

MEDICINA HUMANA
CAMPUS SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS

MEDICINA DEL TRABAJO
LIC. JOSE SEBASTIAN PEREZ FLORES

PRINCIPALES RIESGOS, ENFERMEDADES
LABORALES EN NUESTRO PAIS, Y MEDIDAS DE
PREVENCION

JUDITH ANAHI DIAZ GOMEZ
5° SEMESTRE 1° UNIDAD

PRINCIPALES RIESGOS, ENFERMEDADES LABORALES EN NUESTRO PAIS, Y MEDIDAS DE PREVENCION

Se denomina riesgo de trabajo aquellos peligros que existen cuando desempeñamos nuestra tarea laboral o en el lugar de trabajo o nuestro propio entorno, que pueden provocar accidentes o cualquier tipo de siniestros que desencadenen en heridas, daños físicos o psicológicos, etc.

¿Qué es un accidente de trabajo?

La Ley Federal del Trabajo (LFT) en su artículo 474 define el accidente de trabajo como:

“Accidente de trabajo es toda lesión orgánica o perturbación funcional, inmediata o posterior, la muerte o la desaparición derivada de un acto delincencial, producida repentinamente en ejercicio o con motivo del trabajo, cualesquiera que sean el lugar y el tiempo en que se preste.

Quedan incluidos en la definición anterior los accidentes que se produzcan al trasladarse el trabajador directamente de su domicilio al lugar del trabajo y de éste a aquél.”

Por ejemplo, algunos accidentes de trabajo muy comunes son los tropezones que pueden provocar luxaciones o fracturas, heridas por instrumentos de trabajo, etc.

¿Qué es enfermedad de trabajo?

La Ley Federal del Trabajo en su artículo 475 indica lo siguiente:

“Enfermedad de trabajo es todo estado patológico derivado de la acción continuada de una causa que tenga su origen o motivo en el trabajo o en el medio en que el trabajador se vea obligado a prestar sus servicios.”

Por ejemplo, entre las enfermedades de trabajo más reportadas encontramos:

- Neumoconiosis: enfermedad pulmonar provocada por la inhalación de polvo de hierro, talcos, carbón, etc.
- Hipoacusias: pérdida total o parcial de la audición. Se produce sobre todo en aquellos trabajadores que están expuestos a un nivel alto de ruido en su labor.
- Dorsopatías: enfermedades de la espalda producidas por el esfuerzo físico y cargas pesadas.

¿Qué consecuencias se pueden producir por los riesgos laborales?

Los riesgos de trabajo de una empresa pueden producir las siguientes consecuencias:

- Incapacidad temporal: pérdida de facultades o aptitudes que imposibilitan parcial o totalmente a una persona para desempeñar su trabajo por algún tiempo.
- Incapacidad permanente parcial: la disminución de las facultades o aptitudes de una persona para trabajar.
- Incapacidad permanente total: pérdida de facultades o aptitudes de una persona que la imposibilitan para realizar cualquier trabajo por el resto de su vida.
- La muerte.

Principales tipos de riesgos de trabajo:

Entre los principales tipos de riesgos de trabajo que encontramos en una empresa o en el desempeño de un trabajo tenemos:

Riesgos químicos

Aquellos que se producen por procesos químicos y por el medio ambiente. De ellos se pueden derivar enfermedades como alergias, asfixia o algún tipo de virus, las cuales son producidas por la inhalación, absorción o ingestión.

Por ello, es adecuado prevenir estos tipos de riesgos laborales tomando acciones como:

- Sustituyendo productos, cambiando el proceso productivo o encerrándolo.
- Limpieza del puesto de trabajo y aplicar ventilación por dilución.
- Formando al trabajador, rotándolo de puestos de trabajo, aislarlo de la exposición y usando equipos de protección adecuados.

Riesgos biológicos

Este tipo de riesgo de trabajo es muy actual hoy día debido a la emergencia sanitaria que vivimos a causa del Covid-19. Los riesgos biológicos son aquellos que se producen por la posible exposición a microorganismos.

Para evitar este tipo de riesgos es recomendable establecer un control sanitario así como de protección adecuada.

