

Trabajo Final de Grado



- Universidad: Universidad Empresarial Siglo XXI
- Carrera: Licenciatura en Higiene y Seguridad Laboral
- Método de Caso: Hotel Howard Johnson
- Tema: Plan de Higiene y Seguridad Laboral orientado a riesgos ergonómicos del personal de limpieza en el rubro hotelero.
- Alumna: Vanesa Nora De Simone
- Legajo: VHYS005324
- DNI:35069210
- Profesores: Hernán Hoyos y Guillermo Donkin
- Año: 2022



Índice

Agradecimientos	6
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Marco de referencia institucional	9
Descripción de la problemática	10
Resumen de antecedentes	12
Relevancia del caso	14
Análisis de la situación	14
Análisis de contexto	16
Ocupación hotelera	16
Informes técnicos	16
Análisis específico	17
Organigrama Institucional	17
Flujograma Hotelería	19
Diagnostico organizacional	20
FODA	20
Marco Teórico	20
Ergonomía	21
Evaluación de Riesgos Laborales	22
Siniestralidad en la Actividad Hotelera	24

Prevención de Riesgos Laborales	25
Buenas Prácticas de Ergonomía	27
Diagnóstico y Discusión	28
Propuesta y Plan de Implementación	28
Objetivo general	29
Objetivos específicos	29
Alcance	29
Planificar las medidas preventivas y correctivas	30
Diseño del puesto y de los elementos del puesto	31
Equipos, útiles y ayudas mecánicas. Elección y uso.	31
Organización de las tareas	32
Formación	33
Vigilancia de la salud	34
Factores psicosociales	34
Otras medidas	34
Programa de Ergonomía Integrado	35
Beneficios del P.E.I.	36
Recursos	36
Recursos Humanos	36
Recursos Económicos	37
Recursos Materiales	37
Técnico	37
Objetivos de Control	37

Jerarquía de Control	38
Política de Seguridad y Salud Ocupacional (SySO)	40
Método para comprobar el Plan de implementación	41
Conclusión	41
Recomendación	42
Referencias	46
Documentos de sitio web	46
Libros	51
Legislación Nacional	51
Anexos	52
Anexo 1-Matriz de riesgos	52
Anexo2-Graficos de Índice de siniestralidad	62
Anexo 3- RGRL	63
Anexo 4- Hojas de Seguridad	70
Anexo 5-Diagrama de Gantt y Planificación Anual	72
Anexo 6-Presupuesto	74
Anexo 7-Foda	75
Pares de Éxito (Fortalezas + Oportunidades)	76
Pares de Adaptación (Debilidades + Oportunidades)	77
Pares de Riesgo (Debilidades + Amenazas)	78
Pares de Reacción (Fortalezas + Amenazas)	79
Anexo 8- Datos estadísticos, a nivel nacional, sobre la prevalencia de los Factores de Riesgo Ergonómico en los puestos de trabajo.	80

Anexo 9- Situación actual de las camareras de piso.	81
Anexo 10-Recomendaciones Administrativas y de Ingeniería	82

Agradecimientos

En primer lugar quiero agradecer a mis compañeros y a los profesores por el acompañamiento y guía en este Trabajo Final de Grado, ya que fue todo un desafío para mí poder lograr realizarlo frente a distintas problemáticas personales que se presentaron en el camino.

Gracias a mi marido y mis hijos, que me tuvieron mucha paciencia y me dieron fuerzas y apuntalamiento para seguir adelante. Por acompañarme, en esas largas horas nocturnas cuando tenía que estudiar. Quiero agradecerles a mis papas que sin ellos no hubiera podido estudiar, gracias por darme un futuro y por alentarme en cada proyecto y meta. A mis suegros, cuñados y hermana que confiaron en mí, y me animaron en cada paso.

Fue un desafío enorme volver a estudiar, y tener confianza en mí, de que si puedo. No es fácil estudiar con hijos, con una bebe muy chiquita y las obligaciones que cada uno tiene, pero desde el primer día, supe que no iba a bajar los brazos e iba a dar lo mejor de mi hasta el final.

Resumen

Este trabajo final de grado tuvo como objetivo analizar las condiciones de riesgo a los que se expone el personal de limpieza del Hotel Howard Johnson y trabajar en la prevención de los mismos favoreciendo la calidad de vida laboral, a través del diseño e implementación de estrategias de intervención que minimice los riesgos a los que se encuentran expuestos.

Para identificar el nivel de riesgo, se aplicó un diseño metodológico, cuantitativo para identificarlos y cuantificarlos en base a una escala numérica y por otra parte cualitativa, para obtener una impresión general sobre los riesgos a fin de calificarlos. Los resultados evidenciaron que los riesgos más frecuentes son los ergonómicos, deteriorando la salud de los trabajadores, reduciendo así su calidad de vida y ocasionando patologías y lesiones invalidantes. Estas provocan un incremento del absentismo, bajas por accidentes y enfermedades, con inevitables pérdidas económicas de una empresa.

Se concluye que hay aspectos a mejorar en el Hotel en cuanto a Higiene y Seguridad en el Personal de Limpieza, por lo que se pone a disposición herramientas y procedimientos de trabajo seguro, con el fin de orientarlos en la aplicación de un Servicio de Higiene y Seguridad enfocándonos en la prevención.

Palabras Clave: Personal de limpieza, Riesgos, Prevención, Ergonómicos, Trabajo Seguro.

Abstract

The objective of this final degree project was to analyze the risk conditions to which the cleaning staff of the Howard Johnson Hotel are exposed and to work on their prevention, favoring the quality of working life, through the design and implementation of safety strategies. Intervention that minimizes the risks to which they are exposed.

To identify the level of risk, a methodological, quantitative design was applied to identify and quantify them based on a numerical scale and on the other hand qualitative, to obtain a general impression of the risks in order to qualify them. The results showed that the most frequent risks are ergonomic, deteriorating the health of workers, thus reducing their quality of life and causing pathologies and disabling injuries. These cause an increase in absenteeism, sick leave due to accidents and illnesses, with inevitable economic losses for a company.

It is concluded that there are aspects to improve in the Hotel in terms of Hygiene and Safety in the Cleaning Staff, for which tools and safe work procedures are made available, in order to guide them in the application of a Hygiene and Safety Service. Safety focusing on prevention.

Keywords: Cleaning staff, Risks, Prevention, Ergonomics, and Safe Work.

Introducción

El presente trabajo final de grado pretende analizar los riesgos y proponer un plan de acción para prevenir y minimizar los riesgos y peligros presentes en el Hotel Howard Johnson. En él se hará referencia a los procesos y características de un establecimiento con la finalidad de elaborar el análisis de riesgo y criterios de actuación frente a los riesgos más significativos; con el fin de identificar los riesgos laborales y de acuerdo a su evaluación, eliminarlos, reducirlos y controlarlos.

Es importante que en toda empresa se pueda llevar adelante una gestión de sistema de seguridad y salud ocupacional teniendo como referencia la normativa establecidas por Ley N° 19587 que está

reglamentada por el Decreto 351/79, y N° 24557 junto con la normativa complementaria, trabajando de la mano con el Relevamiento general de riesgos de trabajo 463/19, esta herramienta colabora con el sistema de prevención ya que permite que las aseguradoras y la Superintendencia posean una fuente más de información sobre los riesgos existentes y habilita un asesoramiento en medidas de prevención específico para esos riesgos por parte de las ART; que nos van marcando el camino con respecto a la prevención, para proteger la integridad psicofísica de cada trabajador.

Para la prevención de riesgos ergonómicos nos basamos en la resolución 886/15, ésta resolución de la SRT presenta una herramienta básica para la prevención de trastornos músculo esqueléticos, hernias inguinales directas, mixtas y crurales, hernia discal lumbosacra con o sin compromiso radicular que afecte a un solo segmento columnario y várices primitivas bilaterales y en conjunto con resolución 295/03 por la que se aprueban especificaciones técnicas sobre ergonomía y levantamiento manual de cargas, y sobre radiaciones.

A su vez se trabajara de la mano con el sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo con la norma internacional ISO 45001, con orientación para su uso el cual ofrece un marco claro y único a todas las organizaciones que deseen mejorar su desempeño en materia de SST.

La valoración de riesgos nos va a permitir que se conozcan razonablemente los principales factores que ponen en peligro los objetivos planeados, por lo tanto, si los mismos han sido valorados correctamente nos dejará realizar un buen plan de higiene y seguridad, basándose en los indicadores y programas de capacitación podremos evaluar y marcar pautas concretas para mejorar toda la gestión, y señalará el camino correcto hacia la mejora continua.

Para ello me enfocare principalmente en los Riesgos ergonómicos del establecimiento, ya que los mismos generan el mayor número de bajas laborales en este sector y será comprobado a lo largo del mismo estudio.

Marco de referencia institucional

La provincia de Córdoba cuenta con más de 2000 alojamientos registrados y habilitados para recibir visitas, por lo que es la 2° provincia en el país con mayor cantidad de plazas disponibles para el turismo. (Córdoba turismo, 2022)

La Provincia de Córdoba es un destino ideal para experimentar las más diversas sensaciones que a un viajero le puedan provocar placer. Con una indeleble impronta cultural e histórica, nuestro territorio combina tradición, modernidad y una excepcional riqueza paisajística. Por la variedad de destinos que propone su geografía, es un lugar donde el turista podrá disfrutar todo el año propuestas siempre novedosas. (Córdoba turismo, 2022)

Howard Johnson es una cadena hotelera internacional con más de 70 años de experiencia en Estados Unidos de América y el mundo.

Tiene afiliados bajo el sistema de franquicia alrededor de 800 hoteles en todo el mundo. El área internacional de la Compañía supera ya el 30% de la totalidad de los Hoteles en operación.

La marca registrada Howard Johnson pertenece actualmente al Grupo Wyndham Worldwide, el cual está integrado bajo el esquema de franquicias y/u operación 7.100 hoteles afiliados en las distintas marcas del grupo.” (Introducción al turismo, 2016)

En el año 2011, se inauguró el Howard Johnson Carlos Paz, una empresa familiar que mantiene su impronta de pyme. El hotel cuenta en su gestión con la presencia de dos hermanas (Jessica y Bárbara) y su padre (Pablo Elliott), oriundos de Salta, quienes ya tenían experiencia hotelera en su ciudad natal. Howard Johnson. (2018)

La Visión del Hotel Howard Johnson es ubicándose en las diferentes localidades, acercándose de esta forma la posibilidad de acercarse a un hotel de renombre internacional en el mercado local. Howard Johnson (2018)

Descripción de la problemática

De acuerdo al análisis realizado sobre la información del Hotel Howard Johnson, éste no cuenta con servicio de Higiene y seguridad laboral en relación a la cantidad de empleados que trabajan en dicho establecimiento. Teniendo en cuenta que uno de los objetivos principales sería el cuidado de la seguridad de los huéspedes, así como también de la nómina de empleados que integran el mismo. Al ser una empresa de renombre internacional, este debería contar con un departamento de servicio de Higiene y seguridad laboral propia, ya que el establecimiento cuenta solamente con un referente de seguridad e higiene, el cual trabaja mancomunadamente con el jefe de Mantenimiento.

El foco en el servicio y atención al huésped es una de las premisas fundamentales para trabajar en la organización. Espera de sus colaboradores un alto nivel de desempeño en sus funciones, deseos de crecer y superarse, vocación de servicio y una actitud que promueva el trabajo en equipo y buen ambiente laboral, tranquilidad y disposición hacia cada uno de los visitantes. En pos de garantizar ello, el empleado se ve expuesto a determinados riesgos en base al tipo de servicio que brinda.

Altos porcentajes de los empleados en hostelería padecen molestias o dolores. Según los datos extraídos de la Encuesta Nacional de condiciones de Trabajo de 2015, el sector de la hostelería es una de las actividades que presenta mayor frecuencia de riesgos ergonómicos. Los principales riesgos estudiados y su porcentaje de exposición en hostelería son: Movimientos repetitivos de manos o brazos (75%), posiciones dolorosas (54%) y llevar o mover cargas pesadas (49%). El 34% de los empleados del sector opinan que su trabajo influye de manera negativa directamente en su salud. Prueba de ello son los porcentajes de dolor que padecen los trabajadores. El 45% de los encuestados declara padecer de dolores en la espalda y de dolores en el cuello y extremidades superiores. Este tipo de dolores son lo que se denomina trastornos musculoesqueléticos (TME). Estos datos reflejan un índice de episodios de incapacidad temporal en los últimos 12 meses del 30%.

(Encuesta Nacional de condiciones de Trabajo, 2015)

Cuando no se cuenta con ergonomía en el puesto de trabajo, hay riesgo de sufrir un sinnúmero de lesiones. Las más conocidas son, entre otras, el dolor de espalda, que un 60-90 % de las personas ha padecido como consecuencia de su puesto laboral. También destacan las malas posturas en el trabajo, que pueden derivar en dolores varios de articulaciones e incluso contracturas o desviaciones de columna. La falta de tiempo para realizar actividades de ocio y para hacer ejercicio también puede contemplarse en este caso, al igual que el estrés que se sufre y los problemas derivados del mismo.

Las problemáticas de ergonomía en el sector hotelero son varias y están principalmente relacionadas con las tareas del personal de limpieza, cuya función es la de poner a punto la habitación para un nuevo cliente que llega, o para uno que ya se aloja en el hotel.

Las camareras de piso transcurren un 85% de la jornada laboral diaria en posiciones perjudiciales para el cuerpo, como son los sobreesfuerzos que pueden producir trastornos o lesiones músculo-esqueléticas, originadas fundamentalmente por la adopción de posturas forzadas, la realización de movimientos repetitivos, por la manipulación manual de cargas y por la aplicación de fuerzas. En el presente informe abordare específicamente las tareas del servicio de limpieza.

En la actualidad, se minimiza la situación por la que atraviesa el sector de personal de limpieza, el cual está expuesto a arduas condiciones de trabajo. En muchos casos, las propias trabajadoras desconocen cómo cuidarse. Si logramos que tomen conciencia del cuidado de su cuerpo, ellas evitarán lesiones, enfermedades, daños derivados del trabajo, y por sobre todas las cosas, podrán armonizar su vida laboral con la personal. Lo verdaderamente importante es prevenir la aparición de estas afecciones, controlándolos factores que alteran las condiciones de trabajo. Esta es la razón por la cual se debe hacer una actividad preventiva y donde deben centralizarse los esfuerzos de todos. Es nuestra inquietud acompañarlas, poner en valor su actividad y cuidarlas para que puedan mejorar aspectos organizativos y preventivos en su puesto de trabajo.

Actualmente, el marco legal argentino, establece la obligatoriedad de identificar nueve factores de riesgo ergonómico: Levantamiento/Descenso manual de cargas, Empuje y Arrastre manual, Transporte manual, Bipedestación, Movimientos repetitivos de miembros superiores, Posturas forzadas, Vibraciones, Confort Térmico y Estrés de Contacto. Para esto, el profesional cuenta con Protocolos de Ergonomía que definen los criterios de exposición, y también le permiten definir a través de una evaluación inicial, el nivel de Riesgo de cada Factor. Estos niveles establecen un criterio unificado para todo el territorio

nacional, con tres niveles bien diferenciados: Nivel de Riesgo Tolerable (Nivel de riesgo 1); Nivel de Riesgo Moderado (Nivel de riesgo 2); y Nivel de Riesgo No Tolerable (nivel de riesgo 3). Basados en estos criterios de exposición y clasificación, y luego de un año de arduo trabajo, los especialistas de la Fundación Argentina de Ergonomía desarrollaron estos primeros índices estadísticos inéditos hasta ahora en nuestro país. Riesgo No Tolerable (nivel de riesgo 3). Basados en estos criterios de exposición y clasificación, y luego de un año de arduo trabajo, los especialistas de la Fundación Argentina de Ergonomía desarrollaron estos primeros índices estadísticos inéditos hasta ahora en nuestro país.

