

Clase 2 - Condiciones y Actos Inseguros

- **Condición insegura:** Se refiere a cualquier característica física del entorno laboral que, por su naturaleza, puede causar un accidente o enfermedad profesional. Ejemplo: un piso mojado sin señalizar, una instalación eléctrica defectuosa.

- **Acto inseguro:** Es una acción humana que, de manera consciente o inconsciente, pone en riesgo la salud o la integridad propia o de otros. Ejemplo: subirse a una silla en vez de usar una escalera, manipular productos sin guantes.

Condiciones Inseguras (fallas del entorno)

Son situaciones físicas o materiales del lugar de trabajo que aumentan el riesgo de accidente o enfermedad profesional.

Ejemplos reales en farmacias:

1. Piso mojado sin señalizar
2. Enchufes expuestos o cables sueltos en zona de paso
3. Iluminación insuficiente en áreas de depósito o pasillos
4. Estanterías rotas o mal ancladas
5. Productos químicos (limpieza o farmacéuticos) mal almacenados
6. Ventilación deficiente (en áreas cerradas con productos volátiles)
7. Escaleras sin pasamanos o desgastadas
8. Estantes con exceso de carga o sin señalización de peso
9. Extintores vencidos o bloqueados por cajas
10. Puertas de emergencia obstruidas o sin cartel

Importante: Las condiciones inseguras son responsabilidad directa del empleador, pero todos pueden detectarlas y reportarlas.

Actos Inseguros (errores humanos)

Son decisiones o comportamientos del trabajador que aumentan el riesgo, aún cuando el entorno esté en condiciones adecuadas.

Ejemplos comunes en farmacias:

1. Subirse a una silla giratoria para alcanzar una estantería alta
2. Manipular productos con guantes mojados o rotos
3. No usar barbijo cuando hay protocolo vigente (ej. ante síntomas gripales)
4. Usar celular mientras se manipulan productos de limpieza
5. No avisar al supervisor sobre un derrame
6. Acomodar productos pesados en estanterías superiores sin ayuda
7. Dejar el carrito de reposición cruzado en pasillos de circulación
8. Abrir cajas con bisturí sin protección ni técnica adecuada
9. Ignorar ruidos o chispazos en tableros eléctricos
10. Comer en zonas donde hay medicamentos o insumos

Importante: Los actos inseguros pueden prevenirse con capacitación, supervisión y desarrollo de hábitos seguros.

Prevención de actos inseguros

Los actos inseguros pueden prevenirse mediante:

- Capacitación constante del personal.
- Desarrollo de una cultura de la prevención.
- Supervisión activa y responsable.
- Fomento del orden, la atención y el respeto a los procedimientos establecidos.
- Comunicación clara y directa ante observaciones o errores.

Ambientes sanos de trabajo

Un ambiente sano de trabajo no solo implica ausencia de riesgos, sino también un entorno físico y humano cuidado. Elementos clave:

- Limpieza y orden permanente.
- Buena iluminación y ventilación.
- Clima laboral respetuoso y colaborativo.
- Participación activa del personal en la mejora de las condiciones.
- Espacios donde se promueva el autocuidado y la prevención.

Factores de Riesgo en el Trabajo – Conceptos, Clasificación y Aplicación en Farmacias

¿Qué son los factores de riesgo?

Los factores de riesgo son todos aquellos elementos, condiciones o acciones presentes en el entorno laboral que pueden afectar negativamente la salud o integridad física, mental o emocional de los trabajadores.

Clasificación de los factores de riesgo

Condiciones de seguridad

Se refieren a las características físicas del entorno que pueden producir accidentes. Incluyen instalaciones, herramientas, mobiliario y circulación dentro del local.

Ejemplos en farmacias:

- Estanterías inestables o sobrecargadas.
- Piso mojado sin señalización.
- Extintores vencidos o bloqueados.

Medidas preventivas: mantener el orden físico, revisar instalaciones periódicamente, señalar riesgos visibles.

Medio ambiente físico de trabajo

Incluye factores como la iluminación, ventilación, temperatura, humedad y ruido. Su desajuste puede generar fatiga, malestar o accidentes.

Ejemplos en farmacias:

- Falta de ventilación en áreas con productos químicos.
- Iluminación deficiente en mostradores o depósitos.

Medidas preventivas: controlar las condiciones ambientales, realizar mantenimiento y adaptar espacios a las tareas.

Contaminantes químicos y biológicos

Los contaminantes químicos pueden ser sustancias líquidas, gaseosas o sólidas presentes en productos o tareas de limpieza. Los biológicos son microorganismos que pueden generar enfermedades infecciosas.

Ejemplos en farmacias:

- Limpieza con productos irritantes sin EPP.
- Manipulación de medicamentos vencidos o mal almacenados.
- Atención a personas con síntomas infecciosos sin barbijo ni guantes.

Medidas preventivas: uso de EPP, separación de residuos patológicos, ventilación y protocolos de bioseguridad.

