales químicas peligrosas

Cuando en el medio de trabajo se rebasen los límites de tolerancia a los que hace referencia el apartado anterior, el empleado corregirá sus instalaciones o adoptar las medidas técnicas necesarias para anular o disminuir el contaminante químico presente en su establecimiento hasta límites tolerables, y su caso. Cuando ello fuera imposible facilitara a sus trabajadores los medios de protección personal debidamente homologados, preceptivos y adecuados a los trabajos que realicen.

5.2.8.1. Explosivos

En la fabricación, manipulación, almacenamiento, transporte, comercialización y utilización de sustancias explosivas, se cumplirán con las disposiciones legales vigentes y complementarias que en cada caso dicten las autoridades competentes

Son sustancias que, incluso en ausencia de oxígeno atmosférico, puedan reaccionar de forma exotérmica con rápida formación de gases y que, en determinadas condiciones de ensayo, detonan, deflagran rápidamente o bajo el efecto del calor, en caso de confinamiento parcial, explotan (Policía Nacional,



Bomberos y Defensa Civil), llevando un registro del uso y estado de los explosivos.

5.2.8.2. Inflamables

1. Los trabajos en donde se usa una llama o se puede producir una fuente de encendido (trabajo caliente) no debe realizarse normalmente en espacios confinados a menos que:
2. Todos los gases inflamables, líquidos y vapores sean removidos antes del inicio de cualquier trabajo caliente. La ventilación mecánica se usa generalmente para
3. Mantener la concentración de cualquier explosivo o sustancia de riesgo inflamable en menos de un 10% de su límite de explosión más bajo y
4. Asegurarse que el contenido de oxígeno en el espacio confinado no esté enriquecido. El contenido de oxígeno debe ser menos de 23% pero debe mantenerse a niveles superiores al 18%. (Estos números pueden variar ligeramente de jurisdicción a jurisdicción).
5. Las superficies cubiertas con material de combustible debe limpiarse protegerse para evitar encendidos

5.2.8.3. Extremadamente inflamable

Sustancias y preparaciones líquidas, cuyo punto de inflamación se sitúa entre los 21 °C y los 55 °C. Por ejemplo: Hidrógeno, Etino, Éter etílico, etc. Precaución: evitar contacto con materiales cognitivos (aire, agua).

5.2.8.4. Comburentes

Son sustancia y preparados que en contacto con otras sustancia, en especial las inflamables, produzcan reacción fuertemente exotérmica



5.2.8.5. Corrosivos

Es una sustancia que puede destruir o dañar irreversiblemente otra superficie o sustancia con la cual entra en contacto. Los principales peligros para las personas incluyen daño a los ojos, la piel y el tejido debajo de la piel; la inhalación o ingestión de una sustancia corrosiva puede dañar las vías respiratorias y conductos gastrointestinales. La quemadura a menudo puede conducir a vómitos y fuertes dolores de estómago.

5.2.8.6. Irritante

A nivel de la salud, la irritación puede presentarse con diversos trastornos o enfermedades. Se conoce como prurito a la irritación de la piel que lleva a quien lo sufre a desear rascarse en búsqueda de alivio.

5.2.8.7. Nocivos

Sustancias y preparaciones que, por inhalación, ingestión o penetración cutánea, pueden implicar riesgos a la salud de forma temporal o alérgica. Por ejemplo: Etanol, Dicloro-metano, Cloruro de potasio, etc. Precaución: debe ser evitado el contacto con el cuerpo humano, así como la inhalación de los vapores.

5.2.8.8. Tóxicos

Sustancias y preparaciones que, por inhalación, ingestión o penetración cutánea, pueden implicar riesgos graves, agudos o crónicos a la salud. Por ejemplo: Cloruro de bario, Monóxido de carbono, Metanol, etc.

5.2.8.9. Muy toxico

Se considera sustancia muy toxica a la sustancia y preparado, que por inhalación, ingestión o penetración cutánea en muy pequeña cantidad puede provocar efecto agudos o crónicos en incluso la muerte.



5.2.8.10 Radiactivos

Sustancias que emiten radiaciones nocivas para la salud.

5.2.8.11 Peligroso para el medio ambiente

Son peligrosas para el medio ambiente las sustancias o preparados, que en caso de contacto con el medio ambiente, constituirán o podrían constituir o peligro inmediato o futuro para uno o más componentes del medio ambiente.

5.2.9. Tipos de productos químicos peligrosos

Los productos químicos peligrosos son aquellos que pueden producir un daño a la salud de las personas o un perjuicio al medio ambiente. Lógicamente, no todos los productos químicos son peligrosos.

5.2.9.1. Sólidos

Los sólidos son las formas de los productos químicos peligrosos que es probable que ocasionen envenenamiento químico, aunque algunos pueden provocar envenenamiento si tocan la piel o pasan a los alimentos cuando se ingieren. Los productos químicos peligrosos en forma sólida pueden desprender vapores tóxicos que se pueden inhalar, y los sólidos pueden ser inflamables y explosivos, además de corrosivos para la piel.

5.2.9.2. Polvos

Los polvos son pequeñas partículas de sólidos. El principal peligro de los polvos peligrosos es que se pueden respirar y penetrar en los pulmones. Las partículas más pequeñas son las más peligrosas porque pueden penetrar en los pulmones y tener efectos dañinos, o bien ser absorbidas en la corriente sanguínea y pasar a partes del organismo, o pueden causar lesiones a los ojos.



5.2.9.3. Líquidos

Muchos productos químicos peligrosos líquidos desprenden vapores que se pueden inhalar y ser sumamente tóxicos, según la sustancia de la que se trate. La piel puede absorber las sustancias químicas líquidas. Algunos productos pueden dañar inmediatamente la piel y otros pasan directamente a través de la piel a la corriente sanguínea por lo que pueden trasladarse a distintas partes del organismo.

5.2.9.4. Vapores

Los vapores son gotitas de líquidos suspendidas en el aire, muchas sustancias químicas líquidas se evaporan a temperatura ambiente, lo que significa que forman un vapor y permanece en el aire. Los vapores de algunos productos químicos pueden irritar los ojos y la piel.

5.2.9.5 Gases

El aire o las mezclas respirables utilizadas en el curso de una intervención en medio hiperbárico, deben tener:

- a) Una presión parcial de anhídrido carbónico, no superior a 10 milibares.
- b) Una presión parcial de monóxido de carbono, no superior a 0,05 milibares.
- c) Una cantidad de vapor de agua, en exposiciones de más de 24 horas, comprendida entre el 60 por 100 y el 80 por 100.
- d) Una cantidad de vapores de aceite, en equivalente a metano, inferior a 0,5 milibares, con una concentración inferior a 0,5 mg/m.
- e) Ausencia total de partículas que, en todo caso, deberán ajustarse a la normativa vigente.



5.2.10. Contaminante biológico

Clasificación de los Agentes Biológicos, en función del Riesgo de Infección:

Grupo 1: Agente biológico que resulta poco probable que cause enfermedad en el hombre.

Grupo 2: Agente biológico que puede causar una enfermedad en el hombre y puede suponer un peligro para los trabajadores, siendo poco probable que se propague a la colectividad y existiendo generalmente profilaxis o tratamiento eficaz.

Grupo 3: Aquellos agentes biológicos que pueden causar una enfermedad grave en el hombre y representa un serio peligro para los trabajadores, con riesgo de que se propague a la colectividad y existiendo generalmente profilaxis o tratamiento eficaz.

5.2.11. Vías de penetración en el organismo

- Vía respiratoria: a través de la inhalación. Las sustancias tóxicas que penetran por esta vía normalmente se encuentran en el ambiente difundidas o en suspensión (gases, vapores o aerosoles). Es la vía mayoritaria de penetración de sustancias tóxicas.
- Vía dérmica: por contacto con la piel, en muchas ocasiones sin causar erupciones ni alteraciones notables.
- Vía digestiva: a través de la boca, esófago, estómago y los intestinos, generalmente cuando existe el hábito de ingerir alimentos, bebidas o fumar en el puesto de trabajo.
- Vía parenteral: por contacto con heridas que no han sido protegidas debidamente.



5.3. SEGURIDAD DEL TRABAJO

Es el conjunto de técnicas y procedimientos que tienen como objetivo principal la prevención y protección contra los factores de riesgo que pueden ocasionar accidentes de trabajo.

5.3.1. Lugares de trabajo

Cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa sobre la generación de riesgos para la salud del trabajador, tales como: locales, instalaciones, equipos, productos, energía, procedimientos, métodos de organización y ordenación del trabajo, entre otros.

5.3.2. Actos inseguros

Es la violación de un procedimiento comúnmente aceptado como seguro, motivado por prácticas incorrectas que ocasionan el accidente en cuestión. Los actos inseguros pueden derivarse a la violación de normas, reglamentos, disposiciones técnicas de seguridad establecidas en el puesto de trabajo o actividad que se realiza, es la causa humana o lo referido al comportamiento del trabajador.

5.3.3. Condición insegura

Es todo factor de riesgo que depende única y exclusivamente de las condiciones existentes en el ambiente de trabajo. Son las causas técnicas; mecánicas; físicas y organizativas del lugar de trabajo (máquinas, resguardos, órdenes de trabajo, procedimientos entre otros).

5.3.4. Riesgo eléctrico

En las instalaciones y equipos eléctricos para la protección de las personas contra contacto con partes habitualmente con tensión se adoptara las siguientes medidas



1. Se alejarán las partes activas de la instalación a distancia suficiente del lugar donde las personas se encuentren o circulen para evitar contacto fortuito y por manipulación del objeto contacto cuando estos puedan ser utilizados cerca de la instalación.
2. Se cubrirán las partes activas con aislamientos apropiados que conserven sus propiedades indefinidamente y que limiten la corriente de contacto.
3. Se interpondrán obstáculos que impidan todo contacto accidental con las partes activas de la instalación.

5.3.5. Incendio

Todos los lugares de trabajo contienen riesgos de incendio químico, eléctrico y de otro tipo que presentan importantes amenazas de salud y seguridad si no se controlan. Los objetos que generan calor, tales como los ordenadores, son sólo un punto de conflicto potencial. Los materiales de oficina como cartón o papel, si se acumulan, ofrecen una oportunidad ideal para iniciar un incendio. La adopción de cables de extensión y enchufes múltiples como fuentes permanentes de energía también pueden sobrecargar el sistema en su conjunto, por lo que un incendio más serio es probable.

5.3.5.1. Prevención de incendios

Los locales que se produzcan o se empleen sustancia fácilmente combustible y estén expuesto a incendios súbito o de rápido propagación, se construirán a conveniente a distancia entre si y aislado de lo restante centro de trabajo.

5.3.5.2. Extinción de incendio

Los incendios son una amenaza constante en el ámbito laboral, social y familiar, ya que son innumerables las pérdidas ocasionadas por este motivo. La mayoría de las veces los incendios se deben a la falta de PREVENCIÓN. Efectivamente, la prevención es la única arma útil de que disponemos para hacer frente a este enemigo tan temible.



- No almacenar materias combustibles cerca de lugares peligrosos
- Sustituir el combustible por otro que no sea tan peligroso
- Limitar las cantidades de material combustible en almacenamientos
- Ventilar las zonas donde se puedan formar concentraciones de vapores Inflamables.
- Eliminar las basuras, los residuos y los materiales en desuso
- Aspirar de forma localizada aquellas zonas donde se puedan generar mezclas de Gases inflamables
- Mantener el orden y limpieza en zonas de trabajo y de almacenaje
- Utilizar el combustible necesario en el lugar de trabajo, evitando acumulaciones Innecesarias
- Recubrir el material combustible con sustancias ignífugas
- Refrigerar el ambiente
- Mantenimiento adecuado de máquinas con combustible y de instalaciones de Gases

5.3.5.3. Extintor

Los extintores son elementos portátiles destinados a la lucha contra fuegos incipientes, o principios de incendios, los cuales pueden ser dominados y extinguidos en forma breve.

De acuerdo al agente extintor los extintores se dividen en los siguientes tipos:

- A base de agua.
- A base de espuma.
- A base de dióxido de carbono.
- A base de polvos.
- A base de compuestos halogenados.
- A base de compuestos reemplazantes de los halógenos.



5.3.5.4. Fuego

Un incendio es un fuego de grandes proporciones que se desarrolla sin control, el cual puede presentarse de manera instantánea o gradual, pudiendo provocar daños materiales, interrupción de los procesos de producción, pérdida de vidas humanas y afectación al ambiente.

5.4. Riesgos mecánicos

Es aquel que en caso de no ser controlado adecuadamente puede producir lesiones corporales tales como cortes, abrasiones, punciones, contusiones, golpes por objetos desprendidos o proyectados, atrapamientos, aplastamientos, quemaduras, etc...

El riesgo mecánico puede producirse en toda operación que implique manipulación de herramientas manuales (motorizadas o no), maquinaria (ejemplo: fresadoras, lijadoras, tornos, taladros, prensas, etc...), manipulación de vehículos, utilización de dispositivos de elevación (grúas, puentes grúa, etc...).

Recomendaciones generales

1. Cerciórese, antes de su uso, de que las máquinas y equipos no tienen quitados los dispositivos de seguridad, enclavamiento, y emergencia. Bajo ningún concepto, salvo en operaciones de reparación y mantenimiento con la máquina desconectada, deben quitarse nunca estos dispositivos de seguridad.
2. Respetar las zonas señalizadas como de acción de las máquinas que disponen de partes móviles. No penetrar en el interior de las áreas de riesgo mientras la máquina esté en funcionamiento o conectada.
3. Atender a la señalización de seguridad (pictogramas) que marca los riesgos potenciales de los lugares de trabajo.



