

VIGILANCIA DE LA SALUD

VIGILANCIA de la salud colectiva igual a INVESTIGACIÓN y divulgación científica



GESTIÓN

**FORMATO PARA LA
AUTORIZACIÓN
DE TRABAJOS ESPECIALES
O PELIGROSOS**



Líderes en Formación

Más de 14 años formando en prevención a más de 20.000 alumnos



IMF recibe el Premio Prever 2013 por su labor en la difusión de la Prevención de Riesgos Laborales



CONVIÉRTETE EN EL EXPERTO QUE TODA EMPRESA NECESITA



Titulaciones Oficiales y Dobles Titulaciones



Abierta convocatoria de becas



Formación online y semipresencial



Financiación hasta en 12 meses sin intereses



Bolsa de empleo y prácticas



Delegaciones en España y el extranjero



Top 5 en el IV Ranking Iberoamericano de Formación en español 2014

> MÁSTER OFICIAL EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (PRL)

TITULACIÓN OFICIAL CEU 

+ INFORMACIÓN

> MÁSTER OFICIAL EN PRL (PARA TÉCNICOS SUPERIORES EN PRL)

TITULACIÓN OFICIAL CEU 

+ INFORMACIÓN

> MÁSTER OFICIAL EN GESTIÓN INTEGRADA DE LA CALIDAD, MEDIO AMBIENTE Y PREVENCIÓN

TITULACIÓN OFICIAL CEU 

+ INFORMACIÓN

> MÁSTER EN TRÁFICO, MOVILIDAD Y SEGURIDAD VIAL

TRIPLE TITULACIÓN IMF + UCJC + FUNDACIÓN PONS  

+ INFORMACIÓN

> MBA. ESPECIALIDAD EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

DOBLE TITULACIÓN IMF + UCJC 

+ INFORMACIÓN

> CONSULTA EL RESTO DE ÁREAS

RECURSOS HUMANOS
ENERGÍAS RENOVABLES
CALIDAD
GESTIÓN INTEGRADA
IDIOMAS
SECTOR ALIMENTARIO
MEDIO AMBIENTE
DIRECCIÓN DE SISTEMAS
SEGURIDAD DE LA INFORMACIÓN
GESTIÓN SANITARIA
DESARROLLO SOSTENIBLE
FINANZAS
MARKETING Y COMERCIAL
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
COMERCIO INTERNACIONAL

MÁS DE 80.000 ALUMNOS Y 5.000 EMPRESAS NOS AVALAN, EL 80% DE NUESTROS ALUMNOS HAN MEJORADO SU SITUACIÓN LABORAL

/ NOTICIAS 04

Lo + leído en 2014 en Prevencionar.com

REDACCIÓN.



/ GESTIÓN 10

Formato para la autorización de trabajos especiales o peligrosos

MIGUEL RODRÍGUEZ RÍOS.

/ NORMATIVA 12

La seguridad y salud en el trabajo en el Perú

PABLO J. PINTO.



/ VIGILANCIA DE LA SALUD 16

Vigilancia de la salud colectiva" igual a "Investigación y divulgación científica

LUIS REINOSO BARBERO.

/ FORMACIÓN 18

¿Es adecuada la formación de hoy día
en el sector de la construcción?

VIRGINIA ALARCÓN MARTÍNEZ.



LO MÁS LEÍDO
EN 2014

EL ARTÍCULO...

10 ENFERMEDADES que puede provocar el exceso de trabajo

Puedes tener más paga pero "las horas extra nos mantienen expuestos al estrés, al sedentarismo y a la comida chatarra, y nos dejan menos tiempo para hacer ejercicio y descansar. Esto simplemente daña la salud en varios aspectos", asegura la Dra. Marianna Virtanen, de Colegio Universitario de Londres, con motivo de la presentación de un estudio que pone de manifiesto que quienes trabajan más horas están más expuestos a la depresión y a otras enfermedades que podría provocar las horas extra. Descubre a continuación 10 males relacionados con el trabajo y algunos consejos para evitarlos.

- **DEPRESIÓN.** Trabajar más de 8 horas elevaría tres veces el riesgo de depresión. Según la Dra. Virtanen, "Las horas extra provocarían una mayor exposición al estrés, y al mismo tiempo nos mantendrían alejados de la familia y los amigos, lo que provocaría un sentimiento de soledad y abatimiento".
- **ABUSO DE SUSTANCIAS.** Si hay mucho estrés, los trabajadores pueden empezar a fumar o abusar del alcohol u otras sustancias. Para la Dra. Anne Spurgeon, del Instituto de Salud Ocupacional en Inglaterra, "Este comportamiento sería un 'sistema de defensa', una manera de combatir el estrés, pero por supuesto provoca más males de los que resuelve".

Descubre 10 enfermedades que puede provocar el exceso de trabajo (<http://prevencionar.com/?p=15838>)

Artículo de Opinión sobre el Anteproyecto de Ley de Mutuas en la venta de sus sociedades de prevención (<http://prevencionar.com/?p=34267>)

La ampliación del concepto del accidente laboral (<http://prevencionar.com/?p=34365>)

¿Se deben realizar inspecciones en las estanterías de forma legal? (<http://prevencionar.com/?p=34313>)

¿Desaparece el libro de visitas físico de la inspección de trabajo? (<http://prevencionar.com/?p=34792>)

10 inventos que cambiaron la seguridad y salud (<http://prevencionar.com/?p=37306>)

Análisis y reflexiones sobre la investigación de accidentes de trabajo en la prevención de riesgos laborales actual (<http://prevencionar.com/?p=34845>)

El Rincón de Joaquín – "Realidad virtual, impresión 3D y robótica, los tres pilares del futuro de la PRL" (<http://prevencionar.com/?p=36606>)

Contaminación Radioeléctrica ¿es necesario medir? ¿cómo? ¿con qué? (<http://prevencionar.com/?p=35957>)

Gestión de Seguridad y Salud para trabajadores desplazados fuera de España (<http://prevencionar.com/?p=35523>)