Organización del trabajo

Hace referencia a cómo se planifican las tareas, los tiempos, la asignación de roles, la supervisión y la carga laboral. Una mala organización puede generar errores, estrés o tensiones laborales.

Ejemplos en farmacias:

- Falta de claridad en tareas asignadas.
- Ausencia de planificación diaria o rotación de funciones.

Medidas preventivas: planificación clara, reuniones de inicio de turno, establecer responsables por área.

¿Cómo identificar los factores de riesgo en una farmacia?

Algunas herramientas útiles son:

- Observación directa de tareas, instalaciones y comportamientos.
- Entrevistas o diálogos con trabajadores y supervisores.
- Listas de chequeo o formularios específicos para farmacias.
- Registro de incidentes o eventos casi accidentales.

La participación del personal en la identificación es clave para detectar situaciones reales y construir soluciones efectivas.

Orden y limpieza como factor clave en la Prevención

Importancia del orden y la limpieza

El orden y la limpieza son medidas preventivas esenciales en cualquier lugar de trabajo. Aunque a menudo se consideran cuestiones básicas, su impacto en la prevención de accidentes, la eficiencia operativa y el bienestar del personal es profundo y constante.

A diferencia de otras medidas de seguridad más complejas o costosas, el orden y la limpieza requieren principalmente compromiso, hábito y responsabilidad compartida.

Beneficios del orden y la limpieza en el trabajo

- Previene caídas, tropiezos y accidentes simples pero comunes.
- Reduce la acumulación de riesgos (cajas mal ubicadas, objetos olvidados, líquidos derramados).
- Facilita la circulación segura en zonas de tránsito frecuente.
- Mejora la imagen profesional del espacio y la percepción del cliente.
- Ayuda a conservar los materiales de trabajo y productos farmacéuticos.
- Refuerza el sentido de disciplina y organización del equipo.

Ejemplos de situaciones de desorden en farmacias

- Frascos o cajas fuera de lugar en estanterías: pueden caer y provocar lesiones o roturas.
- Pasillos con carritos o cajas de reposición: obstruyen el paso y aumentan el riesgo de tropiezos.
- Papeles sueltos o bolsas en el suelo.
- Mesadas llenas de productos que dificultan trabajar con comodidad.
- Residuos mezclados con productos en uso (confusión, contaminación).

Medidas preventivas simples y efectivas

- Asignar un tiempo breve al inicio y cierre del turno para ordenar.
- Señalizar zonas de almacenamiento y tránsito.
- Usar bandejas, cajas o divisores para ordenar pequeños productos.
- Definir responsables diarios de revisar puntos críticos.
- Aplicar el principio “lo que se usa, se guarda”.

INTRODUCCION A LA ERGONOMIA

1. Definición y Objetivo Central

La ergonomía es la disciplina científica que estudia la interacción entre los seres humanos y otros elementos de un sistema.

Su propósito es aplicar teorías y métodos de diseño para optimizar el bienestar humano y el desempeño global del sistema, bajo el principio de que el trabajo debe adaptarse a la persona y no al revés.

2. Marco Normativo (Argentina)

La implementación de la ergonomía no es opcional, sino que responde a un marco legal específico:

Resolución MTEySS N° 295/03: Establece que la ergonomía debe ser participativa e implementarse a través de un Programa de Ergonomía Integrado (PEI).

Resolución SRT N° 886/15: Obliga a todas las ramas de actividad a implementar procesos estables de identificación de riesgos ergonómicos.

Otras normas: Incluyen el Decreto N° 658/96 (enfermedades profesionales) y la Resolución SRT N° 3345/15 sobre límites de carga manual.

3. Dimensiones de la Ergonomía

Para el estudio del puesto de trabajo, se consideran tres áreas principales:

Ergonomía Física: Se enfoca en posturas, esfuerzos, manipulación de materiales, movimientos repetitivos y el diseño físico del puesto.

Ergonomía Cognitiva: Analiza procesos mentales como la percepción, memoria y razonamiento durante la interacción con el sistema.

Ergonomía Organizacional: Trata sobre la estructura de la organización, políticas, procesos y factores psicosociales que inciden en la salud.

4. Consecuencias de un Puesto Mal Diseñado

La falta de diseño ergonómico genera un impacto negativo progresivo:

Corto plazo (Síntomas): Falta de confort, fatiga general o localizada, molestias visuales y dolores músculo-esqueléticos.

Largo plazo (Enfermedades Profesionales): Síndrome del túnel carpiano, epicondilitis (dolor en el codo), lumbalgias, tendinitis y dedo en gatillo.

5. Medidas Preventivas

Para mitigar estos riesgos, la fuente propone dos tipos de intervenciones:

Ingeniería: Uso de ayudas mecánicas para transporte de cargas, herramientas que reduzcan la fuerza requerida y puestos de trabajo ajustables al usuario.

Administrativas: Implementación de pausas de recuperación, rotación de puestos para alternar grupos musculares y cambios en la organización de las tareas.