4. No fumar, comer o beber durante la realización de las tareas. Llevar el pelo corto o recogido y no llevar prendas (corbatas, bufandas, pañuelos, colgantes, pulseras, anillos, etc...) que puedan dar lugar a atrapamientos por las partes móviles de las máquinas, o enganches.

5.5. Equipo de protección personal

Los equipos de protección personal deberán utilizarse en forma obligatoria y permanente cuando los riesgos no se puedan evitar o no puedan limitarse.

Los equipos de protección personal, deberán cumplir los requisitos siguientes:

A. Proporcionar protección personal adecuada y eficaz frente a los riesgos que motivan su uso, sin ocasionar riesgos adicionales ni molestias innecesarias.

B. En caso de riesgos múltiples, que requieran la utilización simultánea de varios equipos de protección personal, éstos deberán ser compatibles, manteniendo su eficacia frente a los riesgos correspondientes.

Áreas de Trabajo	Equipos de Protección Personal
Corte.	<ul style="list-style-type: none">• Tapones Auditivos, Mascarilla partículas en suspensión.• Guantes de Malla Metálica.
Líneas de Producción.	<ul style="list-style-type: none">• Tapones Auditivos.• Mascarilla de Protección Respiratoria, contra partículas suspendidas.• Lentes oscuros de seguridad (cuando estas empresas utilicen máquina con tecnologías que emanen radiación láser).
Caldera.	<ul style="list-style-type: none">• Lentes de seguridad.• Ropa de trabajo.• Mascarilla contra vapores y humos.• Tapones u orejeras.• Guantes de cuero.• Botas de seguridad.
Planchado.	<ul style="list-style-type: none">• Chaqueta.• Mascarilla contra partículas en suspensión.• Guantes de lana.



	<ul style="list-style-type: none">• Tapones auditivos.• Capote.
Lavandería.	<ul style="list-style-type: none">• Guantes de polietileno hasta los codos.• Tapones u orejeras.• Botas de hule.• Máscara de carbón activado con doble filtro.• Delantal de polietileno o P. V. C.• Ropa de trabajo.• Lentes de seguridad.
Bodegas de Químicos	<ul style="list-style-type: none">• Mascarilla de carbón activado con doble filtro.• Lentes de seguridad.• Ropa de trabajo.• Botas de hule.• Guantes de polietileno.• Delantal

5.6. Señalización

Deberán señalizarse los siguientes elementos de los lugares de trabajo.

1. Las zonas peligrosas donde exista peligro de caída de personas, caídas de objetos, contacto o exposición con agentes o elementos agresivos y peligrosos.
2. Las vías y salidas de evacuación.
3. Las vías de circulación en la que la señalización sea necesaria por motivos de seguridad.
4. Los equipos de extinción de incendios.
5. Los equipos y locales de primeros auxilios.



5.6.1. Señal de prohibición

2. Señal que prohíbe un comportamiento susceptible de provocar un peligro. Se colocarán en el punto donde exista la restricción. Característica de la presentación de las Señales de Prohibición o Restrictivas en Color ROJO son las que tiene por objeto indicar las acciones que no se dejan ejecuta

5.6.2. Señal de advertencia

Se denomina peligro, a todas las circunstancias que pueden ocurrir en cualquier momento en las cuales pueda existir algún riesgo para la integridad física de las personas, animales o enseres que puedan estar ubicados en una determinada zona, ya sean tanto en una vía pública como en un lugar de trabajo o en el interior de cualquier vivienda o establecimiento comercial.

Para prevenir las consecuencias de la situación de peligro se utilizan toda una serie de elementos, llamados señales, que tienen por objetivo avisar a las personas de que están en una zona peligrosa y deben evitarla o tomar las precauciones y protecciones adecuadas.

5.6.3. Señal de obligación

Estas señales imponen reglas de seguridad industrial para los trabajadores de un sitio específico, que diariamente se encuentran expuestos al uso de maquinaria pesada o al manejo de materiales irritantes o contaminantes. Previenen accidentes innecesarios en el área de trabajo. • Las señales de obligación tienen forma rectangular, y poseen dos azules, uno claro y al institucional reflejado en la barra con la información escrita.

5.6.4. Señal de salvamento o emergencia

Existe una señalización para salidas habituales o de emergencia y una señalización de tramos de recorrido de evacuación, que conducen a salidas habituales o de emergencia.



5.7. ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA LABORAL

5.7.1. Ergonomía

Es el conjunto de técnicas que tratan de prevenir la actuación de los factores de riesgos asociados a la propia tarea del trabajador.

La ergonomía es la disciplina tecnológica que se encarga del diseño de lugares de trabajo, herramientas y tareas que coinciden con las características fisiológicas, anatómicas, psicológicas y las capacidades del trabajador.¹ Busca la optimización de los tres elementos del sistema (humano-máquina-ambiente), para lo cual elabora métodos de estudio de la persona, de la técnica y de la organización.

El objetivo de la ergonomía es adaptar el trabajo a las capacidades y posibilidades del ser humano

Todos los elementos de trabajo ergonómicos se diseñan teniendo en cuenta quiénes van a utilizarlos. Lo mismo debe ocurrir con la organización de la empresa: es necesario diseñarla en función de las características y las necesidades de las personas que las integran.

Los principales objetivos de la ergonomía y de la psicología aplicada son los siguientes:

- Identificar, analizar y reducir los riesgos laborales (ergonómicos y psicosociales).
- Contribuir a la evolución de las situaciones de trabajo, no sólo bajo el ángulo de las condiciones materiales, sino también en sus aspectos socio-organizativos, con el fin de que el trabajo pueda ser realizado salvaguardando la salud y la seguridad, con el máximo de confort, satisfacción y eficacia.



- Controlar la introducción de las nuevas tecnologías en las organizaciones y su adaptación a las capacidades y aptitudes de la población laboral existente.
- Establecer prescripciones ergonómicas para la adquisición de útiles, herramientas y materiales diversos.
- Aumentar la motivación y la satisfacción en el trabajo.

Obligación del empleador

Todo empleador tiene la obligación de adoptar medidas preventivas necesarias y adecuadas para proteger eficazmente la vida y salud de sus trabajadores, acondicionando las instalaciones físicas y proveyendo el equipo de trabajo necesario para reducir y eliminar los riesgos profesionales en los lugares de trabajo, sin perjuicio de las normas que establezca el Poder Ejecutivo a través del Ministerio del Trabajo.

5.7.2 Ergonomía cognitiva

La ergonomía Cognitiva estudia las interacciones entre un dispositivo, objeto, producto y un Individuo. Estas interacciones hacen uso de las principales funciones mentales (percepción, memoria, razonamiento. La ergonomía cognitiva se ocupa entonces de los problemas de costo cognitivo derivado de esta interacción

5.7.3. Ergonomía física

Se preocupa de la caracterización anatómica, antropométrica, fisiológica y biomecánicas humanas, en tanto que se relacionan con la actividad física. Sus temas más relevantes incluyen posturas de trabajo, sobreesfuerzo, manejo manual de materiales, movimientos repetitivos, lesiones músculo-



tendinosas (LMT) de origen laboral, diseño de puestos de trabajo, seguridad y salud ocupacional.

5.7.4. Ergonomía organizacional

Se preocupa por la optimización de sistemas socio-técnicos, incluyendo sus estructuras organización Son temas relevantes a este dominio, los factores psicosociales del trabajo, la comunicación, la gerencia de recursos humanos, el diseño de tareas, el diseño de horas laborables y trabajo en turnos, el trabajo en equipo, el diseño participativo, la ergonomía comunitaria, el trabajo cooperativo, los nuevos paradigmas del trabajo, las organizaciones virtuales, el teletrabajo y el aseguramiento de la calidad

5.7.5. Ergonomía visual

Podríamos decir que la Ergonomía Visual estudia la forma de conseguir la mayor comodidad y eficacia de una persona cuando realiza tareas que implican una exigencia visual importante. Como por ejemplo:

- **Visión de cerca:** La visión cercana se prueba leyendo un texto de tipos pequeños a la “distancia mínima de visión distinta”. La distancia normal de lectura es de cerca de 35 centímetros pero el punto de visión cercana varía con la edad (Presbicia).

Cuando el punto de visión cercana es de más de 25 centímetros de los ojos es necesario usar anteojos para leer.

- **Acomodación:** Con el asunto de la edad, la capacidad de cambio de la visión distante a la visión de cerca se reduce. Esto se compensa con anteojos. Sin embargo, incluso con ellos las personas de 45 a 50 años tienen dificultades para cambiar entre diferentes distancias en un campo de visión cercana. En algunos trabajos es importante que tales cambios sean evitados en las personas de edad avanzada.



5.7.6. Precariedad laboral

Se denomina precariedad laboral al estado de situación que viven las personas trabajadoras que, por razones diversas, sufren procesos que conllevan inseguridad, incertidumbre y falta de garantía en las condiciones de trabajo, más allá del límite considerado como normal.

5.7.7. Trabajo estresante

Es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

5.7.8. Trabajo con esfuerzo mental

Las tareas que requieren gran exigencia intelectual provocan fatiga mental o nerviosa como consecuencia de una exigencia excesiva de la capacidad de atención, análisis y control del trabajador, por la cantidad de información que recibe y a la que, tras analizarla e interpretarla.

El esfuerzo mental se define como la cantidad de esfuerzo intelectual que se debe realizar para conseguir un resultado concreto.

Los síntomas de fatiga mental son: dolores de cabeza, sensación de cansancio, alteraciones en la capacidad de atención, somnolencia, fallos de precisión en los movimientos, y se traduce en disminución del rendimiento, de la actividad, aumento de errores, etc.

5.7.9. Trabajo monótono y rutinario

La monotonía surge de realizar tareas repetitivas sin apenas esfuerzo y de forma continuada en el tiempo, así como la ausencia de iniciativa personal. El trabajo monótono y rutinario efectuado en un ambiente poco estimulante es propio de la producción en masa y determinadas tareas de oficina. También aparece cuando se realizan tareas en lugares aislados faltos de contactos humanos.



La monotonía y el trabajo repetitivo dependen de:

- Número de operaciones encadenadas de que conste la tarea
- Número repetitivo de veces que la tarea se realiza durante la jornada de trabajo

Las actividades monótonas influyen negativamente en las facultades de la persona de forma unilateral, de lo que resulta una fatiga más rápida e incluso la aparición de depresiones psíquicas así como dolores musculares causados por posturas estáticas.

3.7.10. Acoso laboral

El acoso laboral es toda conducta que constituya agresión u hostigamiento reiterados, ejercida por el empleador o por uno o más trabajadores, en contra de otro u otros trabajadores, por cualquier medio, y que tenga como resultado para el o los afectados su menoscabo, maltrato o humillación, o bien que amenace o perjudique su situación laboral o sus oportunidades en el empleo. La norma legal señala además que el acoso laboral es contrario a la dignidad de la persona.



VI. PREGUNTAS DIRECTRICES

¿Cuáles son los riesgo laborales a los que están expuesto los trabajadores del centro salud Adán Barrillas Huete?

¿Cuál es la estimación de los riesgos laborales identificados en el centro salud Adán Barrillas Huete?

¿Cuáles son las medidas de control para identificar los riegos laborales evaluados?



VII. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Objetivos	Variables	Definición conceptual	Sub-variable	Indicadores	Instrumento
✓ Identificar los riesgos laborales en el centro Salud Adán Barillas de Juigalpa	Riesgo laboral.	Es la probabilidad o posibilidad de que un trabajador (a) sufra un determinado daño a la salud.	Condición de seguridad	-Lugares de trabajo. -Máquinas y equipos. -Electricidad. -techo en mal estado. -Incendios. -Manipulación y transporte. -Herramientas.	-Check list (guía de observación)
			Riesgo Musculo-esquelético.	-Mala postura. -Sobre esfuerzo físico. -Repetitividad de movimientos. -Equipo de trabajo inadecuado.	
			Entorno físico del trabajo.	-Condiciones termohigrométricas. -Iluminación. -Ruido. -Vibraciones. -Radiaciones	
			Contaminantes químicos	-Polvo	
			Riesgo psicosocial	-rapidez del trabajo. -efectividad del trabajo. -trabajo agotador.	



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Objetivos	Variables	Definición conceptual	Sub-variable	Indicadores	Instrumento
✓ Evaluar los riesgos a los que están expuestos los trabajadores.	Riesgo laboral.	Es la probabilidad o posibilidad de que un trabajador (a) sufra un determinado daño a la salud.	Condición de seguridad	-Lugares de trabajo. -Máquinas y equipos. -Electricidad. -techo en mal estado. -Incendios. -Manipulación y transporte. -Herramientas.	- Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgo en los Centros de Trabajo (ACUERDO MINISTERIAL JCHG-000-08-09).
			Riesgo Musculo-esquelético.	-Mala postura. -Sobre esfuerzo físico. -Repetitividad de movimientos. -Equipo de trabajo inadecuado.	
			Entorno físico del trabajo.	-Condiciones. -Termo higrométrico. -Iluminación. -Ruido. -Vibraciones. -Radiaciones	
			Contaminantes químicos.	-Polvo	
			Riesgo psicosocial.	-rapidez del trabajo. -efectividad del trabajo. -trabajo agotador.	-Cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales en el Trabajo (istas21).



VIII. DISEÑO METODOLOGICO

8.1. Tipo de estudio

8.1.1. Según el Alcance Temporal

En relación con el tiempo, esta investigación es **corte transversal** puesto que se recogió información en oportunidad única se recolecto la información y se aplicaron instrumentos durante el segundo semestre del año 2013.

