

# Introducción a la seguridad y salud en el trabajo – Estudio de la normativa

---

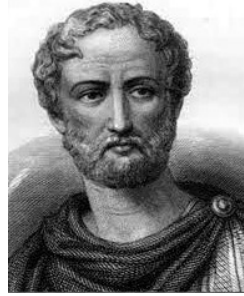
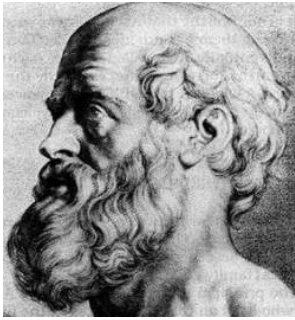
—

“En caso de despresurización de la cabina, de modo automático, desciende una mascarilla por cada asiento y que en caso de que se viaje con un niño, lo primero que se debe hacer es ponerse la mascarilla a uno mismo para ponérsela, después, al niño.”

---

*¿Tenes el valor de ponerte tu propia máscara primero?*





## Orígenes de Seguridad y Salud en el Trabajo

### Hipócrates:

Relación entre salud y actividad laboral.

### Platón y Aristóteles:

Deformaciones físicas por actividad laboral.

### Plinio:

Primer equipo de protección respiratoria con la vejiga de animales.



## Evolución histórica Revolución Industrial - Actualidad

### Revolución industrial:

- Industria - vapor y máquinas
- Condiciones pésimas de trabajo
- Degradación en la vida

### Accidentes laborales y enfermedades profesionales

### Año 1833:

- Incendio en Inglaterra en un taller de ropa
- Comisión investigadora para evaluar SST - inician las primeras inspecciones gubernamentales

Se crea la "Ley de fábrica"

## La vida del trabajador en 1800



**16 horas**  
diarias de trabajo

**8 años**  
los niños comenzaban a trabajar

**Insalubres**  
condiciones de trabajo

**Despidos**  
sin motivo

**Multas**  
a quienes abandonaran su puesto

**Prohibido**  
hablar o silbar

## Evolución histórica

Revolución Industrial - Actualidad




**1850:**

- Jornada laboral más corta
- Mínimo de edad para trabajar
- Mejoran condiciones de seguridad

**1867:**

- Primeros inspectores de fábrica

**1869:**

- Primer oficina estadística de trabajo – USA
- Ley obligatoria de 10 horas de trabajo máx. - USA
- Patrón brinda protección a la salud y vida - Alemania

**1919:**

- Se crea la OIT - Organismo rector y guardián de los aspectos de SST

Video  
"La labor de la OIT"



¿Por qué seguridad?

Costos económicos y sociales  
Responsabilidad legal





Necesidad personal de garantizar

Bienestar físico, psíquico y social

Lograr el gozo pleno de la vida

Toda lesión significativa que recibe un trabajador a causa o en ocasión del trabajo, debe de ser considerada como moralmente inaceptable, si no se hizo todo lo posible para evitarlo.

Hacia una  
prevención  
científica, integral  
e integrada en las  
políticas de las  
Organizaciones

PRODUCTIVIDAD

CALIDAD

SEGURIDAD

# PROCALSEDA

"Productividad, Calidad y Seguridad, son tres conceptos que no sólo están relacionados entre sí, sino que son interdependientes"  
"La Productividad, la Calidad y la Seguridad, deben constituir una sola prioridad unificada e indisoluble"

