

MÁS VALE PREVENIR QUE CURAR

REFRÁN



IPE | RA 2 (1/3)

- ¿Por qué estudiar PRL?
- Cultura preventiva
- Vigilancia de la salud
- Evaluación de riesgos
- Prevención vs Protección
- Condiciones de trabajo y riesgo laboral
- Factores de riesgo
- Daños profesionales

¿POR QUÉ ESTUDIAMOS PRL?

La Prevención de Riesgos Laborales trata de crear **entornos laborales seguros** y **saludables**, potenciando aspectos positivos en el trabajo y eliminando o reduciendo los que pueden resultar negativos para la **SALUD** del trabajador/a.

Prácticamente todas las personas queremos (y necesitamos) **TRABAJAR**, tú también ¿verdad? Pero hay que ser consciente de que el trabajo lleva aparejados tanto aspectos positivos como negativos, ya que nos permite satisfacer necesidades, pero también puede afectar a nuestra salud. Ya sabes que casi todo en esta vida tiene sus pros y contras... 😓



¿Qué es lo positivo del trabajo?
Lo positivo es (entre otras muchas cosas) que al desempeñarlo obtenemos los recursos necesarios para vivir € , puede hacernos sentir parte de un grupo y podemos ver realizadas nuestras expectativas y aspiraciones.

¿Qué es lo negativo? Lo negativo del trabajo es que cualquiera de sus características puede influir en la generación de riesgos y, como consecuencia de ello, podemos sufrir daños en nuestra salud 🤒

➔ SALUD

Completo estado de bienestar **físico, psíquico** y **social** de las personas, y no solo la ausencia de enfermedades.



Por lo tanto, la existencia de factores de riesgo en el trabajo puede producir daños en la salud física (funcionamiento correcto de células, tejido, órganos y sistemas del cuerpo), psíquicas (equilibrio intelectual y emocional) o social (bienestar) del trabajador/a.

CONCLUSIÓN



Necesitamos salud para poder trabajar, pero el trabajo nos puede "quitar" la salud. Es decir, que nos encontramos con lo que podríamos llamar una relación "amorodio" (o de interdependencia mutua) entre trabajo y la salud. Y... ¿cómo se soluciona? A través de la Prevención de Riesgos Laborales y la Protección de nuestra seguridad ☒



OMS

CULTURA PREVENTIVA

La cultura preventiva se refiere al conjunto de **valores** y **prácticas** adoptadas por una organización para gestionar y mitigar riesgos laborales.



Pretende fomentar un **ambiente laboral** donde la seguridad y la salud son prioritarias.



Esto se consigue entendiendo que la PRL es responsabilidad de todas las personas que están en la empresa... **TODAS**... desde el equipo que lidera y lo impulsa hasta las personas trabajadoras, pasando por los mandos intermedios.

MÁS INFO

Fuente:



MÁS INFO

Escalera de la cultura preventiva

LA MADUREZ DE UNA ORGANIZACIÓN DEPENDE DE SU UBICACIÓN EN LA ESCALERA DE LA CULTURA PREVENTIVA:

Los peldaños inferiores corresponden a una cultura escapista.

En el tramo intermedio predominan los aspectos formales y la cultura preventiva es aún superficial.

La cultura más positiva es la de las organizaciones que ocupan los peldaños más altos.



@gafasdeFOL

VIGILANCIA DE LA SALUD

Vigilancia de la Salud es la disciplina situada en el marco de la **Medicina del Trabajo**, que permite discernir e identificar aquellos **riesgos a los que se exponen** las personas trabajadoras y que puedan suponer un peligro para su salud. Esto es, analiza la **REPERCUSIÓN DE LAS CONDICIONES LABORALES** en la salud de las personas empleadas.