8.1.2 Según la Profundidad u Objetivo

Es una investigación de **tipo descriptiva**, ya que aborda los factores de riesgos que afectan la integridad del trabajador en él Centro de Salud Adán Varillas Huete.

8.1.3. Según el Carácter de la Medida

Es una investigación **cuantitativa** ya que se centra en aspectos observables y susceptibles de cuantificar, utilizando la metodología empírico-analítica, se sirve de la estadística para el análisis de los datos de riesgos laborales en el Centro de Salud Adán Varillas Huete.

8.1.4. Según el Marco en que tiene Lugar

La investigación es **de Campo**, porque para conocer los riesgos laborales se visitó el Centro de Salud Adán Varillas Huete durante el segundo semestre del año 2013.

Dentro de la investigación se realizan tres tipos de instrumentos (Guía de observación, Método de evaluación de riesgos, Cuestionario de evaluación de riesgos Psicosociales) obteniendo información, para conocer y observar la situación de ergonomía, seguridad e higiene laboral.



8.2 Población

La población de esta esta investigación está conformado por 96 trabajadores del Centro de Salud.

8.3 Muestra

Tomando como referencia que la población es de 96 trabajadores se calculó la muestra a la que se le aplicó la encuesta obteniendo en materia de ergonomía seguridad e higiene para determinar la cantidad adecuada de encuestado con un error estándar de 3% al 90% de confiabilidad siendo este el resultado de 49 encuestado del centro salud Adán Barillas Huete.

N= Población

P=Igual al porcentaje de confiabilidad

SE=igual porcentaje de error

La fórmula para calcular es:

$$N = \frac{100}{1 + 100/P}$$

$$N = \frac{100}{1 + \frac{100}{96}}$$

$$= 48.9795 = 49 \text{ encuestado.}$$

96

8.3.1 Determinación de la muestra:

Asumiendo que el tamaño de la muestra ya está determinado se hizo de un muestreo no probabilístico denominado por conveniencia para seleccionar 49 trabajadores del centro Salud Adán Barillas Huete.



8.4 Instrumento

➤ **Guía de observación (Check list)**

Se diseñó la Guía de observación porque es un método de recolección de datos, muy confiable y eficiente, la cual se aplicó dentro del Centro Salud Adán Barillas Huete, que está ubicado en el municipio de Juigalpa Chontales, obteniendo dicha información a través del campo visual.

Evaluación de Riesgos Psicosociales (MÉTODO **ISTAS21**) fue desarrollado por un El propósito de la Guía de observación fue suministrar datos sobre la situación actual de los aspectos de Ergonomía, Seguridad e Higiene con la que cuentan los trabajadores de centro salud Adán Barillas Huete de la ciudad de Juigalpa, Chontales.

➤ **Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgo en los Centros de Trabajo (ACUERDO MINISTERIAL JCHG-000-08-09)**

La evaluación de riesgos es un sistema dinámico de enfoque integral a todos los riesgos laborales o factores de riesgo presentes en un puesto de trabajo. La identificación y evaluación de los factores de riesgos es una etapa fundamental en la práctica de la higiene industrial, seguridad y ergonomía, indispensable para una planificación de estrategias adecuadas de control de accidentes y enfermedades profesionales.

➤ **Cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales (MÉTODO ISTAS21)**

El instrumento para la prevención de riesgos psicosociales (método istas21) es un cuestionario diseñado para iniciar la evaluación de riesgos en empresas pequeñas y muy pequeñas. Este es apto para identificar, valorar y medir la exposición a seis grandes grupos de factores de riesgo para la salud de naturaleza psicosocial en el trabajo ya sea grupal o de manera individual, estos factores son:



1. Exigencia psicológica.
2. Trabajo activo y posibilidades de desarrollo
3. Apoyo social y calidad de liderazgo.
4. Inseguridad.
5. Doble presencia.
6. Estima.

8.5 Validación de los instrumentos

La validación de los instrumentos Guía de observación (Check list), Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgo en los Centros de Trabajo (ACUERDO MINISTERIAL JCHG-000-08-09) fue llevado a cabo por Ministerio de Trabajo. Referente al Cuestionario de equipo de investigadores del Instituto Nacional de Salud Laboral de Dinamarca liderado por el profesor Tage s. Kristensen en el año 2000.

8.6. Procesamiento de la información

❖ Check list

El método de evaluación Check list se basó en calificar al punto de estudio de forma cualitativa de acuerdo a la cantidad de respuestas afirmativas, sus intervalos de calificación son:

- ✓ De 57 a 71 respuestas afirmativas ----- Altamente aceptable.
- ✓ De 46 a 56 respuestas afirmativas ----- Muy aceptable.
- ✓ De 31 a 45 respuestas afirmativas ----- Aceptable.
- ✓ De 30 a menos respuestas afirmativas ----- Critico.

Al procesar dicho instrumento se obtuvo una cantidad de 25 respuestas afirmativas de 71 preguntas que cuenta el método de evaluación Check list, lo que quiere decir que el centro salud Adán Barillas Huete de la ciudad de Juigalpa se encuentra en estado crítico ya que de acuerdo a este instrumento



observamos la falta de higiene y seguridad como podemos mencionar algunos de ellos: los servicios sanitarios no están en buenas condiciones , no usan el equipo de protección personal cuando se exponen a riesgo de proyecciones de partículas virutas o de cortes , el ruido obliga a elevar la voz a estar conversando, la silla no satisfacen las prescripciones ergonómicas.

❖ Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgo en los Centros de Trabajo (ACUERDO MINISTERIAL JCHG-000-08-09)

EVALUACION DE RIESGOS																	
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación												Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Dirección de enfermería.			Inicial	X	Seguimiento												
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:			Fecha de la evaluación: 10/11/2013						Fecha de la última evaluación:								
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo									
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN					
1	Pared en mal estado.		X			X					X				Ninguna	NO	NO
2	Silla.			X	X						X				Ninguna	NO	NO



La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 50% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando torceduras importantes, fracturas, amputaciones menores, lesiones múltiples así como también Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo** es **Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.

La probabilidad de este peligro resulta **Alta** con 80% lo que quiere decir que ocurrirá siempre o casi siempre el daño. La severidad de daño es **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** provocando molestias. Siendo la probabilidad alta y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** es **Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS														Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación													
Actividad / Puesto de trabajo Recepción de equipos.			Inicial		X		Seguimiento									
Trabajadores expuestos: Mujeres: 9 Hombres: 3			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Cortadora de gaza.		X			X					X			Ninguna	NO	NO

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 50% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando amputaciones menores y Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																	
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.					Evaluación										Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Dirección del centro de salud.					Inicial		X		Seguimiento								
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:					Fecha de la evaluación: 10/11/2013												
					Fecha de la última evaluación:												
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo									
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN					
1	Aire acondicionado.			X			X						X	Ninguna	NO	NO	
2	Exceso de horas laborales.			X			X						X	Ninguna	NO	NO	

La probabilidad de este peligro resulta **Alta** con 70% lo que quiere decir que ocurrirá siempre o casi siempre. La **severidad de daño** resulta **Alta** el cual es **Extremadamente dañino** provocando enfermedades crónicas que acorten severamente la vida de los trabajadores; Siendo la probabilidad alta y la severidad del daño alta **la estimación del riesgo** es **intolerable** lo que quiere decir que no debe comenzar, ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recurso ilimitado, debe prohibirse el trabajo.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



La probabilidad de este peligro resulta **Alta** con 70% lo que quiere decir que ocurrirá siempre o casi siempre. La **severidad de daño** resulta **Alta** el cual es **Extremadamente dañino**; Siendo la probabilidad alta y la severidad del daño alta **la estimación del riesgo es intolerable**.

EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS														Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación													
Actividad / Puesto de trabajo Ultrasonido.			Inicial		X	Seguimiento										
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres: 1			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Espacio pequeño.		X		X					X				Ninguna	NO	NO

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 30% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** provocando daños superficiales (pequeños cortes, magulladuras, molestias y Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo es Tolerable** lo que quiere decir que no se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se deben considerar soluciones más rentables o mejora que no supongan una carga económica importante.



Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficiencia de las medidas de control.

EVALUACION DE RIESGOS																
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación											Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Almacén de vacunas.			Inicial		X	Seguimiento										
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Abanico.		X			X					X			Ninguna	NO	NO

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 60% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Daño** provocando torceduras importantes, fracturas, amputaciones menores, lesiones múltiples así como también Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la



probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.

EVALUACION DE RIESGOS																
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación											Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Almacén de medicamento.			Inicial		X		Seguimiento									
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:2			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Mal olor.		X			X				X				Ninguna	NO	NO
2	Calor.	X			X			X						Ninguna	NO	NO

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 30% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando molestias respiratorias y enfermedades que impidan el desempeño de los trabajadores. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.

La probabilidad de este peligro resulta **Baja** con 20% lo que quiere decir que ocurrirá raras veces. La **severidad de daño** resulta **Baja** el cual es **Ligeramente dañino**; Siendo la probabilidad baja y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** se considera **Trivial**.

EVALUACION DE RIESGOS																
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación											Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Bodega.			Inicial		X		Seguimiento									
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres: 1			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Jeringas.	X			X			X						Ninguna	NO	NO
2	Vidrios.	X			X			X						Ninguna	NO	NO

La probabilidad de este peligro resulta **Baja** con 20% lo que significa que ocurrirá raras veces. La **severidad de daño** resulta **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** ocasionando daños superficiales como pequeños cortes y magulladuras; Siendo



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



la probabilidad baja y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** se considera **Trivial** por lo tanto no se requiere acción específica.

La probabilidad de este peligro resulta **Baja** con 20% lo que significa que ocurrirá raras veces. La **severidad de daño** resulta **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** ocasionando daños superficiales como pequeños cortes y magulladuras; Siendo la probabilidad baja y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** se considera **Trivial** por lo tanto no se requiere acción específica.

EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS														Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.				Evaluación												
Actividad / Puesto de trabajo Atención médica.				Inicial		X		Seguimiento								
Trabajadores expuestos: Mujeres: 6 Hombres:				Fecha de la evaluación: 10/11/2013												
				Fecha de la última evaluación:												
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Electricidad.		X			X				X				Ninguna	NO	NO

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 50% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando fracturas, amputaciones menores, lesiones múltiples así como también Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días.



Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.

❖ Cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales (MÉTODO ISTAS21).

Datos idos adquiridos.

**Puntuaciones para la población
Ocupada de referencia**

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación							Verde	Amarillo	Rojo
		1	2	3	4	5	6	7			
1	Exigencias psicológicas	6	12	12	8	7	6	5	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo (influencia, Desarrollo de habilidades, Control sobre los tiempos)	32	28	28	30	28	30	28	De 40 a 26	De 25 a 21	De 20 a 0
3	Inseguridad	10	10	10	10	10	10	10	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	36	29	30	32	36	34	36	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	1	9	8	10	1	2	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	15	3	2	16	2	2	3	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0



Puntuaciones para la población
Ocupada de referencia

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		8	9	10	11	12	13				14
1	Exigencias psicológicas	9	10	8	12	12	10	8	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	28	28	28	30	30	32	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	10	10	10	10	10	10	10	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	34	29	28	30	34	28	28	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	9	8	1	9	8	9	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	3	15	15	16	2	2	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		15	16	17	18	19	20				21
1	Exigencias psicológicas	8	7	6	12	12	6	9	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	30	28	30	28	28	28	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	10	10	10	10	10	10	10	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	29	30	32	36	34	36	32	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	5	8	1	9	6	9	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	2	2	2	16	16	16	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		22	23	24	25	26	27				28
1	Exigencias psicológicas	16	8	7	9	10	12	8	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	32	32	28	28	28	32	32	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	6	10	8	10	7	10	8	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	32	31	29	28	28	32	28	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	2	1	3	9	8	1	2	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	16	2	2	2	1	1	1	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		29	30	31	32	33	34				35
1	Exigencias psicológicas	6	12	12	8	7	8	6	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	32	28	28	30	32	32	32	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	3	9	4	10	5	7	6	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	32	32	28	34	36	36	34	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	7	5	1	5	6	9	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	2	2	2	12	9	2	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación							Verde	Amarillo	Rojo
		43	44	45	46	47	48	49			
1	Exigencias psicológicas	5	6	6	7	8	6	9	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	31	28	30	25	28	23	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	6	3	8	4	6	10	5	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	29	30	32	36	34	36	32	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	6	9	6	7	9	5	7	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	16	16	2	16	2	2	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación							Verde	Amarillo	Rojo
		36	37	38	39	40	41	42			
1	Exigencias psicológicas.	4	7	8	12	6	6	6	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	27	28	32	30	28	30	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad.	10	5	10	3	10	7	9	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo.	34	30	32	36	34	36	32	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia.	4	2	8	1	9	5	3	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima.	3	2	12	2	16	9	11	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0



A partir del procesamiento de datos istas²¹, la población estudiada del centro de salud de Juigalpa chontales refleja que 41 de los 49 trabajadores encuestados están situado en el intervalos rojo que referente al apartado numero 3 (inseguridad) de igual manera en el apartado 6(estima) dice que 34 de los 49 están en intervalo rojo, 12 en el intervalo verde igual en el amarillo esto quiere decir que la organización del trabajo los sitúa entre la población ocupada que peor está en cuanto a exigencias psicológicas del trabajo.

En el apartado 1 de (exigencias psicológicas) refleja que 19 están el intervalo verde, 20 en el amarillo y 10 en el rojo.

En el apartado 2 (trabajo activo y posibilidades de desarrollo) muestra que no hay ningún trabajador en el intervalo rojo ya que 47 trabajadores están en el intervalo verde y 2 en el amarillo.