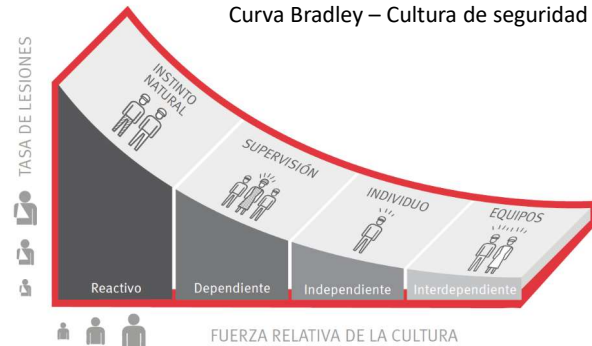
Samuel Chavez Donoso

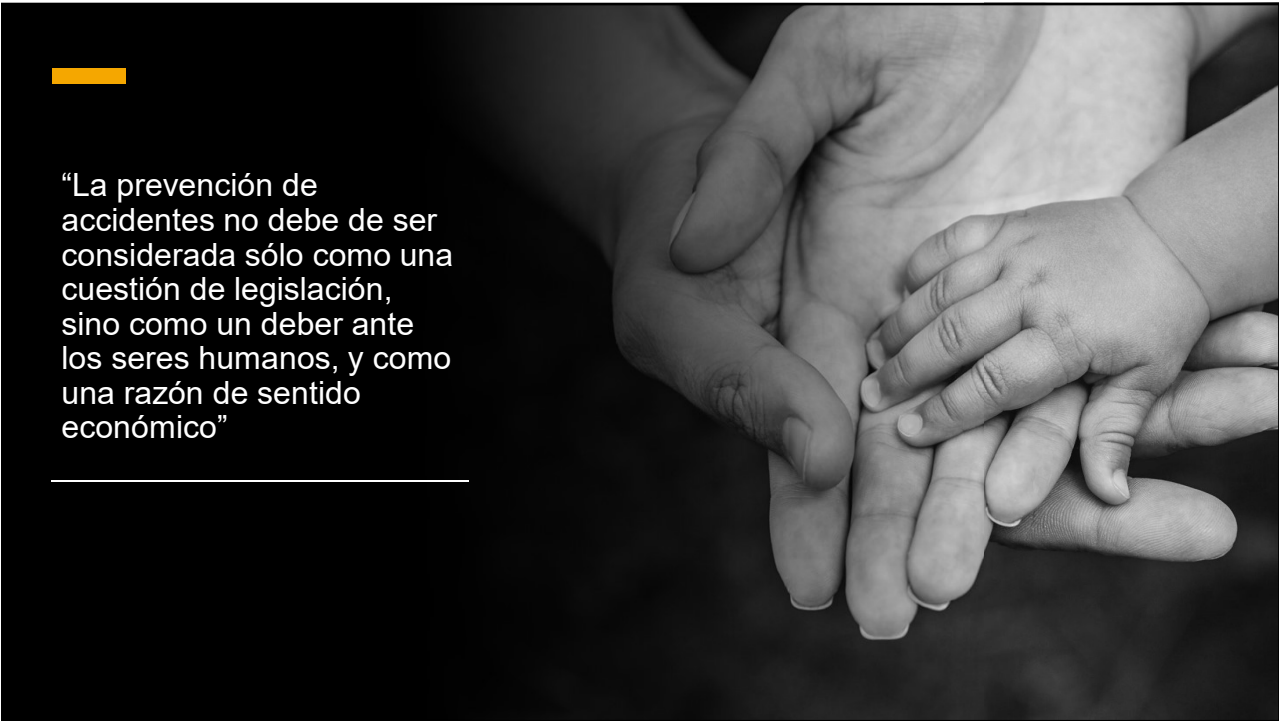
## PIRÁMIDE DE MASLOW: JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES



Necesidades fisiológicas primero

Curva Bradley – Cultura de seguridad





“La prevención de accidentes no debe de ser considerada sólo como una cuestión de legislación, sino como un deber ante los seres humanos, y como una razón de sentido económico”

## Objetivo



Identificar y analizar las disposiciones legales aplicables en el área de la prevención de riesgos en el lugar de trabajo



Reglas de comportamiento que se imponen a la conducta humana, creando derechos y deberes correlativos y pueden aplicarse de forma coactiva, es decir a través de la fuerza.

## Norma jurídica

## Orden jurídico

Conjunto de normas jurídicas de un país.

Las reglas constituyen un todo coherente en el que no hay lugar para el desorden ni contradicciones.