- **PÉRDIDA DE MEMORIA.** “El exceso de cortisol, hormona relacionada con el estrés, dañaría zonas del cerebro relacionadas con la memoria y el aprendizaje, afectando la capacidad de recordar, adquirir nuevos recuerdos y elevando el riesgo de demencia”, asegura el Dr. Robert M. Sapolsky, de la Universidad de Stanford.
- **SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL.** Este mal, también llamado Síndrome Burnout, es ocasionado por un estrés constante y horarios extremos. La Universidad Laval, en Canadá, informa que en este caso el trabajador empieza a sentir que, sin importar su esfuerzo, el trabajo lo sobrepasa, provocándole frustración y desilusión profundas.
- **PROBLEMAS PARA DORMIR.** Trabajar horas extra o hacerlo en un ambiente estresante se relacionaría con una menor calidad de sueño. “Puede no sonar muy grave, pero la falta de sueño provocaría daños cognitivos y cerebrales, además de elevar el riesgo de males cardíacos, hipertensión y diabetes”, según la Dra. Hannah Knudsen, de la Universidad de Georgia.
- **ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.** Trabajar demás elevaría el riesgo de ataque cardíaco un 67%, según un estudio del Colegio Universitario de Londres. El Dr. Gregg C. Fonarow explica que “Al trabajar más, se está más tiempo sentado, se duerme

menos y se está más expuesto al estrés, factores todos que elevan el riesgo de infarto y otros males como hipertensión y ataque cerebral”.

- **DIABETES.** “Trabajar hasta muy tarde o tener el turno nocturno alterara nuestro ‘reloj biológico’, elevando el riesgo de obesidad y resistencia a la insulina, principales factores de riesgo de la diabetes tipo dos”, explica el Dr. Frank Hu, de la Universidad de Harvard, “Además, este tipo de horarios impiden tener una buena alimentación o hacer ejercicio”.
- **DOLOR DE ESPALDA.** El dolor de espalda sería causado por pasar muchas horas sentado en una mala postura: “El cuerpo sólo puede permanecer 20 minutos en la misma posición, si no hay un cambio, los músculos se tensan y empiezan a sufrir daño”, informa la Fundación Americana contra el Dolor.
- **OSTEOARTRITIS.** Muchos trabajos involucran movimientos repetitivos (como teclear), que dañarían los cartílagos y las articulaciones. “Esto se relacionaría con el padecimiento de osteoartritis a partir de los 40, y este riesgo se vería agravado si el trabajador presenta sobrepeso”, informa el Centro Canadiense de Salud y Seguridad en el Trabajo.
- **PROBLEMAS GÁSTRICOS.** El estrés y las horas extra elevarían el riesgo de problemas gástricos, desde diarrea y estreñimiento hasta intestino irritable. “Si estamos estresados constantemente o tenemos horarios extremos, los procesos digestivos se alteran y empiezan a aparecer los problemas”, asegura el Dr. Francisco J. Marrero, de la Clínica de Cleveland.

ALGUNAS RECOMENDACIONES

¡COMBATE EL ESTRÉS! El estrés es inevitable, pero puedes evitar los problemas de salud. El Consejo Nacional de Seguridad y Salud de América recomienda identificar las fuentes de estrés para eliminarlas o para planear acciones que eviten una reacción excesiva. Además, es bueno si buscas alguien con quién desahogarte, llevas una dieta saludable y te mantienes activo.

CUIDA TUS ARTICULACIONES. La Administración de Salud y Seguridad en el Trabajo (OSHA) informa que para cuidar las articulaciones hay que mantener posturas neutras: sentarse derechos, mirando al frente y con los antebrazos paralelos al piso, para cuidar las muñecas y los codos; los pies deben estar apoyados en el piso para cuidar tobillos y rodillas.

ESTIRA EL CUERPO, NO EL HORARIO. Es importante tomarse algunos durante el día: pararse, dar algunos pasos y hacer estiramientos. “Esto permitirá a los músculos relajarse luego de haber estado rígidos en una posición estática; además, aun pequeños movimientos ayudarían a quemar calorías y evitar el aumento de peso excesivo”, informa la OSHA.

LO MÁS LEÍDO EN 2014

35 RUTINAS de la gente más productiva

ANNA VITAL, cofundadora de Funders and Founders, ha recogido en la siguiente infografía los 35 de los hábitos que comparten la gente más productiva:

HÁBITOS TECNOLÓGICOS:

- Limita las respuestas de tus emails a una por minuto.
- Si no entiendes lo que un email te pregunta, no lo respondas.
- No sintonices las noticias. Durante la mayor parte del tiempo, nada importante sucede.
- No respondas al teléfono, a menos que sea una emergencia real.
- Utiliza "métodos abreviados de teclado" o "keyboard shortcuts".

VESTIMENTA:

- Define tu estilo de ropa. Llévalo a diario.
- Usa telas inteligentes.
- Lleva contigo ropa para todas las ocasiones.
- Descarta lo que dejas de utilizar.

TRUCOS:

- Visualiza tu producto final.
- Empieza cuando te sientas listo, evita lo del huevo o la gallina.
- Asume que estás en lo cierto, cuando tengas dudas. Lo decisivo es productivo.
- Si tienes la mente bloqueada, haz un mapa mental.
- Si no puedes anotarlo, grábalo en tu móvil.
- Cuando leas algo útil, escribe a su autor.

CUERPO:

- Gestiona la ansiedad: corre, nada, baila.
- Duerme más. Conseguirás finalizar más cosas.
- Tómate una siesta cuando tu energía sea baja.

PLANIFICACIÓN:

- Haz primero las cosas sencillas.
- Cada día prioriza una cosa.
- Establece una rutina diaria.
- No hagas reuniones a menos que sean decisivas.
- Mejor hecho que perfecto.

LA INFO

HOW TO PRODUCE



ALIMENTACIÓN:

- Haz que tu dieta sea rutinaria.
- Aliméntate de comida saludable.
- Comida a domicilio para ahorrar tiempo.
- Negocia tus tratos diarios con tu café de confianza.