En el apartado 4 (apoyo social y calidad e liderazgo) muestra que hay 43 personal en el intervalo verde y 6 en el amarillo. En los apartado 2 y 4 muestra que no hay personas en los intervalos rojos como se mostró anteriormente en el cuadro.

En el apartado 5 (doble presencia) se dice que de 25 de los 49 trabajadores están en el intervalo rojo ya que 14 están en el verde y 10 en el amarillo.



IX. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

• CHECK LIST O GUÍA DE OBSERVACIÓN

Con este instrumento se logró determinar que dentro de Centro de salud Adán Barillas Huete hay muchas deficiencias tanto como de infraestructura como de personal.

Por apartados se dan a conocer los siguientes resultados:

Apar#1	<p align="center">SEGURIDAD ESTRUCTURAL</p>	<p>De acuerdo a la seguridad estructural se observó que algunas paredes estaban en mal estado a punto de caer.</p> <p>Distribución eléctrica se encontraron algunos detalles que pueden cambiar: como los alambres que pasan arriba del techo y cerca de algunas áreas que están totalmente descubierta y algunos alambre le cae agua del mismo equipo de aire acondicionado</p> <p>-La infraestructura de algunas áreas no es adecuada, ya que son muy pequeña, tienen poco espacio, lo que podría provocar alguna fatiga o un choque con otro compañero de trabajo que lleve alguna herramienta corto pulsante.</p> <p>El ambiente laboral no es nada saludable debido a que no cuenta con un lugar privado donde votan los desechos infectados ya que están en el patio donde todas las personan pasan y se encuentran jeringas utilizadas, esto puede ocasionar algún peligro o enfermedad.</p>
Apar#2	<p align="center">MÁQUINAS Y HERRAMIENTAS</p>	<p>En lo que es máquina y herramienta se encontró que algunas máquinas estaban dañadas debido al largo uso que ya tenían, y alguna herramienta se encontraba tiradas en el área de central de equipos.</p>
Apar#3	<p align="center">MANIPULACIÓN DE OBJETOS</p>	<p>Usan los objetos como (tijera, jeringas, cortadoras de gaza etc.) sin ningún equipo protección.</p> <p>El uso de equipos como abanicos con alambres descubierta lo usan sin tener guante debido a un riesgo de electricidad.</p>



Apar#4	EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL	-El personal de seguridad cuenta con los equipos de protección personal pero esto no lo usan en el momento de trabajo lo tienen tirado en alguna mesa o silla.
Apar#5	CONDICIONES DE HIGIENE INDUSTRIAL	No hay un buen rol de aseo, la suciedad puede provocar enfermedades, como el polvo puede afectar la vía respiratoria, el no tener dos baños para cada género (mujer, hombre) puede ocasionar infecciones debido a que solo hay uno y se mantiene sucio. -no hay entrada de corriente de aire natural. Las áreas son muy pequeñas por lo que puede generar demasiado calor.
Apar#6	ASPECTOS DE ERGONOMÍA	Hay mucho ruido en las áreas debido a los equipos (aire acondicionado) están viejos y el ruido puede perturbar al trabajador en su desempeño laboral. No hay asientos cómodos que ayude a la ergonomía del trabajador. No cuentan con señales o rótulos (advertencia, peligro, salvamento)
Apar#7	ASPECTOS ORGANIZATIVOS	Falta de información o formación sobre factores de riesgo a los que están expuestos los trabajadores. No cuentan con una bodega y almacenamiento de herramientas.



Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgos en los Centros de Trabajo

Plan de acción	
Peligro identificado	Acción requerida
Pared en mal estado.	- Reforzar o Reconstruir.
Cortadora de gaza.	- Colocar protectores.
Aire acondicionado.	- Ubicar fuera.
Exceso de horas laborales.	- Realizar cortes de receso. - Dividir el horario entre más personal.
Espacio pequeño.	- Agrandar la sección.
Abanico.	- Crear protectores.
Mal olor.	- Succionador.
Calor.	- Ubicar aire acondicionado. - Ventilación natural.
Jeringas.	- Crear un depósito adecuado.
Vidrios.	- Crear depósito adecuado.
Electricidad.	- Actualizar tendido. - Realizar mantenimiento preventivo (chequeo).
Sillas.	- Suministrar sillas acorde a la labor de cada trabajador.



➤ Riesgos psicosociales (istas21).

Plan de acción	
Peligro identificado	Acción requerida
➤ Apartado # 1 -Exigencias psicológicas.	- Incrementar personal.
➤ Apartado # 2 -Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	- Tener en cuenta las opiniones de los trabajadores.
➤ Apartado # 3 -Inseguridad.	- Realizar reuniones de los posibles cambios de cada uno de los trabajadores.
➤ Apartado # 4 -Apoyo social y calidad de liderazgo.	- Divulgar y enseñar el compañerismo laboral.
➤ Apartado # 5 -Doble presencia.	- Establecer una consejería.
➤ Apartado # 6 -Estima.	- Realizar reconocimientos ya sean verbales así como también remunerables, etc. -



X. CONCLUSIONES

La presente investigación se llevó a cabo en el centro de salud Adán Barillas Huete, en el segundo semestre del año 2013. Esta institución cuenta con 96 trabajadores. El centro de salud está conformada por áreas de: dirección de enfermería, banco biológico, farmacia, central de equipo, epidemiología, plan de prevención contra VIH, plan de prevención de niños, materno infantil, recursos humanos, bodega, riesgos eléctricos y dirección. La investigación se elaboró con el objetivo general de proponer un plan de prevención de riesgos laborales mediante la aplicación de tres tipos de instrumentos: Guía de observación (Check list), Método de evaluación de riesgos, Método istas21, el cual se adquirió información en abundancia como:

- Malas prácticas de ergonomía, seguridad e higiene: esto es de muy importancia para el centro salud Adán Barillas Huete, ya que el personal de esta empresa no están cumpliendo con las normativas de la institución.
- Tenemos también el no uso del equipo de protección personal: es un factor muy importante para el centro de salud, ya que si no portan el equipo de protección esto llevara a serias consecuencias ya que puede ser un riesgo laboral no portarlo mientras estas realizando las jornadas laboral de trabajo.
- Inadecuado mantenimientos de equipo y corrientes eléctricos: es un gran peligro usar equipos que ya están obsoleto y ya dieron su vida útil, así como las corrientes de electricidad hay cables descubiertos que no están protegidos como deberían de ser.
- Existe muchos ruidos en las áreas: esto lleva a serias consecuencia ya que el personal no trabaja agosto.



- Se identificó que no poseen una recepción de desechos infectados, ya que está en la vía pública donde todo el personal pasa.
- En conclusión podemos decir que el centro de salud carecen de ergonomía e higiene por los que se debe tomar medidas preventivas para evitar accidentes y riesgo laborales que pueden producirse en esta institución.

Con el método de evaluación de riesgo, se encontraron lo sig. Factores: de condición insegura, entorno físico del trabajador contaminación. Esto oscilaron diferentes resultados, de 20 a 29% donde ocurrirá rara vez, los cuales son bajas que puede provocar pequeños cortes, lesiones previamente sin baja o con baja inferior a 10 días.

Encontramos resultados de probabilidad de 30% a 69% lo cual la probabilidad del peligro es media, que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones, y pueden provocar enfermedades que lleven a incapacidades menores, lesiones con baja prevista a un intervalo superior a los 10 días, por lo cual se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las intervenciones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado.

También encontramos de 70 a 80% por lo cual dice que ocurrirá siempre o casi siempre por lo tanto la severidad del daño es alta intolerable lo cual no debe comenzar, ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir riesgo, incluso con recurso ilimitado, debe prohibirse el trabaj



XI. RECOMENDACIONES

- ❖ Verificar que los trabajadores estén usando adecuadamente los equipos de protección personal.
- ❖ Observar si los trabajadores están cumpliendo con las medidas de seguridad e higiene asignadas.
- ❖ Hacer limpieza en las áreas de riesgos eléctricos, bodegas y baños.
- ❖ Crear un nuevo parqueo, ya que donde se encuentra ubicado dificulta la pasada de los trabajadores.
- ❖ Hacer nuevas remodelaciones de paredes que están en deterioro.
- ❖ Crear un departamento de ergonomía seguridad e higiene laboral.
- ❖ Cambiar aire acondicionado ya que son muy viejos y esto hace muchos ruidos.
- ❖ Cubrir los cables eléctricos que están pelados y cambiar abanicos ya que están dañados.
- ❖ Cambiar las sillas de mal estado por unas nuevas y cómodas.
- ❖ Crear un área de desechos contaminantes.
- ❖ Hacer más espacio en el área de cirugía ya que es muy pequeña.
- ❖ Hacer que los trabajadores del área de central de equipos se pongan los equipos de protección personal.
- ❖ Hacer limpieza de los baños y tener uno para cada sexo: masculino y femenino.
- ❖ Elaborar o realizar un mapa de riesgo como recomendación elaboramos un mapa de riesgo para que lo tomen en cuenta.



XII. PROBLEMAS ENCONTRADOS DURANTE LA INVESTIGACIÓN.

Trabajo de Campo

Para la obtención de la información se implementaron algunos instrumentos muy eficientes (la Guía de observación, Método de evaluación de riesgos, Método istas²¹), todo esto se llevó acabo en el centro salud Adán Barillas Huete de la ciudad de Juigalpa chontales.

Las principales dificultades en la recolección de la información fueron entre otras cosas las siguientes:

- 1) No nos autorizaban el permiso para realizar nuestros instrumentos (guía de observación, método ista²¹, Método de evaluación de riesgos)
- 2) Al principio no nos brindaron la información que queríamos preguntar.
- 3) otro problema fue que no nos dieron entrada a todas las áreas.
- 4) para el acceso a las diferentes áreas era necesario que nos acompañara un guía el cual cuando llegábamos no se encontraban y nos impedían conocer el interior de las diferentes áreas.



XIII. BIBLIOGRAFIA

1. Letayf - González (México 1996) - SEGURIDAD, HIGIENE Y CONTROL AMBIENTAL - Edit. Mc GRAW - HILL
2. DAVID STONER (México 1987) - La Seguridad en Hospitales - Edit LIMUSA
3. MANUAL DE RESIDUOS PATOGENICOS - (Argentina 1994) Federación Bioquímica de la Prov. De Buenos Aires
4. Seguridad, Higiene y medio ambiente de Trabajo. STPS-IMSS. D.OF.1997.
5. Cortes Díaz José M. Técnicas de prevención de riesgos Laborales. Editorial Tebar,S.L.9ª Madrid 2007.
6. Cortez Díaz José M. Seguridad e Higiene del Trabajo. Editorial Alfa Omega. España 2002
7. Denton, Keth. Seguridad Industrial: Administración y Métodos. Editorial Mc Graw Hill. 1985.
8. Grimaldi – Simonds. La Seguridad Industrial: Su administración. Editorial Alfa Omega. México 1996
9. Handley, William. Higiene en el Trabajo. Editorial McGraw Hill.
10. Hernández Zúñiga Alfonso. Seguridad e Higiene Industrial. Editorial Limusa.Noriega.1ª .México 2005.
11. Lazo Serna, Humberto. Seguridad Industrial, Editorial Porrúa.
12. Ramírez Cavassa, Cesar. Seguridad Industrial (un enfoque integral). Editorial Limusa.3ªEdición
13. Robbins, Hackett. Manual de Seguridad y Primeros Auxilios, Editorial Alfa



MANOS



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA
CORNELIO SILVA ARGUELLO
UNAN FAREM-CHONTALES

CARRERA: INGENIERIA INDUSTRIAL Y DE SISTEMAS

GUIA DE OBSERVACIÓN:

IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO
EN MATERIA DE HIGIENE Y SEGURIDAD EN EL CENTRO DE SALUD
DE JUIGALPA, CHONTALES.