Resumen de antecedentes

Según un estudio del INVASSAT, el 67% de las kellys (se encargan de la limpieza y adecuación de las estancias de un hotel) sufren enfermedades derivadas de las altas cargas de trabajo. Yolanda García (portavoz de las Kellys en Benidorm, asociación española de mujeres denominada Las Kellys) cuenta que en esta Semana Santa han seguido haciendo 26, 27 e incluso 28 habitaciones por jornada. "Es inadmisibile", declara.

Explica que ahora mismo tienen tres enfermedades profesionales reconocidas: la bursitis, el codo de tenista o el túnel carpiano y crítica que todavía sigan teniendo problemas con las mutuas (son asociaciones privadas de empresarios sin ánimo de lucro que colaboran en la gestión de la Seguridad Social.). Reclaman que otras dolencias como las cervicales o las hernias discales sean reconocidas también. (Radio alicante, 2019)

El estudio –tras 15 entrevistas en profundidad en distintas ciudades españolas y seis grupos de trabajo formados por personal del sector– revela un escenario desalentador para las limpiadoras, las cuáles limpian una media de 20 habitaciones al día. Los fármacos más consumidos son los relajantes musculares, analgésicos, antiinflamatorios y ansiolíticos. “Tomar ciertos medicamentos nos lleva al consumo de otros para paliar los efectos de los primeros, como tomar protectores de estómago antes de un ansiolítico”, explica Carla (nombre ficticio), limpiadora de hotel externalizada. Añade que, en su

caso, “sin pastillas no podría trabajar” y cuenta que padece ansiedad y síndrome del túnel carpiano. (El Diario, 2019)

El inicio de la historia se remonta a marzo de 2017, cuando la Inspección de Trabajo levanta un acta de infracción grave contra el hotel de Lanzarote por no haber llevado a cabo una evaluación ergonómica de los puestos de trabajo de su departamento de pisos. La sanción propuesta era de 20.491 euros. Sin embargo, la empresa recurrió y un juzgado de primera instancia rebajó la multa hasta los 2.046 euros.

Por eso, defiende el TSJ de Canarias, el concepto de 'peligrosidad' debe ser interpretado conforme a la realidad actual e incorporando la perspectiva de género. Algo que, dice, exige integrar “el duro trabajo desempeñado” por las camareras de piso que hacen “esfuerzos ergonómicos de carácter repetitivo” que a corto o medio plazo suelen derivar en diversas dolencias en músculos, tendones y huesos. “Estas alteraciones pueden dar lugar a dolencias muy dolorosas que se van larvando durante años y cuando se manifiestan son ya incurables y crónicas”, argumenta el tribunal, que añade que estas enfermedades suelen ir acompañadas de síntomas psíquicos por la monotonía y la elevada carga de trabajo. (El Diario.es, 2019)

Este es el caso de Esther, camarera de piso en hoteles Port Aventura (Tarragona) y externalizada desde el año 2013. Lleva 20 años trabajando como limpiadora y sufre dolores en las cervicales, lumbares, brazos, rodillas y pies, según explica. (El Diario.es, 2019)

Anexo 8-Datos estadísticos desarrollados por FADE

Según este informe, la excesiva carga de trabajo a la que se ven sometidas las camareras de piso se ve reflejada en que el 95,5% sufre síntomas clínicos de ansiedad, el 74% tiene problemas de concentración y el 82% falta de energía, el 70% afirma tener entre cuatro y siete zonas con dolor muscular, el 71,5% consume fármacos para el dolor muscular, el 73,2% duerme menos de ocho horas al día y el 9% menos de cinco, y el 40% presenta síntomas de ansiedad. "Te duele todo, es que te duele hasta el alma", afirma una trabajadora anónima en el informe. “Me ha tocado medicarme cuatro o cinco días seguidos para poder aguantar el dolor y trabajar”, confesaba otra.

"Me tomaba 5 o 6 pastillas durante la jornada porque me daba energía"
Hernias, lumbalgias, ciáticas, síndrome del túnel carpiano, tendinitis, problemas de tensión, dolencias en

las vías respiratorias debido a los productos de limpieza, unido a un envejecimiento acelerado, convierten su trabajo en un empleo de riesgo. Pero el problema se agrava todavía más, ya que suelen entrar en un espiral de insomnio junto a estrés y ansiedad por su sensación de no llegar nunca a los ratios marcados por la empresa. Según las entrevistas, esto suele derivar en un estrés crónico que se junta con el miedo a ser sancionadas o despedidas. La depresión acaba siendo el resultado de la suma de todos estos factores que sólo pueden amortiguar a base de pastillas. (Informe CCOO camareras de piso, 2019)

Anexo 9-Situación actual de camareras de piso.

Relevancia del caso

Procurar y mantener la seguridad de los empleados debe ser una de las principales prioridades de un hotel, puesto que de ellos depende dar una buena imagen y brindar el mejor servicio a los huéspedes.

Cada área tiene sus propios peligros y planes de acción, por eso, que es importante concientizar a los trabajadores sobre las amenazas a los que están expuestos.

Aunque las camareras pueden sufrir daños físicos muy diferentes a los de un recepcionista, personal de limpieza o los cocineros, todos pueden enfrentarse a los obstáculos más comunes dentro de un hotel y deben de saber cómo actuar o prevenirlos, es por eso que crear una buena cultura de trabajo y prevenir daños, será la mejor manera de mantenerlos felices y en su puesto.

Como ya lo hemos desarrollado en artículos anteriores, es fundamental tener en cuenta los costos de no prevenir estos trastornos, ya que según informes de la OIT, los trastornos músculo esqueléticos son la segunda causa de ausentismo a nivel mundial luego de los estados gripales. (Ergonoticias, 2016)

Análisis de la situación

En 1997, Howard Johnson abrió su primer hotel en la ciudad de Buenos Aires para realizar su primera carrera hacia un crecimiento sostenido. Dos años más tarde empezó su despliegue en diferentes provincias del país.

La llegada de Howard Johnson marcó un hito en este país dado que se ubicó en diferentes localidades, acercando de esta forma la posibilidad de acceder a un hotel de renombre internacional en el mercado local. Es por esto que Howard Johnson se ha convertido en uno de los principales actores en el desarrollo de localidades de pequeño y mediano tamaño de Argentina.

En el año 2011, se inauguró el Howard Johnson Carlos Paz, una empresa familiar que mantiene su impronta de pyme. El hotel cuenta en su gestión con la presencia de dos hermanas (Jessica y Bárbara) y su padre (Pablo Elliott), oriundos de Salta, quienes ya tenían experiencia hotelera en su ciudad natal.

La idea con la que se gestó este proyecto fue construir un condo hotel. La obra duró 3 años y contó con el aporte de inversionistas que confiaron en el proyecto, que tenía como objetivo la construcción de 127 habitaciones, un centro de convenciones, un restaurante y todo lo necesario para transformarse en un hotel de primera línea con amplios servicios para las empresas y las familias.

En el mes de octubre del año 2016, el hotel contrató a 80 colaboradores que se capacitaron en diferentes áreas, y el 16 de diciembre del 2016, se realizó la inauguración oficial. En febrero del año siguiente, coincidiendo con los carnavales, el hotel ya estaba en su plena ocupación.

Se encuentra a sólo 40 minutos del Aeropuerto Internacional de Córdoba y a 5 minutos del centro de Villa Carlos Paz, el hotel ofrece 127 modernas habitaciones con elegante decoración y excelente servicio. Además, un restaurante con cocina internacional, piscinas descubiertas, spa & health center, jacuzzi, sala de relax, salón de convenciones y salas de reuniones.

Todo el entorno del hotel es un espacio verde en el cual se encuentran diferentes juegos para niños; adicionalmente, el hotel cuenta con una programación de actividades infantiles a lo largo del año.

De acuerdo a los distintos puestos analizados en el presente informe, se detectaron distintas falencias respecto a la seguridad e higiene laboral. Tal como establece la Ley 19587 con su decreto 351/79, todo

establecimiento debe reunir varias características para poder contar con un adecuado funcionamiento en la distribución y características de sus locales de trabajo previendo condiciones de higiene y seguridad. Se deben realizar las distintas mediciones y evaluaciones tanto del puesto de trabajo como del establecimiento, para poder asistir a un ambiente de trabajo sano y digno de toda persona.

A pesar de la importancia de cumplir con la normativa y la prevención de riesgos, el Hotel no cuenta con un departamento de seguridad e higiene, dado que al ser un establecimiento de grandes dimensiones, y no solo con personal que trabaja en el mismo y los huéspedes, presenta un renombre a nivel internacional y debe de contar con la mejor supervisión en materia de seguridad e higiene. El mismo no menciona tampoco las mediciones tanto Ergonómicas bajo la resolución 886/2015 esta resolución de la SRT presenta una herramienta básica para la prevención de trastornos músculo esqueléticos, hernias inguinales directas, mixtas y crurales, hernia discal lumbosacra con o sin compromiso radicular que afecte a un solo segmento columnario y várices primitivas bilaterales y la resolución 295/03 por la que se aprueban especificaciones técnicas sobre ergonomía y levantamiento manual de cargas, y sobre radiaciones; como de iluminación bajo la resolución 84/12 protocolo para la Medición de la Iluminación en el Ambiente Laboral, de uso obligatorio para todos aquellos que deban medir el nivel de iluminación , riesgos químicos Resolución 861/2015 protocolo para medición de contaminantes químicos en el aire de un ambiente de trabajo, contaminación ambiental Ley 25.675 la ley establece los presupuestos mínimos para el logro de una gestión sustentable y adecuada del ambiente, la preservación y protección de la diversidad biológica y la implementación del desarrollo sostenible en Argentina. Asimismo, establece un marco general sobre información y participación en asuntos ambientales, la responsabilidad por daño ambiental y la educación ambiental., ruido Resolución 85/12 Protocolo para la Medición del nivel de Ruido en el Ambiente Laboral, entre otros.

Análisis de contexto

Ocupación hotelera

La Encuesta de Ocupación Hotelera (EOH) mide el impacto del turismo internacional y del turismo interno sobre el sector hotelero y parahotelero nacional. Elabora indicadores de la actividad hotelera tanto desde la perspectiva de la oferta como desde el punto de vista de la demanda.

Informes técnicos

Encuesta de ocupación hotelera. Cifras estimadas a junio de 2022

En junio de 2022, se estimaron 2,9 millones de pernoctaciones en establecimientos hoteleros y parahoteleros. Esto implicó un aumento de 355,8% respecto al mismo mes del año anterior. Las pernoctaciones de viajeros residentes registraron un incremento de 295,4% y las de no residentes, de 3.135,9%. (Indec, 2022)

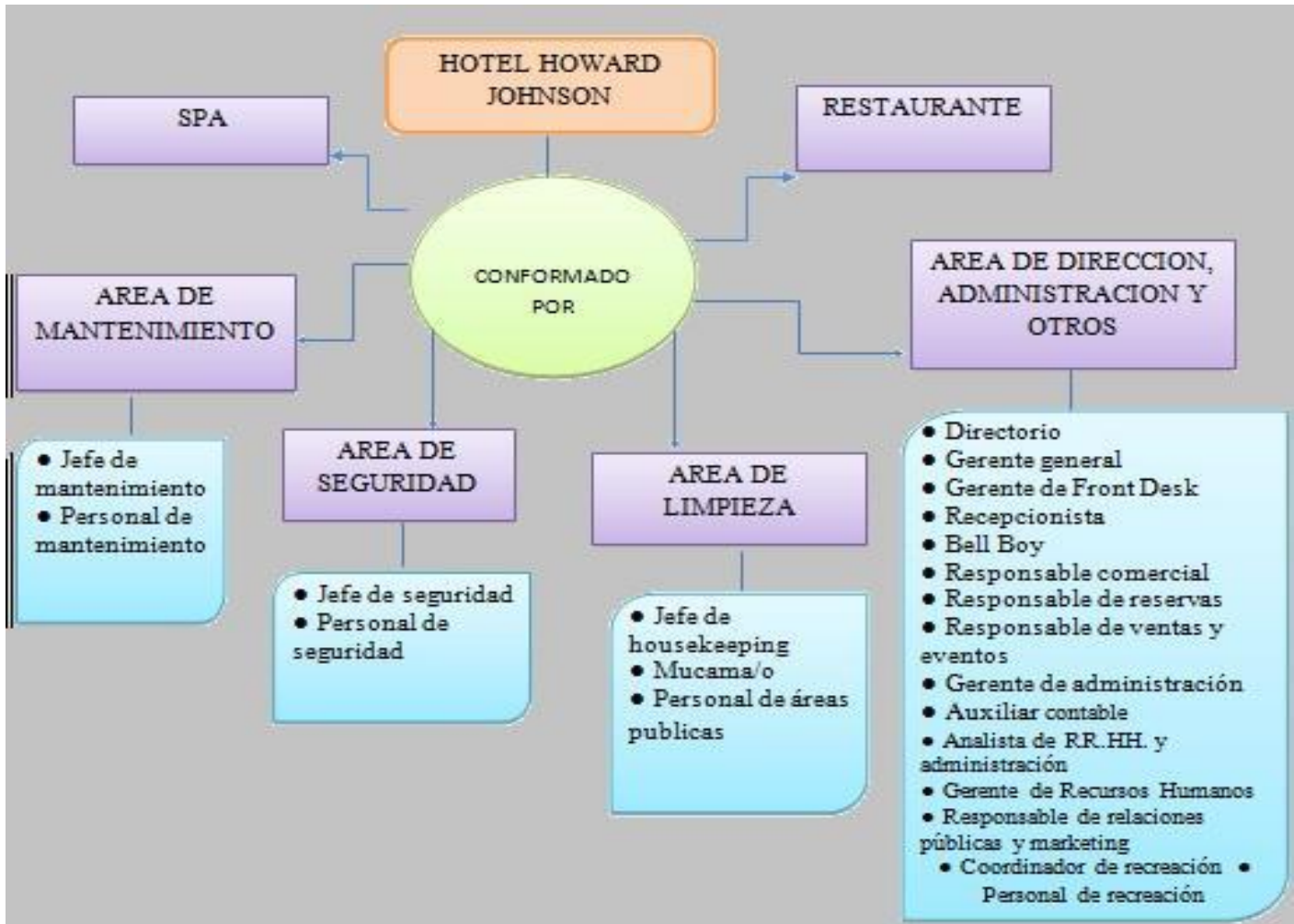
En Argentina, el turismo - con un aporte al PBI del 7,6 por ciento- se presenta como una de las principales actividades económicas y, en el caso de los ingresos por turismo receptivo, representa el cuarto sector exportador en importancia. También se destaca su participación en el empleo y en la recaudación fiscal. (Cámara Argentina de Turismo, 2008)

