



**Universidad del sureste**

**Campus Comitán**

**Licenciatura en Medicina Humana**

**Análisis sobre Condiciones de trabajo  
y prevención de riesgos laborales**

**Carlos Rodrigo Velasco Vázquez**

**Grupo "B"**

**Quinto semestre**

**Materia: Medicina del Trabajo**

**Docente: Dr. Agenor Abarca Espinosa**

Comitán de Domínguez Chiapas a 31 de octubre de 2023

Según la Organización Internacional del Trabajo, a diario ocurren cerca de 868 mil accidentes de trabajo, de los cuales 1,100 suceden en México.

En la mayoría de los casos, los accidentes de trabajo suceden debido a las condiciones peligrosas que existen en los equipos, maquinarias, herramientas de trabajo e instalaciones, así como por la actividad o actos inseguros de los trabajadores al realizar sus actividades. Es importante tomar en cuenta estas cifras porque nos señalan sobre la importancia que tiene la cultura de la prevención, de la educación laboral y sobre todas las actividades que los empleadores deben tomar para reducir considerablemente el número de accidentes laborales que se tienen a diario y de esa manera reducir el número de incapacidades y el tiempo de trabajo que los mismos empleadores pierden por parte de la ausencia de sus trabajadores.

Para que los empleadores puedan comenzar a reducir el número de accidentes que se presentan en el labor diario deben reducirse el número de factores condicionantes (que son los factores que pueden ayudar a dificultar la solución de un problema o la satisfacción de una necesidad y que en muchas ocasiones también pueden actuar de manera neutra, dependiendo de las circunstancias que se confronten) y de los factores determinantes (que se habla de factor determinante para designar a la causa principal de un fenómeno, la OMS en 2006, los definió como “los factores que influyen en la salud positiva o negativamente”) principalmente aquellos que condicionan la salud de manera negativa.

De igual manera se deben reducir en lo máximo las condiciones de trabajo a modo de que las características del mismo puedan reducir la influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud del trabajador.

Para mejorar las condiciones de trabajo de manera general es indispensable que conozcamos cuales son las diferentes áreas que la componen. El área estructural que se dista por las características generales de los locales, instalaciones, equipos, productos y demás útiles existentes en el centro de trabajo. El área ambiental que hace referencia a los distintos agentes de naturaleza física, química y biológica presentes en el ambiente de trabajo, sus intensidades, concentraciones o niveles de presencia y los procedimientos para su utilización. Y por último los factores ergonómicos y psicosociales que son todas las características relativas a la organización y ordenación del trabajo que influyen la magnitud de los riesgos a los que está expuesto el trabajador. Ahora es importante que podamos resaltar la importancia que tiene cuidar estas tres áreas principales del cuidado sobre el trabajador. Puesto que como sabemos la salud no sólo es la ausencia de la enfermedad sino que es un estado de bienestar físico, emocional y psicosocial que debe estar en constante equilibrio para que podamos hablar de un estado de buena salud. Es por eso que debemos cuidar todas las esferas en el ambiente de un trabajador, desde las estructuras o lugares laborales en las que se encuentra hasta las relaciones sociales que todos los trabajadores tienen entre sí.

A continuación mencionaremos los principales factores de riesgo que pueden presentarse en las actividades laborales diarias de los trabajadores y como es que pueden prevenirse los accidentes o incidentes de trabajo.

Para comenzar debemos definir lo que es la seguridad en el trabajo que es el conjunto de técnicas y procedimientos que estudian y controlan los riesgos (como caídas, golpes, choques, atrapamiento, quemaduras) que pueden dar lugar a accidentes o incidentes laborales. Los accidentes son sucesos con daos a las personas mientras que los incidentes son sucesos sin daños a las personas.

En cuanto a los lugares de trabajo, el mantenimiento de los lugares e instalaciones será fundamental para mantener un estado de eficiencia adecuado que será de provecho tanto de los empleadores para que los trabajadores puedan rendir en sus actividades y así de los empleados que se encontraran mas seguros al realizar sus actividades. Los lugares de trabajo deben tener una señalización adecuada referida a un objeto, actividad o situación determinada. Las señales deben incluir señales de advertencia, señales de prohibición, señales de obligación, señales relativas a los equipos de lucha contra incendios, señales de salvamento o socorro. Esto toma relevancia significativa en los lugares de almacenamiento en los cuales pueden existir diferentes riesgos como caídas de personas, caídas de objetos desprendidos o por manipulación de los mismos, choques contra objetos incendios o explosiones.