Riesgos físicos

Entre los riesgos físicos encontramos el ruido, el cual puede provocar la pérdida de la capacidad auditiva. O aquellos que provocan las vibraciones de cierta maquinaria y que pueden afectar a nuestra columna vertebral o provocar dolores de cabeza.

Por ello es muy importante proteger a los trabajadores con todas las medidas de seguridad adecuadas.

Riesgos psicosociales

Son aquellas características de las condiciones de trabajo que afectan a la salud de los trabajadores mediante mecanismos psicológicos y fisiológicos. Entre los más destacados podemos encontrar el estrés, la fatiga laboral, la monotonía, etc.

Para prevenir este tipo de riesgos se recomienda realizar pausas cortas cada hora y media de trabajo realizada. Se debe tener un mínimo de 20 minutos de descanso a partir de las 6 horas de trabajo.

Asimismo, la estabilidad y el buen ambiente de trabajo ayudan a disminuir estos riesgos.

Riesgos ergonómicos

Aquellos que se originan cuando el trabajador interactúa con su puesto de trabajo y cuando las actividades presentan movimientos, posturas o acciones que pueden provocar daños a su salud.

Por ejemplo los derivados de posturas inadecuadas, levantamiento de peso o movimientos repetitivos que pueden causar daños físicos.

Estos son riesgos muy frecuentes y para prevenirlos hay que emplear métodos seguros para todas aquellas actividades que desempeñe el equipo de trabajo. Desde la carga de equipo hasta disponer de una buena silla donde se pueda trabajar bien.

Riesgos mecánicos

Los riesgos mecánicos pueden producirse cuando se realizan acciones que requieren emplear herramientas de cualquier tipo. Los accidentes causados por ellos suelen producir lesiones corporales como quemaduras, cortes, contusiones, aplastamientos, etc.

Además estos suelen derivar del mal uso de las herramientas, de emplear equipos defectuosos o trabajar sobre superficies inseguras.

Es importante revisar siempre todas las herramientas, maquinarias, equipos y superficies sobre las que se desarrollan las labores.

Riesgos ambientales

Este tipo de riesgos son los únicos que no podemos controlar ya que representan la probabilidad de que suceda una catástrofe o daño por una acción humana o fenómeno de tipo natural.

¿Qué es la Prevención de Riesgos Laborales?

- Se entiende por prevención el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo.
- Se entiende como riesgo laboral la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo.
- Se consideran daños derivados del trabajo las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.

Principios de la acción preventiva

El artículo 15 de la LPRL insta al empresario a aplicar las medidas que integran el deber de prevención con arreglo a los siguientes principios:

- Evitar los riesgos.
- Evaluar los riesgos que no se puedan evitar.
- Combatir los riesgos en su origen.
- Adaptar el trabajo a la persona.
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
- Planificar la prevención.
- Adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.
- Dar las debidas instrucciones a los trabajadores.

Prevención de riesgos laborales

Para evitar los posibles accidentes y enfermedades laborales, es prioritario seguir la normativa establecida en la Ley Federal del Trabajo en cuestiones de seguridad e higiene, prevención, etc., así como establecer protocolos para la realización y desempeño de las actividades laborales. También es importante formar a los empleados para que tengan las nociones adecuadas para llevar a cabo su actividad sin incidentes.

Además, es importante tomar en cuenta el registrar a los trabajadores ante el IMSS con la prima de riesgo correcta, ya que en caso de no hacerlo, las

consecuencias económicas de las multas e indemnizaciones generadas son elevadas.

El empresario tomará en consideración las capacidades profesionales de los trabajadores al encomendarles las tareas.

Bibliografía:

- Riesgos de trabajo: todo lo que debes saber. (2020, diciembre 30). Infoautonomos.mx. <https://www.infoautonomos.mx/recursos-humanos/riesgos-trabajo-empresa-mexico/>
- Prevención de riesgos laborales. (s/f). Gob.es. Recuperado el 10 de septiembre de 2023, de https://administracion.gob.es/pag_Home/Tu-espacio-europeo/derechos-obligaciones/ciudadanos/trabajo-jubilacion/seguridad-salud/prevencion-riesgos.html