

SENSIBILIZACIÓN ANTE LA IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES



ÍNDICE

- Breve Introducción a la Prevención: Trabajo y Salud.
- Historia de la Prevención de Riesgos.
- Principios de PRL en la Actualidad (Ley 31/1995).
- Diferencia entre Prevención y Protección.
- Técnicas de Lucha de la Prevención.
 - Formación e Información.
 - Políticas Sociales.
 - Medicina del Trabajo.
 - Seguridad y Salud Laboral.
 - Higiene Industrial.
 - Ergonomía.
 - Psicosociología.
- Actuaciones Básicas en Caso de Accidente.

TRABAJO Y SALUD

“LA SALUD ES EL ESTADO COMPLETO DE BIENESTAR FÍSICO, PSÍQUICO Y SOCIAL; Y NO SÓLO LA AUSENCIA DE ENFERMEDAD” – OMS

- El trabajo y la salud están interrelacionados: En tanto que es en el ámbito del trabajo (espacio físico, condiciones ambientales, incidencias psicosociológica...) donde desarrollamos gran parte de nuestro que hacer cotidiano, la SALUD en su dimensión laboral se nos antoja un requisito imprescindible.

TRABAJO Y SALUD

- A través del trabajo buscamos satisfacer una serie de necesidades: beneficio económico, desarrollo profesional, personal y social... sin que se vea por ello afectado nuestro estado de bienestar físico y mental. **AUNQUE EN LA MAYOR PARTE DE LOS CASOS NO SOMOS CONSCIENTES DE NUESTRA FRAGILIDAD.**
- PREVENIR LOS RIESGOS LABORALES, posibles causa de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, **ES UNA LABOR QUE NOS INTERESA A TODOS Y EN LA QUE RESULTA FUNDAMENTAL LA COLABORACIÓN Y EDUCACIÓN PREVENTIVA,** como principales beneficiarios que somos. **LOS POSIBLES ACCIDENTES Y ENFERMEDADES,** originados o agravados con ocasión o a consecuencia del desarrollo de la actividad laboral, no se deben al azar, sino que obedecen a causas naturales y, la **MAYORÍA DE LAS VECES, PREVISIBLES Y EVITABLES.**

HISTORIA DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS

- ANTIGUA GRECIA** (S. IV a.c.): Hipócrates estudió los efectos nocivos del plomo en los mineros de Galena.
- BABILONIA** (1770 a.c.): El rey Hammurabi crea el primer Código Penal con 282 leyes, algunas de las cuales hacen referencia a accidentes de construcción y sus penas. *"Ley nº 229 nos habla de la responsabilidad profesional, donde un arquitecto que haya construido una casa que se desplome sobre sus ocupantes y les haya causado la muerte es condenado a la pena de muerte."*
- **EUROPA** (S. XIX): Revolución Industrial: El recrudecimiento de las condiciones de trabajo de grandes masas de mano de obra, obliga a los estados-nación presionados por los movimientos y organizaciones obreras a establecer tímidamente normas protectoras.
- A partir de los **AÑOS 90** del siglo pasado cuando se desarrolla en los países del primer mundo todo un sistema normativo de carácter preventivo por el OIT, organismo de la ONU



Código Hammurabi –
Expuesto actualmente en el
Museo Louvre de París.

PRINCIPIOS DE LA PRL EN LA ACTUALIDAD (Ley 31/1995)

- Evitar los riesgos.
- Evaluar los que no se puedan evitar.
- Combatir los riesgos en origen.
- Adaptar el trabajo a la persona.
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo no peligroso.
- Planificar la prevención.
- Anteponer la protección colectiva a la individual.
- Instruir a los trabajadores.
- Considerar las capacidades profesionales.
- Formar adecuadamente a los trabajadores.
- Prever imprudencias no temerarias.

PRINCIPIOS DE LA PRL EN LA ACTUALIDAD (Ley 31/1995)

Un total de 540 trabajadores fallecieron en accidente laboral en 2013 – EUROPA PRESS 02/03/2014

Un total de **540 trabajadores fallecieron en accidente laboral el año pasado**, 24 menos que en 2012, lo que supone un descenso en términos relativos del 4,2%, según datos del Ministerio de Empleo y Seguridad Social.