I.- Datos generales:

Razón social	
Código de la empresa	
Dirección exacta	
Departamento	
Municipio	
Ubicación	
Área de propiedad	
Descripción de la actividad	
Nº trabajadores	Hombres: Mujeres:
Nº personas menores de edad	Hombres: Mujeres:
Nº personas con discapacidad	Hombres: Mujeres:
Horario de trabajo	
Tipo de organización de la empresa	Familiar <input type="checkbox"/> Mixta <input type="checkbox"/> cooperativa <input type="checkbox"/>
No. INSS patronal	
Código nomina	
No. RUC	
Nº teléfono / celular / E – mail	



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



II.- LISTA DE IDENTIFICACIÓN DE LOS RIESGOS

APARTADOS	Nº Ítems	ASPECTOS BÁSICOS A IDENTIFICAR EN MATERIA DE HIGIENE Y SEGURIDAD	SI	NO	NA
SEGURIDAD ESTRUCTURAL	1	Son correctas las características del suelo, piso, sin aberturas y se mantiene limpio.			
	2	Están protegidas las aberturas en el suelo y las plataformas de trabajo.			
	3	El techo y las paredes están limpias y en buen estado.			
	4	El espacio de trabajo está limpio y ordenado, libre de obstáculos y con equipamiento necesario.			
	5	Están delimitadas y libres de obstáculos las zonas de pazos.			
	6	Cuentan con servicios sanitarios limpios y en buenas condiciones.			
	7	Las escaleras fijas de cuatro peldaños o mas disponen de barandilla de 90 cm de altura, rodapiés.			
	8	Los peldaños de las escaleras son uniformes y antideslizantes.			
ELECTRICIDAD	9	Los tomas, interruptores y paneles están debidamente protegidos.			
	10	Los conductores eléctricos mantienen su aislamiento en todo el recorrido, los empalmes y conexiones se realizan de forma segura.			
	11	La instalación general dispone de puesta (polo) a tierra.			
	12	Se da mantenimiento al sistema eléctrico.			
	13	Los interruptores diferenciales están dispuestos por sectores y debidamente codificados.			
	14	El local presenta los materiales combustibles se encuentran lejos de los equipos, maquinarias o dispositivos eléctricos.			
PREVENCIÓN Y EXTINCIÓN DE INCENDIO	15	El almacenamiento de materias y productos inflamable se realiza en locales protegidos.			
	16	Los residuos de combustibles se limpian periódicamente y se depositan en lugares seguros.			
	17	Las operaciones de trasvase y manipulación de líquidos inflamable se realizan en condiciones de seguridad.			
	18	Se prohíbe fumar en zonas donde se almacenan o manejan productos combustibles e inflamables.			
	19	Existen extintores y se encuentran accesibles, a una altura de 1.20 metros del suelo a la parte superior del equipo y libres de obstáculos.			
	20	Los extintores están en buenas condiciones de funcionamiento.			
	21	Hay salida de emergencia que garantice que la evacuación del personal sea de forma inmediata y segura.			
	22	Los elementos móviles de las maquinas (trasmisión que interviene en el proceso) tienen sus resguardos de seguridad (fijos, móviles) que impiden el acceso a los mismos.			
	23	Existen los dispositivos de seguridad (parada de emergencia) con			



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



MAQUINARIA Y HERRAMIENTAS		accesos rápido.			
	24	El operario ha sido instruido y adiestrado en el manejo de la maquina.			
	25	Las herramientas se encuentran en buen estado de limpieza y conservación.			
	26	Existen locales o lugares para guardar ordenadamente las herramientas.			
	27	Se observa en las personas trabajadoras hábitos seguros de trabajo.			
	28	Los trabajos se realizan de forma segura, sin sobreesfuerzos o movimientos bruscos.			
	29	Se usan equipos de protección personal cuando se exponen a riesgos de proyecciones de partículas (esquirlas, virutas) o de cortes.			
	30	Las superficies, ductos que transmiten calor están revestidas o cubiertas de material aislante.			
	31	En las actividades de soldadura se utilizan pantallas aislantes (mampara).			
	32	En los trabajos en altura se utilizan los equipos de protección personal correspondientes.			
	33	En los hornos se utilizan los equipos de protección personal.			
	34	Si se utiliza compresor está situado al aire libre o en un local cercado (malla ciclón), ventilado, resistente al fuego y que evite la proximidad a aéreas de trabajo.			
MANIPULACION DE OBJETOS	35	Si se utilizan objetos cuya manipulación entraña riesgo de cortes, caídas o sobre esfuerzo, se adoptan las medidas de seguridad.			
	36	Los objetos están limpios de sustancias resbaladizas.			

(MATERIALES)	37	Las formas y dimensiones de los objetos facilitan su manipulación.			
	38	El personal expuesto a cortes usa guantes.			
	39	El almacenamiento de materiales se realiza sobre estantes, polines, entre otros.			
	40	El personal está entrenado en la manipulación correcta de los objetos (materiales).			
	41	Disponen de ayudas mecánicas (carretillas, carretones, etc.) para el traslado de materiales y mercaderías pesadas.			
	42	El personal usa calzado de seguridad para evitar los golpes de caídas de objetos.			
EQUIPO DE PROTECCION PERSONAL	43	Se dispone de equipos básicos de protección personal.			
	44	A los trabajadores se les brinda información del uso y manejo de los equipos de protección personal.			
	45	Se da mantenimiento a los equipos de protección personal.			
	46	Disponen de un local para guardar los equipos de protección			



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



		personal.			
CONDICIONES DE HIGIENE INDUSTRIAL	47	La iluminación se ajusta a las diferentes tareas visuales que se realizan en todos los lugares de trabajo.			
	48	Existe iluminación adecuada, en función del tipo de tarea, en los lugares de trabajo.			
	49	Se da mantenimiento al sistema de iluminación.			
	50	Existe iluminación natural como complemento a la iluminación artificial.			
	51	Las condiciones del ambiente térmico son aceptables. (No hay personas trabajadoras sudorosas, agotadas, etc.)			
	52	Existen entradas de corriente de aire natural.			
	53	Los equipos de trabajo no irradian calor al lugar de trabajo.			
	54	Se dispone de maquinas o herramientas portátiles o instalaciones capaces de generar vibraciones.			
	55	El ruido en el ambiente de trabajo produce molestia.			
	56	El ruido obliga a elevar la voz a dos personas que conversan a medio metro de distancia.			
	57	En los lugares de trabajo que manipulan sustancias químicas, se cumplen con las medidas mínimas de seguridad.			
	58	Existe un lugar específico para el almacenamiento de estos productos hasta su eliminación.			
	59	Los trabajadores disponen dentro de la jornada laboral de 10 minutos para su aseo personal, antes de la comida y antes de abandonar el trabajo.			
60	Los trabajadores disponen de lugares exclusivos para guardar los equipos de protección personal utilizados que hayan estado en contacto con agentes biológicos.				
ASPECTOS DE ERGONOMIA	61	Existe rotulación en forma clara y legible donde se establece de su peso exacto de la carga de bultos según las características de cada trabajador.			
	62	La carga manual que exige los 25 metros se está haciendo por medios mecánicos.			

	63	Se les brinda a los trabajadores las condiciones para que la labor o tarea se realice cómodamente, de acuerdo a las particularidades de cada puesto.			
	64	Los asientos satisfacen las prescripciones ergonómicas.			
	65	Se adoptan las medidas previas cuando el trabajador va a realizar una labor repetitiva.			
	66	Al trabajador que permanece mucho tiempo de pie se le dota de silla, estableciendo pausas o tiempos para interrumpir los periodos largos de pie.			
	67	Tiene botiquín de primeros auxilios.			



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



ASPECTOS ORGANIZATIVOS	68	Llevan registro de los accidentes de trabajo.			
	69	Tienen procedimientos de trabajos seguros.			
	70	Se brinda formación – instrucción sobre los factores de riesgos a que se exponen los trabajadores.			
	71	Existen planes de trabajo en materia de higiene y seguridad.			
Totales					

Observaciones

Calificación de las respuestas

- De 57 a 71 respuestas afirmativas Altamente aceptable
- De 46 a 56 respuestas afirmativas Muy aceptable
- De 31 a 45 respuestas afirmativas Aceptable
- De 30 a menos respuestas afirmativas Crítico

Entrevistado (nombre y cargo): _____

Inspector actuante: _____

Fecha de levantamiento información: ____/ ____/ ____/



❖ Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgo en los Centros de Trabajo (ACUERDO MINISTERIAL JCHG-000-08-09)

La evaluación de riesgos es el proceso dirigido a estimar la magnitud de los riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo la información necesaria para que el tomador de decisiones de la empresa adopte las medidas necesarias que garanticen por sobre todo la salud y seguridad de los trabajadores.

Para desarrollar una evaluación de riesgos se deberá iniciar con una valoración de la empresa, todos y cada uno de las áreas de la empresa destacando su funcionalidad, instalaciones, personal, materias primas utilizadas, máquinas y equipos, puntos críticos de control del proceso, existencia o no de procedimientos de trabajo, procedimientos de parada de equipos por efectos de mantenimiento, medio ambiente de trabajo, si han existido accidentes en los últimos dos periodos y si se ha efectuado o no una investigación de accidentes.

Una evaluación de riesgos es un sistema dinámico de enfoque integral a todos los riesgos laborales o factores de riesgo presentes en un puesto de trabajo, el cual debe ser integrado a la gestión y administración general de la empresa que inclusive puede ser visto como una herramienta para obtener información valiosa que sirva para desarrollar medidas para proteger, mantener y promover la salud, el auto cuidado y el bienestar de las personas trabajadoras.

Una vez que hemos logrado tener una perspectiva de la situación de la empresa procedemos a identificar los factores de riesgo presentes en el centro de trabajo por área y por puesto de trabajo de acuerdo a las listas de chequeo propuestas, durante este transcurso es posible que se generen sospechas sobre la presencia de contaminantes, los cuales solamente sabremos si estos sobrepasan los niveles permisibles regulado en las normativas nicaragüenses, el cual deberá considerar el tiempo de exposición, las condiciones de exposición, y los momentos en que la exposición a determinado contaminante se vuelve crítica.



La identificación de los factores riesgos es una etapa fundamental en la práctica de la higiene industrial, seguridad, ergonomía y psicosocial, indispensable para una planificación adecuada de la evaluación de riesgos y de las estrategias de control, así como para el establecimiento de prioridades de acción.

Para la evaluación de los puestos de trabajo con exposición a riesgos laborales, se deberán considerar los siguientes aspectos:

- 1) Descripción de puesto de trabajo.
- 2) Tipo de trabajo (leve, moderado y pesado).
- 3) Probabilidad de presencia de los agentes presente en el proceso habitual de trabajo.
- 4) Frecuencia de la exposición.
- 5) Factores relativos a la organización y procedimientos de trabajo.
- 6) Conocimiento de los posibles riesgos por parte de los trabajadores.
- 7) Identificar actitudes y prácticas laborales riesgosas.
- 8) Otros aspectos que se deben considerar en la empresa conforme a la naturaleza de su actividad económica.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Para estimar la probabilidad de los factores de riesgo a que estén expuestas las personas trabajadoras en el puesto de trabajo, se tomaran en cuenta las condiciones mostradas en la siguiente tabla:

Macro localización:

Área:

Puesto de trabajo:

Peligro:

Factor de riesgo:

Trabajadores expuestos:

H: M: T:

Condiciones	Indicador	Valor	Indicador	Valor
La frecuencia de exposición al factor de riesgo es mayor que media jornada	Si	10	no	00
Medidas de control ya implantadas son adecuadas	no	10	Si	00
Se cumplen los requisitos legales y las recomendaciones de buenas practicas	no	10	Si	00
Protección suministrada por los EPP	no	10	Si	00
Tiempo de mantenimiento de los EPP es adecuado	no	10	Si	00
Condiciones inseguras de trabajo	Si	10	no	00
Trabajadores sensibles a determinado factor de	Si	10	no	00



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



riesgo				
Fallos en los componentes de los equipos, así como en los dispositivos de protección	Si	10	no	00
Actos inseguros de las personas (errores no intencionados o violaciones intencionales de los procedimientos establecidos)	Si	10	no	00
Se llevan estadísticas de accidentes y enfermedades ocupacionales	no	00	Si	10
Total		90		10

Probabilidad	Significado	
	Cualitativo	Cuantitativo
Alta	Ocurrirá siempre o casi siempre el daño	70-100
Media	Ocurrirá en algunas ocasiones	30-69
Baja	Ocurrirá raras veces	0-29



Severidad del Daño	Significado
Baja Ligeramente Dañino	Daños superficiales (pequeños cortes, magulladuras, molestias e irritación de los ojos por polvo). Lesiones previamente sin baja o con baja inferior a 10 días.
Medio Dañino	Quemaduras, conmociones, torceduras importantes, fracturas, amputaciones menores graves (dedos), lesiones múltiples, sordera, dermatitis, asma, trastornos músculo-esquelético, intoxicaciones previsiblemente no mortales, enfermedades que lleven a incapacidades menores. Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días.
Alta Extremadamente Dañino	Amputaciones muy grave (manos, brazos) lesiones y pérdidas de ojos; cáncer y otras enfermedades crónicas que acorten severamente la vida, lesiones muy graves ocurridas a varias o a muchas personas y lesiones mortales.

		Severidad del Daño		
		BAJA Ligeramente Dañino	MEDIA Dañino	ALTA Extremadamente Dañino
Probabilidad	BAJA	Trivial	Tolerable	Moderado
	MEDIA	Tolerable	Moderado	Importante
	ALTA	Moderado	Importante	Intolerable



Riesgo	Acción y temporización
Trivial	No se requiere acción específica
Tolerable	No se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se deben considerar soluciones más rentables o mejora que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficiencia de las medidas de control.
Moderado	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.
Importante	No debe comenzarse el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo. Puede que se precisen recursos considerables para controlar el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a un trabajo que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de el riesgo moderado.
Intolerable	No debe comenzar, ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recurso ilimitado, debe prohibirse el trabajo.

