



# Universidad del Sureste

## Escuela de Medicina

---



### **“Actividad III”**

Medicina del trabajo

Thania Guadalupe López Guillén

05/10/2020

Nombre de la empresa: "Corazón de México"

Giro de la empresa: Restaurant familiar

Restaurant concurrido, labora de martes a domingo de 9 am a 5pm



Número	Nombre/edad	Puesto	Padecimiento	Factores condicionantes	Clasificación del agente	Proceso de evaluación	Control del medio ambiente de trabajo
1	Juan /26	Mesero	Aparentemente sano	Estar de pie todo el día Falta de actividad física Mala alimentación	Físico	Realizar al menos dos revisiones al año con un medico profesional y especialista en el área que evalué si cada persona es apta para el puesto en el que se desempeña. A través de un examen físico minucioso y seguimiento de las enfermedades que muchos ya padecen .	Tomar descansos entre trabajadores asimismo proporcionarles alimentos saludables
2	Ernesto/34	Mesero	Aparentemente sano	Estar de pie todo el día Falta de actividad física Mala alimentación	Físico		Tomar descansos entre trabajadores asimismo proporcionarles alimentos saludables
3	Jorge/40	Mesero	Diabetes mellitus	Estar de pie todo el día Falta de actividad física Mala alimentación	Físico		Tomar descansos entre trabajadores asimismo proporcionarles alimentos saludables
4	Ana/45	Lavaplatos	Artritis	El constante contacto con agua y jabón	Quimico		Uso de guantes y detergentes menos abrasivos
5	Claudia/35	Lavaplatos	Aparentemente sano	El constante contacto con agua y jabón	Quimico		Uso de guantes y detergentes menos abrasivos
6	Patricia/56	Cocinera	Diabetes mellitus	Falta de actividad fisica Cambios de temperatura	Fisicos y térmicos		Mantener una área limpia y ventilada
7	Concepción/56	Cocinera	Hipertensión	Falta de actividad fisica Cambios de temperatura	Fisicos y térmicos		Mantener una área limpia y ventilada
8	Guadalupe/50	Limpieza	Aparentemente sano	Constante uso de químicos y detergentes utilizados para limpieza de pisos y baños	Quimicos		Uso de guantes y detergentes y quimicos menos abrasivos
9	Diego/54	Limpieza	EPOC	Constante uso de químicos y detergentes utilizados para limpieza de pisos y baños	Quimicos		Uso de guantes y detergentes y quimicos menos abrasivos
10	Francisco/29	Seguridad	Aparentemente sano	Sedentarismo Estar de pie todo el dia Exponerse a la luz solar	Energeticos (radiación)		Uso de gorras, gafas y protectores solares

4	Ana/45	Lavaplatos	Artritis	El constante contacto con agua y jabón	Químico
---	--------	------------	----------	--	---------

El contacto con agua, jabón, cloro y desinfectantes, puede causar irritación cutánea, llegando a afectar aun mas, el problema que ya tiene.

Las condiciones climáticas no son una causa de la artritis, pero pueden influir en cómo se siente el paciente.

Algunos factores climáticos capaces de aumentar el dolor o la rigidez son: el clima frío, la humedad de la lluvia o la nieve, un descenso de la presión barométrica y un aumento de la humedad justo antes de una tormenta.

Norma que regula la exposición a agentes químicos:

NOM-018-STPS-2015, Sistema armonizado para la identificación y comunicación de peligros y riesgos por sustancias químicas peligrosas en los centros de trabajo



7	Concepción/56	Cocinera	Hipertensión	Falta de actividad física Cambios de temperatura	Físicos y térmicos
---	---------------	----------	--------------	---	--------------------

Tomar a consideración las condiciones del área del trabajo, en este caso la cocina, el tamaño, salida de vapor y la precaución al abrir los contenedores por el riesgo de quemaduras, ventilación, y el horario de la jornada laboral, si tiene descansos entre las horas laborales. Tomar en cuenta que el congelador se debe abrir solo las veces sean necesarias, tomar la cantidad necesaria y cerrarlo, para evitar sobrepasar el tiempo límite permitido.



En cuanto a la actividad física, permitir tomar a los trabajadores un descanso para salir a caminar, o si esta en bipedestación prolongada sentarse, realizar estiramientos.

Norma que regula la exposición a agentes térmicos:

NOM-015-STPS-2001, Condiciones térmicas elevadas o abatidas-Condicion de seguridad e higiene.



9	Diego/54	Limpieza	EPOC	Constante uso de químicos y detergentes utilizados para limpieza de pisos y baños	Químicos
---	----------	----------	------	---	----------

El constante uso de químicos para el lavado de pisos y baños, como el cloro, ácido muriático, pinol, entre otros, puede llevar a una intoxicación por lo que se debe tener en cuenta el tiempo de exposición y la ventilación del lugar, además el uso de mascarillas y equipo de protección para evitar la irritación cutánea y también la inhalación de estos productos por el riesgo de intoxicación.

Norma que regula la exposición a agentes químicos:  
NOM-018-STPS-2015, Sistema armonizado para la identificación y comunicación de peligros y riesgos por sustancias químicas peligrosas en los centros de trabajo



## MÉTODOS DE CONTROL Y EVALUACIÓN

Considero importante que para la evaluación de los riesgos y control de los mismos para tomar medidas preventivas, como primer paso, tener en cuenta la infraestructura, es decir, las condiciones materiales del área en donde se laborará; desde, los pisos, que sean de material liso, que permitan la buena higiene de estos, las entradas y salidas de emergencia, en caso accidentes, colocar la señalización adecuada, de donde se encuentra cada zona así como materiales, si son peligrosos o requieren un equipo de protección adecuado. Colocar a manera de orden los materiales a utilizar en la cocina, para evitar mayores vueltas dentro de ella.

Ubicar de manera correcta, las tomas de agua y gas, de este modo, extintores en caso de incendios. Tomar en cuenta la ventilación del lugar.

Tomar el tiempo de exposición de cada agente, según las normativas oficiales. Para cada puesto, considerar las medidas de protección personal adecuadas, en caso del personal lavaplatos, otorgar guantes, mandiles, cubrebocas y zapatos antiderrapantes para evitar caídas por los pisos mojados.

Para el personal de la cocina, considerar gorros, cubrebocas, mandiles, guantes para el calor, zapatos antiderrapantes por el riesgo de caídas dentro de la cocina por aceite en el suelo o bien, por la caída de algún material de la cocina.

Para el personal de limpieza, considerar gafas de protección, cubrebocas, guantes y trajes impermeables de fluidos y agua, ya que el constante contacto con el área de baño puede ocasionar una infección, o bien, el uso de sustancias lesivas a la piel.