De estos fallecimientos, un total de **432 se produjeron durante la jornada de trabajo**, veinte menos que en 2012, lo que implica un descenso del 4,4%. Los **108 accidentes mortales restantes registrados el año pasado fueron "in itinere"** (los que se producen en el trayecto de casa al trabajo y viceversa), con un descenso del 3,6% sobre 2012.

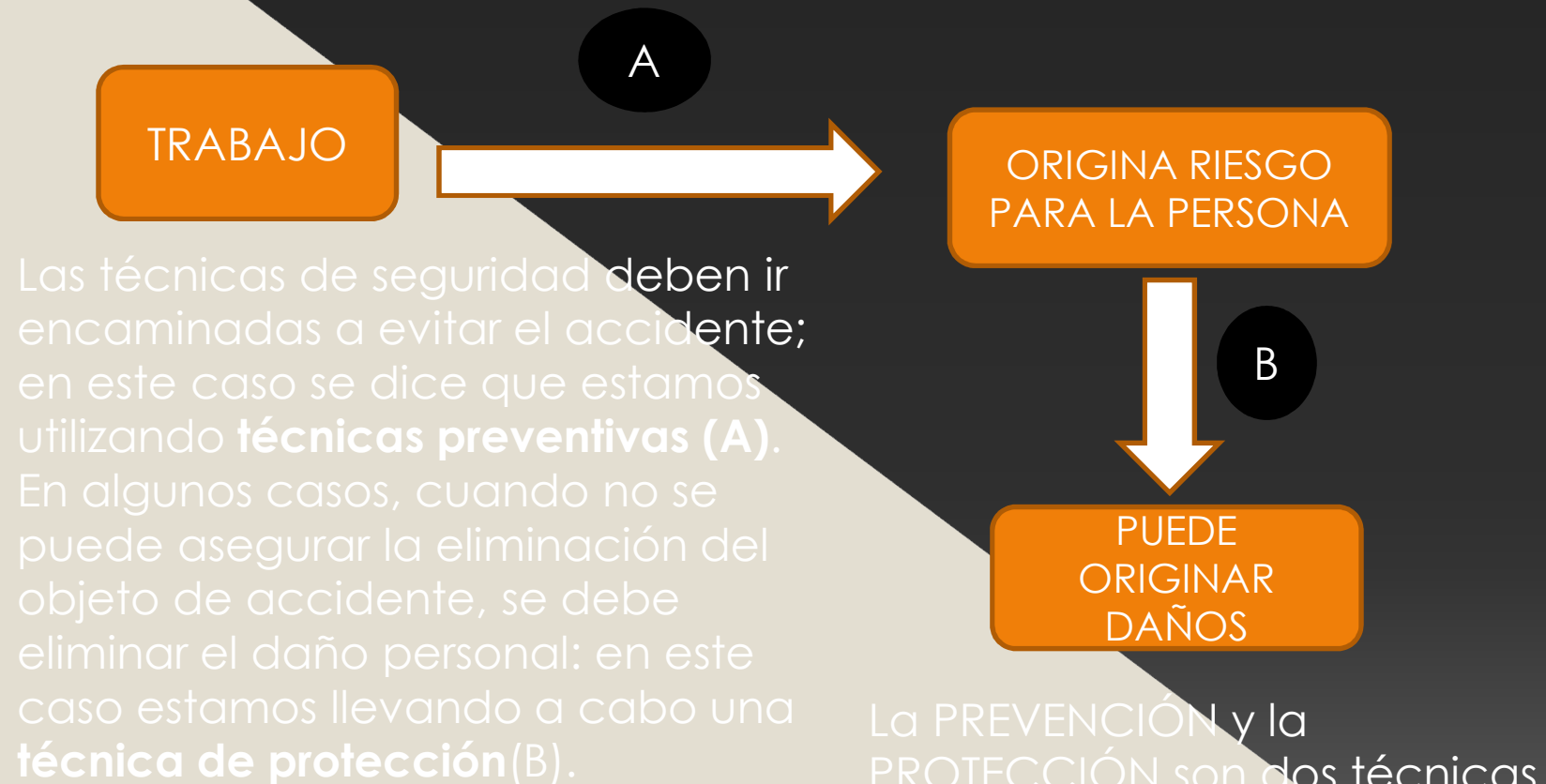
Por sectores, en los servicios fallecieron 230 trabajadores (+8%), en la industria se produjeron 88 accidentes mortales (-13,7%); en la construcción murieron 65 trabajadores (-15,6%), y en la agricultura perdieron la vida 49 trabajadores (-18,3%).