Criterio de prioridades

- Intolerable
- Importante
- Moderado
- Tolerable
- Trivial



**Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete
ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo
semestre del año 2013**





Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete



al segundo

Macro localización:	Centro de salud Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Sala de enfermería.
Puesto de trabajo:	Dirección de enfermería.
Peligro:	Pared en mal estado.
Factor de riesgo:	Condiciones de seguridad.
Trabajadores Expuestos: T: 1 ; H: 00 ; M: 01	
I. Estimar la probabilidad: Media	
1. Más de media jornada:	SI: 10
2. Medidas de control:	No: 10
3. Requisitos legales:	SI: 0
4. Protección Suministrada Epp:	No :10
5. Tiempo de Mtto de Epp:	No :10
6. Condiciones inseguras:	SI: 10
7. Trabajadores sensibles a Riesgos:	No: 0
8. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	No 0
9. Actos inseguros:	No: 0
10. Registro de accidentes y enfermedades:	SI: 0
	<u>TOTAL: 50</u>
II. Severidad del daño: media (dañino)	
III. Estimación de Riesgo: Moderada	

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 50% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando torceduras importantes, fracturas, amputaciones menores, lesiones múltiples así como también Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete

al segundo



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Central de equipo.
Puesto de trabajo:	Recepción de equipos.
Peligro:	Cortadora de gaza
Factor de riesgo:	Condiciones de seguridad.
Trabajadores Expuestos: T12: ; H3: 0 ; M: 9	
IV. Estimar la probabilidad: Media	
11. Más de media jornada:	SI: 10
12. Medidas de control:	SI : 0
13. Requisitos legales:	NO: 10
14. Protección Suministrada Epp:	Si : 0
15. Tiempo de Mtto de Epp:	Si : 0
16. Condiciones inseguras:	Si :10
17. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si : 10
18. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	Si :10
19. Actos inseguros:	SI :10
20. Registro de accidentes y enfermedades:	Si : 0
	TOTAL: 60
V. Severidad del daño: media (dañino)	
VI. La estimación de Riesgo: moderado	

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 50% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando amputaciones menores y Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete al segundo



Macro localización:	Centro de salud.																						
Empresa :	Adán Barillas Huete.																						
Centro de trabajo:	Centro de salud.																						
Área:	Dirección.																						
Puesto de trabajo:	Dirección del centro de salud.																						
Peligro:	Aire acondicionado (Ruido).																						
Factor de riesgo:	Entorno físico del trabajo.																						
<p>Trabajadores Expuestos: T: 1 ; H: 00 ; M: 01</p> <p>VII. Estimar la probabilidad: Media</p> <table> <tr> <td>21. Más de media jornada:</td> <td>Si: 10</td> </tr> <tr> <td>22. Medidas de control:</td> <td>Si : 0</td> </tr> <tr> <td>23. Requisitos legales:</td> <td>Si : 0</td> </tr> <tr> <td>24. Protección Suministrada Epp:</td> <td>No :10</td> </tr> <tr> <td>25. Tiempo de Mtto de Epp:</td> <td>No :10</td> </tr> <tr> <td>26. Condiciones inseguras:</td> <td>SI : 10</td> </tr> <tr> <td>27. Trabajadores sensibles a Riesgos:</td> <td>Si : 10</td> </tr> <tr> <td>28. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:</td> <td>Si: 10</td> </tr> <tr> <td>29. Actos inseguros:</td> <td>Si : 10</td> </tr> <tr> <td>30. Registro de accidentes y enfermedades:</td> <td>Si: 0</td> </tr> <tr> <td></td> <td>TOTAL:70</td> </tr> </table> <p>VIII. Severidad del daño: Alta (extremadamente dañino)</p> <p>IX. Estimación de Riesgo: Intolerable</p>		21. Más de media jornada:	Si: 10	22. Medidas de control:	Si : 0	23. Requisitos legales:	Si : 0	24. Protección Suministrada Epp:	No :10	25. Tiempo de Mtto de Epp:	No :10	26. Condiciones inseguras:	SI : 10	27. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si : 10	28. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	Si: 10	29. Actos inseguros:	Si : 10	30. Registro de accidentes y enfermedades:	Si: 0		TOTAL:70
21. Más de media jornada:	Si: 10																						
22. Medidas de control:	Si : 0																						
23. Requisitos legales:	Si : 0																						
24. Protección Suministrada Epp:	No :10																						
25. Tiempo de Mtto de Epp:	No :10																						
26. Condiciones inseguras:	SI : 10																						
27. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si : 10																						
28. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	Si: 10																						
29. Actos inseguros:	Si : 10																						
30. Registro de accidentes y enfermedades:	Si: 0																						
	TOTAL:70																						

La probabilidad de este peligro resulta **Alta** con 70% lo que quiere decir que ocurrirá siempre o casi siempre. La **severidad de daño** resulta **Alta** el cual es **Extremadamente dañino** provocando enfermedades crónicas que acorten severamente la vida de los trabajadores; Siendo la probabilidad alta y la severidad del daño alta **la estimación del riesgo** es **intolerable** lo que quiere decir que no debe comenzar, ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recurso ilimitado, debe prohibirse el trabajo.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo



Macro localización:	Centro de salud.																						
Empresa :	Adán Barillas Huete.																						
Centro de trabajo:	Centro de salud.																						
Área:	Dirección.																						
Puesto de trabajo:	Dirección del centro de salud.																						
Peligro:	Exceso de horas laborales.																						
Factor de riesgo:	Organización del trabajo.																						
<p>Trabajadores Expuestos: T: 1 ; H: 00 ; M: 01</p> <p>X. Estimar la probabilidad: Media</p> <table> <tr> <td>31. Más de media jornada:</td> <td>Si: 10</td> </tr> <tr> <td>32. Medidas de control:</td> <td>Si: 0</td> </tr> <tr> <td>33. Requisitos legales:</td> <td>Si: 0</td> </tr> <tr> <td>34. Protección Suministrada Epp:</td> <td>No: 10</td> </tr> <tr> <td>35. Tiempo de Mtto de Epp:</td> <td>no: 10</td> </tr> <tr> <td>36. Condiciones inseguras:</td> <td>Si:10</td> </tr> <tr> <td>37. Trabajadores sensibles a Riesgos:</td> <td>Si :10</td> </tr> <tr> <td>38. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:</td> <td>Si 10:</td> </tr> <tr> <td>39. Actos inseguros:</td> <td>Si 10:</td> </tr> <tr> <td>40. Registro de accidentes y enfermedades:</td> <td>Si: 0</td> </tr> <tr> <td></td> <td><u>TOTAL:70</u></td> </tr> </table> <p>XI. Severidad del daño: Alto (extremadamente dañino)</p> <p>XII. Estimación de Riesgo: Intolerable</p>		31. Más de media jornada:	Si: 10	32. Medidas de control:	Si: 0	33. Requisitos legales:	Si: 0	34. Protección Suministrada Epp:	No: 10	35. Tiempo de Mtto de Epp:	no: 10	36. Condiciones inseguras:	Si:10	37. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si :10	38. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	Si 10:	39. Actos inseguros:	Si 10:	40. Registro de accidentes y enfermedades:	Si: 0		<u>TOTAL:70</u>
31. Más de media jornada:	Si: 10																						
32. Medidas de control:	Si: 0																						
33. Requisitos legales:	Si: 0																						
34. Protección Suministrada Epp:	No: 10																						
35. Tiempo de Mtto de Epp:	no: 10																						
36. Condiciones inseguras:	Si:10																						
37. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si :10																						
38. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	Si 10:																						
39. Actos inseguros:	Si 10:																						
40. Registro de accidentes y enfermedades:	Si: 0																						
	<u>TOTAL:70</u>																						

La probabilidad de este peligro resulta **Alta** con 70% lo que quiere decir que ocurrirá siempre o casi siempre. La **severidad de daño** resulta **Alta** el cual es **Extremadamente dañino**; Siendo la probabilidad alta y la severidad del daño alta la **estimación del riesgo** es **intolerable**.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Ultrasonido.
Puesto de trabajo:	Ultrasonido.
Peligro:	Espacio pequeño.
Factor de riesgo:	Entorno físico del trabajo.
<p>Trabajadores Expuestos: T2: ; H1: 0 ; M: 1</p> <p>XIII. Estimar la probabilidad: Media</p> <p>41. Más de media jornada: Si: 10</p> <p>42. Medidas de control: Si: 0</p> <p>43. Requisitos legales: SI : 0</p> <p>44. Protección Suministrada Epp: Si : 0</p> <p>45. Tiempo de Mtto de Epp: Si: 0</p> <p>46. Condiciones inseguras: Si : 10</p> <p>47. Trabajadores sensibles a Riesgos: No : 0</p> <p>48. Fallas en los eq. y dispositivos de protección: No : 0</p> <p>49. Actos inseguros: Si : 10</p> <p>50. Registro de accidentes y enfermedades: Si : 0</p> <p style="text-align: right;"><u>TOTAL: 30</u></p> <p>XIV. Severidad del daño: Baja (Ligeramente dañino)</p> <p>XV. Estimación de Riesgo: Tolerable</p>	

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 30% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** provocando daños superficiales (pequeños cortes, magulladuras, molestias y Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** es **Tolerable** lo que quiere decir que no se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se deben considerar soluciones más rentables o mejora que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficiencia de las medidas de control.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Banco biológico.
Puesto de trabajo:	Almacén de vacunas.
Peligro:	Abanico.
Factor de riesgo:	Condición de seguridad.
<p>Trabajadores Expuestos: T1.; H: 00 ; M: 1</p> <p>XVI. Estimar la probabilidad: Media</p> <p>51. Más de media jornada: Si :10</p> <p>52. Medidas de control: Si : 0</p> <p>53. Requisitos legales: Si : 0</p> <p>54. Protección Suministrada Epp: Si : 0</p> <p>55. Tiempo de Mtto de Epp: No :10</p> <p>56. Condiciones inseguras: Si : 10</p> <p>57. Trabajadores sensibles a Riesgos: Si :10</p> <p>58. Fallas en los eq. y dispositivos de protección: Si :10</p> <p>59. Actos inseguros: Si :10</p> <p>60. Registro de accidentes y enfermedades: Si: 0</p> <p style="text-align: right;"><u>TOTAL: 60</u></p> <p>XVII. Severidad del daño: Media (dañino)</p> <p>XVIII. Estimación de Riesgo: Moderado</p>	

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 60% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando torceduras importantes, fracturas, amputaciones menores, lesiones múltiples así como también Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Farmacia.
Puesto de trabajo:	Almacén de medicamento.
Peligro:	Mal olor.
Factor de riesgo:	Contaminantes.
Trabajadores Expuestos: T3; H2: 00 ; M: 01	
XIX. Estimar la probabilidad: Media	
61. Más de media jornada:	SI : 10
62. Medidas de control:	Si: 0
63. Requisitos legales:	Si : 0
64. Protección Suministrada Epp:	Si : 0
65. Tiempo de Mtto de Epp:	SI : 0
66. Condiciones inseguras:	No : 0
67. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si : 10
68. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	Si:10
69. Actos inseguros:	No: 0
70. Registro de accidentes y enfermedades:	SI: 0
	<u>TOTAL: 30</u>
XX. Severidad del daño: Media (dañino)	
XXI. Estimación de Riesgo: Moderado.	

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 30% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando molestias respiratorias y enfermedades que impidan el desempeño de los trabajadores. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Farmacia.
Puesto de trabajo:	Almacén de medicamento.
Peligro:	Calor.
Factor de riesgo:	Entorno físico del trabajo.
Trabajadores Expuestos: T3; H2: 00 ; M: 01	
XXII. Estimar la probabilidad: Media	
71. Más de media jornada:	SI: 0
72. Medidas de control:	Si: 0
73. Requisitos legales:	Si : 0
74. Protección Suministrada Epp:	Si: 0
75. Tiempo de Mtto de Epp:	Si: 0
76. Condiciones inseguras:	SI: 10
77. Trabajadores sensibles a Riesgos:	Si: 10
78. Fallas en los eq. y dispositivos de protección:	No: 0
79. Actos inseguros:	No: 0
80. Registro de accidentes y enfermedades:	Si: 0
	<u>TOTAL: 20</u>
XXIII.	Severidad del daño: Baja (Ligeramente dañino)
XXIV.	Estimación de Riesgo: Trivial.

La probabilidad de este peligro resulta **Baja** con 20% lo que quiere decir que ocurrirá raras veces. La **severidad de daño** resulta **Baja** el cual es **Ligeramente dañino**; Siendo la probabilidad baja y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** se considera **Trivial**.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Desechos contaminantes.
Puesto de trabajo:	Bodega.
Peligro:	Jeringas.
Factor de riesgo:	Contaminantes.

Trabajadores Expuestos: T2.; H1: 00 ; M: 01	
XXV. Estimar la probabilidad: Media	
81. Más de media jornada:	No : 0
82. Medidas de control:	Si : 0
83. Requisitos legales:	Si : 0
84. Protección Suministrada Epp:	Si : 0
85. Tiempo de Mtto de Epp:	Si : 0
86. Condiciones inseguras:	SI:10
87. Trabajadores sensibles a Riesgos:	No : 0
88. Fallas en los Epp y dispositivos de protección:	No: 0
89. Actos inseguros:	SI:10
90. Registro de accidentes y enfermedades:	SI : 0
<u>TOTAL: 20</u>	
XXVI. Severidad del daño: baja (ligeramente dañino)	
XXVII. Estimación de Riesgo: moderado	

La probabilidad de este peligro resulta **Baja** con 20% lo que significa que ocurrirá raras veces. La **severidad de daño** resulta **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** ocasionando daños superficiales como pequeños cortes y magulladuras; Siendo la probabilidad baja y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** se considera **Trivial** por lo tanto no se requiere acción específica.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



<p>Macro localización: Empresa : Centro de trabajo: Área: Puesto de trabajo:</p> <p>Peligro:</p> <p>Factor de riesgo:</p>	<p>Centro de salud. Adán Barillas Huete. Centro de salud. Desechos contaminantes. Bodega.</p> <p>Vidrios.</p> <p>Contaminantes.</p>																				
<p>Trabajadores Expuestos: T2;; H1: 00 ; M: 01 XXVIII. Estimar la probabilidad: Media</p> <table style="width: 100%;"> <tr><td>91. Más de media jornada:</td><td>No : 0</td></tr> <tr><td>92. Medidas de control:</td><td>SI : 0</td></tr> <tr><td>93. Requisitos legales:</td><td>Si : 0</td></tr> <tr><td>94. Protección Suministrada Epp:</td><td>Si : 0</td></tr> <tr><td>95. Tiempo de Mtto de Epp:</td><td>Si : 0</td></tr> <tr><td>96. Condiciones inseguras:</td><td>SI:10</td></tr> <tr><td>97. Trabajadores sensibles a Riesgos:</td><td>No : 0</td></tr> <tr><td>98. Fallas en los Epp y dispositivos de protección:</td><td>No: 0</td></tr> <tr><td>99. Actos inseguros:</td><td>SI:10</td></tr> <tr><td>100.Registro de accidentes y enfermedades:</td><td>SI : 0</td></tr> </table> <p>TOTAL: 20</p> <p>XXIX. Severidad del daño: Baja (ligeramente dañino). XXX. Estimación de Riesgo: Moderado.</p>		91. Más de media jornada:	No : 0	92. Medidas de control:	SI : 0	93. Requisitos legales:	Si : 0	94. Protección Suministrada Epp:	Si : 0	95. Tiempo de Mtto de Epp:	Si : 0	96. Condiciones inseguras:	SI:10	97. Trabajadores sensibles a Riesgos:	No : 0	98. Fallas en los Epp y dispositivos de protección:	No: 0	99. Actos inseguros:	SI:10	100.Registro de accidentes y enfermedades:	SI : 0
91. Más de media jornada:	No : 0																				
92. Medidas de control:	SI : 0																				
93. Requisitos legales:	Si : 0																				
94. Protección Suministrada Epp:	Si : 0																				
95. Tiempo de Mtto de Epp:	Si : 0																				
96. Condiciones inseguras:	SI:10																				
97. Trabajadores sensibles a Riesgos:	No : 0																				
98. Fallas en los Epp y dispositivos de protección:	No: 0																				
99. Actos inseguros:	SI:10																				
100.Registro de accidentes y enfermedades:	SI : 0																				

La probabilidad de este peligro resulta **Baja** con 20% lo que significa que ocurrirá raras veces. La **severidad de daño** resulta **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** ocasionando daños superficiales como pequeños cortes y magulladuras; Siendo la probabilidad baja y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo** se considera **Trivial** por lo tanto no se requiere acción específica.



