

Capacitación y seguridad e higiene en el trabajo

Supernota

UNIDAD III La seguridad e higiene en el trabajo



Alumno: Brandom
Yoloatzin Osorio Pineda
Profesor: Luis Eduardo
López Morales
Fecha: 5 de julio del 2025

Introducción

Este trabajo trata sobre cómo los trabajadores pueden enfermarse o lastimarse por las condiciones de su trabajo, como la exposición a químicos o por hacer movimientos repetitivos. También hablaré de cómo los errores humanos y las fallas en las máquinas pueden causar accidentes, y la importancia de prevenirlos con una buena cultura de seguridad.

LA SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

MARCO NORMATIVO PARA LA SST

Este marco también incluye reglas que dicen que los patrones deben revisar su empresa para detectar peligros, analizar los riesgos y aplicar medidas para evitar accidentes o enfermedades. Es una forma de prevenir antes de que pase algo grave.

Artículo 3, RFSST

“El patrón debe identificar los peligros y aplicar medidas preventivas.”



LA SEGURIDAD LABORAL

Es el conjunto de acciones para que los trabajadores estén seguros y sanos en su empleo.

Ayuda a evitar lesiones, ahorrar costos y respetar normas legales.

Sus metas son identificar peligros, dar formación y fomentar la prevención.

LA HIGIENE LABORAL

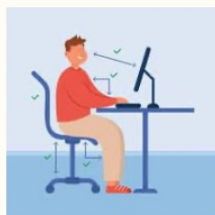
Es una disciplina que analiza los factores del entorno laboral que pueden enfermar a los trabajadores.

Es importante porque reduce ausencias, gastos médicos y cumple normas como las NOM-STPS.

Su objetivo es controlar agentes peligrosos y fomentar buenos hábitos de higiene.

Artículo 41 del Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo (RFSST)

“El patrón deberá identificar los agentes químicos peligrosos presentes en el centro de trabajo, evaluar los riesgos y establecer las medidas de control necesarias.”



LA ERGONOMÍA

Es la ciencia que se encarga de diseñar herramientas, espacios y tareas pensando en cómo funciona el cuerpo humano, para reducir riesgos, fatiga y aumentar el bienestar del empleado.

RIESGOS, ACCIDENTES Y ENFERMEDAD

• Riesgo de trabajo:

Es la posibilidad de sufrir daño o enfermedad en el trabajo.

Artículo 473 LFT –

Reitera que los riesgos abarcan tanto accidentes como enfermedades vinculadas directamente al ejercicio laboral.

• Accidente de trabajo:

Lesión causada por un evento inesperado relacionado con el empleo.

Artículo 474 LFT –

Señala que un accidente incluye cualquier daño físico inmediato o posterior provocado durante el trabajo.

• Enfermedad de trabajo:

Problema de salud que aparece por las tareas o el ambiente laboral.

Artículo 475 LFT –

Aclara que estas enfermedades no son accidentes, sino que se desarrollan de manera continua o prolongada por el trabajo.



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

Los accidentes laborales no son casualidad, sino resultado de condiciones inseguras o de actos inseguros de las personas. Los factores técnicos incluyen problemas con el equipo o el entorno físico. Los factores humanos se relacionan con errores, falta de capacitación o mala organización. Tener una cultura preventiva sólida y un buen comportamiento individual ayuda a reducir los riesgos.

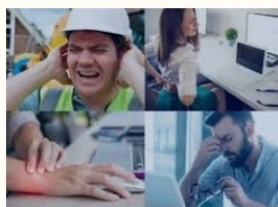


AGENTES DE RIESGO Y CONTAMINANTES

En los ambientes laborales existen agentes peligrosos que pueden provocar enfermedades o accidentes. Se agrupan en:

- Físicos, como el calor, el ruido o la radiación.
- Químicos, como sustancias tóxicas en el aire.
- Biológicos, como bacterias o fluidos corporales contaminados.
- Ergonómicos, relacionados con esfuerzos físicos o mal diseño del puesto.
- Psicosociales, como presión laboral o falta de apoyo.

La exposición prolongada a estos agentes pone en riesgo la salud y el rendimiento del personal.



LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES Y SUS IMPACTOS

Son trastornos físicos o mentales que aparecen por condiciones dañinas del ambiente laboral, como polvo, estrés o sustancias tóxicas.

Impacto: Generan gastos médicos, incapacidades y menor rendimiento laboral.

Conclusión

Entendí que la seguridad en el trabajo depende de que todos conozcan los riesgos y actúen para evitarlos. Es responsabilidad tanto de los empleados como de los jefes cuidar que el trabajo sea seguro y que nadie salga lastimado.