## Consignas importantes:

- ✓ La seguridad y salud en el trabajo es un **derecho fundamental**, por lo tanto es irrenunciable.
- ✓ El trabajador no puede consentir válidamente la puesta en riesgo.
- ✓ La habitualidad (monotonía y mecanización) deforma el riesgo por lo que el empresario debe prever esa situación, si no lo hace, debe responder.
- ✓ El empresario no puede confiar en que el trabajador sea prudente sobre todo en trabajos de alto riesgo como por ejemplo, los de altura.

Nuestra Constitución, en su artículo 7, expresamente reconoce el derecho de los habitantes de la República a ser protegidos en el goce de su vida, honor, libertad, seguridad, trabajo y propiedad ”

Existe la *responsabilidad de la empresa* de salvaguardar la seguridad y salud de sus trabajadores.

**Normativa**



## Normativa laboral:

1. Preventiva (Decretos por rama de actividad)
2. Reparatoria (Ley 16074 BSE)
3. Sancionatoria (Decreto 186/004 Infracciones laborales)

Son **normas internacionales del trabajo elaboradas en forma tripartita por los gobiernos, los trabajadores y los empleadores**; que se adoptan en la Conferencia Internacional de Trabajo de la OIT y posteriormente son sometidas a las autoridades de cada Estado Miembro

## Convenios Internacionales de Trabajo - CIT



## Uruguay - Ley 5032 / 1914

**1906 - 1911:** Proyecto de ley de reducción de la jornada laboral.

**1914:** Ley 5032 de prevención de accidentes de trabajo.

**1915:** Ley de jornada laboral máx. de 8 horas por día, 48 horas semanales obligatorias (ley pionera en el mundo) no aplica a agrarios ni domesticas.

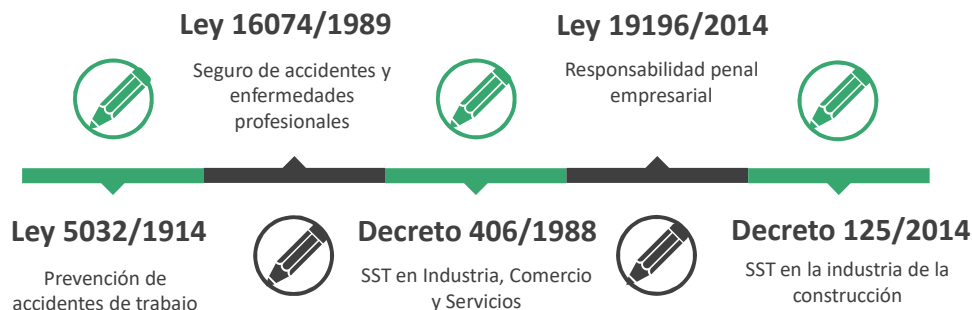
**1916:** Aplicación de multas por incumplimiento.

**1918:** Prohibición de trabajos nocturnos especiales / Ley silla: mujeres trabajan sentadas si la tarea lo permite o con una silla al alcance.

**1919:** Limitación de la jornada en la Industria (existían jornadas de 12 y 14 horas).

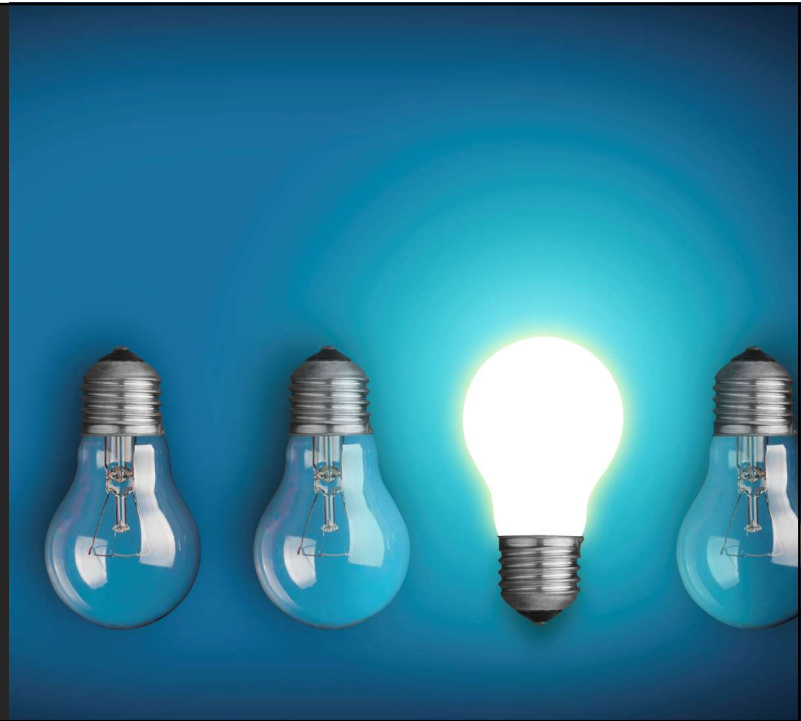
**1920:** Ley de descanso semanal (1 día de descanso c/7).