Infartos, derrames cerebrales y otras patologías no traumáticas causaron la muerte de 202 trabajadores en 2013, un 15,4% más que en 2012, mientras que los accidentes de tráfico fueron responsables de 81 fallecimientos, con un aumento del 1,3% respecto a 2012.

Por aplastamientos, amputaciones o quedarse atrapados fallecieron 42 trabajadores (+25%), por choques o golpes contra objetos inmóviles murieron 38 trabajadores (-33,3%), y por colisiones contra objetos en movimiento perdieron la vida 32 trabajadores, uno menos que en 2012.

En 2013 se registraron 459.535 accidentes laborales con baja, lo que supone un descenso del 2,5% respecto al número de siniestros registrado en 2012, cuando se produjeron 471.223 accidentes.

DIFERENCIA ENTRE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN



¿Qué es un riesgo? Toda situación de la que pueda derivarse un **daño** para la persona.

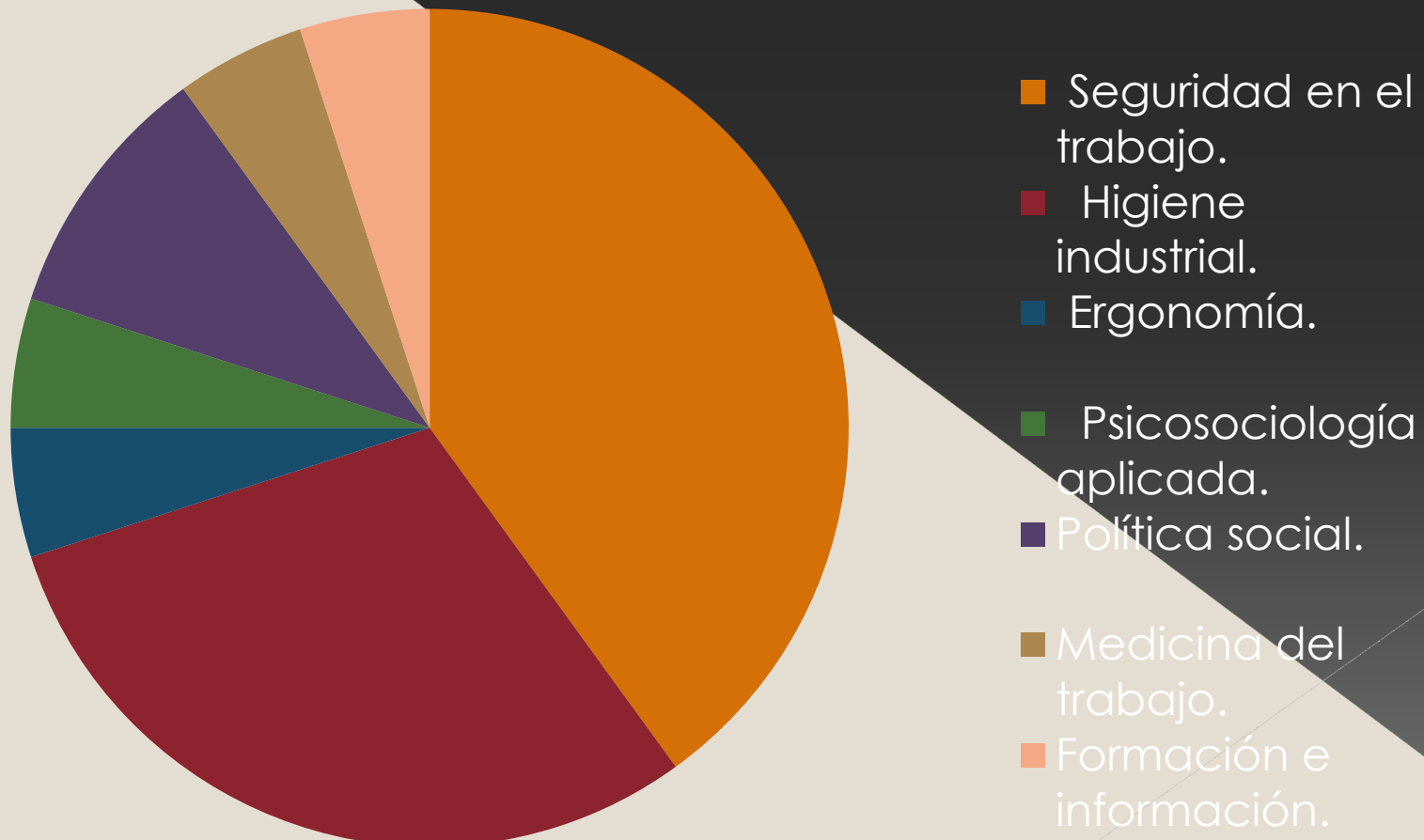
DIFERENCIA ENTRE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN



TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN:

encaminadas a una mejora de las condiciones en que se desenvuelve cualquier actividad laboral.

Técnicas de Lucha



TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - POLÍTICA SOCIAL: Es el conjunto de medidas y medios que el estado pone para luchar contra los riesgos profesionales, tanto a nivel político como legislativo.

- La mayor parte de la normativa de la Comunidad Europea se realiza a través de la promulgación de las Directivas del Consejo, que son debidamente publicadas en el Diario Oficial de la Comunidad (DOCE), estableciéndose unos plazos para que los estados miembros procedan a transponer dichas Directivas. Hasta que no esté transpuesta una Directiva Comunitaria, ésta carece de rango oficial para el país correspondiente, por lo que no es de obligado cumplimiento.
- La Ley 31/1995 de la que hemos hablado previamente, nace como consecuencia de la Transposición de ciertas Directivas del Consejo.



TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - MEDICINA DEL TRABAJO

- Técnica médica de prevención de riesgos laborales que debe empezar en el momento de la selección de personal, efectuándose reconocimientos médicos iniciales para evitar que trabajadores especialmente sensibles puedan acceder a puestos de trabajo de elevado riesgo.
- Al reconocimiento médico inicial le deben seguir reconocimientos periódicos anuales que vayan encaminados a descubrir enfermedades subclínicas, que es el estado intermedio entre salud y enfermedad, que puedan ser combatidas mediante tratamiento precoz, descanso o cambio de puesto de trabajo.



TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - FORMACIÓN E INFORMACIÓN



- En cumplimiento del deber de protección, el empresario deberá garantizar que cada trabajador reciba una formación teórica y práctica suficiente y adecuada en materia preventiva tanto en el momento de su contratación, cualquiera que sea su modalidad y duración de ella, como cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe o se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo.

TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN



Fuente: www.laverdad.es



Fuente: www.imagenesdeprevencion.blogspot.com



Fuente: www.istas.net



Fuente: www.lobjetivocaragon.wordpress.com

TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - SEGURIDAD EN EL TRABAJO:

Disciplina que tiene como misión el estudio de los acontecimientos laborales, analizando los factores de riesgo y las causas que producen los accidentes de trabajo.

De forma general podemos afirmar que las técnicas de seguridad son las que proporcionan una mayor eficacia en la reducción de daños laborales a corto plazo.



Riesgos referentes a seguridad:

- Caídas de personas a distinto nivel.
- Caídas de personas a mismo nivel.
- Caída de objetos por desplome.
- Golpes y cortes por objetos y herramientas.
- Pisadas sobre objetos.
- Choques contra objetos móviles.
- Proyección de fragmentos y partículas.
- Atrapamiento por o entre objetos.
- Atrapamiento por vuelco de máquinas.
- Sobreesfuerzos.
- Exposición a temperaturas ambientales extremas.
- Contactos térmicos.
- Contactos eléctricos.
- Exposición a sustancias tóxicas.
- Contactos con sustancias cáusticas.
- Explosiones.
- Incendios.
- Accidentes con seres vivos.
- Atropello y golpes por vehículos.

