

CAPACITACIÓN Y SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

30/7/25

Actividad 2 “Super Nota”



JOSE JULIAN MONJARAZ KANTER
UNIVERSIDAD DEL SURESTE (UDS)
LICENCIATURA EN ADMINISTRACION Y ESTRATEGIAS DE
NEGOCIOS

UNIDAD IV. PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DEL CUMPLIMIENTO DE ESTÁNDARES DE SEGURIDAD E HIGIENE Y DE LAS NORMAS OFICIALES VIGENTES.

4.1. 🟦 Plan de seguridad: Razones para tener un programa de seguridad

Un plan de seguridad es esencial para prevenir accidentes y proteger la integridad física de los trabajadores. Sus principales razones son:

- Proteger la salud y vida de los empleados.
- Evitar pérdidas económicas por interrupciones de trabajo.
- Cumplir con la legislación vigente (Normas Oficiales Mexicanas).
- Elevar la productividad mediante ambientes laborales seguros.

4.2. 🧤 Técnicas operativas de seguridad y equipos de protección personal

Las técnicas operativas de seguridad incluyen:

- Procedimientos seguros para manejar maquinaria, sustancias químicas y herramientas.
- Métodos para la identificación y corrección de riesgos.
- Formación constante del personal.

El uso de equipos de protección personal (EPP) es obligatorio e incluye: cascos, gafas, guantes, calzado de seguridad, protectores auditivos, entre otros.



4.3. ⚠️ Normas y señalización de seguridad

- Las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) establecen lineamientos específicos que las empresas deben cumplir.
- La señalización permite identificar zonas de riesgo, salidas de emergencia, puntos de reunión, zonas restringidas y uso obligatorio de EPP.
- Debe ser clara, visible y entendible por todo el personal.

4.4. 💰 Costo humano y económico de los accidentes – Análisis costo-beneficio de la prevención

- Costo humano: lesiones, discapacidad, pérdida de vida, afectación a las familias.
- Costo económico: pagos por incapacidad, multas, pérdida de productividad, daños materiales.
- El análisis costo-beneficio muestra que invertir en prevención resulta mucho más barato que afrontar las consecuencias de un accidente.

4.5. 🧼 Plan de higiene – Orden, limpieza y mantenimiento

El plan de higiene busca mantener un entorno laboral saludable mediante:

- Orden: lugares de trabajo organizados que reduzcan riesgos.
- Limpieza: eliminación de residuos y suciedad.
- Mantenimiento: revisión y reparación de instalaciones, maquinaria y equipo. Esto previene enfermedades laborales y accidentes.



4.6. Servicios higiénicos y locales de descanso

- Toda empresa debe contar con servicios sanitarios adecuados, limpios y suficientes, separados por género.
- Se deben proveer áreas de descanso con buena ventilación, asientos, iluminación, y condiciones dignas.
- Estas áreas son clave para el bienestar y recuperación física y mental del trabajador.



Referencias

- *Universidad del Sureste. (2024). Antología: Capacitación y seguridad e higiene en el trabajo*