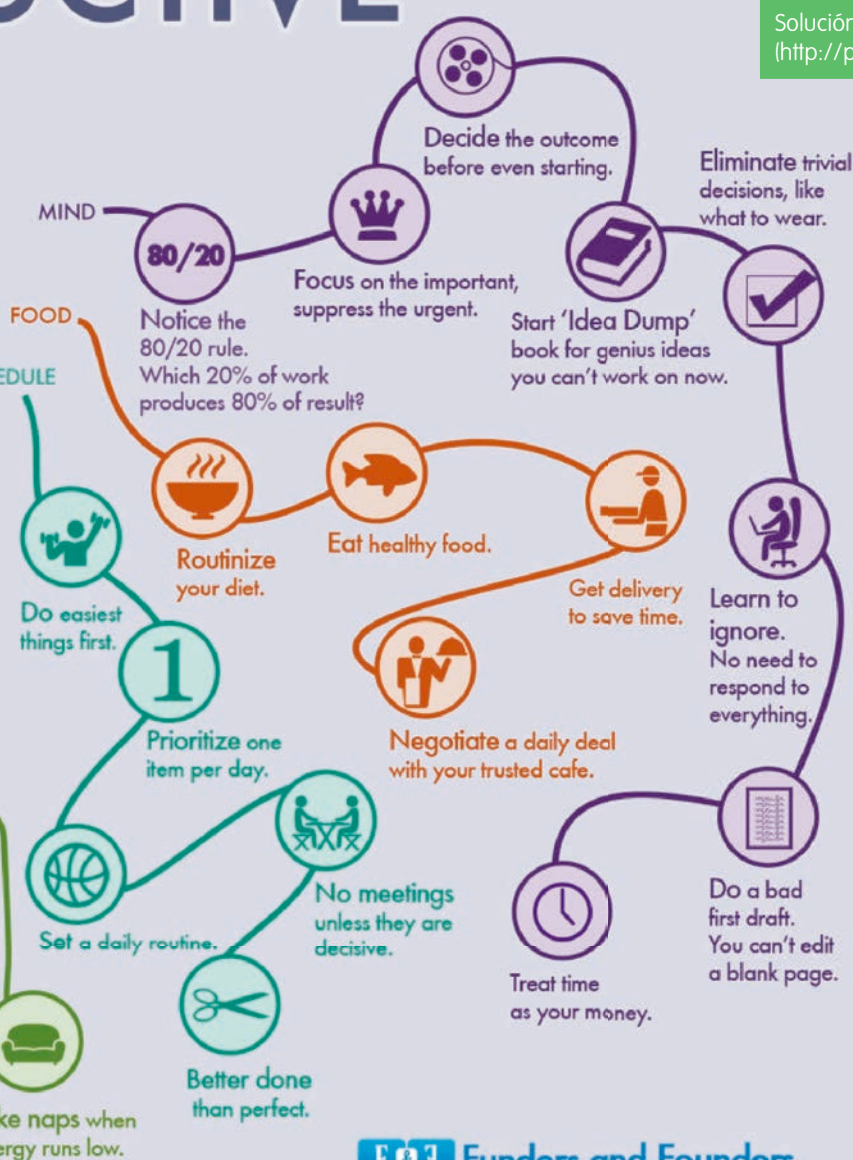
MENTE:

- Ten en cuenta la regla del 80/20. La que dice que el 20% de tu trabajo produce el 80% de tus resultados.

GRAFÍA...

TO BE PRODUCTIVE

by Anna Vital



TOP 5 Infográficos

35 rutinas de la gente más productiva (<http://prevencionar.com/?p=36387>)

Glosario Inglés -Español de Prevención de Riesgos Laborales #Infografia (<http://prevencionar.com/?p=37437>)

Cómo evitar la tendinitis por el uso del móvil (<http://prevencionar.com/?p=36320>)

Obligaciones y deberes en la coordinación de actividades empresariales (<http://prevencionar.com/?p=34693>)

Solución Integral para la Coordinación de Actividades Empresariales (<http://prevencionar.com/?p=35084>)

TOP 5 Descargas

1. Manual práctico implantación OHSAS 18001 (<http://prevencionar.com/?p=36623>)
2. Manual práctico para la evaluación del riesgo ergonómico (<http://prevencionar.com/?p=34158>)
3. Guía de introducción a los riesgos psicosociales organizativos (<http://prevencionar.com/?p=35037>)
4. Guía de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (<http://prevencionar.com/?p=35357>)
5. Guía de buenas prácticas ergonómicas (<http://prevencionar.com/?p=2622>)

LO MÁS VISTO DE TODOS LOS TIEMPOS

1. 44 Casos prácticos de investigación de accidentes laborales (BINVAC) (<http://prevencionar.com/?p=22311>)
2. Prevención Básica: Diferencia entre incidente, peligro y riesgo (<http://prevencionar.com/?p=29540>)
3. Pictogramas de peligro para sustancias químicas según el Reglamento (CE) n° 1272/2008 (<http://prevencionar.com/?p=4022>)
4. Cómo recurrir actas de Infracción de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social en materia de prevención de riesgos laborales (<http://prevencionar.com/?p=25002>)
5. Modelo de causalidad Frank Bird (<http://prevencionar.com/?p=22333>)

- Focalízate en lo importante, supprime las urgencias.
- Decide el resultado, incluso antes de empezar.
- Escribe un libro o diario con las ideas con las que no puedes trabajar en estos momentos.
- Elimina las decisiones triviales, como por ejemplo, que vestir.
- Aprende a ignorar. No tienes por qué responder a todo.
- Haz primero un borrador. No puedes editar una página en blanco.
- Trata al tiempo como si fuera dinero.

LA NOTICIA...

INFORME:

La seguridad y la salud en el uso de productos químicos en el trabajo

Este informe lanzado con motivo de la celebración del Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo 2014 examina la situación actual en lo que concierne al uso de productos químicos y su impacto en los lugares de trabajo y el medio ambiente, incluyendo diversos esfuerzos nacionales, regionales e internacionales para tratarlos.

El informe también presenta los elementos para el establecimiento de programas a nivel nacional y empresarial que contribuyen a garantizar la gestión racional de los productos químicos en el trabajo.