En el año 2020, las unidades productivas ubicadas en la provincia de Córdoba concentraban un total de 559.544 trabajadoras/es cubiertas/os por el Sistema de Riesgos del Trabajo y registraron 21.698 accidentes de trabajo o enfermedades profesionales con días de baja laboral (AT y EP). Con esto el índice de incidencia se ubica en 38,8 AT y EP cada mil trabajadoras/es cubiertas/os (gráfico 1), lo que implica un descenso de 26,2% respecto del año 2019 (gráfico 2). (SRT, 2020)

Anexo 2.Graficos con índice de siniestralidad

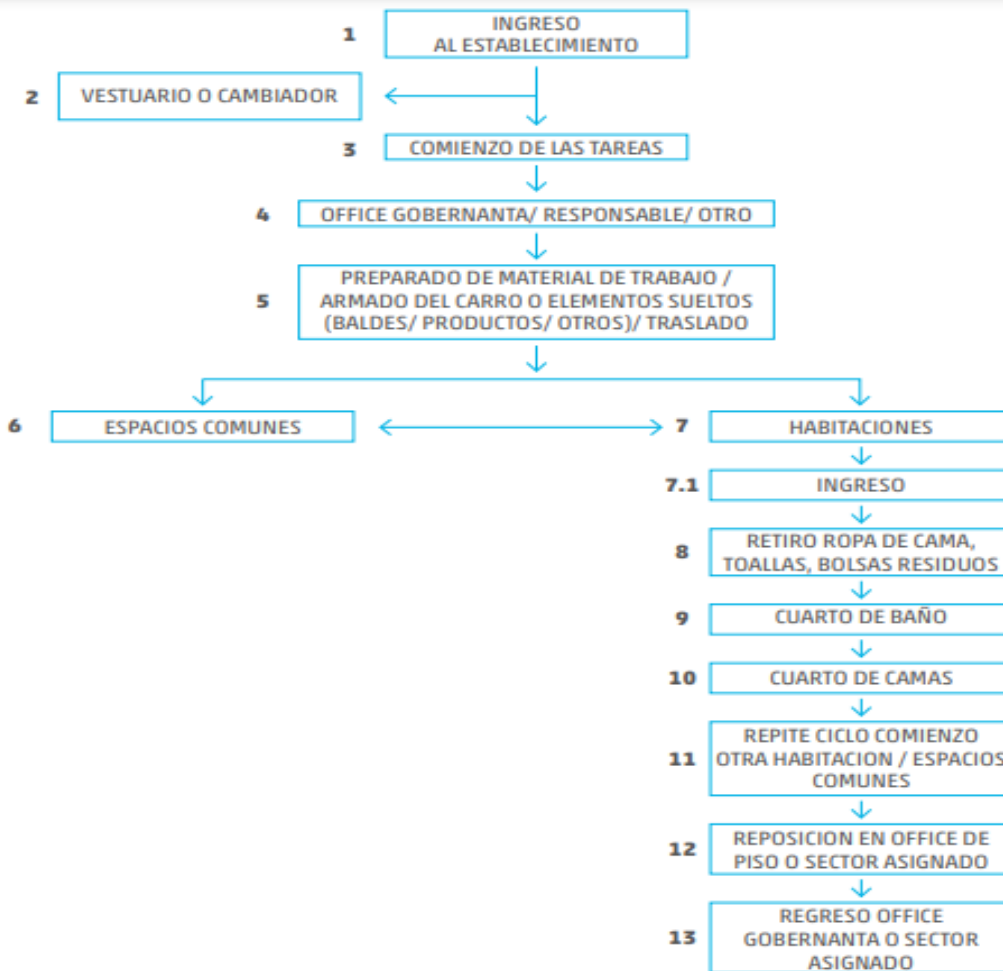
Análisis específico

Organigrama Institucional



Fuente: Elaboración propia con información Howard Johnson. (2018)

Flujograma Hotelería



Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo (2019)

Se realizó una Matriz de riesgo laboral utilizando las planillas de la resolución 886/15”Protocolo de Ergonomía” como herramienta de gestión que permite determinar objetivamente cuáles son los riesgos relevantes para la seguridad y salud de los trabajadores que enfrenta una organización .Evaluaremos la probabilidad y la gravedad, durante el proceso de planificación del proyecto. Esta matriz que realizare afecta al personal de limpieza del Hotel frente a riesgos ergonómicos.

Anexo 1 –Matriz de Riesgos

Diagnostico organizacional

FODA

El análisis FODA es una técnica que se usa para identificar las fortalezas, las oportunidades, las debilidades y las amenazas del negocio o, incluso, de algún proyecto específico. Si bien, por lo general, se usa muchísimo en pequeñas empresas, organizaciones sin fines de lucro, empresas grandes y otras organizaciones; el análisis FODA se puede aplicar tanto con fines profesionales como personales.

El análisis FODA es una herramienta simple y, a la vez, potente que te ayuda a identificar las oportunidades competitivas de mejora. Te permite trabajar para mejorar el negocio y el equipo mientras te mantienes a la cabeza de las tendencias del mercado.

Anexo 7-Foda

Marco Teórico

Para comprender con mayor precisión los contenidos que presenta el presente reporte de caso, serán a continuación plasmados los conceptos principales en relación con la problemática abordada, teniendo consecutivamente como objetivo, desarrollar un plan de prevención de riesgos laborales que se ajuste a los riesgos ergonómicos del personal de limpieza en el establecimiento.

Riesgos Ergonómicos

Ergonomía

La ergonomía es la ciencia que estudia la adaptación del medio al hombre; en el ámbito laboral: la relación entre el trabajador que efectúa la tarea; y la forma en que está diseñado su puesto; y el modo con que realiza la tarea. El análisis de esta relación tiene como fin adaptar el trabajo al hombre, considerando sus características físicas y las de la tarea que debe desempeñar, a fin de evitar la generación de enfermedades o lesiones.

Este estudio tiene un amplio alcance ya que incluye todas las condiciones en las que se desarrolla una actividad laboral, entre ellas: El ruido La iluminación Las vibraciones La carga térmica (frío o calor excesivo) Las radiaciones El diseño del lugar en el que se trabaja Las herramientas o maquinarias que se usan La altura y comodidad de los asientos o mesas Las cargas físicas (movimientos repetitivos, carga de bultos, etc.) La cantidad de horas que se trabajan, los descansos, el horario, etc.

En la ciencia ergonómica confluyen principios de biología, sicología, anatomía, biomecánica y fisiología. Esta comunión tiene por objetivo, suprimir todas aquellas situaciones que pueden provocar cansancio, lesiones, incomodidad que, a largo o mediano plazo, provocarán enfermedades a veces irreversibles. Lic. José Luis Melo (2005)

El objetivo primordial de la ergonomía es la mejora de la calidad de vida del usuario, sea en usos domésticos o delante de un equipo de trabajo. Se entiende por calidad la reducción de los riesgos posibles y el incremento del bienestar de los usuarios, acompañado de soluciones positivas adecuadas a las capacidades de los usuarios y de la viabilidad económica del proyecto ergonómico. La ergonomía es una ciencia multidisciplinar que combina tres ramas: 1. Ciencias biológicas (fisiología, anatomía y medicina), que informan de la estructura del cuerpo en cuanto a capacidades y limitaciones físicas del operario, dimensiones de su cuerpo, pesos que puede levantar, presiones físicas que puede soportar, etc.

2. Fisiología y psicología experimental. La fisiología estudia el funcionamiento del cerebro y del sistema nervioso como determinantes de la conducta, mientras que los psicólogos experimentales intentan entender las formas básicas en que el individuo usa su cuerpo para comportarse, percibir, aprender, recordar, controlar los procesos motores, etc. 3. Física e ingeniería, que proporcionan información similar acerca de la máquina y el ambiente con los que el operador tiene que enfrentarse. De este modo, la labor de la ergonomía es primero determinar las capacidades del operario y después intentar construir un sistema de trabajo en el que se basen estas capacidades. Se estima que la ergonomía es la ciencia que ajusta el ambiente al hombre. Antonio Creus y Jorge Mangosio (2011)

Según la Fundación Argentina de Ergonomía, señala que a nivel mundial, el 80% de los trabajadores ha sufrido o sufrirá en su vida laboral al menos un trastorno musculoesquelético (TME). Y desde hace años, según datos de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), los TME son la segunda causa de ausentismo a nivel mundial.

La herramienta base para la prevención de estos trastornos es el Programa de Ergonomía Integrado. En Argentina, desde el 2003 la implementación del P.E.I. es obligatoria para todos los empleadores radicados en el territorio nacional, según la Resolución 295/03. Esta política de prevención se profundizó en el 2015, con la Res. 886/15 SRT que impuso como nueva arma contra los TME a los Protocolos de Ergonomía. Los Protocolos de Ergonomía son formularios de presentación obligatoria para todos los empleadores del territorio, tanto para el sector privado como el público.

Evaluación de Riesgos Laborales

La evaluación de riesgos constituye la base de partida de la acción preventiva, ya que a partir de la información obtenida con la evaluación podrán adoptarse las decisiones precisas sobre la necesidad o no de acometer acciones preventivas. Estando considerada como un instrumento esencial del sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales».

De acuerdo con las «Directrices para la evaluación de riesgos en el lugar de trabajo», elaborada por la Comisión Europea y publicado por la Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas, Luxemburgo 1996, se entiende por evaluación de riesgos «el proceso de valoración del riesgo que

entraña para la salud y seguridad de los trabajadores la posibilidad de que se verifique un determinado peligro en el lugar de trabajo».

Con la evaluación de riesgos se consigue el objetivo de facilitar al empresario la toma de medidas adecuadas para poder cumplir con su obligación de garantizar la seguridad y la protección de la salud de los trabajadores. Comprende estas medidas:

- Prevención de los riesgos laborales.
- Información a los trabajadores.
- Formación a los trabajadores.
- Organización y medios para poner en práctica las medidas necesarias. J.M. Cortes Díaz (2012)

Es un requisito de los “Sistemas de Gestión de la Salud y Seguridad en el Trabajo” y una herramienta fundamental para evitar daños a la salud y la seguridad de los trabajadores. Las empresas deben tener en cuenta que, previo a la evaluación de riesgos laborales deben asegurarse primero de cumplir los requisitos legales.

Para el Hotel Howard Johnson sería muy importante poder aplicar un sistema de gestión basado en la normativa ISO 45001 es la norma internacional para sistemas de gestión de seguridad y salud en el trabajo, destinada a proteger a los trabajadores y visitantes de accidentes y enfermedades laborales. La certificación ISO 45001 fue desarrollada para mitigar cualquier factor que pueda causar daños irreparables a los empleados o al negocio. La norma es resultado del esfuerzo de un comité de expertos en seguridad y salud en el trabajo que buscaron un enfoque hacia otros sistemas de gestión, incluyendo la ISO 9001 y la ISO 14001. Además, la ISO 45001 fue diseñada para considerar otros sistemas de gestión de SST como la OHSAS 18001 y otras directrices y convenciones de seguridad. La ISO 45001 tiene como objetivo final ayudar a los negocios a proporcionar un ambiente de trabajo seguro para los empleados y cualquier persona en el lugar de trabajo. Esto puede conseguirse al controlar factores que puedan potencialmente causar lesiones, enfermedades, y en casos extremos, defunciones. Como resultado, la ISO 45001 se centra en mitigar cualquier factor dañino o que suponga un riesgo para el bienestar físico y mental de los trabajadores.

Para la evaluación de los Riesgos Laborales se puede utilizar un Método llamado BS 8800. Este método explica los principios y práctica de la evaluación de riesgo de SST y por qué es necesaria. Las organizaciones deben adaptar el mismo para que sirva a sus propias necesidades, tomando en cuenta la naturaleza de su trabajo y la gravedad y complejidad de sus riesgos. La planificación e implementación de la evaluación de riesgos y de los programas de control de riesgo se tratan en otras orientaciones.

La evaluación de riesgo involucra las siguientes fases:

De acuerdo con lo expuesto la evaluación del riesgo comprende las siguientes etapas:

- Identificación de peligros.
- Identificación de los trabajadores expuestos a los riesgos que entrañan los elementos peligrosos.
- Evaluar cualitativa o cuantitativamente los riesgos existentes.
- Analizar si el riesgo puede ser eliminado, y en caso de que no pueda serlo decidir si es necesario adoptar nuevas medidas para prevenir o reducir el riesgo.

Las cuales se pueden sintetizar en:

- Análisis del riesgo, comprendiendo las fases de identificación de peligros y estimación de los riesgos.
- Valoración del riesgo, que permitirá enjuiciar si los riesgos detectados resultan tolerables.

El empresario queda obligado a controlar el riesgo en el caso de que de la evaluación realizada se deduzca que el/los riesgo/s no resulte/n tolerable/s. José M. Cortes Díaz (2012)

Siniestralidad en la Actividad Hotelera

Se conoce siniestralidad laboral a la frecuencia con que se producen siniestros con ocasión o por consecuencia del trabajo. La siniestralidad puede ser originada por un accidente, una imprudencia, malas prácticas, métodos de trabajo peligrosos, falta de conocimiento de las normas de seguridad laboral y otros motivos. Grupo IOE (2018)

Según el índice de siniestralidad Laboral publicado por la Superintendencia de Riesgos del Trabajo en el sector Hotelero a nivel Nacional, hubo 13.539 accidentes laborales en el Año 2020, de los cuales 6.219 son accidentes en ocasión de trabajo, 3719 pertenecen a enfermedades profesionales, 2.892 accidentes In- Itinere y 709 reingresos.

En ese mismo año, en la Provincia de Córdoba, se notificaron 890 casos el cual representa unos 6,6% de siniestros registrados a nivel Nacional. De acuerdo a los riesgos estudiados respecto a la Ergonomía en el Hotel Howard Johnson “Según informa la Superintendencia de Riesgos en el Trabajo 1.014 son producidos por esfuerzos excesivos”.

Prevención de Riesgos Laborales

La SRT tiene como una de sus funciones centrales promover la prevención a fin de conseguir ambientes laborales sanos y seguros, controlando para ello el cumplimiento de las normas legales vigentes sobre la salud y seguridad en el trabajo en los territorios de jurisdicción federal.

La Prevención de Riesgos Laborales está encaminada a eliminar los riesgos reales a los que pueden estar sometidos los trabajadores durante la jornada laboral. Debe integrarse en el conjunto de actuaciones de toda la empresa y en todos sus niveles jerárquicos, implicando activamente a todos los miembros de la organización. Tanto es así que se considera una actividad multidisciplinar que requiere la visión y la colaboración de diferentes especialistas y técnicos. Si bien todas las especialidades están claramente interrelacionadas con el objetivo final de mejorar la seguridad y la salud de los trabajadores, cada una tiene un objetivo propio definido.

- Seguridad: prevenir y evitar los accidentes de trabajo.
- Higiene industrial: prevenir las enfermedades derivadas del trabajo.
- Ergonomía y Psicosociología: adaptar el trabajo a la persona, tanto en los aspectos materiales como organizativos y sociales.
- Vigilancia de la salud: evaluar y detectar las repercusiones del trabajo sobre la salud de los trabajadores. Antonio Creus y Jorge Mangosio (2011)

Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales son el producto de una falla de los sistemas de prevención o bien de la inexistencia de los mismos. No obstante, existen técnicas y procedimientos que permiten eliminar o limitar a su mínima expresión los riesgos del trabajo. Por ello, la prevención debe regirse por una serie de principios, tomando como punto de partida que la mayoría de las condiciones peligrosas en los espacios de trabajo pueden prevenirse. De esta forma, la prevención tendrá como lineamientos:

Privilegiar los aspectos preventivos por sobre la protección. La protección implica la presencia de peligros no eliminados, mientras que el enfoque preventivo actúa directamente sobre los riesgos, eliminándolos o reduciendo su peligrosidad.

