

**Escuela:** C.E.N.S SAN MARTÍN

**Docentes:** Carlos Daniel Basualdo

**Curso:** 2º Año 1º, 2º y 3º División

**Turno:** Nocturno

**Área curricular:** Educación para la salud.

**TEMA: EL TRABAJO Y LA SALUD**

### **Enfermedades Laborales**

#### **A. Enfermedades del trabajo y condiciones de trabajo**

**Se considera enfermedades del trabajo a aquellas enfermedades en cuya causa o aparición intervienen, de alguna forma, las condiciones de trabajo. Aunque la enfermedad no es algo extraño a la condición humana, sino que forma parte de su naturaleza, en el trabajo se puede entrar en relación con sustancias, materiales y máquinas peligrosas, con exigencias físicas forzadas, con condiciones ambientales y climáticas perjudiciales, con tensiones derivadas de una mala organización y ordenación del trabajo, etc., que generan resultados adversos para la salud. Muchos de estos daños y enfermedades pueden resultar irreversibles.**

**La Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) impone al empresario la obligación de actuar sobre los riesgos. Para ello tiene que identificar, modificar o eliminar cualquier característica de las condiciones de trabajo que pueda resultar peligrosa para la salud u ocasionar lesiones en los trabajadores. La Ley define como condición de trabajo (artículo 4.7): 10**

**“... cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y la salud del trabajador. Quedan específicamente incluidas en esta definición:**

**- Las características generales de los locales, instalaciones, equipos, productos y demás útiles existentes en el centro de trabajo.**

**- La naturaleza de los agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el ambiente de trabajo y sus correspondientes intensidades, concentraciones o niveles de presencia.**

- Los procedimientos para la utilización de los agentes citados anteriormente que influyan en la generación de los riesgos mencionados.

- Todas aquellas otras características del trabajo, incluidas las relativas a su organización y ordenación, que influyan en la magnitud de los riesgos a que esté expuesto el trabajador.”

**B. A continuación enlistamos algunas de las enfermedades laborales más comunes:**

1. Estrés laboral. ...
2. Fatiga visual. ...
3. Dolor de espalda (lumbalgia) y fatiga postural. ...
4. Síndrome del túnel carpiano. ...
5. Gastritis. ...
6. Obesidad. ...
7. Gripe o resfriado.

**C. Salud e Higiene en el ambiente laboral.**

**Higiene Laboral** Se refiere a un conjunto de normas y procedimientos tendientes a la protección de la integridad física y mental del trabajador, preservándolo de los riesgos de salud inherentes a las tareas del cargo y al ambiente físico donde se ejecutan.

Salud laboral es según la definición de la OMS “una actividad multidisciplinaria que promueve y protege la salud de los trabajadores. Esta disciplina busca controlar los accidentes y las enfermedades mediante la reducción de las condiciones de riesgo”.

**D. La seguridad e higiene en el trabajo y su importancia dentro de la empresa**

¿Cuál es la importancia que tiene la seguridad e higiene en el trabajo dentro de las pequeñas y grandes empresas?

Dentro de la empresa, la seguridad e higiene se encarga de proteger la salud de los trabajadores, de manera tal que se puedan prevenir los accidentes y enfermedades relacionadas a la actividad laboral. De este modo, mediante sus normativas específicas se busca optimizar el trabajo del personal y a su vez reducir los riesgos en el ambiente laboral.

**La seguridad e higiene a partir de sus normativas intentan modificar el ambiente de trabajo de modo tal que se puede prevenir el surgimiento de enfermedades laborales; la aplicación de estas normas supone muchas veces adaptar ciertas conductas o modificar algún procedimiento de trabajo.**

**Las empresas deben cumplir con las reglas propias de la seguridad e higiene que están relacionadas con ciertos aspectos edilicios como la ventilación, la humedad, la temperatura, los ruidos y demás. Al cumplir todas estas reglas, la empresa le garantiza a su personal un entorno de trabajo más salubre sin contaminantes químicos, físicos o biológicos.**

**Como podemos ver, en una empresa existen diferentes riesgos laborales, por eso para proteger al personal, es importante implementar las reglas de seguridad e higiene en el ambiente de trabajo. Dichos riesgos pueden estar relacionados con la seguridad, los agentes físicos, los agentes biológicos, los contaminantes de origen químico y la ergonomía. Por lo tanto, los profesionales encargados de la seguridad e higiene de la empresa deben considerar todos estos riesgos e implementar las modificaciones pertinentes.**

**En la actualidad, la tecnología y las nuevas maquinarias, se convierten en nuevos factores de riesgo para los trabajadores, por eso es importante que los profesionales dedicados a la seguridad e higiene cuenten con una formación y capacitación permanente para implementar nuevas medidas de seguridad que se adapten a las circunstancias actuales de la empresa.**

#### **E. Seguridad e higiene, un factor principal en la productividad de la empresa**

**En suma, la seguridad e higiene dentro de una empresa es importante porque mediante la corrección de problemas, la detección de fallas y la evaluación de riesgos, podemos llegar a prevenir un número importante de accidentes y enfermedades dentro del ámbito laboral.**

#### **F. Tu Aspecto Personal Importa Más de lo Que Crees...**

**Tener una serie de directrices claras sobre el código de etiqueta en tu trabajo ayuda a evitar confusiones y a realzar la marca de la empresa.**

**La presentación personal siempre debe ser del máximo nivel posible. Recuerda que estás tú presentación personal es de máxima importancia.**

**La limpieza y la higiene personal son algo imperativo en cuanto a vestuario, calzado, desodorante, aliento fresco y uñas.**

- **Se debe seguir el código de uniforme o de vestuario**
- **El maquillaje debe aplicarse antes y durante el trabajo, si es necesario**
- **El personal masculino debe afeitarse regularmente a menos que lleven barba**
- **El cabello debe estar limpio y el peinado debe ser actual**
- **La ropa con manchas debe cambiarse o limpiarse**
- **Los zapatos deben estar limpios y cuidados**
- **No se deben llevar zapatillas deportivas**
- **Las manos y las uñas deben estar limpias y bien cortadas, y si las uñas están pintadas el esmalte no debe estar desprendido**

**Hay que tener en cuenta que estas normas en relación a la apariencia de los empleados son flexibles, ya que sólo se pretende ofrecer recomendaciones para mantener un estilo en el día a día de la empresa.**

**Cada referente debe hablar con su equipo para explicar que imagen quiere presentar y por lo tanto, que apariencia debe tener su equipo.**

#### **G. Consejos para mejorar la higiene en tu empresa**

- 1. Establece horarios de limpieza para el personal de conserjería. ...**
- 2. Mantén una comunicación bidireccional con tus colaboradores para que sea fluida la comunicación respecto a la higiene o limpieza del lugar de trabajo y sus alrededores.**
- 3. Solicita organización en cada espacio de trabajo.**

#### **Actividades**

- 1) ¿Qué es la salud y la higiene en el trabajo?**
- 2) ¿Qué es la higiene laboral?**
- 3) ¿Cómo mejoraría la higiene en tu trabajo? ¿Y en tu escuela?**
- 4) ¿Cuál es la diferencia entre seguridad e higiene?**

***DIRECTOR:* Lic. FABIÁN MALDONADO**