TOP 5 Noticias

Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo 2014 (<http://prevencionar.com/?p=34003>)

El salario de los técnicos de prevención en el 2014 (<http://prevencionar.com/?p=45113>)

¿Te parece positivo que el INSHT se integre en la Inspección de Trabajo? (<http://prevencionar.com/?p=44257>)

El primer caso de Ébola en España y Europa es una enfermedad profesional (<http://prevencionar.com/?p=37962>)

Condenan a dos técnicos por un accidente (<http://prevencionar.com/?p=38206>)

no necesitamos letra pequeña

para prometerte que con **seguridad**
y **sin riesgos** crecerán tus **beneficios**



Preven[®]
Control

Soluciones **creativas** y **estratégicas** para fomentar
la **salud** en las **empresas**

LOS PROCEDIMIENTOS DE AUTORIZACIÓN DE TRABAJOS ESPECIALES son mecanismos preventivos que utilizan las empresas para garantizar que determinados trabajos que puedan generar riesgos de accidente con consecuencias graves, debido a la intervención en instalaciones o ámbitos peligrosos, se realizan bajo condiciones controladas.

FORMATO PARA LA AUTORIZACIÓN DE TRABAJOS ESPECIALES O PELIGROSOS

Es habitual utilizar unos formatos establecidos para asegurar la comunicación adecuada de los riesgos y medidas preventivas a todas las personas implicadas en los trabajos que puedan generar riesgo de accidente.

MIGUEL RODRÍGUEZ RÍOS

Responsable Servicio de Prevención Henkel Ibérica.

MÁS INFORMACIÓN / 

JORGE FERRER ARREGUI

Responsable Seguridad en el Trabajo. Servicio de Prevención Henkel Ibérica.

MÁS INFORMACIÓN / 

JAUME HILL RAVENTÓS

System Manager SHE-Q Henkel Ibérica.

MÁS INFORMACIÓN / 



Es habitual utilizar unos formatos establecidos para asegurar la comunicación adecuada de los riesgos y medidas preventivas a todas las personas implicadas, así como para supervisar los medios y la capacitación adecuados para llevar a cabo el trabajo.

Estos formatos acostumbran a utilizar un sistema tipo check-list, en los que habitualmente en una simple hoja, con ejemplares autocopiativos, se intentan definir todas las variables posibles para controlar el riesgo de la tarea que se va a desarrollar, quedándose cada una de las partes implicadas con una copia.

Este sistema tiene ciertas ventajas en cuanto a la facilidad y rapidez en la cumplimentación y firma del formulario por las diferentes partes, pero también tiene ciertos inconvenientes o riesgos:

- Simplificar demasiado la valoración de determinados trabajos. Hay tareas complejas o especialmente peligrosas en las que una simple hoja es insuficiente para tener un verdadero control de la situación.

- Automatizar el procedimiento de autorización de trabajos peligrosos al extremo de convertirlo en una simple relación de firmas, sin evaluar ni supervisar realmente los riesgos presentes y medidas preventivas necesarias a aplicar.

- Poca sostenibilidad del sistema de cumplimentación de formularios en papel.

Teniendo en cuenta los puntos negativos comentados, en Henkel hemos establecido un procedimiento de autorización de trabajos peligrosos utilizando un formato que:

- Contiene una parte general que debe ser completada en todos los casos y, además, formatos específicos en función del tipo de peligro presente en el trabajo a realizar. Concretamente contempla trabajos en altura, con altas temperaturas, espacios confinados, excavaciones especiales, descripción del método (serie de pasos a seguir para la realización del trabajo), plan de

emergencia y todo tipo de aislamientos a tener en cuenta.

- Intenta evitar la simple consignación de firmas, obligando a analizar en profundidad las particularidades de cada riesgo.
- Elimina el uso del papel para la cumplimentación de la autorización, llevándose a cabo en formato digital.

A continuación se presenta el formato de autorización utilizado. ●

FIGURA 1. Formato de autorización de Henkel Ibérica



Permiso General de Trabajo Seguro

Número de permiso:

Breve descripción del trabajo			
Lugar de Trabajo:		Equipos/Maquinaria con la que se va a trabajar:	
Departamento / Contratista que realiza el trabajo:			
Antes de iniciar el trabajo, póngase en contacto con:		Existe plan de emergencia adjunto y en sitio: S N	
Nombre:		Edificio:	Piso:
		Teléfono:	

Agregar Checklist del trabajo de riesgo si la respuesta es "S"

Trabajo en Alturas S N

Entrada a espacios confinados S N

Trabajo en sistemas eléctricos S N

Apertura de sistemas/Ruptura de líneas (línea hidráulica etc.) S N

Otros trabajos de riesgo: (Si es "S" favor de especificar abajo) S N

S	N	A	Trabajos a altas temperaturas
S	N	C	Excavación
S	N	E	Trabajos en equipo energizado
S	N	E	Exposiciones especiales

Se requiere descripción del método S N

Otros Checklist (Si es "S" especifique abajo): S N

S	N	G
S	N	F

¿El trabajo es una modificación del MOC (Gestión del Cambio)? S N

MOC Ref. No. / Id.:

Validación del Permiso y Firmas

Fecha del Permiso: mm.dd.yy

Hora de inicio: hh:mm

Hora finalización: hh:mm

Este permiso general de trabajo seguro y los Checklist de trabajo de alto riesgo adjuntos al mismo, con el mismo número de permiso son válidos solamente en la fecha especificada y con los límites de tiempo antes establecidos. Todas las firmas deben obtener

Emisor del Permiso Nombre y Firma Firma	Gerente de planta o designado autorizado Nombre y Firma Firma	Receptor del Permiso Nombre y Firma Firma	Supervisor del Área Nombre y Firma Firma
Coordinador (si aplica) Nombre y Firma Firma	Es necesaria la confirmación de todos,		

La información de precauciones necesarias y los controles han sido recibidos. Las instrucciones dadas en el permiso de trabajo serán obedecidas. Todos los trabajadores han sido informados

Devolución del Permiso (Devolver al emisor del permiso después de ser firmado)

(Supervisor del Área: Por favor verifique las casillas correspondientes abajo)

Estado del trabajo

Completado

No completado (Especificar abajo)

Estado de zona/Instalación/Equipo

Listo para operación normal

No está listo (Especificar abajo)

Receptor del Permiso Nombre y Firma Firma	Supervisor del Área Nombre y Firma Firma	Fecha: mm.dd.yy Hora: hh:mm	Emisor del Permiso Nombre y Firma Firma
Gerente de Planta o designado autorizado Nombre y Firma Firma			

Número de Emergencia: Interno

Teléfono Móvil: {xxx}xxx-xx-xx



LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO EN EL PERÚ

PABLO J. PINTO

Presidente de la APDR
(Asociación Peruana de Prevencionistas de Riesgos).