CARACTERÍSTICAS

- **Obligatorio** por parte de la empresa, un derecho para quien trabaja (debe dar su consentimiento, salvo excepciones).
- **Confidencialidad** 🤔 respecto de la información obtenida a partir de los reconocimientos médicos individuales de las personas trabajadoras.
- Las pruebas en las que se concreta la Vigilancia de la Salud no pueden suponer **ningún coste** para la persona que trabaja y que se somete a las mismas, como consecuencia de ello, los reconocimientos médicos u otras medidas dirigidas a controlar la salud de los/las trabajadores/as, deben ser realizadas dentro de su horario laboral (o debe descontarse de su jornada el tiempo invertido en ellas).

OBJETIVO INDIVIDUAL:

Determinar los efectos que sufre la **persona trabajadora** en su salud a consecuencia de las condiciones laborales a las que se encuentra sometido.

OBJETIVO COLECTIVO:

Analizar e identificar los factores de riesgo que pueden afectar a la **colectividad de los/las trabajadores/as**. Evaluar a través de una observación continua las condiciones de trabajo en las que se desarrolla la actividad laboral, identificando los posibles riesgos, e implementando programas de salud que ayuden a prevenirlos y proteger a las personas empleadas.

Fuente:


acció PREVENTIVA
MÁS INFO



¡RECUERDA!

Necesitamos salud para poder trabajar
peeeeeroooo... el trabajo nos quita la salud... 🙄

EVALUACIÓN DE RIESGOS



Un riesgo laboral puede, y **DEBE**, evaluarse.

“La evaluación de los riesgos laborales es el proceso dirigido a estimar la **magnitud** de aquellos riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo la información necesaria para que la persona empresaria esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la necesidad de adoptar medidas preventivas y, en tal caso, sobre el tipo de medidas que deben adoptarse”.



PROBABILIDAD de que ocurra el daño, lo que dependerá de las deficiencias encontradas, la frecuencia y el tiempo de exposición al riesgo.

CRITERIOS



SEVERIDAD la gravedad de las lesiones que pueden producirse. Se tiene en cuenta, de un lado, las partes del cuerpo que pueden verse afectadas y, de otro, la naturaleza del daño.



PROBABILIDAD

MATRIZ DE ANÁLISIS DE RIESGOS

SEVERIDAD DEL DAÑO



	Ligeramente dañino	Dañino	Extremadamente dañino
Baja	Trivial (T)	Tolerable (TO)	Moderado (MO)
Media	Tolerable (TO)	Moderado (MO)	Importante (I)
Alta	Moderado (MO)	Importante (I)	Intolerable (IN)



PROBABILIDAD

Probabilidad de que ocurra el daño

Probabilidad	Qué significa
Alta	El daño ocurrirá siempre o casi siempre.
Media	El daño ocurrirá en algunas ocasiones.
Baja	El daño ocurrirá raras veces.



La magnitud de un riesgo se estima en función de:

La probabilidad de que ocurra el daño

Del sentido común del técnico/a de prevención de la empresa

La severidad del daño

La probabilidad y severidad del daño

Send



SEVERIDAD

Severidad del daño. Gravedad de las lesiones

Severidad	Qué significa
Ligeramente dañino	Daños superficiales o molestias/irritación ligera. Ejemplos: rasguños, cortes, irritaciones, pequeñas magulladuras, ligeros dolores de cabeza, mareos, etc.
Dañino	Daños medios. Ejemplos: quemaduras, torceduras, fracturas menores, sordera, asma, laceraciones, enfermedades que conducen a una incapacidad menor, etc.
Extremadamente dañino	Daños muy graves. Ejemplo: amputaciones, fracturas mayores, intoxicaciones, lesiones fatales, enfermedades crónicas, cáncer, etc.



MEDIDAS QUE SE DEBEN ADOPTAR

Trivial (T): No se requiere acción específica.

Tolerable (TO): No se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo, se deben considerar soluciones más rentables o mejoras que no supongan una carga económica importante. Se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medidas de control.

Moderado (MO): Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo, determinando las inversiones precisas. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un período determinado.