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Macro localización:	Centro de salud.	
Empresa :	Adán Barillas Huete	
Centro de trabajo:	Centro de salud.	
Área:	Consulta.	
Puesto de trabajo:	Atención médica.	
Peligro:	Electricidad.	
Factor de riesgo:	Condición de seguridad.	
Trabajadores Expuestos: T6; H: 00 ; M: 06		
XXXI. Estimar la probabilidad: Media		
101. Más de media jornada:		Si: 10
102. Medidas de control:	Si: 0	
103. Requisitos legales:		Si : 0
104. Protección Suministrada Epp:		Si: 0
105. Tiempo de Mtto de Epp:		No : 0
106. Condiciones inseguras:		Si: 10
107. Trabajadores sensibles a Riesgos:		Si: 10
108. Fallas en los Epp. y dispositivos de protección	Si :10	
109. Actos inseguros:		Si :10
110. Registro de accidentes y enfermedades:		Si : 0
		TOTAL: 50
XXXII. Severidad del daño: media (dañino)		
XXXIII. Estimación de Riesgo: moderado		

La probabilidad de este peligro resulta **Media** con 50% lo que quiere decir que ocurrirá en algunas ocasiones. La severidad de daño es **Media** el cual es **Dañino** provocando fracturas, amputaciones menores, lesiones múltiples así como también Lesiones con baja prevista en un intervalo superior a los 10 días. Siendo la probabilidad media y la severidad del daño media **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



Macro localización:	Centro de salud.
Empresa :	Adán Barillas Huete.
Centro de trabajo:	Centro de salud.
Área:	Sala de enfermería.
Puesto de trabajo:	Dirección de enfermería.
Peligro:	Silla.
Factor de riesgo:	Musculo esquelético.
<p>Trabajadores Expuestos: T:1; H:00; M: 01</p> <p>XXXI. Estimar la probabilidad: Media</p> <p>111.Más de media jornada: Si: 10</p> <p>112. Medidas de control: No:10</p> <p>113.Requisitos legales: Si : 0</p> <p>114.Protección Suministrada Epp: No:10</p> <p>115.Tiempo de Mtto de Epp: No :10</p> <p>116.Condiciones inseguras: Si: 10</p> <p>117.Trabajadores sensibles a Riesgos: Si: 10</p> <p>118. Fallas en los Epp. y dispositivos de protección Si :10</p> <p>119.Actos inseguros: Si :10</p> <p>120. Registro de accidentes y enfermedades: Si : 0</p> <p style="text-align: right;">TOTAL: 80</p> <p>XXXII. Severidad del daño: Baja (Ligeramente dañino).</p> <p>XXXIII. Estimación de Riesgo: Moderado.</p>	

La probabilidad de este peligro resulta **Alta** con 80% lo que quiere decir que ocurrirá siempre o casi siempre el daño. La severidad de daño es **Baja** el cual es **Ligeramente dañino** provocando molestias. Siendo la probabilidad alta y la severidad del daño baja **la estimación del riesgo es Moderada** lo que quiere decir que se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un periodo determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencia extremadamente dañina, se precisara una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.



❖ Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la Evaluación de Riesgo en los Centros de Trabajo (ACUERDO MINISTERIAL JCHG-000-08-09)

EVALUACION DE RIESGOS																	
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación												Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Dirección de enfermería.			Inicial		X		Seguimiento										
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:			Fecha de la evaluación: 10/11/2013														
			Fecha de la última evaluación:														
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo									
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN					
1	Pared en mal estado.		X			X					X				Ninguna	NO	NO
2	Silla.			X	X						X				Ninguna	NO	NO



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación													
Actividad / Puesto de trabajo Recepción de equipos.			Inicial		X		Seguimiento						Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro	
Trabajadores expuestos: Mujeres: 9 Hombres: 3			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Cortadora de gaza.		X			X					X			Ninguna	NO	NO



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																	
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación												Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Dirección del centro de salud.			Inicial			X			Seguimiento								
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:			Fecha de la evaluación: 10/11/2013														
			Fecha de la última evaluación:														
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo									
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN					
1	Aire acondicionado.			X			X						X	Ninguna	NO	NO	
2	Exceso de horas laborales.			X			X						X	Ninguna	NO	NO	



EVALUACION DE RIESGOS

Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.		Evaluación											Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro	
Actividad / Puesto de trabajo Ultrasonido.		Inicial			X	Seguimiento										
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres: 1		Fecha de la evaluación: 10/11/2013														
		Fecha de la última evaluación:														
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Espacio pequeño.		X		X					X				Ninguna	NO	NO



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación											Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Almacén de vacunas.			Inicial		X		Seguimiento									
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Abanico.		X			X					X			Ninguna	NO	NO



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación											Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Almacén de medicamento.			Inicial		X		Seguimiento									
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres:2			Fecha de la evaluación: 10/11/2013													
			Fecha de la última evaluación:													
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo								
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN				
1	Mal olor.		X			X				X				Ninguna	NO	NO
2	Calor.	X			X			X						Ninguna	NO	NO



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																	
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación												Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro
Actividad / Puesto de trabajo Bodega.			Inicial		X		Seguimiento										
Trabajadores expuestos: Mujeres: 1 Hombres: 1			Fecha de la evaluación: 10/11/2013														
			Fecha de la última evaluación:														
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo									
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN					
1	Jeringas.	X			X			X							Ninguna	NO	NO
2	Vidrios.	X			X			X							Ninguna	NO	NO



EVALUACION DE RIESGOS

EVALUACION DE RIESGOS																	
Localización Centro de Salud Adán Barillas Huete.			Evaluación										Medidas preventivas para el peligro identificado.	Trabajo para este peligro.	Información /Formación sobre este peligro		
Actividad / Puesto de trabajo Atención medica.			Inicial	X	Seguimiento												
Trabajadores expuestos: Mujeres: 6 Hombres:			Fecha de la evaluación: 10/11/2013														
			Fecha de la última evaluación:														
Nº	Peligro Identificado	Probabilidad			Severidad del Daño			Estimación de Riesgo									
		B	M	A	LD	D	ED	T	TL	M	IM	IN					
1	Electricidad.		X			X				X			Ninguna	NO	NO		



Procedimiento Técnico de Higiene y Seguridad del Trabajo para la

Peligro identificado	Acción requerida
Pared en mal estado.	- Reforzar o Reconstruir.
Cortadora de gaza.	- Colocar protectores.
Aire acondicionado.	- Ubicar fuera.
Exceso de horas laborales.	- Realizar cortes de receso. - Dividir el horario entre más personal.
Espacio pequeño.	- Agrandar la sección.
Abanico.	- Crear protectores.
Mal olor.	- Succionador.
Calor.	- Ubicar aire acondicionado. - Ventilación natural.
Jeringas.	- Crear un depósito adecuado.
Vidrios.	- Crear depósito adecuado.
Electricidad.	- Actualizar tendido. - Realizar mantenimiento preventivo (chequeo).
Sillas.	- Suministrar sillas acorde a la labor de cada trabajador.



RIESGOS PSICOSOCIALES (ISTAS21).

1. Este instrumento para la prevención de riesgos psicosociales (método istas21) es un cuestionario que fue desarrollado en el año 2000 por un equipo de investigadores del instituto nacional de salud laboral, en el país de Dinamarca, liderado por el profesor Tage S. Kristensen.
2. Su adaptación al castellano ha sido realizada por un grupo de trabajo constituido por el Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS). Esta es una versión corta del Cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales en el Trabajo **istas21**, existen 3 versiones: una larga, diseñada para investigación; una media, diseñada para la evaluación de riesgos en medianas empresas (25 o más trabajadores) y grandes empresas; y otra corta que es la que se aplica en la Bodega de la Alcaldía de Juigalpa-Chontales, diseñada para iniciar la evaluación de riesgo en empresas pequeñas y muy pequeñas, con menos de 25 trabajadores y trabajadoras. También se puede usar la versión carta para valorar, individualmente la exposición psicosocial en el puesto de trabajo.
3. Este instrumento está diseñado para identificar y medir la exposición a 6 grandes grupos de factores de riesgo para la salud de naturaleza psicosocial, los grupos son:
 4. Exigencia psicológica.
 5. Trabajo activo y posibilidades de desarrollo (influencia, desarrollo de habilidades, control sobre los tiempos).
 6. Apoyo social y calidad de liderazgo.
 7. Inseguridad.
 8. Doble presencia.
 9. Estima.



Apartado #1

PREGUNTAS

RESPUESTAS

Siempre muchas algunas solo nunca
Veces Veces veces alguna vez

	Siempre	muchas	algunas	solo	nunca
		Veces	veces	alguna vez	
1) ¿tienes que trabajar rápido?	4	3	2	1	0
2) ¿la distribución de tareas es irregular y provoca que se te acumule trabajo?	4	3	2	1	0
3) ¿Tienes tiempo de llevar al día tu trabajo?	0	1	2	3	4
4) ¿Te cuesta olvidar los problemas del trabajo?	4	3	2	1	0
5) ¿tu trabajo en general es des gastador emocionalmente?	4	2	3	1	0
6) ¿tu trabajo requiere que escondas tus emociones?	4	3	2	1	0



Apartado #2

PREGUNTAS

RESPUESTAS

Siempre muchas algunas solo nunca
 Veces veces alguna vez

7) ¿tienes influencia sobre la cantidad de trabajo que te asigna?	4	3	2	1	0
8) ¿se tiene en cuenta tu opinión cuando se te asignan áreas?	4	3	2	1	0
9) ¿tienes influencia sobre el orden en el que realizas tus tareas?	0	1	2	3	4
10) ¿puedes decidir cuándo hacer un descanso?	4	3	2	1	0
11) ¿si tienes algún asunto familiar o personal?	4	2	3	1	0
12) tu trabajo requiere que escondas tus emociones ¿puedes dejar tu puesto de trabajo al menos una hora sin tener que pedir un permiso especial?	4	3	2	1	0
13) ¿tu trabajo permite que aprendas cosas nuevas?	4	3	2	1	0
14) ¿te sientes comprometido con tu profesión?	4	3	2	1	0
15) ¿tienen sentidos tus tareas?	4	3	2	1	0
16) ¿hablas con entusiasmo de tu empresa a otras personas?	4	3	2	1	0



Apartado #3

PREGUNTAS

RESPUESTAS

Siempre muchas algunas solo nunca
Veces Veces veces alguna vez

17) ¿por lo difícil que sería encontrar trabajo en el caso de que te quedaras en paro?	4	3	2	1	0
18) ¿por si te cambian de tareas contra tu voluntad?	4	3	2	1	0
19) ¿por si te varían el salario (que no te lo actualicen, que no te lo bajen, que introduzcan el salario variable, que te paguen en especies, etc,?)	4	1	2	3	0
20) ¿por si te cambian el horario (turnos, días de la semana, horas de entradas y salidas) contra tu voluntad?	4	3	2	1	0

Apartado #4

PREGUNTAS

RESPUESTAS

Siempre muchas algunas solo nunca
Veces Veces veces alguna vez

21) ¿sabes exactamente que margen de autonomía tienes en tu trabajo?	4	3	2	1	0
22) ¿sabes exactamente que tareas son de tu responsabilidad?	4	3	2	1	0
23) ¿en tu empresa se te informa con suficiente antelación de los cambios que pueden afectar tu futuro?	0	1	2	3	4



24) ¿recibes toda la información que necesitas para realizar bien tu trabajo?	4	3	2	1	0
25) ¿recibes ayuda y apoyo de tus compañeros o compañeras?	4	2	3	1	0
26) ¿recibes ayuda y apoyo de tu inmediato o inmediata superior?	4	3	2	1	0
27) ¿tu puesto de trabajo se encuentra aislado del de tus compañeros?	0	1	2	3	4
28) en el trabajo ¿sientes que formas parte de un grupo?	4	3	2	1	0
29) ¿tus actuales jefes inmediatos planifican bien el trabajo?	4	3	2	1	0
30) ¿tus actuales jefes inmediatos se comunican bien con los trabajadores y trabajadoras?	4	3	2	1	0

Apartado #5

Este apartado está diseñado para personas trabajadoras que convivan con alguien (pareja, hijos, padres.....)