NORMATIVA

Desde hace más de una década el Perú ha experimentado un crecimiento económico fuerte y el auge de todo lo relacionado con la seguridad y la salud en el trabajo viene creciendo de la par con el desarrollo económico.

EN EL AÑO 1911, el Perú se convirtió en el país líder en Latinoamérica en materia normativa de seguridad y salud en el trabajo -SST- al promulgarse la Ley N° 1378, primera ley que reguló al aseguramiento e indemnizaciones por accidentes de trabajo.

Sin embargo, durante los siguientes 100 años el país estuvo entre los más atrasados en estos temas, la normativa era dispersa, y en ausencia de una ley macro existían puntuales disposiciones aplicables a determinados sectores, dejando de lado, por ejemplo, al sector educativo, transporte, comercio y sobre todo al sector público; no se contaba con una política de estado clara sobre la regulación de la seguridad y salud en el trabajo y era el único país de la CAN sin referencias explícitas en la Constitución sobre la seguridad y salud en el trabajo y la única sin una norma con carácter de Ley.

Sin embargo, al cumplirse el centenario de ley 1378, en el año 2011, fue aprobada la Ley 29783, la cual pone al Perú en línea con los avances de la seguridad y salud en el trabajo.

CUADRO 1. Similitudes entre el sistema nacional de SST de Perú y España

PERÚ	ESPAÑA
Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo – (CONSSAT)	Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CNSST)
Escuela Nacional de Formación del Sistema de Inspección de Trabajo	Escuela de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social
Observatorio Nacional del Sistema de Inspección del Trabajo	Observatorio Estatal de Condiciones de Trabajo
Tribunal de Fiscalización Laboral	Sala IV Social Tribunal Supremo

Fuente: Elaboración propia.



Esta nueva ley, que acaba de cumplir 3 años, es bastante amplia y exigente ya que, por ejemplo, establece sanciones penales de hasta 6 años y multas que pueden llegar a los 262,068.97 dólares.

La normativa y la organización estatal de la seguridad y salud en el trabajo del Perú tienen muchas similitudes con las de España y, de hecho, la ley 29783 peruana tiene muchos elementos de la Ley 31 de 1995 española tales como la planificación de la actividad preventiva, los servicios de prevención de riesgos laborales ajenos, propios o mancomunados, la evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores, entre otros (ver cuadro 1).

No obstante, y a pesar de los avances normativos referidos, aún falta mucho que legislar en aspectos tales como:

- Aún no está definida la competencia del profesional de seguridad y/o salud ocupacional.

- Actualmente este vacío de profesionales los están cubriendo bomberos, técnicos, ingenieros y demás profesionales de diversas áreas. En el país sólo hay 4 universidades que dictan carreras profesionales asociadas a la seguridad y salud en el trabajo.

- A partir del 01/01/2015 se hacen obligatorias las auditorías de seguridad y salud en el trabajo, sin embargo, es difícil conseguir la cantidad y calidad adecuada de profesionales que auditen a las 1.713.272 empresas existentes en el Perú (Datos según el INEI, hasta junio de 2014).
- A partir del 01/01/15 entran en vigencia las auditorías de SST descritas en el DS 014-2013-TR pero hasta la fecha sólo hay inscritos 3 auditores para auditar a las más de 200.000 empresas del Perú.
- Ya han pasado tres años y los reglamentos sectoriales como el DS 055 (Minería), la Norma G050 (Construcción), el DS 42F (Industrias), etc., todavía no se han adecuado a la ley 29783.

Desde hace más de una década el Perú ha experimentado un crecimiento económico fuerte y el auge de todo lo relacionado con la seguridad y la salud en el trabajo viene creciendo de la par con el desarrollo económico, pero en el 2014 el país enfrentó una desaceleración en el crecimiento de su economía y la ley 29783 fue una de las afectadas, pues sufrió unas modificaciones para reducir los gastos y las incertidumbres de los empresarios a fin de reactivar la inversión privada. Es así como se aprueba la ley 30222, la cual modificó 6 artículos de la ley 29783: 13, 26, 28, 32, 49 y 76. Es así como los exámenes médicos ocupacionales de sectores que no son de alto riesgo pasaron de ser cada año a ser cada dos años. También se redujeron las sanciones penales de 10 años a 6 años.

La legislación en materia de seguridad y salud en el trabajo del Perú viene dando avances y retrocesos, pero al menos ya se está recuperando el siglo que se perdió en el tiempo. ●

La ley 29783 peruana tiene muchos elementos de la Ley 31 de 1995 española tales como la planificación de la actividad preventiva, los servicios de prevención de riesgos laborales ajenos, propios o mancomunados, la evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores.

BSERVATORIO

de recursos humanos y relaciones laborales

PROMOCIÓN ESPECIAL

SUSCRIPCIÓN COMPLETA

180€
ANUAL
+ 4% I.V.A.

INCLUYE:

- Revista Observatorio de Recursos Humanos y RR.LL. (11 números/año).
- Acceso a la revista en versión digital. (11 números/año).
- Dos newsletter mensuales.

SUSCRIPCIÓN DIGITAL

150€
ANUAL
+ 4% I.V.A.

INCLUYE:

- Acceso a la revista en versión digital. (11 números/año).
- Dos newsletter mensuales.



Suscríbase ahora llamando al **91 758 64 82**

La revista más completa de información laboral y
de gestión en Recursos Humanos

www.observatoriorh.com

VIGILANCIA de la salud colectiva igual a INVESTIGACIÓN y divulgación científica

DR. LUIS REINOSO BARBERO

Medicina del Trabajo. Servicio Prevención Riesgos Laborales del Grupo BANCO POPULAR.

Departamento Ciencias Biomédicas, Morfológicas y Fisiología. Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Europea de Madrid.