- ✓ La evaluación, que implica un reconocimiento de los peligros y riesgos presentes en los sectores y puestos de trabajo.
- ✓ La eliminación de los peligros y riesgos detectados en la evaluación, mediante el reemplazo de la máquina o situación que los genera o la mejora de la ingeniería en el establecimiento.
- ✓ La aislación de aquellos riesgos y peligros que no hayan podido ser anulados, mediante mecanismos que actúen como barreras entre los trabajadores y los riesgos.
- ✓ Los controles periódicos, a fin de monitorear y continuar trabajando en las mejoras necesarias.
- ✓ El empleo de enfoques proactivos, esto es, la planificación de medidas concretas de prevención basadas en la recolección y análisis de datos e información sobre los peligros inherentes a las distintas actividades laborales y sus procesos.
- ✓ Favorecer la protección colectiva por sobre la individual.
- ✓ La capacitación y formación continua de los y las trabajadores/as sobre sus puestos de trabajo y los riesgos a los que están expuestos.
- ✓ El conocimiento y cumplimiento de la normativa sobre seguridad y salud en el trabajo.

Todo establecimiento comercial debe promover el desarrollo de la prevención, la cual fomente ambientes de trabajo seguros y saludables, minimizando los riesgos y peligros en el mayor grado posible.

La Ley 24557, denominada ley de riesgos del trabajo establece el sistema vigente en materia de previsión y prevención de los riesgos del trabajo y de reparación de los daños derivados del mismo. Crea las figuras de las

Aseguradoras de Riesgo de Trabajo – ART-, instituyéndose el seguro obligatorio con carácter general, y la posibilidad de optar por el auto seguro para empleadores que reúnan ciertos requisitos. Se determinan las obligaciones de las partes a los fines de la prevención; las contingencias y situaciones cubiertas por el sistema; el régimen de prestaciones; el régimen financiero del sistema; los entes que tienen a su cargo la regulación y supervisión de la normativa; y los derechos y deberes de las partes y prohibiciones.

Los objetivos de la ley se encuentran en el Capítulo I, y son:

- a) Reducir la siniestralidad laboral a través de la prevención de los riesgos derivados del trabajo;
- b) Reparar los daños derivados de accidentes de trabajo y de enfermedades profesionales, incluyendo la rehabilitación del trabajador damnificado;
- c) Promover la recalificación y la recolocación de los trabajadores damnificados;
- d) Promover la negociación colectiva laboral para la mejora de las medidas de prevención y de las prestaciones reparadoras. Ing. Jorge Enrique Mangosio (2008)

Para la prevención de Riesgos Laborales se utiliza la Resolución 463/2009, la misma, es una herramienta que colabora con el sistema de prevención. Esta le permite a las aseguradoras y la Superintendencia poseer una fuente más de información sobre los riesgos existentes y a su vez, habilita un asesoramiento en medidas de prevención específico para esos riesgos por parte de las ART.

Buenas Prácticas de Ergonomía

Para los establecimientos hoteleros es prioritario el profesionalismo con el que deben manejarse los trabajadores del sector, ya que se trata de un mercado complejo y muy competitivo. Los clientes son cada vez más exigentes, y evalúan y comparan constantemente la calidad del servicio ofrecido. Para destacarse en el mercado y ofrecer la mejor calidad del servicio es necesario capacitar a los empleados y que estos tengan conocimiento del rubro Hotelero. Los trabajadores que integran el Staff en los hoteles, son el eje central de la actividad, la cara visible de las empresas. Con su trabajo profesional y su vocación de servicio, inciden invariablemente en la decisión del turista o del cliente de recomendar o regresar a un destino o establecimiento. El Manual de Buenas Prácticas les da herramientas a los trabajadores y empleadores, permitiéndoles acceder a puestos de trabajo sano y seguro. Esta guía de trabajo de los distintos servicios brindados en los establecimientos hoteleros, permite mejorar la calidad de vida de los trabajadores del sector e impulsar el desarrollo sustentable de la actividad.

Diagnóstico y Discusión

Después de haber realizado el diagnóstico utilizando las distintas herramientas, se vislumbran varias falencias respecto a la prevención de riesgos ergonómicos en lo que refiere al personal de limpieza del establecimiento. En lo refiere al personal que desempeña la tarea de limpieza en el Hotel Howard Johnson, el principal riesgo al que están expuestas las personas que trabajan en esta actividad dentro de los hoteles es el trastorno musculoesquelético causados por doblar la espalda, empujar carritos y hacer las camas.

Procurar y mantener la seguridad de los empleados debe ser una de las principales prioridades de un hotel, puesto que de ellos depende dar una buena imagen y brindar el mejor servicio a los huéspedes.

Sin embargo, los accidentes pueden ocurrir en cualquier lugar y a cualquier hora, sobre todo, cuando se trata de un sector que está en constante movimiento. Sin importar que llegue la noche, se debe de estar al pendiente de las necesidades que puedan tener los visitantes, por lo tanto, la frecuencia y la gravedad de los riesgos se multiplica.

Cada área tiene sus propios peligros y planes de acción, por eso, que es importante concientizar a los trabajadores sobre las amenazas a los que están expuestos y saber cómo actuar y prevenirlos.

Propuesta y Plan de Implementación

Teniendo en cuenta luego de haber analizado los distintos aspectos y falencias en seguridad e higiene del Hotel Howard Johnson se ofrece una propuesta y plan de implementación, para ello es importante tener en cuenta que debe estar enfocada al mejoramiento continuo del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo, entregando un diseño con los estándares mínimos que exige la legislación para los prestadores de servicio en hospedaje y alojamiento y para preservar la salud y seguridad de los trabajadores. A lo largo de la investigación que se realizó en el Hotel se puso detectar falencias en la aplicación de prevención frente a Riesgos Ergonómicos en distintos sectores, por lo tanto, es de suma importancia el plan de implementación para la disminución y/o eliminación de estos riesgos a los que se encuentran expuestos los trabajadores, fomentando un ambiente de trabajo seguro.

Objetivo general

El presente plan consiste en implementar un sistema de seguridad y salud ocupacional enfocado en procedimientos y estrategias de trabajo seguro, teniendo como objetivo principal proporcionar a las empleadas del servicio de limpieza del Hotel Howard Johnson un lugar de trabajo seguro y saludable, previniendo lesiones y deterioro de la salud. Esto se relaciona con el trabajo y con la mejora de forma continua, así como con el desempeño de la seguridad y salud en el trabajo. Se trabajara con la norma ISO45001 con el fin de optimar recursos y lograr un ambiente de trabajo seguro .Se llevara a cabo en el periodo Enero – Diciembre 2023.

Objetivos específicos

Con el siguiente plan de implementación queremos alcanzar lo que se propone a continuación:

- Crear prácticas laborales seguras basadas en el beneficio que brinda la aplicación de este plan, basada en la prevención de riesgos ergonómicos.
- Poner en práctica el mejoramiento continuo y permanente del personal de limpieza, respetando y cuidando a los mismos.
- Definir una política de prevención de riesgos ergonómicos.
- Estructurar un programa de vigilancia de la salud del sector de limpieza.
- Informar y capacitar al personal de limpieza en relación a los riesgos en su puesto de trabajo, con el fin de concientizar y formar un proceso de trabajo seguro.
- Aplicar y poner en práctica un sistema de gestión de seguridad y salud ocupacional velando por la seguridad y la salud de los trabajadores que se encuentran expuestos a riesgos laborales, previniendo los mismos y trabajando en prevención de las enfermedades laborales.

Alcance

El plan de implementación planteado alcanza a el personal de limpieza del Hotel Howard Johnson, Ya que son los que exponen su vida a diario frente a estos riesgos laborales, que no fueron identificados y evaluados anteriormente, para aplicar una prevención frente a los mismos y poder reducir y eliminar los riesgos. Se pretende que la empresa pueda con el Sistema de Gestión ISO45001 proteger la vida e integridad psicofísica del sector de limpieza, asistiendo a un lugar tanto de trabajo seguro, Con el objetivo de controlar los riesgos a través de correcciones e instrucciones en el proceso de sus actividades y la incorporación de elementos que desarrollen una mayor seguridad en el espacio laboral. Sera requerida la estipulación de procedimientos en base a todos aquellos aspectos pertinentes a las operaciones realizadas por las empleadas de limpieza, teniendo en cuenta tanto sus características físicas, como también organizacionales. Se brindarán conocimientos acordes a la elección y manejo conveniente de los elementos de protección personal (EPP), poniendo atención principalmente a las partes del cuerpo implicadas por la ejecución de las distintas operaciones. Se brindaran capacitaciones

integrales con el objetivo de prevenir riesgos ergonómicos y enfermedades profesionales y se pondrá a disposición herramientas de trabajo como mobiliario que mejore las tareas del personal de limpieza.

Planificar las medidas preventivas y correctivas

En base a los resultados de las evaluaciones, debe hacerse la propuesta de planificación de acciones para eliminar o reducir y controlar los riesgos que se han detectado. La planificación debe revisarse, asumirse y aprobarse por la dirección de la organización. Es importante que el empresario, como garante de la seguridad y responsable de la adopción de medidas, se implique en todo el proceso de gestión del riesgo. Esto cobra especial importancia en esta fase, máxime cuando la organización preventiva se desarrolla con medios ajenos. En este sentido, las soluciones pueden ser múltiples. Por ejemplo, la presencia de un enlace designado por la empresa y formado adecuadamente en prevención de riesgos laborales (como mínimo un nivel básico) permitirá asumir una gestión que, a pesar de ser externalizada, se integre debidamente en la actividad y se lleve a cabo de forma eficaz desde el punto de vista de la eliminación de los riesgos, adaptándose a la realidad con soluciones factibles. Cada acción que se decida adoptar debe estar dotada de recursos (materiales, humanos y técnicos), debe estar presupuestada, debe contar con un responsable de su ejecución; y se desarrollará en el plazo que se haya establecido en función de las prioridades y niveles de riesgo que resultan de las evaluaciones. A continuación se ofrece un amplio abanico de soluciones y medidas para hacer frente a los riesgos ergonómicos que hemos identificado y que, tras evaluarlos, han resultado no ser tolerables ni aceptables. Las medidas irán enfocadas a las condiciones en las que se desarrollan las tareas y las características de los elementos del puesto (de diseño, de los equipos, de la organización de las tareas, de requisitos ambientales, etc.), así como la dotación de personal necesario.

Diseño del puesto y de los elementos del puesto

Los espacios, superficies y elementos del puesto deben estar dimensionados correctamente, para permitir que las tareas se realicen cómodamente. El diseño del puesto debe favorecer la adopción de posturas neutras. Prestar especial atención a las restricciones de espacio y la altura de las superficies de trabajo, minimizando la necesidad de realizar giros, torsiones, inclinaciones o desviaciones de los diferentes segmentos del cuerpo, y evitando que tengan que manipularse cargas con los brazos por encima de los

hombros o por debajo de las rodillas. Evitar obstáculos que impidan el alcance adecuado de los elementos o zonas a limpiar y obliguen a adoptar posturas forzadas (mamparas fijas en bañeras, muebles pesados frente a ventanas...). Colocar los materiales en el office de acuerdo a su peso, estando los más pesados a la altura de la cintura. Evitar también los otros elementos decorativos que supongan un esfuerzo extra (como ejemplo, se evitarán las alfombras de pelo largo en los recorridos de los carros y otros equipos dotados de ruedas). Evitar mobiliario desprovisto de ruedas que permitan un fácil desplazamiento. Asegurar una adecuada iluminación, ni excesiva ni escasa, para evitar que los trabajadores adopten posturas inadecuadas; bien por evitar un deslumbramiento, o por acercarse a mirar una zona poco iluminada que no se observa bien.

Equipos, útiles y ayudas mecánicas. Elección y uso.

Para la elección de cualquier equipo o ayuda deben tenerse en cuenta las características del lugar donde van a ser utilizados y de la potencial población que los utilizará. Evitar la manipulación manual de cargas dotando de ayudas que faciliten el transporte (carros para el traslado de los equipos, bases o elementos rodantes para cubos, aspirador con ruedas...). Los carros no se llenarán en exceso para facilitar su manipulación y desplazamiento. Serán empujados con ambas manos (no debe tirarse de ellos), y la altura de empuje deberá quedar a la altura de los codos. Reducir en origen los pesos de los objetos que se manipulan: limitar el llenado de los cubos y de las bolsas de basura (comprando, por ejemplo, bolsas de menos capacidad), empaquetar la ropa blanca en cantidades pequeñas, o evitar adquirir productos químicos presentados en garrafas. Evitar la movilización de las camas. Dotarlas con sistemas de elevación para reducir las flexiones de tronco; y de ruedas, para reducir el esfuerzo al moverlas (si en el diseño del espacio no se han adoptado otras medidas que eviten esa necesidad). Los equipos deben poder adaptarse a cada uno de los trabajadores. Cualquier equipo que se utilice debe permitir que la mano quede alineada con el antebrazo en todas las tareas que se realicen.

Para la limpieza de las zonas elevadas utilizar mangos telescópicos u otros elementos que reduzcan la distancia de alcance (escaleras de mano, taburetes rodantes...). Quedará prohibido subirse a las mesas, sillas, bidés, inodoro... para tal fin y siempre se comprobará que no se añade un nuevo riesgo de caída ante el uso de cualquier equipo. Los mangos telescópicos permiten además la adaptación a la altura de los diferentes trabajos. En su defecto, la longitud de los diversos mangos será tal que permitan ser cogidos con las manos, entre el nivel del pecho y la cadera. La zona de agarre de los útiles de trabajo

(escobas, mopas, fregonas...) tendrá un diámetro tal que permita un agarre amplio de fuerza (entre 3 y 4,5 cm), será de material antideslizante, forma ovalada o cilíndrica. Evitar las asas de los cubos finas, que provocan presiones localizadas. Minimizar la fuerza en el escurrido de las fregonas con sistemas automáticos en el cubo y/o con la selección de fregonas de materiales que facilitan esta tarea (microfibra). En el mercado existen equipos específicamente diseñados para tal fin. Los suelos antideslizantes y rugosos pueden presentar dificultades en su limpieza. Existen en el mercado fregonas con tiras de microfibra o de viscosa específicamente indicadas para este tipo de suelo. Al limpiar los suelos con cualquiera de los útiles disponibles (fregona, mopa, aspirador...) debe ir avanzándose con todo el cuerpo y no sólo con el útil o brazo. En el escurrido de las bayetas evitar utilizar exclusivamente la fuerza de las manos (esto obliga a flexionar y/o desviar las muñecas). Acompañar el movimiento desde el antebrazo. El uso de herramientas y productos químicos eficaces, que permiten la limpieza y secado rápido, pueden reducir la intensidad de los esfuerzos. Las fregonas y bayetas de microfibra permiten una limpieza más profunda y un secado más eficaz, reduciendo el número de pasadas necesarias y, por tanto, el esfuerzo. Trasladar los útiles pequeños en un cinturón de poco peso, puede reducir el número de trayectos. Las herramientas y equipos deben poder ser usados con ambas manos, para permitir la alternancia. Evitar manipular útiles con las manos mojadas, húmedas o impregnadas en grasas o jabones. Facilitar los elementos auxiliares necesarios para que los alcances verticales del office se realicen de manera segura.

