

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

# **Capacitación y seguridad e higiene en el trabajo**

**Unidad III La seguridad e  
higiene en el trabajo**

**ACTIVIDAD DE PLATAFORMA  
SUPERNOTA**

Alumno: Diego Eduardo Cruz Aguilar

Profesor: Luis Eduardo López Morales

Fecha: 5 de julio del 2025

# Introducción

Estaré hablando de los peligros que hay en el trabajo y cómo afectan la salud, como los ruidos fuertes, los químicos o el estrés. También explicaré qué son los accidentes y las enfermedades que se pueden tener por trabajar en malas condiciones, y cómo la forma en que trabajamos puede ayudar a prevenirlos.

# LA SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

## MARCO NORMATIVO PARA LA SST

La seguridad en el trabajo también es un derecho que protege la Constitución. Esta dice que los empleadores son responsables si un trabajador sufre un accidente o se enferma por causa del trabajo. Esto obliga a dar un ambiente seguro.

**Artículo 123, apartado A, fracción XIV, CPEUM**  
"El patrón es responsable de los accidentes o enfermedades que el trabajador sufra por el trabajo."



## LA SEGURIDAD LABORAL

La seguridad en el trabajo consiste en aplicar normas para cuidar a los empleados. Importa porque salva vidas, disminuye pérdidas y evita sanciones. Tiene como fin controlar riesgos, proteger a todos y cumplir con las leyes.

## LA HIGIENE LABORAL

La higiene industrial estudia y controla lo que puede afectar física o mentalmente a los empleados. Sirve para tener un ambiente sano, proteger la salud y hacer más segura la empresa.

Ayuda a prevenir enfermedades, detectar riesgos y formar hábitos saludables.

**Artículo 123, apartado A, fracción XV (CPEUM)**  
"El patrón estará obligado a observar, de acuerdo con la naturaleza de su negociación, los preceptos legales sobre higiene y seguridad en las instalaciones de su establecimiento."



## LA ERGONOMÍA

La ergonomía estudia cómo deben ser las condiciones de trabajo para que se adapten a las características físicas y mentales de las personas, ayudando a prevenir lesiones y mejorar el rendimiento.

## RIESGOS, ACCIDENTES Y ENFERMEDADES DE TRABAJO

- Riesgo de trabajo:

Todo lo que pueda dañar al trabajador dentro del ambiente laboral.

### Artículo 473 LFT

Indica que cualquier situación que derive en accidente o enfermedad relacionada con el trabajo se considera un riesgo.

- Accidente de trabajo:

Acontecimiento violento que daña al cuerpo mientras se trabaja.

### Artículo 474 LFT

Define que es una perturbación funcional o lesión física causada por una fuerza externa y repentina.

- Enfermedad de trabajo:

Enfermedad que se origina por contacto con agentes peligrosos en el trabajo.

### Artículo 475 LFT

Declara que las causas de este tipo de enfermedades nacen en el trabajo o en el lugar donde se prestan los servicios.



## FACTORES CASUALES DE LOS ACCIDENTES DE TRABAJO, CULTURA PREVENTIVA Y COMPORTAMIENTO DE LAS PERSONAS

Las causas de los accidentes en el trabajo pueden ser materiales (como equipos defectuosos o espacios mal diseñados) o humanas (como negligencia o falta de formación). La cultura de prevención en la empresa y la actitud de los trabajadores son clave para evitar situaciones peligrosas y mejorar la seguridad laboral.



## AGENTES DE RIESGO Y CONTAMINANTES

Los riesgos en el trabajo provienen de diferentes tipos de agentes contaminantes:

- Físicos: afectan al cuerpo por medio del ambiente (ruido, luz, clima).
- Químicos: penetran al organismo por contacto, inhalación o ingestión.
- Biológicos: provienen de seres vivos o residuos contaminados.
- Ergonómicos: surgen de una mala adaptación entre el trabajo y el cuerpo humano.
- Psicosociales: se relacionan con el entorno emocional y organizacional del trabajo.

Identificarlos permite prevenir enfermedades y mantener un entorno laboral seguro.



## LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES Y SUS IMPACTOS

Es toda enfermedad que surge directamente del tipo de trabajo realizado o del entorno donde se labora. Impacto: Perjudica la calidad de vida del trabajador y puede generar responsabilidades legales para la empresa.



# Conclusión

Me di cuenta que la prevención es clave para no sufrir accidentes ni enfermedades en el trabajo. Si todos somos responsables y seguimos las medidas de seguridad, podemos cuidar nuestra salud y trabajar mejor.