MÁS INFORMACIÓN /



EN ESTE SEGUNDO NÚMERO de la novedosa revista *Prevencionar Magazine* (a la que auguro un éxito tan rotundo y creciente en el tiempo como a *Prevencionar*), quería continuar con la idea que introdujo en el número precedente de esta misma revista el Dr. Tímermans, en su artículo titulado *Redefinir la Medicina del Trabajo*¹.

Según la Orden SCO/1526/2005, por la que se aprueba y publica el programa formativo de la especialidad de Medicina del Trabajo, esta especialidad obligatoriamente debe estar integrada en equipos multidisciplinares con especialistas en Seguridad, Higiene, Ergonomía y Psicosociología.

Según la Orden SCO/1526/2005, por la que se aprueba y publica el programa formativo de la especialidad de Medicina del Trabajo, esta especialidad obligatoriamente debe estar integrada en equipos multidisciplinares con especialistas en Seguridad, Higiene, Ergonomía y Psicosociología. Además, es una especialidad médica de orientación clínica y social en la que confluyen cinco vertientes o áreas de competencia fundamentales²:

- **PREVENTIVA:** donde confluyen entre otras tareas la promoción de la salud, las vacunaciones y la vigilancia de la salud (que según la NTP 959 del INSHT³ engloba una serie de técnicas como por ejemplo las encuestas de salud, estudios de absentismo, de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales y, naturalmente, reconocimientos médicos).

VIGILANCIA DE LA SALUD

- **ASISTENCIAL:** principalmente accidentes de trabajo, pero también patología común que los médicos del trabajo nos vemos obligados a atender por distintos motivos, entre otros para descartar que no sea accidente de trabajo o enfermedad profesional.
- **GESTORA:** toda la prevención de riesgos laborales es terriblemente burocrática y hay que dejar todo bien documentado pero al mismo tiempo guardando siempre el sigilo profesional para, por ejemplo, dictaminar que un empleado es especialmente sensible, emitir los criterios de aptitud, efectuar adecuadamente los cambios de puesto o las adaptaciones del puesto de trabajo, entre otros.
- **PERICIAL:** para discriminar lo laboral de lo común, lo que representa incapacidad laboral de lo que no, lo que representa incapacidad temporal de los distintos tipos de incapacidad permanente, el grado de minusvalía o discapacidad, la especial sensibilidad, etc.
- **DOCENTE E INVESTIGADORA:** la parte docente está cada vez más presente en diversos cursos de primeros auxilios, de uso del desfibrilador externo semiautomático, de prevención de riesgos laborales específicos como escuela de espalda en manipuladores de cargas, afrontamiento del estrés en administrativos o disfonías en personal docente entre muchos otros. Sin embargo, la parte investigadora todavía es el "patito feo" de la especialidad, en cuanto a que (con honrosas excepciones) escasamente encontramos publicaciones científicas españolas del ramo en revistas nacionales o internacionales indexadas en **pubmed** que puedan ser consultadas por compañeros de todo el mundo y que puedan nutrirnos de conocimientos recíprocamente. La medicina del trabajo española puede aportar mucho conocimiento en la prevención y explicación de las bases fisiopatogénicas de muchas enfermedades profesionales, enfermedades relacionadas con el trabajo y accidentes de trabajo como la lipotrofia semicircular, el síndrome del edificio enfermo, la asociación entre trabajo a turnos y cáncer de mama, o del sedentarismo laboral con el cáncer de colon, o en el cálculo de algoritmos predictivos de riesgo cardiovascular (primera causa de accidente mortal en el lugar de trabajo en España⁴), entre muchos otros.

Más de 4.000.000 de empleados son sometidos a exámenes de salud laboral cada año en España en distintos Servicios de Prevención⁵, por lo que el beneficio para la salud laboral y para la salud pública se antoja, cuanto menos, como formidable si se realizan (con calidad y con una buena gestión de la información) los tan necesarios estudios científicos con los datos disponibles en la vigilancia de la salud colectiva que están aún esperando a ser explotados por alguien que consiga gestionar toda esa ingente información.

La NTP 959 del INSHT define los objetivos de la vigilancia de la salud colectiva como el análisis e interpretación de los resultados obtenidos en el grupo de trabajadores que permite valorar el estado de salud de la empresa, dando respuesta a las preguntas ¿quién presenta alteraciones? ¿en qué lugar de la empresa? y ¿cuándo aparecen o aparecieron? Ello hace posible establecer las prioridades de actuación en materia de prevención de riesgos en la empresa, motivar la revisión de las actuaciones preventivas en función de la aparición de daños en la población trabajadora y evaluar la eficacia del plan de prevención de riesgos laborales a través de la evolución del estado de salud del colectivo de trabajadores [3].

Intuyo que los responsables últimos de nuestros déficits en la vigilancia de la salud colectiva son exactamente los mismos que los de nuestra escasez de investigaciones científicas y trabajos de divulgación publicados. Por ello, me alegro enormemente de que a partir de ahora exista un nuevo medio de divulgación científica en prevención de riesgos laborales que facilite esta divulgación: ¡¡Bienvenida **Prevencionar Magazine!!** ●

BIBLIOGRAFÍA

1. <http://www.observatoriorh.com/documentosnews/prevencionar01/index.html#/20>
2. <http://www.msssi.gob.es/profesionales/formacion/docs/mediTrabajo07.pdf>
3. <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/NTP/NTP/Ficheros/926a937/959w.pdf>
4. Luis Reinoso-Barbero, Ramón Díaz Garrido, Ana Capapé Aguilar, Miguel Fernández Fernández, Diego Belanger Quintana, Félix Gómez Gallego. Enfermedad cardiovascular. Primera causa de accidente mortal en el lugar de trabajo en España. Medicina del Trabajo 21. N° 4. Diciembre de 2012 (48-51). Disponible en: http://www.aeemt.com/contenidos/Revista%20AEEMT/Otros_Numeros_AEEMT/VOL_21_N04_2012_DIC.pdf
5. Reinoso-Barbero L, Capapé-Aguilar A, Díaz-Garrido R, Santiago Dorrego C, Gómez-Gallego F, Bandrés Moya F. Cardiovascular risk prediction and its relationship with metabolic syndrome and emerging serum makers in occupational health surveillance. Arch Prev Riesgos Labor. 2014 Apr-Jun;17(2):91-6. Disponible en <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24718631>



¿ES ADECUADA LA FORMACIÓN DE HOY DÍA en el sector de la construcción?