## La prevención de accidentes de trabajo en Uruguay



# Actividad

Nos familiarizamos con la normativa



## Medidas de resguardo

Todo aquello que sea un medio para el efectivo cumplimiento del fin, que es resguardar la vida y la salud de los trabajadores.

Por lo tanto abarca:

- ✓ Medios materiales: entrega de elementos de protección personal (EPP), maquinaria adecuada, señalización, etc.
- ✓ Medios no materiales: capacitaciones, vigilancia de la salud, evaluación de riesgos, etc.

**Importante: conocer el medio ambiente de trabajo**







Concepto de accidente in itinere

## LEY 16074 / 1989


### Norma reparadora - Seguro de accidentes y enfermedades profesionales

- ✓ Es obligatorio
- ✓ Irrenunciable
- ✓ De orden público

No es considerado accidente de trabajo el que sufra el trabajador en el trayecto de ida o regreso a su trabajo, salvo que medie alguna de las siguientes circunstancias:

- a) que estuviera cumpliendo una tarea específica ordenada por el patrono
- b) que éste hubiere tomado a su cargo el transporte del trabajador
- c) que el acceso al establecimiento ofrezca riesgos especiales

- ✓ El trabajador víctima de accidente o enfermedad profesional *si lo solicitara*, deberá de ser readmitido en el mismo cargo que ocupaba, o cualquier otro *compatible* con su capacidad limitada.
- ✓ El trabajador deberá de presentarse en la empresa para desempeñar su tarea dentro de los 15 días de haber sido dado de alta. Si la empresa no lo readmitiera dentro de los 15 días siguientes a su presentación tendrá derecho a una indemnización por despido equivalente al triple de lo establecido por las leyes laborales vigentes.
- ✓ Readmitido, no podrá ser despedido hasta que hayan transcurrido 180 días desde su reintegro.



## LEY 19196 / 2014

---

"El empleador, o en su caso, quien ejerciendo efectivamente en su nombre el poder de dirección en la empresa, no adoptaren los medios de resguardo y seguridad laboral previstos en la ley y su reglamentación, de forma en que ponga en peligro grave y concreto la vida, la salud o la integridad física del trabajador, serán castigados con 3 a 24 meses de prisión"