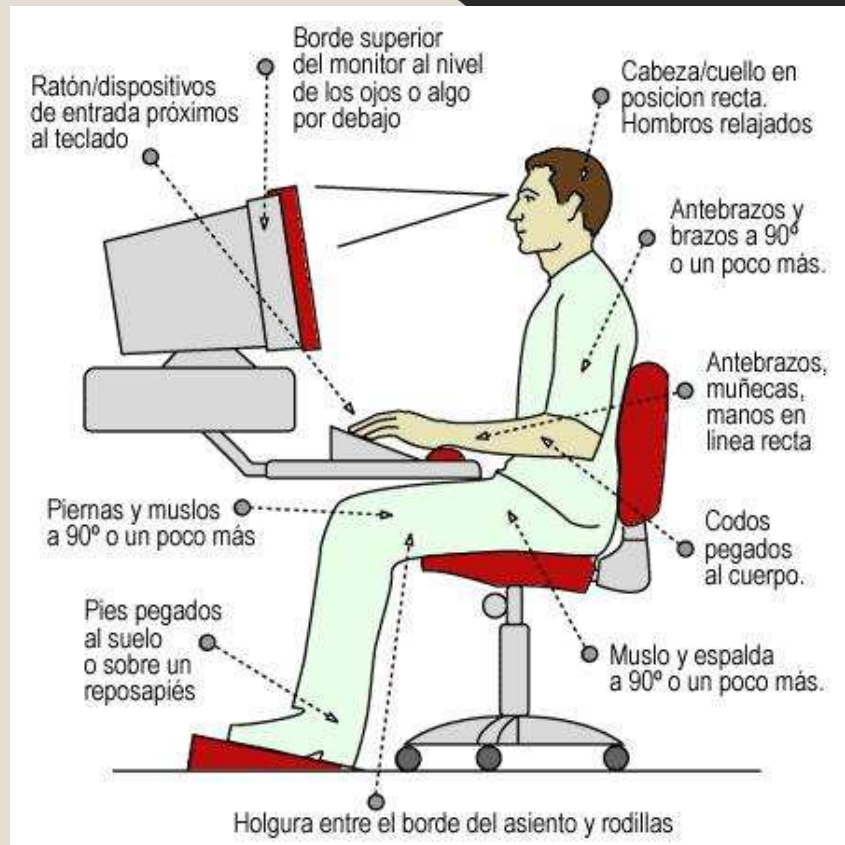
TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - HIGIENE INDUSTRIAL: Ciencia o conjunto de ciencias no médicas orientadas a la prevención de enfermedades profesionales. La enfermedad profesional se produce menos que el accidente, además de ir engendrándose progresivamente, por lo que aparentemente es mucho menos espectacular que el accidente de trabajo.

Riesgos referentes a higiene industrial:

- Exposición a contaminantes químicos.
- Exposición a contaminantes biológicos.
- Ruido.
- Vibraciones.
- Estrés térmico.
- Radiaciones.
- Iluminación.



TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - ERGONOMÍA: Técnica no médica que lucha contra la fatiga e intenta lograr el confort en el trabajo mediante la adaptación del trabajo al hombre, diseñando el ambiente, puesto de trabajo, máquinas y herramientas para su optimización.



Riesgos del campo ergonómico:

- LUGAR DE TRABAJO E INSTALACIONES
 - > Emergencias
 - > Confort térmico
 - > Exposición al ruido
 - > Iluminación
- EQUIPOS DE TRABAJO, MUEBLES, MATERIAL INFORMÁTICO
 - > Carga postural (Sillas y Mesas)
 - > Fatiga visual (PVD)
 - > Adaptación a la tarea
 - > Adaptación al trabajador
- ORGANIZACIÓN DE TAREAS
 - > Carga mental
 - > Estrés
 - > Monotonía
 - > Falta de motivación

TÉCNICAS DE LUCHA DE LA PREVENCIÓN - PSICOSOCIOLOGÍA DEL TRABAJO



- Definido por:
 - > Las interacciones que surgen en el ámbito laboral (tipo de trabajo, relaciones con compañeros y superiores y subordinados, tipo de organización interna...)
 - > La persona que trabaja (emocionalidad, costumbres, cultura, situación extralaboral...)
- Riesgos Psicosociológicos:
 - > ESTRÉS
 - > ANSIEDAD
 - > DEPRESIÓN
 - > MOBBING
 - > BULLING
 - > BURN OUT
 - > ACOSO SEXUAL (EXPLÍCITO Y ENCUBIERTO)

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

CONCEPTO DE PRIMEROS AUXILIOS : ¿QUÉ ENTENDEMOS ?

