



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**  
**DR. GUILLERMO DEL SOLAR**  
**MAYDELIN GALVEZ ARGUETA**  
**MEDICINA DEL TRABAJO**  
**INVESTIGACIÓN**  
**LIC. MEDICINA HUMANA**  
**5 SEMESTRE**

## **INTRODUCCIÓN:**

Los factores de riesgo en el ambiente de trabajo son elementos o condiciones presentes en el entorno laboral que pueden tener un impacto negativo en la salud, seguridad y bienestar de los trabajadores. Estos factores pueden derivar en lesiones, enfermedades profesionales, estrés laboral y otros problemas que afectan tanto a los empleados como a la productividad de la empresa. La identificación y gestión de estos factores es esencial para garantizar un ambiente laboral seguro y saludable.

Es fundamental comprender y abordar los diversos factores de riesgo en el entorno de trabajo, que pueden incluir aspectos físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales.

## FACTORES DE RIESGO FÍSICOS

Los factores de riesgo físicos en el ambiente de trabajo se refieren a las condiciones ambientales que pueden afectar la salud y seguridad de los trabajadores. Algunos de los factores de riesgo físicos mencionados, como la humedad, temperatura, presión, ruido y vibraciones, son considerados como factores de riesgo ambientales.

**Humedad:** La humedad excesiva o insuficiente en el entorno laboral puede afectar la comodidad y la salud de los trabajadores. La exposición prolongada a la humedad alta o baja puede causar problemas de la piel, problemas respiratorios y malestar general.

**Temperatura:** Las temperaturas extremas, ya sea calor excesivo o frío extremo, pueden ser perjudiciales para la salud de los trabajadores. El calor extremo puede dar lugar al agotamiento por calor y al golpe de calor, mientras que el frío extremo puede causar hipotermia y congelación.

**Presión:** La presión ambiental se convierte en un factor de riesgo en ciertos tipos de trabajos, como en la industria aeroespacial o en trabajos submarinos. Las variaciones en la presión pueden tener efectos perjudiciales en el cuerpo humano y requerir precauciones especiales.

**Ruido:** La exposición a niveles elevados de ruido en el lugar de trabajo puede causar daño auditivo, estrés y otros problemas de salud. Se requiere el uso de protección auditiva en entornos ruidosos para prevenir daños auditivos permanentes.

**Vibraciones:** Las vibraciones, como las generadas por maquinaria o herramientas, pueden causar daño musculoesquelético, trastornos circulatorios y otros problemas de salud. Los trabajadores que operan equipos vibrantes deben recibir formación y protección adecuada.

## **FACTORES DE RIESGO FÍSICOS**

La gestión de estos factores de riesgo físicos implica la implementación de medidas preventivas, como el control de la temperatura y la humedad, la reducción del ruido en origen, la utilización de equipos de protección personal, y la adopción de prácticas de trabajo seguras. Además, es importante llevar a cabo evaluaciones de riesgos para identificar las áreas donde estos factores puedan ser un problema y tomar medidas para minimizar su impacto en la salud y seguridad de los empleados.

Los factores de riesgo químicos en el ambiente de trabajo están relacionados con la exposición a sustancias químicas peligrosas que pueden tener efectos perjudiciales en la salud de los trabajadores. Estas sustancias químicas pueden presentarse en diferentes formas, incluyendo gases, vapores, rocíos y nieblas. A continuación, se describen estos tipos de factores de riesgo químicos:

**Gases:** Los gases son sustancias que se encuentran en estado gaseoso a temperatura y presión ambiente. Pueden ser inodoros, incoloros o tener características físicas y químicas específicas. Algunos gases peligrosos en el lugar de trabajo incluyen gases tóxicos, inflamables o asfixiantes. La inhalación de gases tóxicos puede causar problemas respiratorios y otros efectos adversos en la salud.