### Responsabilidad penal empresarial



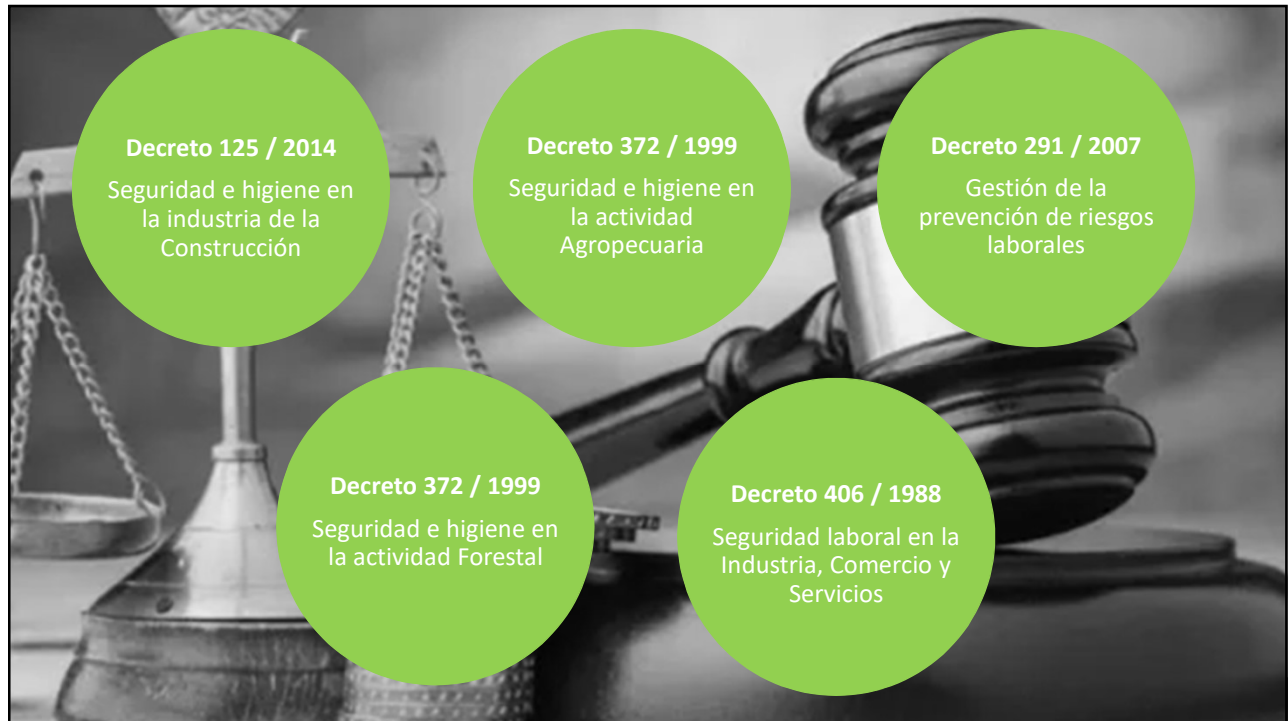
### El comportamiento omisivo

**"...No adoptaren los medios de resguardo y seguridad laboral previstos en la ley y su reglamentación..."**

El **delito** se configura por abstenerse de un comportamiento debido, ya que el empleador es deudor de seguridad del trabajador y está obligado por ley a implementar medidas preventivas.

En algunas circunstancias no evitar el resultado equivale a producirlo.

Castiga al que no teniendo intención de poner en riesgo al trabajador conocía que con su conducta lo hacía, y sin embargo continuó con la misma (**dolo**).



# Normas y notas técnicas

## Ejemplo - normas UNIT y NTP



Establecen requisitos que deben cumplir los productos o servicios para asegurar su:

- ✓ **Aptitud para el uso**
- ✓ Compatibilidad
- ✓ Intercambiabilidad
- ✓ Selección de variedades (Reducción)
- ✓ **Seguridad**
- ✓ **Protección del medio ambiente**
- ✓ Protección del producto

De “**carácter voluntario**” y refleja el “**estado del arte**” en un lugar y momento determinado:

- ✓ Puede ser declarada de cumplimiento obligatorio (Homologación)
- ✓ Su utilización puede ser impuesta contractualmente
- ✓ Refleja e induce las necesidades, hábitos y exigencias del mercado

## ISO 45001

Nueva Norma Internacional de  
Sistemas de Gestión de Seguridad  
y Salud en el Trabajo





# Evaluación de cumplimiento legal

## Requisitos legales aplicables

### Evaluación de cumplimiento

Fecha de  
revisión:

Revisión realizada por:

Nombre:  
Nombre:

Aspecto	Entidad reguladora	Requisito legal (ley, decreto, norma técnica, etc.)	Tema	Requerimiento	Cumplimiento	Responsable del cumplimiento	Evidencia de cumplimiento (resultados, inspecciones, reportes, etc.)	CAPA (en caso de incumplimiento)	Comentarios
Ambiental	IMM - (S.L.C.A.)/Unidad Residuos Sólidos Industriales y Suelos	Resolución 5055/11 Resolución 5383/012 Decreto 182/013 Resolución Ministerial 3708/2019	Plan de gestión de residuos sólidos industriales	Plan de gestión de residuos sólidos - PGRIS* - mantener actualizado (no necesita aprobación de DINAMA)	SI	SHE	PGRSI para el depósito de ZMI. Planilla de seguimiento de gestión de residuos para todos los sites. Reporte Key Figures Roche global.	No aplica	PGRSI presentado en 2019 para depósito de ZMI.
Ambiental	DINAMA	UNIT 1239	Gestión de residuos	Requisitos para la gestión de los residuos.	SI	SHE	Aplicación de la norma para la clasificación de los residuos in situ y su posterior gestión a cargo de proveedores habilitados. Participación en grupos de trabajo para la mejora de la gestión ambiental en el marco de los ODS impulsados por OGDPS.	No aplica	
Ambiental	DINAMA	Lev 17852	Prevención vigilancia y corrección de la contaminación acústica	Aplicación de medidas correspondientes para evitar la propagación de ruidos derivados del funcionamiento de maquinarias, motores y herramientas al ambiente.	SI	SHE	Se aplican medidas en el medio para evitar la propagación de los ruidos derivados por el funcionamiento del generador localizado en el depósito de ZMI.	No aplica	En el 2019 se realiza la medición en conjunto con la IMM para detectar que el ruido emitido por el generador en funcionamiento no supera los límites establecidos.
Ambiental	DINAMA	Decreto 545/004	Programa nacional para la reducción gradual de consumo de sustancias agotadoras de la capa de ozono	Prohibe fabricación, introducción, importación y exportación de las sustancias comprendidas en los anexos "A" y "B" del Protocolo de Montreal.	SI	SHE	KG Gases refrigerantes. Planilla de seguimiento de inventario de gases con Efecto Invernadero.	No aplica	
Ambiental	DINAMA	Decreto 375/003	Gestión de baterías de plomo y ácido usadas a ser desechadas.	Regulación sobre la gestión de baterías de plomo y ácido usadas a ser desechadas.	SI	SHE	Gestión de residuos de baterías del apilador eléctrico del depósito de ZMI con proveedor habilitado (form. constancia de gestión). Gestión de baterías de equipos de DC con proveedor habilitado.	No aplica	



## Actividad

Identificamos los  
conceptos en la  
norma.

# Peligro

Conceptos claves - ISO 45001:2018

---

Fuente con un potencial para causar lesiones y deterioro de la salud.

- Situación de hecho / fuente potencial de daño
- Se asocia a inmediatez



# Riesgo

Conceptos claves - ISO 45001:2018

---

Combinación de la probabilidad de que ocurran eventos o exposiciones peligrosas relacionados con el trabajo y la severidad de la lesión y deterioro de la salud que pueden causar los eventos o exposiciones.

- Puede ser evaluado
- Puedo convivir con él (tolerable, aceptable, admisible)
- Implica la probabilidad de que se manifieste el daño con pérdidas a nivel material, lesiones personales o alteraciones en los procesos.

## Ejemplos: peligro vs riesgo

Grúa con carga (peligro)  
desplome de la grúa o carga  
(riesgo)

Piso mojado (peligro) caída a  
mismo nivel (riesgo)

Andamio sin buen apoyo  
(peligro) caída desde altura  
(riesgo)



Situación 1

Situación 2

¿?

# Peligro vs. Riesgo

Un peligro es algo que tiene el potencial de causarte un daño

El riesgo es la probabilidad de que un peligro te cause un daño



TIBURÓN

Un tiburón en el mar es un peligro



Nadar con un tiburón es un riesgo


## CONCEPTOS GENERALES – OMS Y OIT

**Salud (OMS)**

“La Salud es un estado de bienestar físico, mental y social y no meramente la ausencia de daño y enfermedad.”