Entendemos por primeros auxilios los cuidados que efectuamos a una persona lesionada o accidentada hasta que pueda ser atendida por personal sanitario, con el objetivo de no agravar su estado de salud, así como asegurar el traslado en condiciones adecuadas.

Los primeros auxilios son la primera ayuda que se le presta al herido antes de ser asistido por el personal sanitario y ser trasladado a un centro asistencial.

Es una acción local, que se realiza allí donde ha ocurrido el accidente. Debe prestar esta primera ayuda la persona que se encuentra más cerca del herido: un familiar, un amigo, un compañero de trabajo....., de ahí la importancia de que el mayor número de personas posible tenga unas nociones básicas sobre primeros auxilios.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE: PAUTAS DEL SOCORRISTA

Ante cualquier accidente se deberá activar el sistema de emergencia mediante la conducta PAS, palabra que está formada por las iniciales de tres actuaciones básicas para atender al accidentado.

PROTEGER

ALERTAR

SOCORRER

-**PROTEGER** el lugar de los hechos. Antes de actuar asegúrese de que tanto el accidentado como el resto de compañeros y usted mismo, están fuera de peligro. Por ejemplo, no atender a un electrocutado sin antes desconectar la corriente causante del accidente. En caso contrario, el socorrista también sufriría un accidente.

-**ALERTAR**: Avisar a personal sanitario, o a un responsable del centro de la existencia del accidente. Esta medida activa el sistema de emergencia

-**SOCORRER**: Mientras llega el personal sanitario o se envía al accidentado (en un vehículo apropiado) a un centro médico, en el mismo lugar del accidente hay que dar el socorro, comenzando por el reconocimiento de los signos vitales básicos: conciencia, respiración y pulso, y dar los primeros auxilios.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

EVALUACIÓN INICIAL DEL PACIENTE

○ Con ella se van determinar sus lesiones y establecer las prioridades de actuación. La vamos a dividir en dos fases:

PRIMARIA:

- Estado de Consciencia
- Respiración
- Sentidos (Oír, ver, respirar...)
- Pulso
- Hemorragias

PRIMARIA:

- Heridas
- Quemaduras
- Fracturas

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN EN CASO DE HEMORRAGIAS EXTERNAS:

- Tranquilizar al accidentado.
- Proteger el lugar de los hechos.
- Acostar al accidentado para evitar desmayos.
- Compresión directa: Comprimir sobre el punto de sangrado con la mano usando un paño limpio, durante mínimo 10 minutos, además de elevar el miembro afectado.
- Aflojar la presión sin quitar el vendaje.
- Si sigue sangrando:
 - Colocar otros apósitos encima de los anteriores y hacer un vendaje compresivo
 - Avisar urgentemente a un médico.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE HEMORRAGIAS INTERNAS:

- Tranquilizar al accidentado
- Aflojar las ropas
- Mantener tumbado al accidentado (en posición de seguridad)
- Abrigar, cubrir al accidentado
- Eleva ligeramente las piernas
- Comprobar periódicamente los signos vitales
- Avisar urgentemente a una ambulancia

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE HEMATOMAS

Popularmente se suele confundir con moradura, pero no es lo mismo. La moradura se produce por la concentración de sangre bajo la piel como consecuencia de la rotura de vasos sanguíneos superficiales. El hematoma es acumulación de sangre producida por la rotura de las arterias y venas menores, que pueden llegar a producir un bulto.

Aplicar sobre el hematoma compresas de agua helada o bolsas de hielo.

Colocar un apósito (gasa, etc.) que comprima el hematoma durante la media hora siguiente al golpe.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE HERIDAS CON HEMORRAGIA EN LA CABEZA

- ◉ El cuero cabelludo tiene abundante suministro sanguíneo, por lo que la hemorragia puede ser abundante, pareciendo peor de lo que es. Aun así, una herida en la cabeza puede esconder heridas más graves, como una rotura de cráneo. Por eso es imprescindible que tras controlar la pérdida de sangre se acuda al hospital.
- ◉ Con una gasa realizar una presión directa.
- ◉ Sujetar la gasa con una venda enrollada a la cabeza.
- ◉ Acostar al herido con la Cabeza y hombros ligeramente levantados. Aplicar sobre el hematoma compresas de agua helada o bolsas de hielo.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE HERIDAS CON HEMORRAGIA NASAL

La hemorragia nasal se puede producir por diversas razones. Normalmente sucede cuando se rompen los vasos sanguíneos dentro de las aletas de nariz.