VIRGINIA ALARCÓN MARTÍNEZ

Profesora Máster SIG y Máster en PRL, Directora TFM Máster SIG y Máster en PRL de la UNIR-Universidad internacional de La Rioja.

MÁS INFORMACIÓN / 

No se trata únicamente de que los trabajadores conozcan lo “que tienen que hacer” o “por qué”, sino de que aprendan “como hacerlo”. De ahí la importancia de lo que se denomina formación práctica.

EL PRESENTE ARTÍCULO lo he basado en la Ley PRL, 31/1995. En el artículo 19 de la citada norma se lleva a cabo un estudio de la formación que reciben los trabajadores actualmente, y las deficiencias encontradas de forma reiterada.

El propósito que se pretende alcanzar es plantearse esta cuestión y ver la posibilidad de encontrar técnicas de mejora en el trabajo. Pues la formación juega un papel fundamental en la cultura preventiva de las distintas empresas y una considerable disminución de los riesgos laborales. Para ello es imprescindible la integración efectiva de esta prevención en la actividad de los trabajadores, siendo el último eslabón de la cadena integradora que comienza con el compromiso de la dirección.

Partimos de la hipótesis de que la conducta ante la formación preventiva de los riesgos laborales a la hora de realizar la tarea en el puesto de trabajo no es adecuada. Ello se debe a varias causas, pero entre las principales podemos encontrar:

- No se realiza una formación Teórico- Práctica adecuada y suficiente.
- Existe frecuentemente la confusión entre formación e información.

- No se verifica que la formación recibida sea puesta en práctica por los trabajadores a la hora de desempeñar sus tareas.

Por lo que los riesgos siguen sin ser controlados, pese a las medidas preventivas y las protecciones colectivas e individuales utilizadas. Además, la mayor herramienta de que disponemos; la concienciación de todo el personal, no está siendo transmitida adecuadamente. No se trata únicamente de que los trabajadores conozcan lo "que tienen que hacer" o "por qué", sino de que aprendan "como hacerlo". De ahí la importancia de lo que se denomina formación práctica.

Podemos definir la formación como la enseñanza que capacita a alguien para un oficio o puesto de trabajo. Por el contrario, la información, como su nombre indica, informa de algo en concreto del puesto de trabajo u oficio, pero no capacita al sujeto, sino que más bien le indica las medidas adoptadas por el empresa, para así dar cumplimiento al deber de protección del trabajador establecido en la ley 31/1995.

A diferencia de la información, la formación debe producir un cambio duradero en la conducta. Esta es una medida preventiva y correctiva a la cual no se le saca el máximo rendimiento que se debería. A día de hoy los trabajadores siguen viendo el asistir o participar como una obligación, una pérdida de tiempo, e incluso un "castigo".

Aunque increíblemente, también en ocasiones, todas estas actuaciones del trabajador son debidas a que el mismo empresario sigue sin creer en la prevención y solamente se limitan a cumplir los requisitos básicos, bien porque se lo exige la ley, o porque de lo contrario no pueden acceder a algún tipo de trabajo.

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

El objetivo general de la formación es reducir de manera considerable los posibles riesgos derivados de los trabajos específicos que son llevados a cabo por los trabajadores, reduciéndose así los accidentes generados por aquellos y detectando las deficiencias a nivel formativo.

Y como objetivos específicos podemos señalar:

- La integración de la prevención en el mismo plano de importancia que la producción.
- Impartir a los trabajadores la formación necesaria y suficiente, para cada puesto de trabajo específico.
- Contribuir a elevar el nivel de protección de la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Promocionar la integración de la prevención en todos los niveles jerárquicos de la empresa.
- Fomentar una cultura preventiva que favorezca la participación de todos los trabajadores.

Para abordar el estudio es preciso delimitar el colectivo, habiéndose optado por el sector de la construcción. Cabe señalar que únicamente se ha tenido en cuenta el Artículo 19 de la Ley PRL, 31/1995,

En la realización a pie de obra de breves cuestionarios a los trabajadores del sector se puede observar que la mayoría de las personas que intervienen en la obra piensan que, debido a la situación actual de mercado, no se deberían invertir los recursos de los que se disponen en seguridad.

FORMACIÓN



sin especificar las necesidades formativas de los puestos de trabajo indicados en el presente artículo y que están reguladas en el **V Convenio colectivo del sector de la construcción**.

Con la finalidad de poder constatar técnicamente la conducta segura en el trabajo, debe partirse del análisis de la realidad en obra para verificar "qué se podría mejorar y "cómo" hacerlo.

En la realización a pié de obra de breves cuestionarios a los trabajadores del sector se puede observar que la mayoría de las personas que intervienen en la obra piensan que, debido a la situación actual de mercado, no se deberían invertir los recursos de los que se disponen en seguridad. Ello refleja la falta de cultura preventiva que existe al día de hoy en este sector, a pesar de los avances que se han llevado a cabo en los últimos años.

También hay que considerar la posibilidad del descenso de accidentes e incidentes en el sector de la construcción. Dicho descenso no se debe a una mejora en prevención de los riesgos del sector, sino a una disminución considerable de la demanda del mismo. Así, cabe concluir que el problema sigue estando vigente.

Analizando los cuestionarios realizados, podemos concluir que en los trabajos de mayor rango (excepto Técnico de Ejecución o Jefe de Obra) el riesgo más importante asociado a aquellos es la fatiga, ya sea física o mental, como consecuencia del puesto de trabajo. Debido a su puesto, el jefe de obra se ve afectado por la fatiga crónica. Ésta deriva de la insatisfacción que le acarrea el día a día en obra, del gran número de horas dedicado a su trabajo, del poco

reconocimiento obtenido de este, así como del cambio de rol. Este cambio de rol se refiere a que, aunque él es el jefe dentro de la obra, también es un trabajador más en la empresa principal. Por ello está sometido a constante tensión y evaluación continua del trabajo que realiza.