Si vives sola, no la contestes, pasa directamente al apartado 6

PREGUNTAS

RESPUESTAS

31) ¿Qué parte del trabajo familiar y domestico haces tú?

Soy la/el principal responsable y hago la mayor parte de las tareas familiares y domesticas 4

Hago aproximadamente la mitad de las tareas familiares y domesticas 3



Hago más o menos una cuarta parte de las tareas familiares y domesticas	2
Solo hago tareas muy puntuales	1
No hago ninguna o casi ninguna de estas tareas	0

	Siempre	muchas Veces	algunas veces	solo alguna vez	nunca
32) si faltas algún día de casa, ¿las tareas domesticas que realizas se quedan sin hacer?	4	3	2	1	0
33) cuando estás en la empresa ¿piensas en las tareas domesticas y familiares?	4	3	2	1	0
34) ¿hay momentos en los que necesitarías estar en la empresa y en la casa también?	4	3	2	1	0



Apartado #6

PREGUNTAS

RESPUESTAS

Siempre muchas algunas solo nunca
Veces Veces veces alguna vez

35) mis superiores el reconocimiento que merezco	4	3	2	1	0
36) en las situaciones difíciles en el trabajo recibo el apoyo necesario	4	3	2	1	0
37) en mi trabajo me tratan injustamente	0	1	2	3	4
38) si pienso en todo el trabajo y en todo el esfuerzo que he realizado el reconocimiento que recibo en mi trabajo me parece adecuado	4	3	2	1	0

El método cuenta con los 6 grupos antes mencionado que se estudian de manera cualitativa, que son: Verde, Amarillo, Rojo. Encontrando que cada color tiene un intervalo de puntuación. El procedimiento consta:



1. Se anota los puntos que se obtuvieron en cada apartado de la columna de la siguiente tabla.

Puntuaciones para la población
Ocupada de referencia

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo
1	Exigencias psicológicas									
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo (influencia, Desarrollo de habilidades, Control sobre los tiempos)									
3	Inseguridad									
4	Apoyo social y calidad de liderazgo									
5	Doble presencia									
6	Estima									

1. Compara tu puntuación con cada uno de los apartados con cada uno de los intervalos de puntuación que ves en la columna derecha; **(Verde, Amarillo, Rojo)** y subraya el intervalo que incluya tu puntuación.



2. Luego puedes ver en qué situación de exposición (**Verde, Amarillo, Rojo**) a las 6 dimensiones psicosociales se encuentra el trabajador en su puesto de trabajo.
3. Los intervalos significan:
 - Verde: nivel de exposición psicosocial más favorable para la salud
 - Amarillo: nivel de exposición psicosocial intermedia
 - Rojo: nivel de exposición psicosocial más desfavorable para la salud

Si por ejemplo, tu puntuación en la apartado 1 es 12, ello quiere decir que la organización de trabajo se sitúa entre población ocupada que peor esta en cuanto a exigencias psicológica del trabajo (**intervalo rojo**). Si, por ejemplo, del apartado 6 es 12, ello indica que la organización de trabajo se sitúa entre la población ocupada que está en situación intermedia (**intervalo amarillo**). Si tu puntuación en el apartado 2 es 30, ello indica que la organización de trabajo te sitúa entre la población ocupada que mejor está entre aspectos positivos de trabajo

¿ que son y porque debemos evaluar los factores psicológicos?

El estrés, la ansiedad, la depresión, diversos trastornos psicosomáticos, trastornos cardiovasculares, la ulcera de estomago, trastornos inmunitario, alérgicos o las contracturas y el dolor de espalda pueden ser debido a la exposición a riesgos psicosociales.

Los riesgos psicosociales son características de las condiciones de trabajo, y con crespamente de la organización de trabajo nocivas para la salud. Existen 4 grandes grupos de riesgos psicosociales que pueden identificar en tu puesto de trabajo con este cuestionario

- El exceso de exigencia psicológica de trabajo



- La falta de control sobre los contenidos y las condiciones de trabajo y de posibilidades de desarrollo
- La falta de apoyo social, de calidad de liderazgo, de previsibilidad o de claridad de error en el trabajo
- Las escasa compensaciones del trabajo

❖ **Cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales (MÉTODO ISTAS21).**

Datos idos adquiridos.

Puntuaciones para la población
Ocupada de referencia

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación							Verde	Amarillo	Rojo
		1	2	3	4	5	6	7			
1	Exigencias psicológicas	6	12	12	8	7	6	5	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo (influencia, Desarrollo de habilidades, Control sobre los tiempos)	32	28	28	30	28	30	28	De 40 a 26	De 25 a 21	De 20 a 0
3	Inseguridad	10	10	10	10	10	10	10	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de	36	29	30	32	36	34	36	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



	liderazgo										
5	Doble presencia	9	1	9	8	10	1	2	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	15	3	2	16	2	2	3	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Puntuaciones para la población Ocupada de referencia

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		8	9	10	11	12	13				14
1	Exigencias psicológicas	9	10	8	12	12	10	8	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	28	28	28	30	30	32	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	10	10	10	10	10	10	10	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	34	29	28	30	34	28	28	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	9	8	1	9	8	9	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	3	15	15	16	2	2	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		15	16	17	18	19	20				21
1	Exigencias psicológicas	8	7	6	12	12	6	9	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	30	28	30	28	28	28	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



3	Inseguridad	10	10	10	10	10	10	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20	
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	29	30	32	36	34	36	32	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	5	8	1	9	6	9	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	2	2	2	16	16	16	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		22	23	24	25	26	27				28
1	Exigencias psicológicas	16	8	7	9	10	12	8	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	32	32	28	28	28	32	32	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad	6	10	8	10	7	10	8	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	32	31	29	28	28	32	28	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	2	1	3	9	8	1	2	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	16	2	2	2	1	1	1	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		29	30	31	32	33	34				35
1	Exigencias psicológicas	6	12	12	8	7	8	6	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	32	28	28	30	32	32	32	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0



Plan de prevención de riesgo laborales en el Centro Salud Adán Barillas Huete ubicada en la ciudad de Juigalpa-Chontales, correspondiente al segundo semestre del año 2013



3	Inseguridad	3	9	4	10	5	7	6	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	32	32	28	34	36	36	34	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	9	7	5	1	5	6	9	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	2	2	2	12	9	2	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		36	37	38	39	40	41				42
1	Exigencias psicológicas.	4	7	8	12	6	6	6	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	27	28	32	30	28	30	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0
3	Inseguridad.	10	5	10	3	10	7	9	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo.	34	30	32	36	34	36	32	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia.	4	2	8	1	9	5	3	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima.	3	2	12	2	16	9	11	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Apartado	Dimensión psicosocial	Puntuación						Verde	Amarillo	Rojo	
		43	44	45	46	47	48				49
1	Exigencias psicológicas	5	6	6	7	8	6	9	De 0 a 7	De 8 a 10	De 11 a 24
2	Trabajo activo y posibilidades de desarrollo.	28	31	28	30	25	28	23	De 40 a 26	De 25 a 21	De 21 a 0



3	Inseguridad	6	3	8	4	6	10	5	De 0 a 1	De 2 a 5	De 6 a 20
4	Apoyo social y calidad de liderazgo	29	30	32	36	34	36	32	De 40 a 29	De 28 a 24	De 23 a 0
5	Doble presencia	6	9	6	7	9	5	7	De 0 a 3	De 4 a 6	De 7 a 16
6	Estima	3	16	16	2	16	2	2	De 16 a 13	De 12 a 11	De 10 a 0

Significado de los intervalos:

Verde: nivel de exposición psicosocial más favorable para la salud.

Amarillo: nivel de exposición psicosocial intermedio.

Rojo: nivel de exposición psicosocial más desfavorable para la salud.

A partir del procesamiento de datos istas21, la población estudiada del centro de salud de Juigalpa chontales refleja que 41 de los 49 trabajadores encuestado están situado en el intervalo rojo referente al apartado numero 3 (inseguridad) De igual manera en el apartado 6(estima) dice que 34 de los 49 están en intervalo rojo, 12 en el intervalo verde y en el amarillo. ello quiere decir que la mayor parte de la organización del trabajo los sitúa entre la población ocupada que peor está en cuanto a exigencias psicológicas del trabajo.

En el apartado 1 de (exigencias psicológicas) refleja que 19 están en el intervalo verde, 20 en el amarillo y diez en el rojo.

Apartado 2 (trabajo activo y posibilidades de desarrollo): muestra que no hay ningún trabajador en el intervalo rojo ya que 47 trabajadores están en el intervalo verde y dos en el amarillo. En el apartado 4(apoyo social y calidad e liderazgo)



muestra que hay 43 personal en el intervalo verde y 6 en el amarillo. En los apartados 2 y 4 muestra que no hay personas en los intervalos rojos como se mostró anteriormente en el cuadro.

En el apartado 5 (doble presencia) se dice que 25 de los 49 trabajadores están el intervalo rojo, ya que 14 están en el verde y 10 el amarillo.









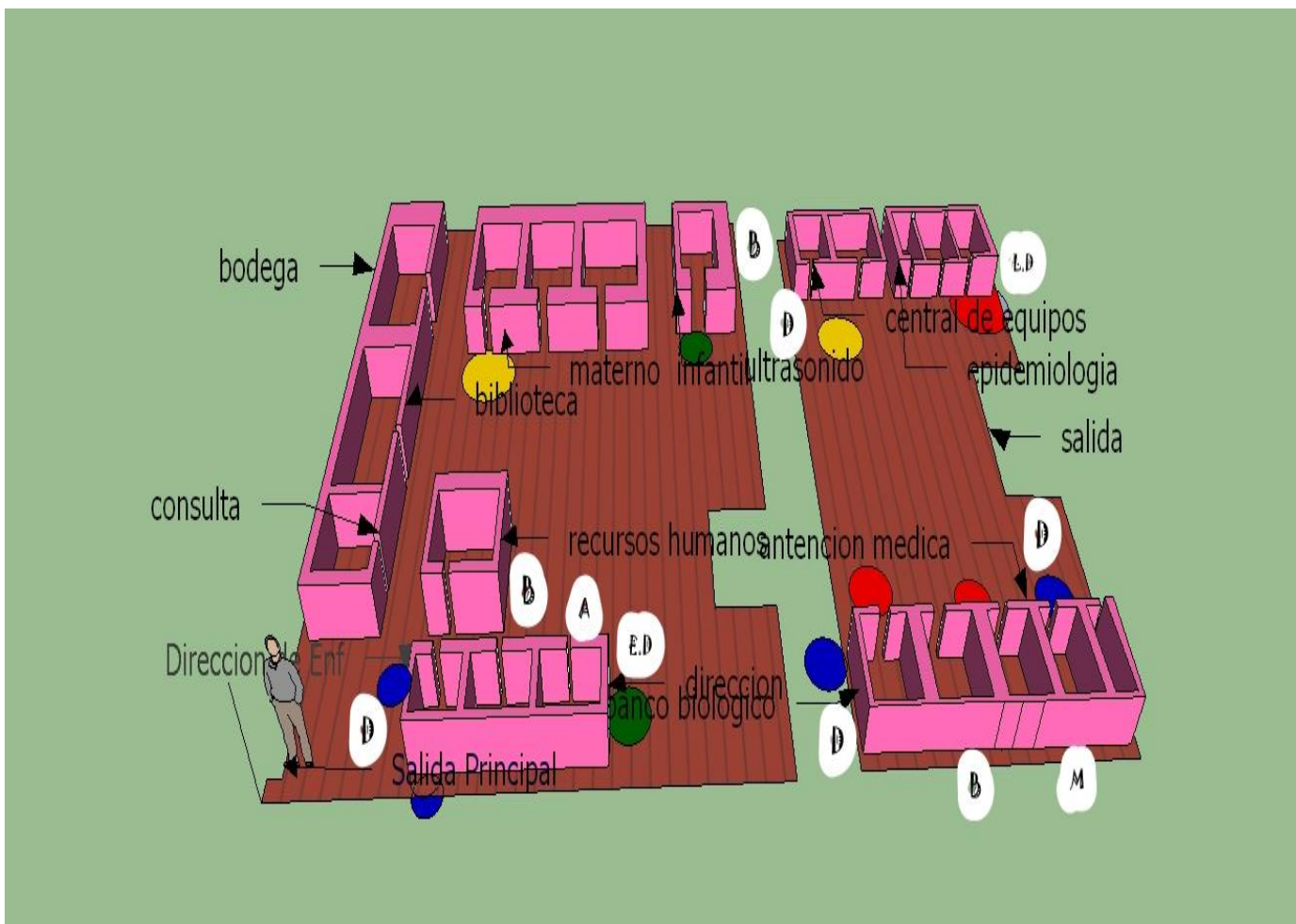








Mapa de riesgo



Una vez dibujado el mapa de riesgo indica las áreas donde hay peligro, donde están los círculos de colores que refleja:

Círculo verde: Agente físico.

Círculo rojo: agente químico.

Círculo azul: condición de seguridad.

Círculo amarillo: musculo esquelético y de organización del trabajo.



Las categorías de estimación de riesgo se clasifican en baja, muy baja, dañina, extremadamente dañina, literalmente dañina, media, alta y muy alta. Donde en el mapa de riesgo indica cómo está valorada la estimación de riesgo en cada área marcada con un símbolo blanco donde dice que

B: es baja.

L.D: literalmente dañina.

E.D: extremadamente dañino.

M: media.

D: dañina.

Esta actividad se realiza siguiendo una simple escala sobre la gravedad de riesgo como resultado de la evaluación de riesgo.