- Siente al enfermo con la cabeza hacia delante.
- Pellizque fuertemente la nariz durante 15 minutos, mientras respira por la boca. Si no se detiene, realice la operación 3.
- Si la hemorragia se ha producido por un golpe o una herida, aplique sobre la nariz cubitos de hielo envueltos en un pañuelo.

Como NO actuar:

- Nunca incline la cabeza hacia atrás.
- Nunca tapone con algodones.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE HERIDAS CON HEMORRAGIA EN EL OIDO

Suele producirse por perforación en el tímpano causado por un objeto extraño, una explosión o un golpe en la cabeza.

- Siente al herido con la cabeza inclinada hacia el lado del oído afectado para que la sangre pueda salir.
- Después cubra el oído con una gasa.

Importante: Nunca tapone el oído

Importante: Si la hemorragia aparece tras un golpe en la cabeza y la sangre es tenue y acuosa, la situación es grave, ya que indica que el cráneo está fracturado.

Importante: En caso de hemorragia en el oído, siempre hay que acudir al médico.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

En pacientes conscientes animarlos a toser. **Nunca** dar golpes en la espalda.



Maniobra de Heimlich

- ↓ Colocarse detrás de la víctima
- ↓ Rodearle con los brazos.
- ↓ Colocar el puño al final del Esternón.
- ↓ Realizar presión hacia arriba.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

OBSTRUCCIÓN TOTAL DE LAS VÍAS

Maniobra de Heimlich en pacientes inconscientes:

- ↓ Tender a la víctima hacia arriba con la cabeza hacia un lado
- ↓ Colocarse hasta horcajadas sobre las caderas
- ↓ Colocar el talón de la mano debajo del esternón
- ↓ Realizar presión hacia dentro y hacia arriba

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE QUEMADURAS:

- En quemaduras leves (salvo las eléctricas) la actuación se limita al enfriamiento con agua fría durante 10 minutos (nunca hielo) y su posterior revisión por el médico.
- No aplicar sobre la quemadura ninguna sustancia (pomada, loción, etc.) ni algodón (podría dejar pelusa en la quemadura)
- Cubrir con una gasa estéril.
- Las ampollas no deben pincharse.
- Para quemaduras más graves, llevar urgentemente al accidentado a un centro sanitario y no intentar quitar la ropa.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE CONTUSIONES:

- Aplicar inmediatamente hielo (protegido la piel con gasas) durante unos 10-20 minutos cada hora
- No pinchar los hematomas para vaciarlos
- Si es importante la contusión, se inmovilizará la zona afectada y se remitirá al accidentado a un centro para valoración médica

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE ESGUINCES Y LUXACIONES:

- Inmovilizar la articulación afectada para no agravar su estado.
- Nunca intentar recolocar el hueso en su sitio.
- No aplicar ninguna pomada que enmascare el alcance real de la lesión.
- Aplicar hielo (protegido con gasas) si la lesión es reciente, para bajar el dolor y la hinchazón.
- Mantener la extremidad en reposo y elevada por encima del nivel del corazón. No forzar ningún movimiento.
- Derivar al accidentado a un centro asistencial para su valoración médica

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE FRACTURAS EN GENERAL:

- Aplicar frío local.
- Inmovilizar la zona tal y como está.
- Comprobar la existencia de pulso.
- No intentar enderezar el hueso fracturado, ni mover el miembro afectado.
- No movilizar al accidentado, a menos que ello implique un mayor peligro.
- Si es necesario mover al accidentado se sostendrá la parte afectada con ambas manos (por encima y por debajo de la fractura)
- En fracturas abiertas, antes de inmovilizarlas se cubrirá la herida con un apósito estéril o lo más limpios posibles.
- Se evaluará al accidentado en un centro médico para su atención.

ACTUACIONES BÁSICAS EN CASO DE ACCIDENTE

ACTUACIÓN ANTE LIOTIMIAS.

- Previo al desvanecimiento, sentarle con la cabeza entre las piernas o tumbarle en el suelo, elevando los pies.
- Si ya se ha desvanecido, tumbarle en el suelo boca arriba con los pies elevados en un lugar fresco o aireado.

GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN

