

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

PRESENTA:

Erick Villegas Martínez

MATERIA:

Medicina del trabajo

DOCENTE:

Dr. Guillermo del solar Villarreal

Introducción:

La temperatura, la humedad, el ruido o la iluminación son considerados factores de riesgo laboral. Contaminantes químicos o biológicos. Hay agentes que resultan peligrosos tras unos minutos de exposición o como consecuencia de una mala manipulación

Sabemos que riesgo laboral es la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. Consideramos factor de riesgo al elemento o conjunto de elementos que, estando presentes en las condiciones de trabajo, pueden desencadenar una disminución en la salud del trabajador.

Atendiendo a su origen, dividimos los factores de riesgo en cinco grupos para facilitar su estudio:

Condiciones de seguridad.

Medio ambiente físico de trabajo.

Contaminantes químicos y biológicos.

Carga de trabajo.

Organización del trabajo.

Factores de riesgo Físicos

Humedad:

La humedad excesiva o insuficiente en el ambiente de trabajo puede causar problemas de salud. La humedad alta puede favorecer la proliferación de mohos y ácaros, lo que puede desencadenar alergias y enfermedades respiratorias. Por otro lado, la baja humedad puede causar irritación en los ojos y vías respiratorias.

Las medidas para controlar la humedad incluyen la ventilación adecuada, el uso de humidificadores o deshumidificadores según sea necesario, y la revisión regular de sistemas de climatización.

Temperatura:

Las temperaturas extremas, ya sea excesivo calor o frío, pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar de los trabajadores. El calor excesivo puede llevar al agotamiento por calor y el golpe de calor, mientras que el frío extremo puede causar hipotermia.

Es importante mantener las condiciones de temperatura dentro de límites razonables. Esto se logra mediante sistemas de climatización adecuados y proporcionando a los trabajadores ropa de protección térmica cuando sea necesario.

Presión:

La presión en el ambiente de trabajo puede variar según la altitud o la naturaleza del trabajo. En ciertas industrias, como la minería o la construcción submarina, la presión puede ser un factor de riesgo.

La capacitación y el equipo especializado son esenciales para abordar los riesgos asociados con cambios en la presión. Los trabajadores expuestos a condiciones de alta presión deben someterse a evaluaciones médicas regulares.

Ruido:

La exposición prolongada a niveles elevados de ruido puede dañar la audición y tener efectos perjudiciales en la salud mental y física de los empleados. Puede causar estrés, dificultades para concentrarse y fatiga.

La prevención del riesgo por ruido incluye la implementación de medidas de control, como el uso de protectores auditivos, la reducción de ruido en la fuente y la limitación de la exposición.

Vibraciones:

Las vibraciones en el lugar de trabajo pueden provenir de maquinaria, vehículos o herramientas. La exposición prolongada a vibraciones puede causar trastornos musculoesqueléticos, neuropatías y trastornos circulatorios.

La prevención de riesgos por vibraciones incluye la elección de herramientas y equipos con vibraciones reducidas, así como la capacitación en su uso adecuado.

Factores de riesgo químicos

Los factores de riesgo químicos en el ambiente de trabajo involucran la presencia de sustancias químicas peligrosas que pueden poner en riesgo la salud de los empleados. Los riesgos químicos pueden manifestarse en forma de gases, vapores, rocíos o nieblas.

Gases:

Los gases en el ambiente de trabajo pueden ser tóxicos, inflamables o asfixiantes. Ejemplos comunes incluyen gases como el monóxido de carbono (CO), el dióxido de azufre (SO₂) y el cloro (Cl₂). La inhalación de estos gases puede causar daños graves a la salud.

La identificación de gases peligrosos y la implementación de medidas de control, como sistemas de ventilación y monitoreo continuo, son esenciales para prevenir la exposición a gases tóxicos.

Vapores:

Los vapores son sustancias químicas en forma gaseosa liberadas desde líquidos o sólidos volátiles. Estos vapores pueden estar presentes en entornos de trabajo en industrias químicas, de pintura, limpieza y más. Pueden ser inflamables o tóxicos si se inhalan.

El uso de sistemas de ventilación, la manipulación segura de productos químicos y el uso de equipos de protección personal (EPP) adecuados pueden reducir los riesgos asociados con la exposición a vapores peligrosos.

Rocíos:

Los rocíos se refieren a pequeñas partículas de líquidos en suspensión en el aire. Pueden contener productos químicos tóxicos o corrosivos que, si entran en contacto con la piel o los ojos, pueden causar daños.

El uso de equipos de protección personal, como gafas de seguridad y trajes impermeables, es esencial para minimizar la exposición a rocíos peligrosos. Además, la capacitación sobre el manejo adecuado de sustancias químicas es fundamental.

Nieblas:

Las nieblas son pequeñas partículas líquidas en el aire que pueden contener sustancias tóxicas o irritantes. La exposición a nieblas puede ocurrir en industrias como la agricultura (por pulverización de pesticidas) o en la industria química.

La prevención de riesgos por nieblas involucra la implementación de medidas de control, como el uso de equipos de protección respiratoria y la minimización de la exposición a través de procedimientos de trabajo seguros.

Factores de riesgo psicosociales**Trabajo a destajo:**

El trabajo a destajo implica la realización de tareas a un ritmo y constante rápido para cumplir con cuotas de producción o rendimiento. Los trabajadores a menudo sienten una presión constante para mantener la velocidad de trabajo.

Este tipo de trabajo puede llevar al agotamiento y al estrés, ya que los empleados a menudo se sienten presionados para cumplir con las expectativas de producción, lo que puede afectar su salud mental y su bienestar.

Trabajo bajo presión:

Los trabajadores que enfrentan presiones constantes, plazos ajustados y la necesidad de tomar decisiones rápidas pueden experimentar niveles elevados de estrés. Esto puede afectar su capacidad para mantener un equilibrio entre el trabajo y la vida personal.

La gestión efectiva del estrés y la promoción de la resiliencia son importantes en entornos de trabajo de alta presión.

Atención al público:

Las personas que trabajan en roles de atención al público, como servicio al cliente o ventas, a menudo se enfrentan a situaciones estresantes y desafiantes. Pueden lidiar con clientes enojados, quejas y altas expectativas de servicio.

La capacitación en habilidades de comunicación, la gestión de conflictos y el apoyo emocional son esenciales para ayudar a los empleados a manejar eficientemente las demandas de la atención al público.

Turno rotatorio:

Los trabajadores que tienen turnos rotatorios, que incluyen trabajar en horarios irregulares, nocturnos o en turnos cambiantes, pueden experimentar problemas de sueño, fatiga crónica y dificultades en la vida personal debido a la falta de un horario regular.

Los parámetros deben implementar medidas para minimizar el impacto negativo de los turnos rotatorios, como proporcionar descansos adecuados y permitir la adaptación gradual a los cambios de horario.

Bibliografía

- "Salud Ocupacional" de Francisco Gil.
- "Prevención de Riesgos Laborales" de José María Riesco.
- "Ergonomía en el Trabajo" de Pedro R. Mondelo.