



Nombre del alumno : Ximena Adyelen  
Trujillo Solís.

Nombre del profesor: Luis Eduardo  
López Morales.

Nombre del trabajo : Súper nota.

Materia : Capacitación y seguridad e  
higiene en el trabajo.

Grado: 3 cuatrimestre.

Licenciatura: Administración y  
Estrategias de negocios

Comitán de Domínguez, Chiapas a 28 de Julio de 2024.

## 4.2 TÉCNICAS OPERATIVAS DE SEGURIDAD Y EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL.

Las técnicas de seguridad en el trabajo abarcan actuaciones, sistemas y métodos dirigidos a detectar y corregir factores de riesgo, así como controlar sus posibles consecuencias. Se dividen en generales (aplicables a cualquier actividad) y específicas (limitadas a ciertos riesgos o sectores). Estas técnicas pueden ser analíticas (detección de peligros) u operativas (acción para disminuir riesgos). Es crucial priorizar la prevención para eliminar o reducir riesgos, complementada con medidas de protección para minimizar consecuencias en caso de accidente. La normalización regula el comportamiento seguro, la señalización advierte sobre riesgos y la formación e información son fundamentales para garantizar la eficacia de todas estas técnicas. La seguridad laboral es responsabilidad compartida que requiere seguir protocolos y medidas preventivas para evitar accidentes y promover un entorno laboral seguro para todos los trabajadores.



## 4.2 EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL.

La protección individual busca resguardar al trabajador de agresiones externas, mientras que la protección colectiva protege a varios empleados expuestos a un mismo riesgo. La protección individual no debe ser la primera opción, sino complementaria a la protección colectiva. Esta última elimina el riesgo, mientras que la primera busca reducir sus consecuencias. Es crucial recurrir a la protección individual solo cuando se hayan agotado las medidas colectivas. Los Equipos de Protección Individual tienen limitaciones en su eficacia y no ofrecen una protección total, siguiendo normativas técnicas específicas.

### NECESIDAD DE USO.

La necesidad de acudir a la protección personal como medida de protección frente a una situación de riesgo está determinada por una serie de condicionantes de tipo técnico-económico.



## 4.3. NORMAS Y SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD.

Las normas de seguridad sirven para que el empresario las emplee en formar e informar al trabajador, dándole las debidas instrucciones que éste deberá cumplir para conseguir una protección eficaz en materia de seguridad y salud.

La señalización de seguridad, informar a los trabajadores y en general a cualquier persona que se encuentre en un lugar de trabajo sobre los peligros y demás advertencias que es imprescindible tener en cuenta. Tanto las normas como la señalización son medidas de prevención complementarias, aunque su utilización sea del todo necesaria.



## 4.4. COSTO HUMANO Y COSTO ECONÓMICO DE LOS ACCIDENTES DE TRABAJO. ANÁLISIS COSTO-BENEFICIO DE LA PREVENCIÓN.

El costo humano lo constituyen el dolor, el sufrimiento, la invalidez resultante en su caso, las muertes y en definitiva todo el daño que sufren las personas. También habría que incluir lo que supone la pérdida del individuo, de su experiencia, de sus capacidades reales y potenciales y del esfuerzo con que cada trabajador contribuye a la mejora de la sociedad ya que la labor de la persona es significativa. El costo económico está formado por todos los gastos y pérdidas que el accidente origina. Gastos que ocasionan la pérdida de horas de trabajo, tanto del accidentado como de los compañeros y mandos, la asistencia médica a las lesiones, la rotura y deterioro de materiales y equipos, las pensiones devengadas por invalidez o muerte, etc. Ambos tipos de costo están íntimamente ligados y son muchas veces difíciles de diferenciar.



## 4.4 ANÁLISIS COSTE-BENEFICIO DE LA PREVENCIÓN.

La evaluación de la rentabilidad económica de la prevención de riesgos laborales no ha sido tarea fácil para las empresas y por ello ha sido descuidada. Por otra parte, los modelos convencionales para estimar la rentabilidad de las inversiones materiales no se ajustan a las necesidades en este campo. La eficacia de la acción preventiva depende en gran medida de la estrategia seguida en su aplicación, más que de su valor material. Además, los costos intangibles de la falta de prevención son muchos y algunos de difícil estimación.



## 4.5. PLAN DE HIGIENE, ORDEN Y LIMPIEZA, MANTENIMIENTO.

Un plan de higiene laboral generalmente incluye los puntos siguientes:

1. Un plan organizado: El cual no sólo entraña la prestación de servicios médicos sino también de enfermería y auxiliares.
2. Servicios médicos adecuados: Los cuales incluyen un dispensario para urgencias y otros primeros auxilios en caso de que se necesitaran.
3. Prevención de riesgos para la salud, a saber: Riesgos químicos, físicos, biológicos.
4. Servicios adicionales: como parte de la inversión que la empresa destina a la salud del empleado y de la comunidad, que incluye:
  - a) Programa informativo para mejorar los hábitos de vida y para esclarecer asuntos de higiene y de salud. Supervisores, médicos, enfermeras y especialistas de la empresa proporcionan instrucción en el curso de su trabajo regular.
  - b) Programa formal de convenios o colaboración con autoridades e instituciones locales, a efecto de que presten servicios de radiografía, servicios recreativos, oferta de lecturas, películas, etcétera.
  - c) Evaluaciones interdepartamentales (por parte de supervisores, médicos y ejecutivos) para detectar si aparecen las señales de desajuste que se deriven de cambios de tipo de trabajo, de departamento o de horario.