**Salud ocupacional (OMS – OIT)**

“La salud laboral tiene la finalidad de fomentar y mantener el más alto nivel de bienestar físico, mental y social de los trabajadores de todas las profesiones, prevenir todo daño a la salud de éstos por las condiciones de trabajo y protegerles en su empleo contra los riesgos para la salud”.





## CONCEPTOS GENERALES

### Salud

“Proceso dialéctico, biológico y social producto de la interrelación del hombre con el medio ambiente, influido por las *relaciones de producción* y que se expresa en niveles de bienestar físico, mental y social”

*Dr. Salvador Allende*






# Salud

Bio - Psico - Social

Estilo de vida - Ambiente - Biología Humana - Asistencia Sanitaria



		
<p><b>Menos Sedentario</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disminuir o al menos fraccionar el tiempo sentado.</li> <li>• Intentar menos de 6-8 hs por día de tiempo sedentario.</li> <li>• Priorizar la disminución del tiempo pantalla recreativo (especialmente individual).</li> <li>• Buscar estrategias para fraccionar el tiempo sentado ("reseteo postural").</li> </ul>	<p><b>Más Activo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar en lo posible actividades de predominio aeróbico moderadas y vigorosas (MVPA)</li> <li>• Aunque no alcancemos las recomendaciones, aproximarse.</li> <li>• No "esquivar" opciones de AF cotidianas aunque sea leve (hay opciones para todas las capacidades físicas).             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adultos: Al menos 150 a 300 minutos de MVPA/semana.</li> <li>• Niños &gt;5 años: al menos 60 minutos MVPA/día.</li> <li>• MVPA = MPA + VPA x 2</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Ejercicio Físico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptar la propuesta (individualizar): Fundamental conocer... Etapa comportamental, gustos, barreras, motivaciones, necesidades, antecedentes de AF, Condición Física.</li> <li>• FITT = Frecuencia, Intensidad, Tipo y Tiempo.</li> <li>• Capacidades Condición Física para la Salud (Fitness): Cardiorespiatoria, Fuerza, Composición Corporal, Flexibilidad, Equilibrio, Coordinación, Velocidad.</li> <li>• Principios de Entrenamiento: Sobrecarga, Progresión, Adaptación, Recuperación, Especificidad.</li> </ul>

- Toda Actividad Física suma
- Cada paso cuenta... ideal >10.000 pasos/día, bueno > 7,000 pasos/día, muy malo < 5.000 pasos/día - Ojo patologías relacionadas a la marcha.
- Test del Habla (Talk Test): Moderado = "habla pero no canta"
- Alertar sobre riesgos e instruir para mejorar la seguridad.

## Incidente

### Conceptos claves - ISO 45001:2018



Suceso que surge del trabajo o en el transcurso del trabajo que podría tener o tiene como resultado lesiones y deterioro de la salud.

- Suceso eventual, casi accidente, es previo al accidente, lo anuncia
- "Llamado de atención" - existe una falla que debo analizar

# Accidente

Conceptos claves - ISO 45001:2018



En ocasiones se denomina accidente a un incidente donde se han producido lesiones y deterioro de la salud.

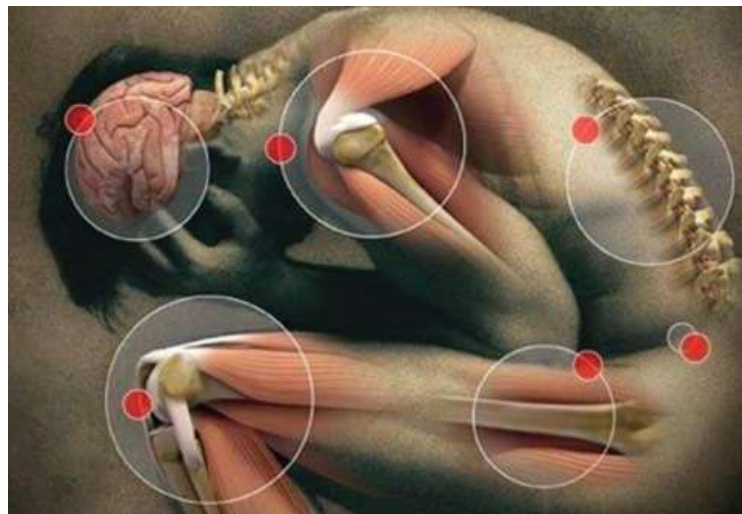
- ❑ Puede resultar en daño (personas y/o propiedad) e implicar pérdidas en el proceso de producción
- ❑ Accidente laboral (a causa y en ocasión del trabajo)
- ❑ Accidente in itinere