Importante (I): No debe comenzarse el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo. Puede que se precisen recursos considerables para controlar el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a un trabajo que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de los riesgos moderados.

Intolerable (IN): No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recursos ilimitados, debe prohibirse el trabajo.

Y DESPUÉS DE EVALUAR... ¿QUÉ HACEMOS?



➔ Si todo está perfecto, nos daremos una palmadita en la espalda porque, sin duda, ¡nos lo mereceremos por hacer las cosas bien!

➔ Si tenemos que tomar alguna medida, entonces deberemos distinguir entre:

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Estas actuaciones tienen como objetivo **evitar** el daño a la salud, es lo que llamaremos prevención. La prevención se relaciona con la acción de **ANTICIPARSE**, actuar antes de que algo suceda con el fin de impedirlo o para evitar sus efectos. Tenemos:

- Medidas de prevención sobre el **factor humano**.
- Medidas de **prevención técnica**.
- Medidas de **prevención político-sociales**.



MEDIDAS DE PROTECCIÓN

Minimizan (a veces incluso evitan) las **consecuencias del daño** provocado, de modo que no se centran sobre la causa del riesgo, lo hace sobre el sujeto. Si aún quedan riesgos que no se han podido evitar, la empresa tomará para eliminar o reducir los daños laborales que dichos riesgos puedan ocasionar:

- Medidas de **protección colectiva**.
- Medidas de **protección individual** (EPI).



MEDIDAS COMPLEMENTARIAS

La finalidad de la señalización es **LLAMAR LA ATENCIÓN** sobre situaciones de riesgo de una forma rápida y fácilmente comprensible, pero **no sustituye** a las medidas preventivas. La falta de señalización de seguridad incrementa el riesgo en la medida en que priva al trabajador/a de la más elemental información sobre el riesgo y la manera de evitarlo.





TIPOS DE SEÑALES

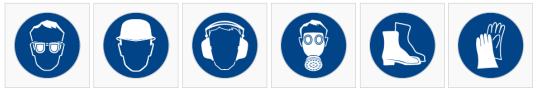
- Señales olfativa y gustativa.
- Señales táctiles.
- Señales auditivas.
- Señales ópticas (de panel, luminosas, gestuales, etiquetado).



Prohibido fumar Prohibido fumar y encender fuego Prohibido pasar a los peatones Prohibido apagar con agua Entrada prohibida a personas no autorizadas Agua no potable



Prohibido a los vehículos de mantenimiento No tocar



Protección obligatoria de la vista Protección obligatoria de la cabeza Protección obligatoria del oído Protección obligatoria de las vías respiratorias Protección obligatoria de los pies Protección obligatoria de las manos



Protección obligatoria del cuerpo Protección obligatoria de la casa Protección individual obligatoria contra caídas Vía obligatoria para peatones Obligación general (acompañada, si procede, de una señal adicional)



Materia inflamables Materiales explosivos Materiales tóxicos Materiales corrosivos Materiales radiactivos Cargas suspendidas Vehículos de mantenimiento



Riesgo eléctrico Peligro en general Radiaciones láser Materiales calientes Radiaciones ionizantes Campo magnético intenso Riesgo de tropezar



Caida a distinto nivel Riesgo biológico Baja temperatura



Vía salida de socorro Dirección que debe seguirse (señal indicativa adicional a las siguientes) Teléfono de salvamento Primeros auxilios Camilla Ducha de seguridad



Lavado de ojos



Manguera para incendios Escalera de mano Extintor Teléfono para la lucha contra incendios Dirección que debe seguirse (señal indicativa adicional a las anteriores)



PIZZA

Cocina

INFORMACIÓN ÚTIL EN PREVENCIÓN DE RIESGOS

genially EDUCATION

Imágenes de storyset en Freepik

This slide features a stylized illustration of a pizza chef in a white uniform and hat, standing in a kitchen. The chef is positioned in front of a dark window with a yellow and blue striped awning above it. The word 'PIZZA' is written in large, bold, yellow letters at the top left. To the right, the title 'Cocina' is displayed in a black box, with the subtitle 'INFORMACIÓN ÚTIL EN PREVENCIÓN DE RIESGOS' below it. The illustration is overlaid with several red circular icons containing white symbols: play buttons, document icons, and padlocks, indicating interactive elements. The Genially logo and 'EDUCATION' are in the bottom left, and a small attribution for 'Imágenes de storyset en Freepik' is in the bottom right.

