



FECHA: 04/07/2025

NOMBRE DEL ALUMNO: JORGE JOAQUIN
LOPES LAVARADO

MAESTRO: LUIS EDUARDO LOPEZ
MORALES

ACTIVIDAD DE PLATAFORMA: SUPER
NOTA

MATERIA: CAPACITACION, HIGIENE Y
SEGURIDAD EN EL TRABAJO

UNIDAD 3: LA SEGURIDAD E HIGIENE EN
EL TRABAJO

TERCER CUATRIMESTRE

PRINCIPIOS JURIDICOS

INTRODUCCION

Esta actividad será de mucha ayuda para comprender la importancia de seguridad y salud en el trabajo. Trataremos temas como la normativa, la prevención de riesgos, la ergonomía y las enfermedades laborales, con el fin de promover ambientes laborales seguros y proteger la salud de los trabajadores.

Marco normativo para la SST

En México, las reglas sobre Seguridad y Salud en el Trabajo están formadas por leyes, normas y reglamentos. Su objetivo es asegurar que los lugares de trabajo sean seguros y saludables, evitar riesgos y cuidar el bienestar físico, mental de los trabajadores.

Artículo 123 (Apartado A y B).
Reconoce el derecho a condiciones de trabajo seguras e higiénicas.

En la Ley federal del Trabajo, Capítulo V, Título Cuarto: Trata específicamente sobre Seguridad e Higiene.



La higiene (salud) laboral

La higiene laboral es la disciplina que se encarga de detectar y controlar los factores del ambiente de trabajo que pueden dañar la salud de los trabajadores, como el ruido, sustancias químicas, virus o malas posturas.

La seguridad laboral

La seguridad laboral busca prevenir accidentes y enfermedades en el trabajo mediante reglas y medidas que protegen la salud de los trabajadores. También promueve una cultura de prevención y el control de riesgos en el lugar de trabajo.



Riesgos, accidentes y enfermedades de trabajo.

Riesgo de Trabajo: Según la Ley Federal del Trabajo Art 473, los riesgos de trabajo son los accidentes y enfermedades a los que están expuestos los trabajadores con motivo o en ejercicio de su trabajo.

La ergonomía

La ergonomía tiene como objetivo adaptar el trabajo a las capacidades del trabajador para mejorar su bienestar y eficiencia. Lo que incluye diseñar herramientas, tareas y espacios que eviten el esfuerzo excesivo y reduzcan el riesgo de lesiones.

Accidentes de trabajo: Concepto (LFT Art. 474) Un accidente de trabajo es toda lesión orgánica o perturbación funcional, inmediata o posterior, producida por una causa externa, repentina y violenta durante el desempeño del trabajo.

Enfermedades de Trabajo: (LFT Art. 475). Son todo estado patológico derivado de la acción continuada de una causa que tenga origen o motivo en el trabajo o en el medio en que el trabajador se vea obligado a prestar sus servicios.



Agentes de riesgo y contaminantes.

Los agentes de riesgo y contaminantes laborales son factores en el trabajo que pueden dañar la salud o seguridad de los trabajadores. Pueden ser físicos, químicos, biológicos, ergonómicos o psicosociales, y requieren medidas preventivas según su tipo y nivel de exposición.



CONCLUSION

Analizar los temas relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo es importante para crear ambientes laborales seguros, saludables y eficientes. Comprender la prevención de riesgos, la ergonomía, la higiene y los factores que causan accidentes o enfermedades laborales permite proteger la integridad de los trabajadores y fomentar una cultura de prevención.

Factores causales de los accidentes de trabajo, cultura preventiva y comportamiento de las personas

Los accidentes de trabajo generalmente no ocurren por azar; son consecuencia de fallas humanas, técnicas u organizacionales.

Factores que pueden presentarse:

- Factores técnicos o materiales
- Factores humanos u organizacionales
- Deficiencias organizativas



Las enfermedades profesionales y sus impactos

Las enfermedades profesionales son problemas de salud causados directamente por la exposición constante a riesgos en el trabajo.

Estas se diferencian a las enfermedades comunes porque:

- Tienen un origen ocupacional comprobable
- Suelen ser producto de exposiciones repetitivas.