

TÉCNICAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES



TÉCNICAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.

La existencia de diferentes condiciones de trabajo, elementos o situaciones que pueden repercutir directa o indirectamente en la forma en la que la persona trabajadora realiza su trabajo, hace necesario evaluar estas condiciones de trabajo, para ello la prevención clasifica estas condiciones de trabajo en cinco grupos:

- ✓ Condiciones de seguridad.
- ✓ Medio ambiente físico de trabajo.
- ✓ Contaminantes químicos y biológicos.
- ✓ Carga de trabajo.
- ✓ Organización del Trabajo.

Condiciones de seguridad.

Incluyen todas aquellas condiciones materiales (elementos móviles, cortantes, combustibles...) que van a tener una relación directa con la posible producción de accidentes de tipo laboral, para ello es necesario realizar un análisis de las diferentes máquinas, herramientas, equipos de transporte, sistemas de evacuación, sistemas contra incendios...etc.

Medio ambiente físico de trabajo.

En este grupo se encuadran todas las condiciones vinculadas con el medio ambiente de trabajo relacionado fundamentalmente con los factores físicos, como podrían ser, vibraciones, acústicas, iluminación, condiciones termohigrométricas, radiaciones ionizantes o no ionizantes.

El objetivo de esta disciplina es no solo mantener los niveles por debajo de los establecidos legalmente, sino que el trabajo se desarrolle en unas condiciones que permitan la mayor eficiencia y el mejor rendimiento.

Contaminantes Químicos y Biológicos.

En esta clasificación se encuentran todos los contaminantes químicos o biológicos que puedan estar presentes en el ambiente de trabajo que no solo puedan dañar o perjudicar la salud de las personas trabajadoras sino que también pueden provocar molestias o alterar el desarrollo adecuado de las tareas o funciones.

Carga de Trabajo.

En este grupo se encuentran todos aquellos aspectos relacionados con las exigencias físicas y psíquicas que requiera la actividad laboral, por ejemplo esfuerzos físicos, posturas de trabajo , movimientos repetitivos, nivel de atención, nivel de responsabilidad, etc... factores que si no son debidamente identificados y controlados pueden acabar produciendo una sobrecarga física o mental en el trabajador.

Organización del Trabajo.

Esta clasificación analiza todos aquellos factores relacionados con la organización del trabajo, como puede ser la distribución de tareas, el reparto de funciones y responsabilidades, la distribución horaria, velocidad de ejecución, distribución horaria y relaciones interpersonales, entre otras, estos elementos pueden acabar produciendo efectos negativos a nivel físico, social y mental en las personas trabajadoras.

A la hora de analizar y evaluar las diferentes condiciones de trabajo y su clasificación no debemos considerarlos de manera individualizada sino de forma simultánea y abierta, en el sentido de que un mismo elemento puede quedar encuadrado en varios grupos a la vez.

Una vez desarrollada esta clasificación de las condiciones de trabajo, conviene tratar las diferentes disciplinas preventivas dirigidas a prevenir los posibles daños derivados de esas condiciones de trabajo. Las disciplinas o técnicas en materia preventiva son:

- ✓ Seguridad en el Trabajo.
- ✓ Higiene Industrial.
- ✓ Ergonomía.
- ✓ Medicina del Trabajo.
- ✓ Psicología aplicada en la prevención.

Seguridad en el Trabajo.

Esta disciplina preventiva se constituye por un conjunto de técnicas y procedimientos que tienen por objeto eliminar o reducir los riesgos que pueden llegar a provocar la aparición de accidentes, y puede clasificarse atendiendo al momento en que se produce el accidente en dos subgrupos, las técnicas activa de seguridad en el trabajo y las técnicas reactivas de seguridad en el trabajo.

Las técnicas activas son aquellas que planifican la acción preventiva con carácter previo al accidente, son por tanto técnicas activas por ejemplo la evaluación de riesgos y las inspecciones de seguridad, estudio y análisis documental de riesgos, análisis histórico de accidentes, control estadístico de la siniestralidad. Por el contrario las técnicas reactivas actúan una vez se haya producido el accidente, analizando las causas para poder después implantar o proponer medidas de control que eviten que ese accidente se repita, son técnicas reactivas el control estadístico de la accidentalidad, investigación de accidentes, notificación de accidentes, registro de accidentes y análisis estadístico de la siniestralidad.

Las técnicas activas identifican, evalúan y controlan antes de que se produzca el accidente.

Las técnicas reactivas analizan las causas una vez se ha producido el accidente.

Higiene industrial.

Trata de identificar, evaluar y controlar los riesgos ocasionados por la presencia de contaminantes físicos, químicos o biológicos que pudieran estar presentes en los puestos de trabajo. En la fase de investigación se identifica y se estudia los efectos que estos contaminantes producen en las personas trabajadoras, a continuación se evalúa el nivel o la magnitud

de esos factores para acabar estableciendo recomendaciones o medidas de control o reducción de los efectos nocivos.

La higiene industrial como disciplina es habitualmente utilizada también para establecer predicciones fiables que son utilizadas como referencia para la toma de decisiones o actuaciones preventivas como pueden ser estudios epidemiológicos, límites de exposición profesional, valores límite umbral. Por ejemplo la Comisión nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo elabora un documento de valores límite respecto a contaminantes.

Un contaminante es una sustancia, una energía o un ser vivo presente en el ambiente que puede afectar a la salud de las personas trabajadoras. Ha de ser identificado, medido y valorado.

Ergonomía.

Esta disciplina trata de adaptar las exigencias o demandas físicas, mentales o sociales de la tarea a las correspondientes capacidades de las personas trabajadoras. Entre las cuestiones vinculadas a la ergonomía destacamos: posturas de trabajo adoptadas, demanda energética de la actividad, movimientos realizados y fuerzas aplicadas durante el trabajo, manipulación de cargas, condiciones ambientales existentes, ruido, iluminación, temperatura, humedad, vibraciones, horario, pausas, jornada, turnos, estilo de mando, sistemas de promoción, nivel de participación, retribución, canales de comunicación e información, etc...

La ergonomía es una disciplina que engloba la totalidad de las materias preventivas.

Psicología aplicada.

La psicología aplicada analiza las interacciones entre el contenido, organización del trabajo y condiciones ambientales por un lado, y las capacidades y necesidades de la persona trabajadora, estas interacciones pueden repercutir negativamente en la salud de las personas trabajadoras. Los principales efectos que producen los factores psicosociales en la salud de las personas trabajadoras son:

Estrés Laboral.

Insatisfacción laboral.

“Burnout” o síndrome de agotamiento psíquico.

“Mobbing” o acoso moral en el trabajo.

Medicina de trabajo.

El objetivo de esta disciplina preventiva se ocupa de promocionar la salud en el trabajo así como del tratamiento, exámenes de salud o vigilancia, estudio y valoración de los riesgos que puedan afectar a personas trabajadoras especialmente sensibles o embarazadas, curación y posterior rehabilitación de las enfermedades profesionales colaborando con el resto de disciplinas preventivas.