Panadería, Repostería y Confitería

INFORMACIÓN ÚTIL EN PREVENCIÓN DE RIESGOS

genially EDUCATION

Imágenes de storyset en Freepik

This slide features a stylized illustration of a baker in a yellow shirt and white apron, wearing a white chef's hat. The baker is shown in profile, focused on a task, with a large hand icon overlaid on the scene. The background is a light gray grid. The title 'Panadería, Repostería y Confitería' is in a black box at the top right, with the subtitle 'INFORMACIÓN ÚTIL EN PREVENCIÓN DE RIESGOS' below it. The illustration is overlaid with several red circular icons containing white symbols: play buttons, document icons, and padlocks, indicating interactive elements. The Genially logo and 'EDUCATION' are in the bottom left, and a small attribution for 'Imágenes de storyset en Freepik' is in the bottom right.



Dobble señales PRL

Dobble señales de prohibición

Dobble señales de evacuación

Dobble señales de advertencia

Dobble señales de obligación



En PRL, ¿qué orden de actuación debe seguirse?

Protección individual



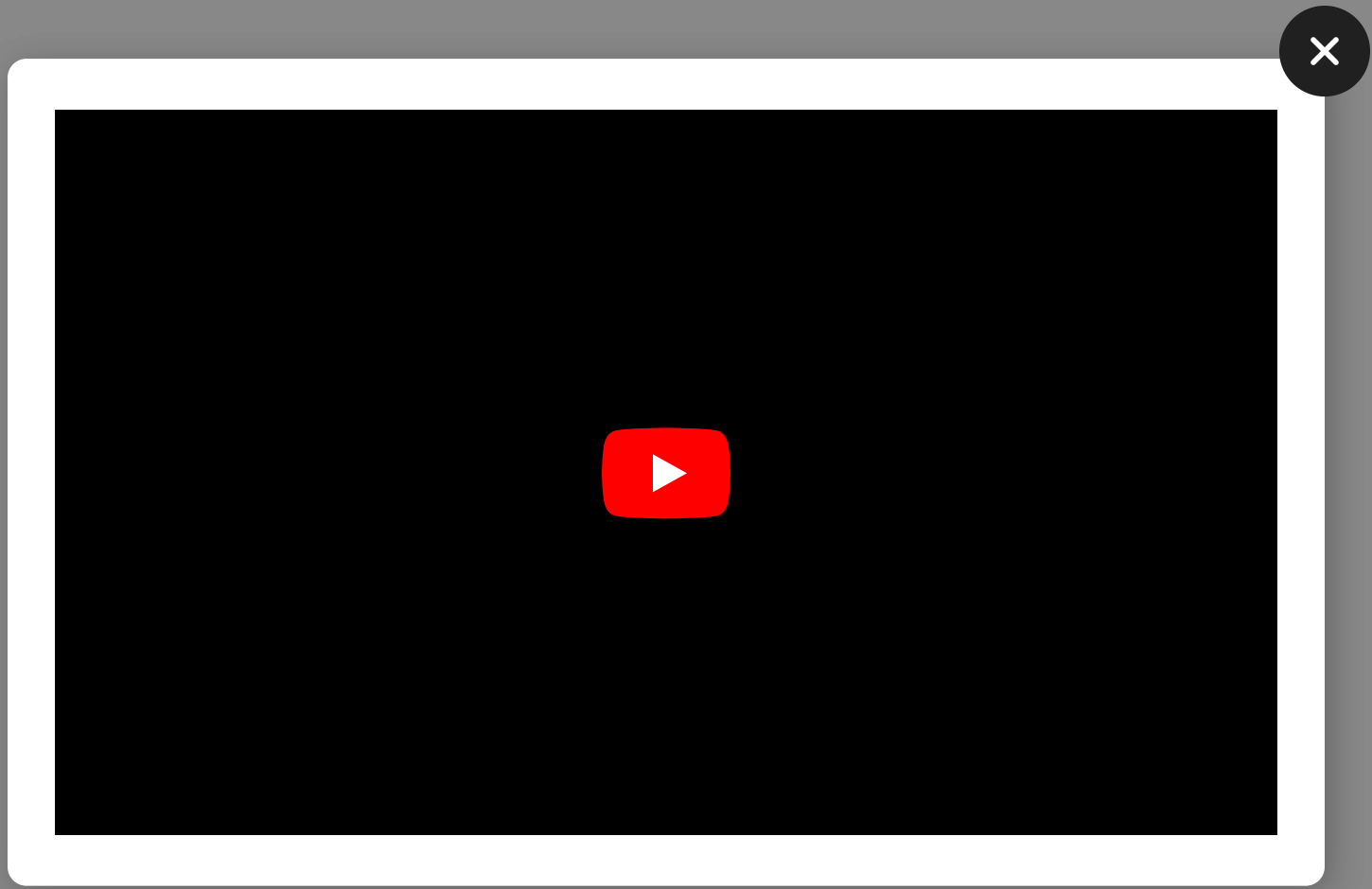
Protección colectiva



Prevención



Send





TEN EN CUENTA ESTE ORDEN EN LA ACTUACIÓN:

1º. PREVENCIÓN.

2º. PROTECCIÓN.

3º. Protección colectiva.

4º. Protección individual.

PROTECCIÓN COLECTIVA

Seguridad: Barandillas. Redes. Resguardos.
Interruptores diferenciales.

Medio ambiente del trabajo: Ventilación general.
Extracción localizada. Encerramientos.

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL



CONDICIONES DE TRABAJO Y RIESGO LABORAL

CONDICIÓN DE TRABAJO

Es cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos y en su magnitud.

Condiciones de trabajo relativas a la **SEGURIDAD**.
Seguridad en el Trabajo

Condiciones de trabajo **MEDIOAMBIENTALES**.
Higiene Industrial

Condiciones de trabajo **ERGONÓMICAS**.
Ergonomía

Condiciones de trabajo **PSICOSOCIALES**.
Psicosociología

¿Qué aspectos del trabajo pueden provocar consecuencias negativas en la salud de las personas trabajadoras?

RIESGO LABORAL

La posibilidad que tiene la persona que está trabajando de sufrir un daño derivado del trabajo.

FACTORES DE RIESGO

?

Son las características o elementos concretos del trabajo que pueden originar riesgo. Es decir, en cada condición de trabajo, nos vamos a encontrar con unas peculiaridades concretas que pueden originar un riesgo.

Condiciones de trabajo
relativas a la **SEGURIDAD**.
Seguridad en el Trabajo

+ Lugares de trabajo

+ Equipos de trabajo

+ Instalaciones
eléctricas

+ Incendios

Condiciones de trabajo
MEDIOAMBIENTALES.
Higiene Industrial

+ Riesgo físico

+ Riesgo biológico

+ Riesgo químico

Condiciones de trabajo
ERGONÓMICAS.
Ergonomía

Carga física +

Carga mental +

Condiciones de
trabajo **PSICOSOCIALES**.
Psicosociología

Organización del trabajo +



CARGA MENTAL

La carga mental es el conjunto de requerimientos mentales, cognitivos o intelectuales a los que se ve sometido el trabajador a lo largo de su jornada laboral, es decir, el nivel de actividad mental o de esfuerzo intelectual necesario para desarrollar el trabajo.