Es por eso que es fundamental mantener en los locales de almacenamiento un estado de orden y limpieza adecuado. Los sistemas de almacenamiento deben ser seguros, resistentes y estar sujetos a la pared además de que todos los objetos deben estar ordenados adecuadamente. Esto es de suma importancia puesto que la organización en el lugar de trabajo además de otorgar una mayor efectividad nos disminuye el riesgo de sufrir cualquier tipo de accidentes.

Algo que es muy importante para evitar los accidentes laborales y que es una particularidad básica que hay que considerar es el almacenamiento de productos químicos en relación a su toxicidad para saber con qué nivel de precaución se deben manipular así como los daños que son capaces de causar.

Cualquier máquina, instrumento o instalación en el trabajo puede ser una fuente potencial de accidentes laborales, esto porque las maquinas entrañan peligro a causa de sus elementos móviles, que pueden ocasionar golpes, cortes, atrapamientos y demás situaciones de riesgo laboral.

Algo que también es de suma importancia para mantener la salud de los trabajadores y evitar que los accidentes laborales pasen y se ocasionen incapacidades laborales es la utilización de herramientas. Los problemas con las herramientas se deben a una utilización inadecuada de las mismas, su baja calidad y a las malas condiciones de mantenimiento y/o almacenamiento. Aquí entra la importancia de la inducción a cursos por parte de los empleadores a los trabajadores para que estos puedan utilizar las herramientas de manera adecuada y de esa

manera reducir en los máximo posible la cantidad de accidentes laborales por esta causa. Además de que no debemos excluir la obligación que tienen los empleadores de otorgarles a los trabajadores las herramientas necesarias para cada actividad además de que estas sean de buena calidad.

En cuanto los aparatos de elevación y tracción los principales riesgos que presentan son los de producir un atrapamiento, aplastamiento, caídas de grúas y lesiones diversas; la prevención consiste en interruptores o señales visuales o acústicas contra el exceso de carga, ganchos con pestillos de seguridad y sistemas de frenado, revisión y pruebas periódicas.

Los accidentes eléctricos son aquellas que dan lugar en la mayoría de las ocasiones a lesiones graves o mortales. Los efectos de las lesiones van a depender de la intensidad de la corriente, la duración del choque eléctrico y la zona del cuerpo que sea recorrida por la corriente. Los efectos de la corriente se clasifican en fisiológicos directos que incluyen la sensación de hormigueo, asfixia, alteraciones del ritmo cardiaco y los fisiológicos indirectos que comprenden las quemaduras.

Algo que es de suma importancia en el ambiente laboral es la prevención de incendios que se basa en el cumplimiento de medidas generales de seguridad. Como por ejemplo la prohibición de fumar, la limpieza de los locales de trabajo, cumplimiento de las recomendaciones, el correcto almacenamiento de los combustibles y productos inflamables, medios de extinción bien situados y adecuados al tipo posible de incendio. Medios de evacuación y un plan de emergencia de la empresa.

Como mencionamos en un principio la manera más efectiva para tratar a los accidentes laborales es prevenirlos y para que podamos lograrlo se debe tener una acción multidisciplinaria, en los que deben actuar de manera conjunta tres ejes distintos y muy importantes que son: las entidades gubernamentales como primer punto que se encargan de estipular las pautas necesarias para regular la manera en que se pueden ejercer los trabajos, las normas que cubrirán las actividades realizadas y en general se encargaran de regular la actividad laboral para impedir que se llegue a la explotación y asegurar que exista un ambiente laboral sano y adecuado para todos los trabajadores. Los empleadores son también el segundo eje que es importantísimo en las cuestiones de seguridad laboral, esto en base a que ellos son los que deben otorgar a los trabajadores las instalaciones adecuadas, seguras, con la infraestructura necesaria para todas las actividades que se realicen y con las medidas preventivas que deban usarse en caso de algún accidente, además también de otorgar las herramientas necesarias y de la calidad que se necesiten para realizar los trabajos y de esa manera reducir la incidencia de los accidentes laborales por estas causas. Y como ultimo eje y muy importante además, está la obligación del trabajador de protegerse a si mismo contra cualquier accidente laboral. Es necesario que es trabajador este con toda la disposición para recibir los cursos necesarios para que pueda desarrollarse de manera satisfactoria en el

espacio laboral y de esta manera también aprenda a manipular las herramientas y mobiliario. También como punto importante el trabajador debe ser responsable al utilizar el material de protección necesario en todo momento y de la manera adecuada para protegerse a si mismo como a la integridad total de la empresa.

Es importante entonces que se trabaje en conjunto, desde los diferentes ejes antes mencionados para que pueda obtenerse los resultados deseados, que son en fin, disminuir la incidencia de incidentes y accidentes laborales y así hacer del lugar de trabajo un ambiente seguro y proporcionar a los trabajadores un espacio libre de peligros a la hora de realizar sus actividades laborales.