## 4.5 ORDEN Y LIMPIEZA.

Los centros de trabajo deben estar ordenados y, sobre todo, las zonas de paso, salidas y vías de circulación. Debe efectuarse una limpieza periódica para mantener las condiciones higiénicas adecuadas y, en particular, sus instalaciones, deben ser objeto de un mantenimiento periódico, de forma que sus condiciones de funcionamiento satisfagan siempre las especificaciones indicadas en el proyecto, subsanándose con rapidez las deficiencias que puedan afectar a la seguridad y a la salud de los trabajadores.

## MANTENIMIENTO.

Los lugares de trabajo y, en particular, sus instalaciones, deben ser objeto de un mantenimiento periódico, de forma que sus condiciones de funcionamiento mantengan siempre las especificaciones indicadas en el proyecto, corrigiéndose de forma inmediata las deficiencias detectadas que puedan afectar a la seguridad y la salud de los trabajadores. En caso de instalaciones de protección, el programa de mantenimiento debe incluir el control de su funcionamiento correcto.

## 4.6. SERVICIOS HIGIÉNICOS Y LOCALES DE DESCANSO.

Los lugares de trabajo dispondrán de locales de aseo con espejos, lavabos con agua corriente, así como duchas de agua corriente, caliente y fría, si se realizan actividades sucias o se manipulan sustancias contaminantes o que originan elevada sudoración.

### LOCALES DE DESCANSO.

El descanso es una necesidad fisiológica que la persona necesita en función del tipo y ritmo de trabajo; por ello se deben establecer una serie de pausas y descansos para llegar al final de su jornada laboral sin que su fatiga le impida dedicarse a ciertas actividades de ocio, y no sea sólo el descanso total o la inactividad la única alternativa viable. Si todo ello se hace en condiciones y lugares adecuados, será más eficiente y por ello el trabajo más productivo. Muchas empresas tienen establecidos descansos durante la jornada de trabajo o bien se conceden pausas en trabajos en los que es preciso cuando la seguridad y la salud de los trabajadores así lo requieren.



## 4.7. MEDICINA DEL TRABAJO.

La medicina del trabajo, fue conocida en sus inicios, como la especialidad médica que se ocupaba de la vigilancia de la salud de los trabajadores, relacionando las condiciones laborales y los procesos de trabajo con su salud y su principal efecto: las enfermedades ocupacionales. Es decir, tuvo una visión asistencial dirigida a la prestación de primeros auxilios y hospitalización especializada, en la evaluación de los daños biológicos sufridos desde una perspectiva puramente clínica o quirúrgica y en tratamiento y rehabilitación de los casos de invalidez, relegando los problemas de prevención a la evaluación médica pre-ocupacional y periódica de los trabajadores, encuestas higiénicas y las campañas de educación sanitaria.

## 4.8. PREVENCIÓN, PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS. LOS PRIMEROS AUXILIOS.

En la actividad laboral de una empresa se pueden presentar circunstancias inesperadas y súbitas que tengan como consecuencia la aparición de situaciones de peligro para la colectividad total o parcial de los trabajadores y, en ciertos casos, para la población externa. Todo ello podría ir unido a un riesgo de daño a las instalaciones y al medio ambiente. Cuando ocurre alguna de estas circunstancias, se dice que hay una situación de emergencia. Estas situaciones de emergencia no deseables, que se pueden presentar en cualquier instante, hay que acometerlas y solucionarlas con orden y una metodología adecuada.





#### 4.9. COMISIONES MIXTAS DE SEGURIDAD E HIGIENE.

La conformación de comisiones mixtas de seguridad e higiene son de las iniciativas más utilizadas dentro de una organización para prevenir los riesgos profesionales. Tales organismos tendrán como propósito principal, conocer las causas de los peligros y las condiciones insalubres con el fin de emprender acciones de prevención. El artículo 509 de la Ley Federal del Trabajo, establece la creación de tales comisiones, y consigna lo siguiente: 'En cada empresa o establecimiento se organizarán las comisiones de seguridad e higiene que se juzgue necesarias, compuestas por igual número de representantes de los trabajadores y del patrón, para investigar las causas de los accidentes y enfermedades, proponer medidas para prevenirlas y vigilar que se cumplan'.



#### 4.9 REQUISITOS Y OBLIGACIONES DE LAS MISMAS.

Se debe señalar que las comisiones deben quedar integradas por un número igual tanto de trabajadores como por representantes del patrón. Esta cantidad podrá variar dependiendo de los diversos procesos y actividades especializadas que conforman a la empresa. Cabe apuntar que es necesario que existan representantes de todas las actividades.

#### 4.9 OBLIGACIONES PRINCIPALES DE LAS COMISIONES.

- a) Establecer o dictaminar medidas para prevenir al máximo los riesgos que se presentan dentro del establecimiento.
- b) Investigar las causas de los accidentes y enfermedades profesionales.
- c) Vigilar que se cumplan las disposiciones de higiene y seguridad establecidas en los reglamentos en vigor y que tienden a conservar la salud de los trabajadores.
- d) Poner en conocimiento del patrón y de las autoridades respectivas las violaciones de los trabajadores a las disposiciones dictadas.
- e) Dar instrucciones sobre medidas preventivas a los trabajadores para orientarlos sobre el peligro en el trabajo que desempeñan.