- a) **Presión temporal de la tarea** (tiempo disponible, tiempo necesario).
- b) **Cantidad de recursos de procesamiento** que demanda la tarea (sean mentales, sensoriales, etc.).
- c) **Aspectos de orden emocional** (fatiga, frustración, etc.).



CARGA FÍSICA

Los esfuerzos físicos cansan, pero también pueden originar lesiones osteo musculares. Estas se manifiestan en dolor, molestias, tensión o incluso incapacidad. Son resultado de algún tipo de lesión en la estructura del cuerpo. Los requerimientos físicos más habituales son: posturas de trabajo, esfuerzos físicos, movimientos repetitivos y la manipulación de cargas.



EQUIPOS DE TRABAJO

Las **herramientas** son objetos sencillos que permiten facilitar alguna tarea manual o de fuerza y están hechos con el fin de facilitar una tarea mecánica. Requieren que el usuario aplique cierta medida de fuerza y energía para que funcionen.

Las **máquinas** son mecanismos algo más complejos compuesto por un grupo de elementos fijos y móviles que permiten transformar, aprovechar, regular y dirigir la energía.



RIESGO FÍSICO

Ruido
Vibraciones
Radiaciones
Iluminación
Temperatura
Humedad
Ventilación



LUGARES DE TRABAJO

Áreas del centro de trabajo, edificadas o no, en la que las personas deben permanecer o deben acceder debido a su trabajo. Incluye los servicios higiénicos, locales de descanso, locales de primeros auxilios y comedores. También las instalaciones consideradas de servicio (salas de calderas, salas de compresores, sala de máquinas de ascensores).

NO se consideran lugares de trabajo los medios de transporte utilizados fuera del centro de trabajo, las obras de construcciones temporales o móviles, las industrias de extracción, los buques de pesca, los campos de cultivo, bosques y terrenos de empresas agrícolas o forestales situados fuera de sus zonas edificadas. No es que no sean lugares donde las personas trabajan, es que no se regulan por la normativa común y tienen una normativa específica.



ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

Se originan en la organización del trabajo y que generan respuestas de tipo **fisiológico** (reacciones neuroendocrinas), **emocional** (sentimientos de ansiedad, depresión, alienación, apatía, etc.), **cognitivo** (restricción de la percepción, de la habilidad para la concentración, la creatividad o la toma de decisiones, etc.) y **conductual** (abuso de alcohol, tabaco, drogas, violencia, asunción de riesgos innecesarios, etc.) que son conocidas popularmente como "estrés".



RIESGO QUÍMICO

Los agentes químicos son compuestos inertes en estado sólido, líquido o gaseoso que, presentes en el lugar de trabajo, pueden causar daños a la salud.

- **Límites de exposición:** valores límites ambientales (VLA), valores límite biológicos (VLB) y lista de agentes cancerígenos y mutágenos.
- **Etiquetado de los productos químicos:** información sobre su uso y precauciones que se deben tener en cuenta en su manipulación.
- **Fichas de seguridad:** información complementaria a la de la etiqueta para profesionales.



INSTALACIONES ELÉCTRICAS

- **Contacto directo:** cuando la persona entra en contacto con una parte activa de la instalación eléctrica (cable, enchufe, etc.).
- **Contacto indirecto:** cuando el contacto entre la persona y la corriente eléctrica se produce sobre elementos accidentalmente puestos en tensión (carcasa de una máquina).



Las condiciones de seguridad dan lugar al siguiente tipo de daños en la salud:

Accidentes de trabajo

Enfermedades profesionales

Accidentes de trabajo y enfermedades profesionales

Send

DAÑOS PROFESIONALES

➔ Las enfermedades, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.



ACCIDENTE DE TRABAJO (AT)

Toda lesión corporal que la persona trabajadora sufra con ocasión o a consecuencia del trabajo.