Organización de las tareas

La asignación de habitaciones entre los trabajadores debe tener en cuenta la carga que cada una supone (tipo de habitación y mobiliario, si es de mantenimiento o de salida, si hay tareas adicionales, como la limpieza de zonas comunes...). Debe asegurarse que se dispone del tiempo necesario para realizar las tareas en condiciones de seguridad, ergonómicas y de ritmo adecuada. En ocasiones, la figura de un personal auxiliar y de mantenimiento (conocido como walet) que tenga las funciones de volteo de colchones, limpieza profunda de cristales, etc., entre otras, permite reducir la carga habitual de la puesta a punto de las habitaciones. Favorecer la alternancia de tareas. Favorecer la alternancia de posturas, evitando tareas que obliguen al mantenimiento prolongado de una posición. La adopción de posturas antagónicas favorece la relajación y el estiramiento de la musculatura al tiempo que se sigue realizando el trabajo (descanso activo). Evitar la realización de movimientos repetitivos, automatizando las tareas o

evitando que estén muy fragmentadas o tengan ciclos muy cortos (de menos de 30 segundos). Planificar el trabajo con objeto de reducir los desplazamientos (colocando por ejemplo el carro en el centro de un grupo de habitaciones a limpiar. Si las tareas manuales son frecuentes, conviene instruir a los trabajadores en el uso de ambos brazos y manos (siempre que el uso del no dominante no añada un riesgo a la tarea). Promover la realización de las habitaciones en parejas, de manera que se comparta la tarea más penosa (hacer la cama) y se alternen entre una habitación y otra la limpieza del baño (con más movimientos repetitivos) y la limpieza del resto de la habitación (con más carga de la zona lumbar). Garantizar la realización de pausas que permitan el descanso de los diferentes grupos musculares. Las pausas frecuentes, aunque cortas, son más efectivas que pausas largas espaciadas en el tiempo. Las respuestas a la sobrecarga física de cada persona son diferentes y, por tanto, también el momento en que aparece la necesidad de realizar las pausas. En la medida de lo posible, estas serán auto gestionadas por cada trabajador. Son también más efectivas las pausas activas, en las que se aproveche para realizar ejercicios de estiramiento y descarga de los segmentos corporales que mayores esfuerzos hayan realizado, que las pausas pasivas o de relajación. Comenzar la jornada con ejercicios de calentamiento, prestando especial atención a los miembros superiores. Al final de las tareas se realizarán estiramientos.

Formación

La formación de los trabajadores debe ser práctica mediante instrucción o entrenamiento incluyendo técnicas adecuadas de manipulación manual de cargas y una correcta identificación de posturas incorrectas frente a las cercanas a la neutralidad. Conocer el factor de riesgo mayoritario en cada tarea, permite al trabajador tomar decisiones a la hora de alternar las tareas (por ejemplo, en tareas en que se manipulen cargas, se ve más afectada la zona lumbar, mientras que en los movimientos repetitivos, como es la limpieza de superficies, la zona más implicada son los brazos y, concretamente, las manos). Identificar los síntomas de la fatiga facilita detectar el momento adecuado para realizar las pausas. Incluir en la formación ejercicios de calentamiento y estiramiento, que serán puestos en práctica a diario, al inicio de la jornada, en cada una de las pausas y al final de la jornada.

Vigilancia de la salud

Una adecuada vigilancia de la salud puede permitir la detección temprana de los trastornos músculo-esqueléticos, evitando que puedan convertirse en dolencias crónicas. Fomentar entre los trabajadores la participación en los reconocimientos médicos que la empresa les ofrece. Por otra parte, en caso de notificarse una enfermedad profesional en la plantilla, resulta necesaria la realización de los reconocimientos médicos en virtud de la regulación de la normativa de la Seguridad Social. Facilitar la comunicación por parte de los trabajadores de las dolencias y molestias que tienen en el desarrollo de su trabajo, siempre garantizando el anonimato y confidencialidad que la ley establece. La reincorporación de personal, tras largas ausencias por enfermedad, derivada o no del trabajo, requerirá de una adecuada vigilancia de la salud y una posible adaptación del puesto, si así se determina por el personal técnico/médico

Factores psicosociales

Fomentar y facilitar la participación de los trabajadores en todas las etapas de la gestión del riesgo. Consultarles ante proyectos de nuevas instalaciones o cambios. Dotar del control y la autonomía necesarios en la realización de las tareas. Favorecer la variedad de tareas. Establecer objetivos de trabajo realista y claro. Definir claramente las funciones y competencias. Favorecer el apoyo entre compañeros y las relaciones interpersonales. Permitir la participación de los trabajadores en la organización de horarios y evitar cambios repentinos de turnos. Simplificar las escalas de mando y desarrollar un estilo de mando participativo y democrático que imparta instrucciones claras y concisas orientadas a objetivos saludables. Establecer políticas de tolerancia cero frente al acoso y la violencia. Facilitar vías de comunicación accesibles, entre compañeros y con los responsables.

Otras medidas

Debe llevarse a cabo un mantenimiento preventivo de los equipos, prestando especial atención a los que cuentan con elementos rodantes. Tener en cuenta los procedimientos de lavado y planchado de la lencería que pueden facilitar/entorpecer el desdoble y estiramiento de los tejidos (lencería, cortinas, etc.). Los equipos de protección individual deben ser consultados al personal, deben adaptarse correctamente a los trabajadores y a las tareas a realizar, y una vez elegidos con criterio técnico por el empresario, recibir un seguimiento adecuado en su implementación y eficacia, vigilando su uso, y un mantenimiento adecuado. Si la medida acordada por la empresa para evitar o reducir un riesgo, es el uso de un equipo de protección individual (caso del calzado), este debe ser suministrado por la empresa. La elección y el uso de guantes tendrán en cuenta las condiciones de sensibilidad individuales de la plantilla. La elección de equipos de protección respiratoria para evitar riesgos de origen químico tendrá en cuenta las consideraciones de tipo ergonómico. Deberá vigilarse por personal médico el uso indiscriminado de la faja lumbar y en ningún caso, será considerado equipo de protección individual. Las recomendaciones de ejercicios de calentamiento y estiramiento muscular, se realizarán siempre bajo supervisión médica en función de las características individuales y tareas a realizar. Recomendar a los trabajadores el uso de calzado cerrado y con suela antideslizante que, sin tener que ser totalmente plano, la suela no supere los 5 cm. Un uniforme con pantalón puede reducir la adopción de determinadas posturas inadecuadas.

Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo (2019)

Programa de Ergonomía Integrado

Según lo establecido en la Resolución MTESS N° 295/03 Anexo I, se establece para los factores de riesgo ergonómico la implementación de las correspondientes “Estrategias de control” de acuerdo al nivel de riesgo identificado en los puestos de trabajo. Definido el riesgo ergonómico por sus causales

(agentes de riesgo) y por sus consecuencias sobre la salud (trastornos músculo-esqueléticos), la Resolución 295/03 en su anexo I, plantea una estrategia de control del riesgo, que denomina “Programa de Ergonomía Integrado” (P.E.I.).

Incluye

- Reconocimiento del problema.
- **Informar** a todos los trabajadores especialmente sobre los riesgos ergonómicos a los que se encuentran expuestos en la realización de sus tareas.
- **Formar** a los trabajadores en materia preventiva, de forma teórica y práctica, suficiente y adecuada, y debe darse tanto en el momento de su contratación, como cuando se produzcan cambios en las funciones que desempeñe o se introduzcan nuevas tecnologías. Dejar constancia por escrito de la información y formación proporcionada a sus trabajadores.
- Promover la **consulta y participación** de los trabajadores en aspectos relacionados con la seguridad y salud relativos a la ergonomía, con la finalidad de conseguir una adaptación óptima del puesto de trabajo.
- Garantizar la **vigilancia periódica del estado de salud** de los trabajadores en función de los riesgos ergonómicos inherentes al trabajo.
- Cuidar adecuadamente de la salud para los trabajadores que tengan trastornos musculoesqueléticos.
- **Adaptar el trabajo a la persona**, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción, con miras, en particular, a atenuar el trabajo monótono y repetitivo y a reducir los efectos del mismo en la salud.
- Efectuar **estudios ergonómicos** de los puestos de trabajo. En el punto siguiente se muestran los diferentes métodos de evaluación dependiendo si queremos evaluar las posturas forzadas, los trabajos repetitivos y la manipulación manual de cargas.

Medidas preventivas para evitar los sobreesfuerzos

-Rotación de puestos de trabajo y cambio de tareas de los trabajadores.

-Realizar pausas de trabajo durante la jornada laboral, que permitan recuperar tensiones y descansar.

-Tener en cuenta la necesidad de espacio libre en el puesto de trabajo, facilitando más de 2m² de superficie libre por trabajador.

-Tener en cuenta el diseño ergonómico del puesto de trabajo, adaptar el mobiliario (mesas, sillas, tableros, etc) disponer de planos de trabajo adecuados en altura y la distancia de alcance de los materiales (herramientas, objetos, etc) a las características personales de cada individuo (edad, estatura, etc).

-Manipular cargas correctamente.

MÉTODO PARA LEVANTAR UNA CARGA

Planificar el levantamiento.

Separar los pies proporcionando una postura estable.

Doblar las piernas manteniendo en todo momento la espalda derecha, y mantener el mentón metido.

Sujetar firmemente la carga, con ambas manos.

Levantarse suavemente, sin realizar giros ni movimientos bruscos.

Mantener la carga pegada al cuerpo durante todo el levantamiento.

Depositar la carga.

-Respetar el peso máximo de las cargas.

Peso máximo (Kg)

Trabajadores en general 25

Mujeres, trabajadores jóvenes, mayores 15

Trabajadores sanos y entrenados (situaciones aisladas) 40

-Siempre que sea posible utilizar ayudas mecánicas para manipular cargas (cajas, bidones, etc). Como por ejemplo: carros, montacargas, transpaletas, etc.

-En caso de no disponer de ayudas mecánicas, solicitar ayuda a otras personas o compañeros si el peso de la carga es excesivo o se deben adoptar posturas incómodas durante el levantamiento.

-Cuando sea necesario utilizar equipos de protección individual para sujetar adecuadamente la carga y no se resbale, hay que asegurarse que estos no obliguen a mantener posturas inadecuadas. En particular,

hacer uso de guantes de protección que se ajusten bien a las manos y que no disminuyan su sensibilidad, para evitar la aplicación de una fuerza superior a la necesaria.

Utilización de herramientas manuales y/o utensilios, ergonómicos que cuando se sujeten permitan que la muñeca permanezca recta con el antebrazo.

Emplear las herramientas adecuadas para cada tipo de trabajo (siempre para la función que fueron diseñadas) y conservarlas en buenas condiciones.

-Disminuir las exigencias físicas del puesto de trabajo y automatización de tareas de trabajo.

-Para trabajos en los que se permanece mucho tiempo de pie es necesario que el calzado sea adecuado, cómodo, que sujete firmemente el pie y se amolde a su curvatura natural.

-En la medida de lo posible alternar posturas de pie-sentado.

-Fomentar entre los trabajadores la realización de **pautas de trabajo seguro** para evitar así, los sobreesfuerzos producidos por la adopción de posturas forzadas, la realización de movimientos repetitivos y la manipulación manual de cargas.

-Disponer de una adecuada temperatura, humedad e iluminación, tal y como se establece en el Real Decreto 486/1997 sobre lugares de trabajo.

AC Prevención (2019)

Beneficios del P.E.I.

- Disminución de riesgo de lesiones
- Disminución de errores / rehacer
- Disminución de riesgos ergonómicos
- Disminución de enfermedades profesionales
- Disminución de días de trabajo perdidos
- Disminución de Ausentismo Laboral
- Disminución de la rotación de personal
- Disminución de los tiempos de ciclo
- Aumento de la tasa de producción
- Aumento de la eficiencia
- Aumento de la productividad
- Aumento de los estándares de producción
- Aumento de un buen clima organizacional

- Simplifica las tareas o actividades

Gestión SySO (2022)

Recursos

Para alcanzar los objetivos necesarios para implementar un plan de acción se necesita de varios recursos, los cuales son recursos humanos, materiales, técnicos y económicos.

Recursos Humanos

Será preciso contar principalmente con la presencia del propietario y operario principal, el profesional de Higiene y Seguridad en el Trabajo a cargo de la implementación del plan de implementación de mejoras, como también, del personal que realiza las tareas de limpieza en el establecimiento.

Recursos Económicos

Todo lo necesario para incorporar las mejoras, se hará cargo el Hotel de las compras del mobiliario y materiales necesarios para el correcto y efectivo desempeño de las tareas del personal de limpieza.

Anexo 6-Presupuesto

Recursos Materiales

Son todos los insumos, materias primas, herramientas, máquinas, equipos y todo elemento físico que se requieren para realizar el proceso laboral.

- Sala de capacitación
- Materiales para capacitaciones, como folletería y entrega de documentación de la misma.
- Barredora Aspiradora 3x1 Mango Regulable Lqsw-30 Lusqtoff
- Calzado antideslizante
- Mopa Trapeador Giratorio 360 Piso Autoescurrible Microfibra
- Carro Limpieza Milenium + Señal Piso Mojado Italimpia

Técnico

Incorporación y aplicación de un sistema de gestión (ISO45001) acompañado del cumplimiento de la normativa vigente. Así como la aplicación del Protocolo de Ergonomía de la Resolución 886/15.

Objetivos de Control

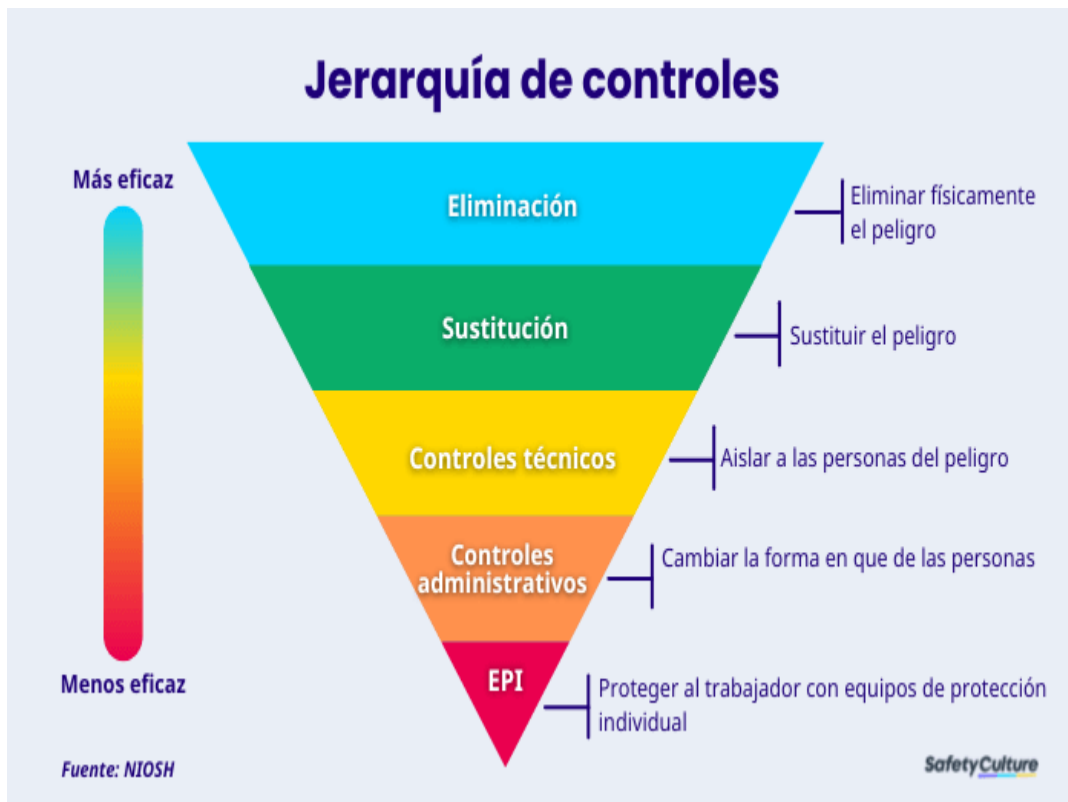
Jerarquía de Control

El propósito de realizar una evaluación de riesgos, es determinar qué controles de riesgos se deben implementar para que las actividades se realicen de manera segura. Tradicionalmente, se ha utilizado una jerarquía de control que es un medio para determinar cómo implementar soluciones de control factibles y efectivas. Donde, si se controla el peligro, se tiene control del riesgo que conlleva éste.

