



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CAMPUS:

SAN CRISTOBAL

LICENCIATURA:

MEDICINA HUMANA

MATERIA:

MEDICINA DEL TRABAJO

ACTIVIDAD:

INVESTIGACIÓN

TEMA:

RIESGOS DEL TRABAJO, ENFERMEDADES Y PREVENCIÓN EN MÉXICO

ALUMNO:

JOSE SANCHEZ ZALAZAR

DOCENTE:

LIC. SEBASTIAN PEREZ FLORES

Fecha:

09/09/2023

RIESGOS DEL TRABAJO

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.

De acuerdo a la Ley Federal del Trabajo, LFT, en su artículo 473, se indica como riesgo de trabajo los accidentes y enfermedades a los que están expuestos los trabajadores durante el ejercicio o con motivo de su labor.

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.

Dichos riesgos pueden provocar accidentes desafortunados limitando la capacidad de los trabajadores, trayendo como consecuencias las siguientes limitantes:

- **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.

ENFERMEDADES DEL 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.

Prevención de riesgos laborales

Para evitar los posibles accidentes y enfermedades laborales, es prioritario que sigas 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 tus empleados para que tengan las nociones adecuadas para llevar a cabo su actividad sin incidentes.

En tema de riesgos, encontramos la norma NOM-021-STPS-1994: Informes sobre riesgos de trabajo.

Para que se realice una adecuada gestión en materia de seguridad y salud en el trabajo, México cuenta con organismos nacionales, hablamos de ellas a continuación:

- **Secretaría de Trabajo y Previsión Social:** Podemos decir que es el organismo con máxima responsabilidad sobre la protección y promoción del empleo en México.
- **Secretaría de Salud:** Se encargan de proteger la salud de los ciudadanos mexicanos.

- **Instituto Mexicano del Seguro Social o IMSS:** Se encargan de la investigación y la práctica médica, junto con la administración de los recursos con la finalidad de garantizar tranquilidad y equilibrio ante cualquier riesgo determinado en la Ley del Seguro Social.
- **Asociación Interdisciplinaria de Salud Ocupacional e Higiene o AISOHMEX:** En esta asociación hay profesionales de la prevención de riesgos laborales. Su objetivo es mejorar las condiciones de trabajo que existen en las empresas y organismos en los que estén implicados los Trabajadores y la Sociedad universal.
- **Dirección General de Inspección Federal del Trabajo:** Pertenece a la Secretaría de Trabajo y Previsión Social. Se encarga de supervisar el cumplimiento de las obligaciones legales relacionadas al empleo y a la seguridad y salud en el trabajo.

Referencias bibliográficas:

Normas Oficiales Mexicanas de Seguridad y Salud en el Trabajo. Universidad de Colima.

Recuperado el 10 de septiembre de 2023, de <https://www.ucol.mx/normateca/norma-mexicana-seguridad-trabajo.htm>

Riesgos de trabajo: todo lo que debes saber. (2020, diciembre 30). Infoautonomos.mx.

<https://www.infoautonomos.mx/recursos-humanos/riesgos-trabajo-empresa-mexico/>

Toro, R. (2021, abril 6). *Leyes de Prevención de Riesgos Laborales en México.* HSE Software;

Software HSE. <https://hse.software/2021/04/06/leyes-de-prevencion-de-riesgos-laborales-en-mexico/>