ENFERMEDAD PROFESIONAL (EP)

La enfermedad contraída a consecuencia del trabajo siempre y cuando:

- Se especifique en el **cuadro** de Enfermedades Profesionales que viene en la normativa.
- Que la enfermedad proceda de la acción de **elementos o sustancias** que en ese cuadro se indica para cada Enfermedad Profesional.



¿Qué pasa si tengo una enfermedad que es "*por culpa*" del trabajo pero no viene recogido en el "*famoso*" cuadro?

OTRAS PATOLOGÍAS DERIVADAS DEL TRABAJO



Enfermedades relacionadas con el trabajo: toda la patología relacionada epidemiológicamente con el trabajo, que no tiene consideración legal de enfermedad profesional. Por ejemplo, el estrés 🧠, mobbing 🗣️, burnout 🔥

Enfermedades del trabajo: toda la patología influida por el trabajo pero no determinada por él. Son enfermedades que se agravan con el trabajo pero en su desarrollo intervienen la idiosincrasia o las condiciones personales de la persona y las condiciones medioambientales no laborales (por eso no todos/as padecemos la enfermedad).



Como la ley procura atar todos los cabos sueltos, ¡en este caso también lo hace !

La solución que ha encontrado es que una enfermedad que no esté recogida en el cuadro de enfermedades profesionales, podrá ser legalmente reconocida como **ACCIDENTE DE TRABAJO**.

Esta solución puede parecer, cuanto menos, curiosa, ya que una persona enferma se la cataloga como accidentada... pero desde el punto de vista de las repercusiones legales y económicas van a tener la misma consideración.



¿Cuál de los siguientes requisitos no es necesario para que exista Enfermedad Profesional?

Debe venir incluida en el cuadro del Real Decreto 1299/2006

Debe darse en personas trabajadoras por cuenta ajena

Debe contraerse en actividades y por la acción de

Send

ACCIDENTE DE TRABAJO



Tienen la consideración de accidentes de trabajo:

- Los ocurridos al ir o al volver del lugar de trabajo “**accidente in itinere**”.
- Aquellos sufridos por la persona trabajadora en el trayecto que tenga para el cumplimiento de su trabajo. Son los llamados **accidentes en misión**.
- Los ocurridos con ocasión o a consecuencia del desempeño de cargos electivos de **naturaleza sindical**.
- Los ocurridos al realizar tareas en cumplimiento de las **órdenes de la empresa** (aunque sean distintas de las habituales) o espontáneamente en interés del buen funcionamiento de la empresa.
- Los ocurridos en **actos de salvamento** u otros de naturaleza análoga, siempre que tengan conexión con el trabajo.
- Los ocurridos en casa de un **teletrabajador/a** durante su jornada laboral.
- Las enfermedades que contraiga la persona trabajadora con motivo de la realización del trabajo y **no estén incluidas dentro del cuadro** de enfermedades profesionales, siempre que se demuestre que tuvieron su causa exclusiva en la realización del trabajo.
- Enfermedades o defectos padecidos con **anterioridad** por la persona trabajadora, que se vean **agravados** a consecuencia del accidente.
- Las consecuencias del accidente que se vean afectadas a consecuencia de **posteriores enfermedades contraídas** en el lugar donde se encuentre la persona trabajadora **para su curación**. Estas se llaman **enfermedades intercurrentes**.

Se presumirá, salvo prueba en contra, que son constitutivas de accidente de trabajo las lesiones que sufra la persona trabajadora durante el tiempo y en el lugar del trabajo.

No son accidentes de trabajo los accidentes:

- Los debidos a **dolo** o **imprudencia** temeraria de la persona trabajadora.
- Los debidos a **fuerza mayor extraña al trabajo**, es decir que no tenga relación alguna con el trabajo realizado (no son fuerza mayor extraña al trabajo la insolación, el rayo y otros fenómenos análogos de la naturaleza -si el trabajo habitual es a la intemperie sí se considera AT-).