La jerarquía de los controles según ISO 45001 pretende proporcionar un enfoque sistemático para aumentar la seguridad y salud en el trabajo, eliminar los peligros, y reducir o controlar los riesgos para la SST. Cada control se considera menos eficaz que el anterior a él. Es habitual combinar varios controles para lograr reducir los riesgos para la SST a un nivel que sea tan bajo como sea razonablemente viable.

Los siguientes ejemplos se proporcionan para ilustrar las medidas que se pueden implementar en cada nivel.

1. Eliminación: suprimir los peligros; detener la utilización de productos químicos peligrosos; aplicar enfoques ergonómicos al planificar nuevos lugares de trabajo; eliminar el trabajo monótono o el trabajo que causa estrés negativo; eliminar las carretillas elevadoras en un área.
2. Sustitución: reemplazar lo peligroso por lo menos peligroso; cambiar la respuesta a las quejas de los clientes por orientaciones en línea; combatir los riesgos para la SST en su fuente; adaptarse al progreso técnico (por ejemplo, reemplazar pintura en base solvente por pintura en base agua; cambiar los revestimientos de suelo resbaladizos; bajar los requisitos de voltaje para los equipos).
3. Controles de ingeniería, reorganización del trabajo, o ambos: aislar a las personas del peligro; implementar medidas de protección colectiva (por ejemplo, aislamiento, protección de máquinas, sistemas de ventilación); abordar la manipulación mecánica; reducir el ruido; proteger a las personas contra caídas de altura mediante el uso de barreras de seguridad; reorganizar el trabajo para evitar que las personas trabajen solas, con horas de trabajo o carga de trabajo no saludables o para prevenir la victimización.
4. Controles administrativos incluyendo la formación: llevar a cabo inspecciones periódicas de los equipos de seguridad; llevar a cabo formación para prevenir el acoso (*bullying*) y la intimidación; gestionar la coordinación de la seguridad y salud con las actividades de los subcontratistas; llevar a cabo cursos de inducción, administrar los permisos para conducir equipos elevadores (*forklift*); proporcionar instrucciones sobre la manera de informar sobre incidentes, no conformidades y victimización sin miedo a represalias; cambiar los modelos de trabajo de los trabajadores (por ejemplo turnos); gestionar programas de vigilancia de la salud o médica para los trabajadores que han sido identificados en situación de riesgo (por ejemplo, relacionados con la audición, la vibración mano-brazo, trastornos respiratorios, trastornos de la piel o situaciones de exposición); entregar instrucciones apropiadas a los trabajadores (por ejemplo procesos de control de entrada).
5. Equipo de protección personal (EPIS): proporcionar el EPIS adecuado, incluyendo la vestimenta y las instrucciones para la utilización y el mantenimiento del EPIS (por ejemplo, calzado de seguridad; gafas de seguridad; protección auditiva; guantes). ISBL (2022)



Política de Seguridad y Salud Ocupacional (SySO)

Contar con una política de SySO, es imprescindible para gestionar de manera adecuada el comportamiento de los trabajadores expuestos a los riesgos, y demostrar tanto a ellos como a la sociedad en general el compromiso que asume una organización en la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

El jefe del hotel deberá establecer por escrito una política de seguridad y salud en el trabajo (SST), esta debe ser parte de las políticas de gestión de la organización, deberá dar alcance a todos los centros de trabajo y a todos los trabajadores.

La seguridad es un valor fundamental y constituye la responsabilidad de todos aquellos que trabajan en Hotel Howard Johnson.

El propósito de la Política de SySO del Hotel Howard Johnson es:

- Cumplir, como mínimo, con la legislación vigente y mejorar la administración de salud y seguridad.
 - Garantizar que tanto los empleados como los contratistas y clientes, respeten los imperativos de salud y seguridad.
 - Garantizar que la compañía brinde un lugar de trabajo saludable y seguro para los empleados y contratistas, y adoptar las debidas precauciones para que los clientes y las visitas estén seguros en nuestros Hoteles.
 - Todos nuestros empleados y contratistas trabajan de un modo seguro según estipula la ley.
- Cormela (2022)

Anexo- Diagrama de Gantt y Plan de implementación

Método para comprobar el Plan de implementación

Para comprobar el plan de implementación, se necesitan una serie de aptitudes y actitudes para poder realizar una correcta integración de la prevención en el sistema de gestión del hotel, así como para seguir avanzando, cumpliendo objetivos y erradicando errores.

Para gestionar la prevención, se va a verificar la misma y para ellos necesitamos medir y valorar cuantitativamente un conjunto de datos para poderlos comparar con los mismos, pero de otros periodos de tiempo, como por ejemplo del año anterior al año en curso. Sólo de este modo podremos hablar de mejoría o empeoramiento de la situación.

Se utilizara el indicador de eficacia con los siguientes pasos:

1. Inspecciones sistemáticas de lugares de trabajo y equipos de trabajo, usando Check-list de verificación realizadas periódicamente.
2. Encuestas a las personas de la organización, sobre el funcionamiento de diferentes aspectos relacionados con la gestión de la SST.
3. Auditorías internas del sistema de gestión de la prevención realizadas por el Servicio de prevención ajeno con periodicidad anual.

4. Encuestas de Valoración de la eficacia de las actividades formativas.
5. Y se realizara mediante la planilla nº4 de seguimiento de medidas preventivas de la Resolución 886/15 de Ergonomía. (Ver adjunta en matriz de riesgos en anexos)
6. Indicadores Reactivos y Proactivos.

Xavier Pladevall (2022)

Indicadores de desempeño:

Indicador	Objetivo	Calculo	AÑO	
			2022	2023
REACTIVO	Evidenciar ausentismo médico.	Ausentismo = E Horas caídas / E Horas trabajadas	x	x
	Incidencia de lesiones músculo esqueléticas por exposición a riesgo ergonómico.	Tasa de gravedad = Días caídos x 100000 / Total horas trabajadas	x	x
	Evidenciar frecuencia de accidentes laborales	Tasa de frecuencia = N° de accidentes x 100000 / Total horas trabajadas	x	x
PROACTIVO	Número de exámenes médicos ocupacionales vigentes.	Exámenes medicos a realizar/ exámenes medicos vigentes	x	x
	El personal de Salud ocupacional realizara actividades de vigilancia en donde se identifiquen posibles accidentes, enfermedades profesionales y posibles riesgos.	Tasa de frecuencia = N° de accidentes x 100000 / Total horas trabajadas	x	x
	Evidencia cumplimiento del programa de capacitación integral	Capacitación = Capacitaciones efectuadas / Capacitaciones	x	x
	Evidenciar riesgos que han sido controlados por sobre los relevados	Riesgos controlados = E Riesgos tratados / E Riesgos existentes	x	x

Fuente: Elaboración Propia (2023)

Conclusión

Al realizar el análisis de riesgos del sector de limpieza en el Hotel Howard Johnson, se vislumbran riesgos ergonómicos a los que está expuesto el personal que integra dicho sector por la realización de diferentes tareas de limpieza, quienes son tendentes a padecer lesiones musculoesqueléticas por los esfuerzos que requiere este tipo de trabajo, por lo cual la exposición física es constante.

Por lo tanto, esto implica que se debe tomar medidas para poder llevar a cabo un programa de mejoras ergonómicas, buscando un ámbito laboral seguro, saludable y confortable, tal que, una mala gestión de la ergonomía no solo afecta a la integridad psicofísica de los trabajadores que favorezca el bienestar y por ende la eficiencia en el trabajo.

La ergonomía, trata de mejorar las condiciones de trabajo adaptando el trabajo a la persona teniendo en cuenta las características físicas y psíquicas de cada trabajador. Por lo tanto, destacando que las actividades del sector de la limpieza se caracterizan por sus elevados índices de siniestralidad, relacionados por factores ergonómicos, principalmente por trastornos musculoesqueléticos. Es importante lograr la concientización de los riesgos, implementando una cultura preventiva cuidando la salud y la integridad, tanto del trabajador como de todas las personas que integran el Hotel.

Es preciso acentuar además que, como fue comprobado, según los datos extraídos de la Encuesta Nacional de condiciones de Trabajo de 2015, altos porcentajes de los empleados en hostelería padecen molestias o dolores. El sector de la hostelería es una de las actividades que presenta mayor frecuencia de riesgos ergonómicos. Los principales riesgos estudiados y su porcentaje de exposición en hostelería son: Movimientos repetitivos de manos o brazos (75%), posiciones dolorosas (54%) y llevar o mover cargas pesadas (49%). El 34% de los empleados del sector opinan que su trabajo influye de manera negativa directamente en su salud. Prueba de ello son los porcentajes de dolor que padecen los trabajadores. El 45% de los encuestados declara padecer de dolores en la espalda y de dolores en el cuello y extremidades superiores. Este tipo de dolores son lo que se denomina trastornos musculoesqueléticos (TME). Estos datos reflejan un índice de episodios de incapacidad temporal en los últimos 12 meses del 30%.

Recomendación

Los empleadores, dentro de sus responsabilidades tienen la de proporcionar un ambiente de trabajo seguro para sus colaboradores, libre de cualquier peligro y cumplir con toda la normatividad vigente en materia de salud ocupacional que garantice la seguridad y la salud en el trabajo. Se recomienda un sistema de gestión de salud y seguridad en el trabajo, basándose en la norma ISO45001 pudiendo ayudar al hotel en la gestión de los riesgos y oportunidades en la prevención de las lesiones y los problemas de salud en el trabajo, proporcionando un lugar de trabajo seguro y saludable; y trabajando en la mejora continua del establecimiento. Para ello se trabajara en un programa de capacitación integral enfocado en la prevención de Riesgos Ergonómicos y así mismo, en la toma de conciencia de los riesgos a los que se encuentran expuestas las empleadas de limpieza.

Lo primero que debe hacer para tener ambientes de trabajo seguros, es crear una política de seguridad y salud en el trabajo de acuerdo a los lineamientos establecidos legalmente y socializarla con todos los integrantes de la empresa para comprometerlos y motivarlos a que participen activamente en todo el sistema.

A través de las áreas de salud ocupacional, el empleador debe identificar todos los riesgos a los que están expuestos sus trabajadores y tomar las medidas necesarias para que éstos no ocasionen accidentes de trabajo o posibles enfermedades laborales.

Se debe hacer un estudio de riesgo según el área de trabajo, diseñar e implementar las medidas necesarias para minimizar cualquier riesgo detectado. Gerencie (2022)

1. Medidas preventivas relativas a la elección de los equipos de trabajo. La mayoría de los equipos de trabajo utilizados por el personal de limpieza, no son acordes con sus características antropométricas. Es evidente que no todos los equipos de trabajo son adecuados a todas las tareas y lugares de trabajo, por lo que es necesario, a la hora de adquirirlos, tener en cuenta que sus características ergonómicas sean acordes al uso previsto. Entre otros podemos citar:

- Mangos de trapeador y/o mopas regulables, o de una altura tal que permita al trabajador mantener las manos entre el pecho y la cadera.
- Recogedor que quede a la altura de los codos.

- Diámetro de los mangos tal que permita un agarre amplio del equipo.
- Peso adecuado de los equipos, ni excesivo, ni tan ligero que permita movimientos bruscos.
- Paños de dimensiones mínimas para evitar una mayor fuerza en el escurrido.
- Carros de limpieza, con barra de empuje a una altura entre 90 y 100 cm. Habilitados para colocar los distintos equipos de limpieza en distintos compartimentos, de manera que lo más pesado quede a un alcance fácil.
- Trapeador de microfibra (mejor que de algodón), para reducir así tanto el peso en mojado como la fuerza de escurrido de la misma.

2. Medidas preventivas relativas al almacenamiento de materiales: En la mayoría de las empresas visitadas, a la hora de almacenar los materiales y equipos, no se tiene en cuenta que un correcto almacenamiento de los mismos podría evitar sobre esfuerzos a la hora de una posterior manipulación.

De forma general, es recomendable que los materiales y equipos más pesados se sitúen a media altura, con alcances que eviten posturas forzadas y teniendo en cuenta las características antropométricas de la mayoría de la población trabajadora, para evitar levantar los brazos por encima del nivel de los hombros, dado que es una postura productora de gran número de patologías en hombro (tendinitis, tenosinovitis, roturas del manguito de los rotadores, etc.).

3. Medidas relativas a la organización del trabajo. Se han están encontrando deficiencias relativas a la organización del trabajo (incorrecta distribución de pausas y descansos, escasa rotación de tareas, no se cubren en una gran mayoría las bajas, escasa disposición de salas de descanso) por lo que es recomendable:

- Autonomía en la distribución de pausas y descansos.
- Rotación de tareas.
- Evitar la realización de turnos.
- Cubrir las bajas o ausencias.
- Asegurar que el centro de trabajo disponga de algún lugar de descanso cuando sea necesario.

4. Medidas relativas a la gestión de la prevención. Finalmente, se detectan deficiencias relativas a la gestión de la Prevención de Riesgos Laborales de las empresas sobre las cuales se hacen especial hincapié para su eliminación:

- Plan de PRL. Integración de la prevención: escasa supervisión de mandos intermedios en cuanto a la prevención de riesgos ergonómicos.
- Evaluación de riesgos. Planificación de la actividad preventiva: en la mayoría de las empresas se identifican los riesgos ergonómicos, pero no se evalúan con métodos específicos.
- Vigilancia de la salud: en la mayoría los trabajadores renuncian a la vigilancia de la salud, sin que nadie informe de los beneficios que tiene para prevenir trastornos músculo-esqueléticos.
- Formación e información: ésta es teórica o distribuida mediante folletos informativos, y en muy pocos casos es práctica en manipulación de cargas.
- Coordinación de actividades empresariales: la importancia de que cada trabajador conozca los riesgos específicos de su puesto de trabajo, en lo que concierne no solo a la actividad en sí, sino al lugar de trabajo donde éste se lleva a cabo.