Por el contrario, los trabajos de menor rango se ven afectados por una gran variedad de riesgos. Destacan entre ellos:

- La exposición a temperaturas extremas, ya que trabajan por lo general al aire libre, con días de lluvia, nieve, frío o calor.
- La fatiga por esfuerzos y carga física, ya que por lo general mantienen posturas poco ergonómicas durante varias horas y transportan el material del lugar de acopio de obra hasta el tajo.

Y entre ambos encontramos a los administrativos, que se ven más afectados sobre todo por riesgos ergonómicos como:

- La mala iluminación. Derivado de esto, caídas al mismo nivel.
- Orden y limpieza.
- La fatiga mental y por posición.

Respecto a la formación, la mayoría está de acuerdo en que no hay una combinación de teoría y práctica adecuada. Igualmente, la mayoría coincide en que la documentación y materiales entregados no son en ocasiones comprensibles o adecuados, y que los medios didácticos no están actualizados.

Esto nos lleva a pensar, en un principio, que la causa se podría deber a la carencia de cultura general o estudios básicos de ciertos trabajadores. Pero este patrón se repite también en los trabajadores de estudios superiores. Por lo tanto, se observa que es un fallo detectado en la formación que están recibiendo actualmente los trabajadores, ya que no se adapta en función del nivel académico del trabajador.

A la hora de realizar una valoración para determinar si es viable que la formación en prevención de riesgos

laborales pueda contribuir a la incorporación al mercado laboral, se produce una discrepancia entre los de mayor rango y los de menor rango. Los primeros consideran que no influye para ello, y los de menor rango consideran que sí influye. Pues estos últimos consideran que el hecho de poseer ciertos conocimientos puede contribuir a entrar en el mercado laboral. Esta afirmación nos conduce a la idea de que el eslabón jerárquico con respecto a la prevención no está funcionando, pues son los trabajadores de menor rango los que más importancia le están dando al conocimiento de los riesgos inherentes a su trabajo y las medidas a adoptar. Aunque, por otro lado, también puede ser lógico pensar que debe existir esta diferencia, ya que los trabajadores de inferior rango se enfrentan a un mayor número de riesgos que los trabajadores de mayor rango.

Los trabajadores de mayor rango prefieren la modalidad a distancia frente a la presencial, lo cual se debe a que poseen gran destreza con el ordenador y pueden administrar mejor su tiempo (no tienen que desplazarse todos los días que dure el curso). Y por el contrario, en los trabajos de menor rango los riesgos más importantes son físicos. A ello se une que estos trabajadores no responden a la pregunta sobre la preferencia entre la modalidad presencial o a distancia, ya que el manejo que poseen con el ordenador es casi inexistente. Muy pocos poseen ordenador, y la inmensa mayoría no saben usarlo. Esta tendencia va disminuyendo conforme nos vamos acercando a trabajadores más jóvenes de edades comprendidas entre los 20 y 30 años.

También podemos ver que la mayoría de puestos de menor rango son cubiertos por trabajadores con graduado escolar o ESO, mientras que los administrativos y los de mayor rango tienen, como mínimo, una carrera universitaria. A ello también se une el mayor dominio del uso de las nuevas tecnologías.

El colectivo más insatisfecho es el de los trabajadores polivalentes, ya que estos trabajadores hacen todo tipo de funciones y no tienen la suficiente autonomía para decidir cómo hacerlo y cuándo. Conforme aumenta la autonomía que tiene cada trabajador dentro de su categoría aumenta también su satisfacción en el trabajo.

Por último, y no por ello siendo de menor importancia, cabe destacar el gran número de trabajadores extranjeros. Estos trabajadores, la mayoría no cualificados o de baja cualificación, se encuentran desempeñando los puestos objeto de estudio. A consecuencia del bajo dominio del idioma, de la formación base que poseen o cultura preventiva de su país de origen, a diario refuerzan las dificultades anteriormente referenciadas.

Por lo tanto, debido a estas conclusiones acerca de la metodología empleada en la actualidad para la formación, sería necesario proponer soluciones

creativas para fomentar el interés de los trabajadores en la formación que han de recibir durante su vida laboral y con la finalidad de conseguir una mejora en la conducta segura del trabajo.

En la actualidad se está incidiendo en la posibilidad de implementar, y posteriormente fomentar, la cultura preventiva de Prevención Riesgos Laborales desde la enseñanza secundaria obligatoria. Así, se asimilaría a la que se realiza con otras disciplinas como por ejemplo seguridad vial, con una participación activa de profesores y alumnos.

En primer lugar, se observa que la enseñanza escolar está prácticamente igual que desde hace años. No se aprecian mejoras significativas, ya que se siguen usando las mismas mesas y sillas desde hace años, las cuales no se pueden adaptar a la anatomía propia de cada alumno ni de cada docente. También se observan pizarras de tiza que podrían ser sustituidas por pizarras blancas de rotulador o las tecnológicas pizarras digitales.

Si ampliáramos la realización del estudio realizado y le preguntásemos a los docentes si hay problemas de salud laboral y Prevención de Riesgos Laborales, la gran mayoría dirían que no los hay. Pues realizando una comparativa con otros sec-

Sería necesario proponer soluciones creativas para fomentar el interés de los trabajadores en la formación que han de recibir durante su vida laboral y con la finalidad de conseguir una mejora en la conducta segura del trabajo.

tores bastante más problemáticos, como por ejemplo el que ha sido motivo de estudio en el presente artículo donde hay más de mil muertes anuales a consecuencia del trabajo, se llegaría a la conclusión anteriormente referida. Pero si profundizamos en estas afirmaciones de los docentes consultados podríamos verificar que esto no es cierto. Es más, podríamos afirmar de forma positiva que hay problemas relacionados con las condiciones de trabajo.

Esta es la sensación que todos llevamos interiorizada desde la infancia o estudios primarios, que vemos que no ha evolucionado con el paso de los años de forma paralela a la tecnología. Es algo que se refleja en todos los sectores donde realizamos nuestro trabajo diariamente y concretamente en el sector de la construcción pero que es contradictorio a la salud laboral. Esta contradicción se debe a la falta de cultura preventiva y a la correlación directa entre el índice de mortalidad, la salud laboral y la prevención de riesgos laborales. ●

Y tú, ¿prevencionas?

Únete a la mayor comunidad en habla hispana
de expertos en Prevención de Riesgos Laborales



prevencionar.com