**Vapores:** Los vapores son sustancias químicas que se encuentran en estado gaseoso a temperaturas más bajas que su punto de ebullición. Por ejemplo, los vapores de productos químicos como los disolventes o los aceites pueden ser inhalados y causar efectos adversos en la salud respiratoria o sistémica.

**Rocios:** Los rocíos se refieren a partículas finas de líquido que se dispersan en el aire. Pueden provenir de la pulverización de sustancias químicas en forma líquida y pueden ser inhalados o entrar en contacto con la piel. Los rocíos pueden contener sustancias tóxicas o irritantes.

**Nieblas:** Las nieblas son partículas líquidas o sólidas suspendidas en el aire en forma de pequeñas gotas o partículas. Estas partículas pueden ser inhaladas o entrar en contacto con la piel. Las nieblas pueden contener sustancias peligrosas, como agentes químicos irritantes o tóxicos.

## **FACTORES DE RIESGO QUÍMICOS**

La exposición a factores de riesgo químicos puede dar lugar a una variedad de problemas de salud, que van desde irritaciones en la piel y las vías respiratorias hasta intoxicaciones agudas o crónicas. La gestión de estos riesgos químicos implica medidas de control, como la identificación de sustancias peligrosas, el uso de equipos de protección personal (como máscaras respiratorias, guantes, gafas de seguridad), la implementación de sistemas de ventilación adecuados, y la capacitación de los trabajadores en prácticas seguras de manejo de sustancias químicas. También es importante etiquetar y almacenar de

manera adecuada las sustancias químicas peligrosas y contar con planes de respuesta a emergencias en caso de derrames o fugas. La normativa y regulaciones específicas en materia de seguridad química suelen ser fundamentales para garantizar la protección de los trabajadores en entornos con riesgos químicos.

**Trabajo a destajo:** El trabajo a destajo implica que los trabajadores deben cumplir con una cantidad específica de trabajo en un tiempo determinado. Esta presión por cumplir con ciertas metas o cuotas de producción puede causar estrés y ansiedad, ya que los empleados pueden sentir que están constantemente bajo presión para trabajar de manera rápida y eficiente.

**Trabajo bajo presión:** Esta situación se refiere a la presión constante de cumplir con plazos, metas o expectativas elevadas. Los trabajadores pueden sentirse abrumados por la carga de trabajo y los altos niveles de estrés, lo que puede dar lugar a problemas de salud mental, como el agotamiento y el síndrome de burnout.

**Atención al público:** Los trabajadores que interactúan con el público, como en el servicio al cliente o la atención médica, pueden enfrentar demandas emocionales significativas. Lidar con clientes o pacientes enojados o estresados, o enfrentar situaciones emocionales intensas, puede ser agotador y tener un impacto negativo en la salud mental.

**Turnos rotatorios:** Los turnos rotatorios implican trabajar en horarios cambiantes, incluyendo turnos nocturnos y fines de semana. Esto puede afectar el ritmo circadiano y el equilibrio entre trabajo y vida personal, lo

que puede resultar en problemas de sueño, fatiga crónica y desafíos en la vida familiar y social.

## **FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES**

La gestión de los factores de riesgo psicosociales es esencial para promover un ambiente de trabajo saludable. Esto incluye la implementación de medidas como:

Ofrecer capacitación sobre manejo del estrés y habilidades de afrontamiento.

Establecer límites razonables en cuanto a las expectativas de producción o metas.

Fomentar la comunicación abierta entre empleados y empleadores.

Proporcionar apoyo y recursos para el bienestar de los trabajadores.

Evaluar y ajustar las políticas y prácticas laborales para reducir los factores de riesgo psicosociales.

La promoción de un entorno laboral que equilibre las demandas laborales con el bienestar de los empleados es fundamental para prevenir problemas de salud mental y mejorar la satisfacción y el rendimiento de los trabajadores. Además, la regulación y la legislación laboral pueden influir en la gestión de estos factores de riesgo psicosociales en el lugar de trabajo