IRSST (2015)

Anexo 10- Recomendaciones Administrativas y de Ingeniería

Referencia

Documentos de sitio web

[Ana Requena Aguilar](#) (julio de 2019) *Informe sobre camareras de piso*. Recuperado de:

https://www.eldiario.es/economia/sentencia_1_1425816.html

Ac prevención (Octubre, 2019) *Riesgos ergonómicos*. Recuperado de:

<https://www.acprevencion.com/riesgos-ergonomicos-medidas-preventivas/>

Alicia Raeburn (Julio, 2021) *Análisis Foda* Recuperado de:

<https://asana.com/es/resources/swot-analysis>

Cenea (2022) *Riesgos ergonómicos*. Recuperado de:

<https://www.cenea.eu/consultoria-ergonomia-empresas/sectores/ergonomia-en-hosteleria/>

<https://www.cenea.eu/riesgos-ergonomicos/>

Córdoba Turismo (2022) *Información sobre la provincia*. Recuperado de:

<https://www.cordobaturismo.gov.ar/preguntas-frecuentes/>

<https://www.cordobaturismo.gov.ar/>

Cormela (2022). *Política de Gestión*. Recuperado de:

<http://www.cormela.com.ar/cormela-gestion.php>

Copit (2022) *Honorarios Servicios de Seguridad e Higiene*. Recuperado de:

<https://copit.org.ar/wp-content/uploads/2022/04/HONORARIOS-MINIMOS-REFERENCIALES-2.022.pdf>

Docer (2022) *Detergente-Hoja de Seguridad*. Recuperado de:

<https://docer.com.ar/doc/s018c88>

Escuela de Turismo & Gastronomía de los Pirineos (2019) *La importancia de la ergonomía en el trabajo*. Recuperado de:

<https://escuelaturismopirineos.com/ergonomia/#:~:text=En%20definitiva%2C%20la%20ergonomia%20es,en%20su%20lugar%20de%20trabajo.>

Fundación estatal para la prevención de riesgos laborales (2017) *Manual de prácticas de seguridad en el trabajo*. España. Recuperado de:

<https://www.preencionparahosteleria.es/documents/documentos-acciones-prl/2017/ES00452017-MANUAL-BUENAS-PRACTICAS.pdf>

Federación Empresaria Hotelera Gastronómica de la República Argentina (Agosto, 2003) *Manual de seguridad e higiene en Hotelería*. Recuperado de:

<http://www.camarahotelessn.com.ar/manuales/Manual%20Seguridad%20e%20Higiene.pdf>

Fundación Argentina de Ergonomía (s.f.). *Prevalencia de los Factores de Riesgo Ergonómico en Argentina*. Recuperado de:

<https://www.fadergo.org.ar/component/k2/item/181-prevalencia-de-los-factores-de-riesgo-ergonomico-en-argentina>

Gerencie (2022). *Trabajo seguro*. Recuperado de:

<https://www.gerencie.com/como-puedo-proporcionar-un-ambiente-de-trabajo-seguro-para-los-trabajadores.html>

Gestión SySO. *Programa de ergonomía integrado*. Recuperado de:

<http://www.gestionsyso.com/programa-de-ergonomiacutea-integrado.html>

Grupo IOE (2018) *Siniestralidad Laboral*. Recuperado de:

<https://www.grupoioe.es/siniestralidad-laboral/>

Howard Johnson. (2018) *Información del Caso Howard Johnson* Recuperado de: Canvas

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2022) *Encuesta de ocupación hotelera. Cifras estimadas a junio de 2022*. Recuperado de:

<https://www.indec.gov.ar/indec/web/Nivel4-Tema-3-13-56>

IRSST (2015) *Prevención de riesgos ergonómicos*. Recuperado de:

https://www.revistalimpiezas.es/especiales/prl-y-formacion/campana-de-prevencion-de-riesgos-ergonomicos-en-empresas-del-sector_20150120.html

IRSST (2019) *Guía para la gestión del riesgo de carga física en el colectivo de limpieza de pisos en establecimientos hoteleros*. Recuperado de:

<http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM050031.pdf>

ISBL (2022) *Jerarquía de controles*. Recuperado de:

<https://isbl.eu/2020/09/la-jerarquia-de-los-controles-segun-la-iso-45001-2018-ejemplos-practicos/>

Mercado libre (2022) *Folletería*. Recuperado de:

https://articulo.mercadolibre.com.ar/MLA-1146324162-tripticos-pack-x-10-centro-de-mesa-cumpleanos-fiestas-_JM#position=39&search_layout=stack&type=item&tracking_id=d5f4ec13-2220-40ce-85dd-ac3a6de23826

Mercado Libre (2022) *Mopa de Microfibra*. Recuperado de:

https://articulo.mercadolibre.com.ar/MLA-1120723001-mopa-trapeador-giratorio-360-piso-autoescurrible-microfibra-_JM?searchVariation=174132459320#searchVariation=174132459320&position=44&search_layout=grid&type=item&tracking_id=1dd399f6-7300-4dbb-8e16-592d34af227e

Mercado Libre (2022) *Aspiradora con mango extensible*. Recuperado de:

https://articulo.mercadolibre.com.ar/MLA-785891385-barredora-aspiradora-3x1-mango-regulable-lqsw-30-lusqtoff-_JM?searchVariation=42556494417#searchVariation=42556494417&position=6&search_layout=stack&type=item&tracking_id=a9c42214-a0a8-434b-bffe-cff133a0454c

Mercado Libre (2022) *Carro de Limpieza con cartel de señalización*. Recuperado de:

https://articulo.mercadolibre.com.ar/MLA-611253438-carro-limpieza-milenium-senal-piso-mojado-italimpia-JM?matt_tool=84228402&matt_word=&matt_source=google&matt_campaign_id=14508409184&matt_ad_group_id=142453796124&matt_match_type=&matt_network=g&matt_device=c&matt_creative=619411506954&matt_keyword=&matt_ad_position=&matt_ad_type=pla&matt_merchant_id=174084783&matt_product_id=MLA611253438&matt_product_partition_id=1405887277351&matt_target_id=aud-415044759576:pla-1405887277351&gclid=Cj0KCQiApb2bBhDYARIsAChHC9vo6TSSaUcGD5iZiQUtAEJJHNTtPPsjgNbPBjluYotKkQ6uWtnVwlsaAgJhEALw_wcB

Mónica Martín (febrero de 2019) *Informe sobre camareras de piso*. Recuperado de:

https://www.eldiario.es/economia/kellys-automedica-soportar-analisis-cco_1_1714871.html

Norma Biasi. *Instituto de Estudios Estratégicos y Estadísticas* (Marzo ,2011) Recuperado de:

https://www.srt.gob.ar/wp-content/uploads/2016/04/2011_SexoEdad.pdf

Publico (2019) *Informe CCOO camareras de piso* .Recuperado de:

<https://www.publico.es/sociedad/riesgos-laborales-70-camareras-piso-consume-farmacos-manera-habitual-dolor-muscular-ansiedad.html>

Radio Alicante (2019) *La salud y seguridad laboral, emergencia nacional*

Recuperado de:

https://cadenaser.com/emisora/2019/04/27/radio_alicante/1556372736_740363.html

Scribd (2022) *Cloro- Hoja de Seguridad*. Recuperado de:

<https://es.scribd.com/document/225894325/Hoja-de-Seguridad-Del-Cloro>

Scribd (2022) *Desengrasante-Hoja de Seguridad*. Recuperado de:

<https://es.scribd.com/document/427072921/MSDS-Desengrasante-Industrial-1>

SGS S.A (2022) *Riesgos más comunes de Seguridad en Hoteles*. Recuperado de:

<https://www.sgs.mx/es-es/news/2019/11/riesgos-mas-comunes-de-seguridad-en-hoteles-como-evitarlos>

Superintendencia de Riesgos del Trabajo (Noviembre, 2021) *Informes de accidentabilidad Laboral*.

Recuperado de:

<https://www.srt.gob.ar/estadisticas/InformesPcias/2020/Cordoba2020.pdf>

<https://www.argentina.gob.ar/noticias/la-accidentabilidad-laboral-y-la-tasa-de-mortalidad-se-redujeron-en-el-primer-trimestre-de>

Seguridad Minera (2017) *principales riesgos en tareas de mantenimiento*. Recuperado de:

<https://www.revistaseguridadminera.com/operaciones-mineras/riesgos-tareas-mantenimiento/>

<https://www.sgs.mx/es-es/news/2019/11/riesgos-mas-comunes-de-seguridad-en-hoteles-como-evitarlos>

Superintendencia de Riesgos del Trabajo (2018) *Manual de Buenas Practicas Hotelería*. Recuperado de:

http://www.uthgraturismo.com.ar/wp-content/uploads/2015/03/Manual-Buenas-Practicas_Hoteleria_2018.pdf

http://www.uthgra.org.ar/wp-content/uploads/2016/08/3621_COMPENDIO_CAMARERASDEPISO1.pdf

Superintendencia de Riesgos del Trabajo (1995) *Prevención de Riesgos Laborales*. Recuperado de:

<https://www.argentina.gob.ar/srt/prevencion/que-es-la-prevencion>

Superintendencia de Riesgos del Trabajo (2018) *Evaluación de Riesgos del Trabajo*. Recuperado de:

https://www.srt.gob.ar/wp-content/uploads/2018/08/Guia_ERL.pdf

Superintendencia de Riesgos del Trabajo (2020) *Índice de Siniestralidad Laboral*. Recuperado de:

<https://www.srt.gob.ar/estadisticas/sector/rev4/anual/2020/ANUARIO%20ACCIDENTABILIDAD%202020%20-%20I%20-%20Servicios%20de%20alojamiento%20y%20servicios%20de%20comida.pdf>

Unión Sindical Obrera (2019) *Hostelería, prl, riesgos laborales, turismo* Recuperado de:

<https://www.uso.es/cuales-son-los-riesgos-para-la-salud-laboral-para-trabajadores-de-hoteles/>

Xavier Pladevall (2022) *Indicadores para medir el plan de implementación*. Recuperado de:

<https://www.acciopreventiva.com/indicadores-plan-prevencion/>

Libros

Creus, A., y Mangosio, J. (2011) *Seguridad e Higiene en el Trabajo- Un Enfoque Integral*. Argentina. Editorial: Alfaomega.

José Luis Melo (2005) *Manual de Ergonomía*. Recuperado de:

<http://www.lacaja.com.ar/lacaja/ART/files/content/ManErgonomia2.pdf>

Jorge Enrique Mangosio (2008) *Higiene y seguridad en el trabajo volumen 1* Editor: (s.e.)

Cortés Díaz, J. M. (2012) Editorial: Tébar Flores, s.l.

Legislación Nacional

Convenio Colectivo de Trabajo N° 362/03 Capitulo 3 Art. 70. *Condiciones particulares del trabajo de la actividad- Reglamentación del trabajo*. Recuperado de:

<https://www.ahtra.com.ar/administrativo/CCT%20362.pdf>

Decreto 351/79.TITULO VII Capítulo 21-Capacitacion (1979) *Reglamenta la Ley de Higiene y Seguridad en el Trabajo*. Recuperado de:

<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/30000-34999/32030/dto351-1979-anexo1.htm>

ISO 45001(2018) *Sistemas de gestión de salud y seguridad en el trabajo*. Recuperado de:

<https://www.nqa.com/es-pe/certification/standards/iso-45001>

Ley N° 19.587 (1972) *Ley de higiene y seguridad en el trabajo* Recuperado de:

<https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-19587-17612/texto>

Ley 24557 (1995) *Prevención de los riesgos del trabajo*. Recuperado de:

<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/25000-29999/27971/texact.htm>

Resolución 886 (2015) *Protocolo de Ergonomía*. Recuperado de:

<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/245000-249999/246272/norma.htm#:~:text=ARTICULO%201%C2%B0%20%E2%80%94%20Apru%C3%A9b%20el,que%20afecte%20a%20un%20solo>

Resolución 463 (2009) *Relevamiento general de riesgos laborales*. Recuperado de:

<https://www.argentina.gob.ar/srt/prevencion/relevamiento-riesgos>

Resolución 295 (2003) *Especificaciones técnicas sobre ergonomía y levantamiento manual de cargas*.

Recuperado de:

<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/90000-94999/90396/norma.htm>

Anexos

Anexo I-Matriz de riesgos

Tareas habituales del Puesto de Trabajo	Factor de riesgo de la habitual jornada de trabajo									Nivel de Riesgo									
	Levantamiento y descenso	Empuje / arrastre	Transporte	Bipedestación	Movimientos repetitivos	Postura forzada	Vibraciones	Confort térmico	Estrés de contacto										
1	Hacer las camas	x			x	x													tarea 1
2	Manipular lencería de cama de doble retirada y reposición			x	x	x	x												tarea 2
3	Voltear el colchón	x			x	x													tarea 3
4	Limpiar mobiliario				x	x	x												tarea 4
5	Barrer/ aspirar/ fregar suelo de habitaciones				x		x												tarea 5
6	Limpiar superficies con espejos o acristaladas				x	x	x												tarea 6
7	Limpiar ventanas				x	x	x												tarea 7
8	Vaciar papeleras y recoger objetos de clientes				x	x	x												tarea 8
9	Limpiar el inodoro				x	x	x												tarea 9
10	Limpiar la bañera/ ducha				x	x	x												tarea 10
11	Colocar el material en el carro	x	x		x		x												tarea 11
12	Trasladar el carro/ jaula de ropa sucia		x		x		x												tarea 12

Nota: Nivel de Riesgo: T: Tolerable - MT: Moderadamente Tolerable - NT: No Tolerable.

Fuente: Elaboración propia (2022)

ANEXO I - Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.A: LEVANTAMIENTO Y/O DESCENSO MANUAL DE CARGA SIN TRANSPORTE**PASO1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Levantar y/o bajar manualmente cargas de peso superior a 2 Kg. hasta 25 Kg.		
2	Realizar diariamente y en forma cíclicas operaciones de levantamiento / descenso con una frecuencia ≥ 1 por hora o ≤ 360 por hora (si se realiza de forma esporádica, consignar NO)		
3	Levantar y/o bajar manualmente cargas de peso superior a 25 Kg	X	

Si todas las respuestas son **NO**, se considera que el riesgo es tolerable.Si alguna de las respuestas 1 a 3 es **SI**, continuar con el paso 2.Si la respuesta 3 es **SI** se considera que el riesgo de la tarea es No tolerable, debiendo solicitarse mejoras urgentes.**Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	El trabajador levanta, sostiene y deposita la carga sobrepasando con sus manos 30 cm. sobre la altura del hombro	X	
2	El trabajador levanta, sostiene y deposita la carga sobrepasando con sus manos una distancia horizontal mayor de 80 cm. desde el punto medio entre los tobillos	X	
3	Entre la toma y el depósito de la carga, el trabajador gira o inclina la cintura más de 30° a uno u otro lado (o a ambos) considerados desde el plano sagital	X	
4	Las cargas poseen formas irregulares, son difíciles de asir, se deforman o hay movimiento en su interior		X
5	El trabajador levanta, sostiene y deposita la carga con un solo brazo	X	
6	El trabajador presenta alguna manifestación temprana de las enfermedades mencionadas en el Artículo 1°* de la presente Resolución		X

Si todas las respuestas son **NO** se presume que el riesgo es tolerable .Si alguna respuesta es **SI**, el empleador no puede presumir que el riesgo sea tolerable. Por lo tanto, se debe realizar con una Evaluación de Riesgos.