# Enfermedad profesional

Causada por agentes físicos, químicos o biológicos, utilizados o manipulados durante la actividad laboral o que estén presentes en el lugar del trabajo. (Ley 16074/89)

## Nexo causal

Indispensable que haya tenido su origen en los trabajos que entrañan el riesgo respectivo





Stress  
Adicciones  
Lumbalgias  
Depresión  
Acoso laboral (Mobbing)  
Síndrome del quemado (Burn out)

---

**Otras enfermedades derivadas del trabajo**

# Actividad

Identifique en la normativa correspondiente los requisitos de seguridad que aplican al uso de escaleras en una obra de construcción.

Tip: identificar decreto que aplica a la Construcción



Lista de verificación - Escaleras de mano				
Fecha de verificación:				
Escala N°				
Localización de la escalera (Referencia)				
Responsable de la revisión (Firma)				
Por favor verifique la información requerida y marque con una X según corresponda				
Requisitos	Estado			Comentarios
	SI	No	NA	
<b>Materiales</b>				
Tiene el largo adecuado para el trabajo				
Dispone de todos los peldaños				
Los peldaños son antideslizantes				
Los peldaños están correctamente ensamblados				
Los peldaños están reforzados para soporte de peso				
Cuenta con tirantes de seguridad externos (escalera tipo tijera)				
Libre de recubrimientos que oculten imperfecciones (pintura, etc.)				
Los materiales están libres de daño o defectos estructurales				
Posee zapatas antideslizantes				
<b>Colocación / Posicionamiento</b>				
Sobrepasa 1 metro del punto de apoyo				
Esta amarrada por su parte superior				
Esta colocada sobre superficie horizontal estable				
Esta asegurada en la base				
Se colocó con inclinación 70/75°				
Distancia pie de escalera a la vertical = 1/4 longitud de escalera				
Librada según distancia de seguridad a las líneas eléctricas				
<b>Uso</b>				
Trabajadores aptos físicamente para realizar tareas sobre escaleras				
Trabajadores capacitados en materia de riesgos asociados a la tarea				
La escalera es adecuada para realizar la tarea (altura, material, etc.)				
El traslado de materiales es mediante mecanismos auxiliares				
La escalera se encuentra libre de materiales que no se requieren				
La escalera se encuentra libre de residuos, despusos, materiales				
Los trabajadores utilizan EPP requeridos para la tarea				
Para tareas a más de 2m de altura se utiliza los EPP adecuados				
Se dispone de un sistema de monitoreo o vigilancia durante el uso				
Se inhabilita la escalera cuando las condiciones no son adecuadas				
Hay barreras de señalización alrededor de la escalera en uso				
<b>Otros</b>				
La escalera está certificada				
Existen señales que advierten de habilitación o inhabilitación al uso				
Mantenimiento periódico de la escalera				
<b>Comentarios:</b>				

\* A partir de los resultados de la verificación realizar si corresponde el Plan de CAPAs

# Decreto N° 125/014

7 de mayo de 2014

## Seguridad e Higiene en la Industria de la Construcción

### Escaleras de mano

Simple o de una sola hoja

Dos largueros y peldaños.



Dobles o de tijera

Dos secciones unidas por un dispositivo que permite su articulación y plegado.



Extensibles

Dos escaleras simples con desplazamiento de uno de los tramos sobre el otro para aumentar su longitud.