*Art.1: "... prevención de trastornos musculoesqueléticos, hernias inguinales directas, mixtas y crurales, hernia discal lumbo-sacra con o sin compromiso radicular que afecte a un solo segmento columnario y várices primitivas

Firma del Empleador	Firma del Responsable del Servicio de Higiene y Seguridad	Firma del Responsable del Servicio de Medicina del Trabajo	Fecha:
			Hoja N°:

ANEXO I - Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.B: EMPUJE Y ARRASTRE MANUAL DE CARGA**PASO1: Identificar si en puesto de trabajo:**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Se realizan diariamente tareas cíclicas, con una frecuencia ≥ 1 movimiento por jornada (si son esporádicas, consignar NO).	X	
2	El trabajador se desplaza empujando y/o arrastrando manualmente un objeto recorriendo una distancia mayor a los 60 metros	X	
3	En el puesto de trabajo se empujan o arrastran cíclicamente objetos (bolsones, cajas, muebles, máquinas, etc.) cuyo cmedido con dinamómetro supera los 30 kgf.		X

Si todas las respuestas son **NO**, se considera que el riesgo es tolerable.

Si alguna de las respuestas 1 a 3 es **SI**, continuar con el paso 2.

Si la respuesta 3 es **SI** debe considerarse que el riesgo de la tarea es No tolerable, debiendo solicitarse mejoras en un tiempo prudencial.

Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo.

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Para empujar el objeto rodante se requiere un esfuerzo inicial medido con dinamómetro ≥ 12 Kg para hombres o 10 Kg para mujeres.		X
2	Para arrastrar el objeto rodante se requiere un esfuerzo inicial medido con dinamómetro ≥ 10 Kg. para hombres o mujeres	X	
3	El objeto rodante es empujado y/o arrastrado con dificultad (la superficie de deslizamiento es despareja, hay rampas que subir o bajar, hay roturas u obstáculos en el recorrido, ruedas en mal estado, mal diseño del asa, etc.)		X
4	El objeto rodante no puede ser empujado y/o arrastrado con ambas manos, y en caso que lo permita, el apoyo de las manos se encuentra a una altura incómoda (por encima del pecho o por debajo de la cintura)		X
5	En el movimiento de empujar y/o arrastrar, el esfuerzo inicial requerido se mantiene significativamente una vez puesto en movimiento el objeto (se produce atascamiento en las ruedas, tirones o falta de deslizamiento uniforme)	X	
6	El trabajador empuja o arrastra el objeto rodante asíéndolo con una sola mano		X
7	El trabajador presenta alguna manifestación temprana de las enfermedades mencionadas en el Artículo 1°* de la presente Resolución		X

Si todas las respuestas son NO se presume que el riesgo es tolerable .

Si alguna respuesta es SI, el empleador no puede presumir que el riesgo sea tolerable. Por lo tanto, se debe realizar una Evaluación de Riesgos.

ANEXO I - Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.C: TRANSPORTE MANUAL DE CARGAS**PASO 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Transportar manualmente cargas de peso superior a 2 Kg y hasta 25 Kg	X	
2	El trabajador se desplaza sosteniendo manualmente la carga recorriendo una distancia mayor a 1 metro	X	
3	Lo realiza diariamente en forma cíclica (si es esporádica, consignar NO)	X	
4	Se transporta manualmente cargas a una distancia superior a 20 metros	X	
5	Se transporta manualmente cargas de peso superior a 25 Kg	X	

Si todas las respuestas son NO, se considera que el riesgo es tolerable.

Si alguna de las respuestas 1 a 5 es SI, continuar con el paso 2.

Si la respuesta 5 es SI debe considerarse que el riesgo de la tarea es No tolerable, debiendo solicitarse mejoras en tiempo prudencial.

Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	En condiciones habituales de levantamiento el trabajador transporta la carga entre 1 y 10 metros con una masa acumulada (el producto de la masa por la frecuencia) mayor que 10.000 Kg durante la jornada habitual	X	
2	En condiciones habituales de levantamiento el trabajador transporta la carga entre 10 y 20 metros con una masa acumulada (el producto de la masa por la frecuencia) mayor que 6.000 Kg durante la jornada habitual		X
3	Las cargas poseen formas irregulares, son difíciles de asir, se deforman o hay movimiento en su interior.		X
4	El trabajador presenta alguna manifestación temprana de las enfermedades mencionadas en el Artículo 1°* de la presente Resolución		X

Si todas las respuestas son NO se presume que el riesgo es tolerable .

Si alguna respuesta es SI, el empleador no puede presumir que el riesgo sea tolerable. Por lo tanto, se debe realizar una Evaluación de Riesgos.

ANEXO I - Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.D: BIPEDESTACIÓN**Paso 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	El puesto de trabajo se desarrolla en posición de pie, sin posibilidad de sentarse, durante 2 horas seguidas o más.	X	

Si la respuesta es **NO**, se considera que el riesgo es tolerable.Si la respuesta es **SÍ** continuar con paso 2**Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	En el puesto se realizan tareas donde se permanece de pie durante 3 horas seguidas o más, sin posibilidades de sentarse con escasa deambulación (caminando no más de 100 metros/hora).	X	
2	En el puesto se realizan tareas donde se permanece de pie durante 2 horas seguidas o más, sin posibilidades de sentarse ni desplazarse o con escasa deambulación, levantando y/o transportando cargas > 2 Kg	X	
3	Trabajos efectuados con bipedestación prolongada en ambientes donde la temperatura y la humedad del aire sobrepasan los límites legalmente admisibles y que demandan actividad física.		X
4	El trabajador presenta alguna manifestación temprana de las enfermedades mencionadas en el Artículo 1°* de la presente Resolución		X

Si todas las respuestas son **NO** se presume que el riesgo es tolerable .Si alguna respuesta es **SI**, el empleador no puede presumir que el riesgo sea tolerable. Por lo tanto, se debe realizar una Evaluación de Riesgos.

ANEXO I - Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.E: MOVIMIENTOS REPETITIVOS DE MIEMBROS SUPERIORES**PASO 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Realizar diariamente, una o más tareas donde se utilizan las extremidades superiores, durante 4 o más horas en la jornada habitual de trabajo en forma cíclica (en forma continuada o alternada).	X	

Si la respuesta es **NO**, se considera que **el riesgo es tolerable**.Si la respuesta es **SI**, continuar con el paso 2.**Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo.**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Las extremidades superiores están activas por más del 40% del tiempo total del ciclo de trabajo.	X	
2	En el ciclo de trabajo se realiza un esfuerzo superior a moderado a 3 según la Escala de Borg, durante mas de 6 segundos y mas de una vez por minuto.	X	
3	Se realiza un esfuerzo superior a 7 según la escala de Borg.		
4	El trabajador presenta alguna manifestación temprana de las enfermedades mencionadas en el Artículo 1°* de la presente Resolución		X

Si todas las respuestas son NO se presume que el riesgo es tolerable .

Si alguna respuesta es SI, el empleador no puede presumir que el riesgo sea tolerable. Por lo tanto, se debe realizar una Evaluación de Riesgos.

Si la respuesta 3 es Si, se deben implementar mejoras en forma prudencial.

NIVEL INDICADOR	VALOR	
	0	Ausencia de esfuerzo
	0,5	Esfuerzo muy bajo, apenas perceptible
	1	Esfuerzo muy débil
	2	Esfuerzo débil / ligero
	3	Esfuerzo moderado / regular
	4	Esfuerzo algo fuerte
	5	Esfuerzo fuerte
	6	
	7	Esfuerzo muy fuerte
	8	
	9	
	10	Esfuerzo extremadamente fuerte (máximo que una persona puede aguantar)
		T1

ANEXO I - Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.F: POSTURAS FORZADAS
PASO 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Se adoptan posturas forzadas en forma habitual, durante la jornada de trabajo, con o sin aplicación de fuerza. (No se deben considerar si las posturas son ocasionales)	X	

 Si todas las respuestas son **NO**, se considera que el riesgo es tolerable.

Si la respuesta es SI, continuar con el paso 2.

Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Cuello en extensión, flexión, lateralización y/o rotación		X
2	Brazos por encima de los hombros o con movimientos de supinación, pronación o rotación.	X	
3	Muñecas y manos en flexión, extensión, desviación cubital o radial.	X	
4	Cintura en flexión, extensión, lateralización y/o rotación.	X	
5	Miembros inferiores: trabajo en posición de rodillas o en cuclillas.	X	
6	El trabajador presenta alguna manifestación temprana de las enfermedades mencionadas en el Artículo 1º* de la presente Resolución		X

Si todas las respuestas son NO se presume que el riesgo es tolerable .

Si alguna respuesta es SI, el empleador no puede presumir que el riesgo sea tolerable. Por lo tanto, se debe realizar una Evaluación de Riesgos.

2.-G VIBRACIONES MANO - BRAZO (entre 5 y 1500Hz)

PASO 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica de forma habitual:

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Trabajar con herramientas que producen vibraciones (martillo neumático, perforadora, destornilladores, pulidoras, esmeriladoras, otros)		X
2	Sujetar piezas con las manos mientras estas son mecanizadas		X
3	Sujetar palancas, volantes, etc. que transmiten vibraciones		X

Si todas las respuestas son **NO**, se considera que **el riesgo es tolerable**.

Si alguna de las respuestas es **SI**, continuar con el paso 2.

ANEXO I: Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio:

Puesto de trabajo:

Tarea N°:

2.-H CONFORT TÉRMICO

PASO 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	En el puesto de trabajo se perciben temperaturas no confortables para la realización de las tareas		X

Si la respuesta es **NO**, se considera que **el riesgo es tolerable**.

Si la respuesta es **SI**, continuar con el paso 2.

Paso 2: Determinación del Nivel de Riesgo

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	EL resultado del uso de la Curva de Confort de Fanger, se encuentra por fuera de la zona de confort.		X

ANEXO A: Planilla 2: EVALUACIÓN INICIAL DE FACTORES DE RIESGOS

Área y Sector en estudio: _____
 Puesto de trabajo: _____ Tarea N°: _____

2.- I ESTRES DE CONTACTO**PASO 1: Identificar si la tarea del puesto de trabajo implica:**

Nº	DESCRIPCIÓN	SI	NO
1	Mantener apoyada alguna parte del cuerpo ejerciendo una presión, contra una herramienta, plano de trabajo, máquina herramienta o partes y materiales		X

Si la respuesta es **NO**, se considera que **el riesgo es tolerable**.Si la respuesta es **SI**, continuar con el paso 2.**ANEXO I - Planilla 3: IDENTIFICACIÓN DE MEDIDAS CORRECTIVAS Y PREVENTIVAS**

Razón Social:	Nombre del trabajador/es:
Dirección del establecimiento:	
Área y Sector en estudio:	
Puesto de Trabajo:	
Tarea analizada:	

Nº	Medidas Correctivas y Preventivas (MCP)			Observaciones
	Fecha:	SI	NO	
Medidas Preventivas Generales				
1	Se ha informado al trabajador/es, supervisor/es, ingeniero/s y directivo/s relacionados con el puesto de trabajo, sobre el riesgo que tiene la tarea de desarrollar TME.			
2	Se ha capacitado al trabajador/es y supervisor/es relacionados con el puesto de trabajo, sobre la identificación de síntomas relacionados con el desarrollo de TME			
3	Se ha capacitado al trabajador/es y supervisor/es relacionados con el puesto de trabajo, sobre las medidas y/o procedimientos para prevenir el desarrollo de TME.			
Medidas Correctivas y Preventivas Específicas (Administrativas y de Ingeniería)				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
...				

Observaciones:

Empleador	Firma del Responsable del Servicio de Higiene y Seguridad	Firma del Responsable del Servicio de Medicina Laboral
-----------	---	--

Fuente: Elaboración Propia (2022)

Anexo2-Graficos de Índice de siniestralidad

Gráfico 2: Índice de incidencia de AT y EP según sector económico Córdoba. Unidades productivas. Año 2020

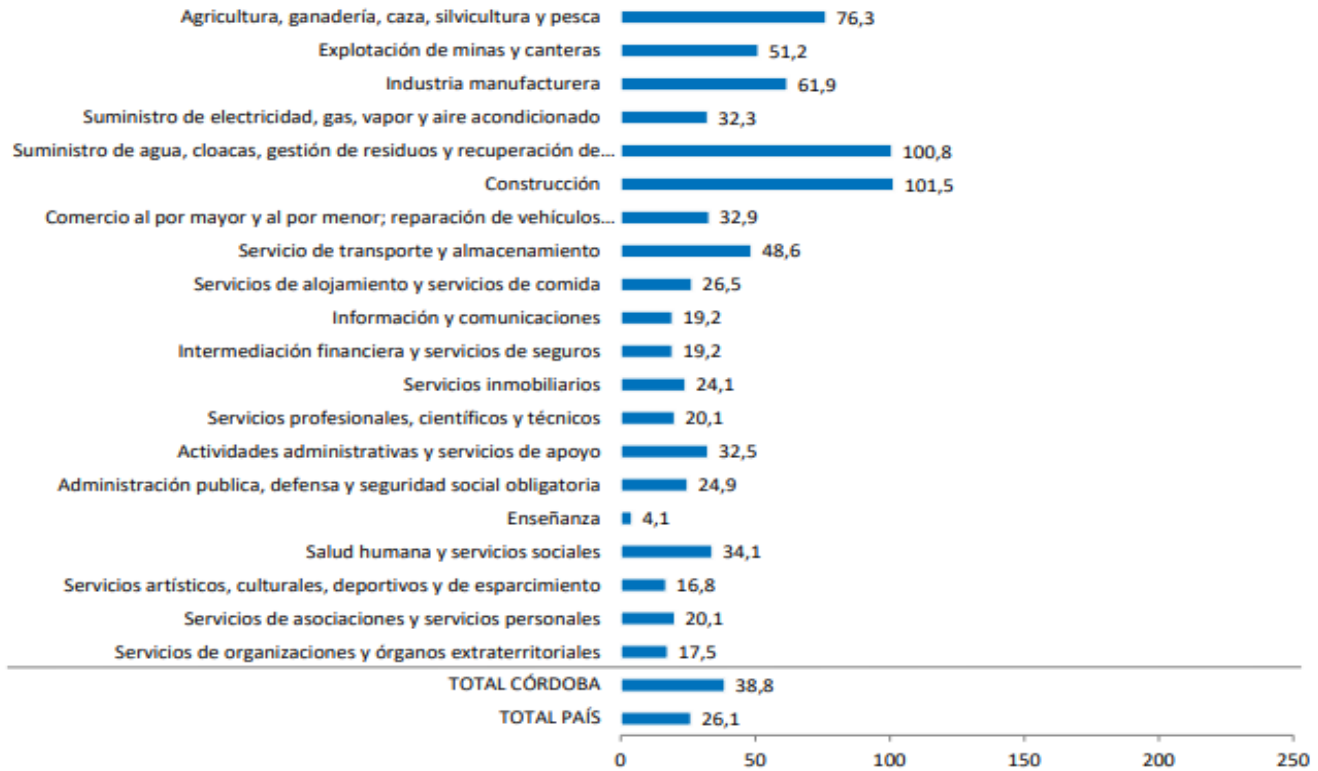
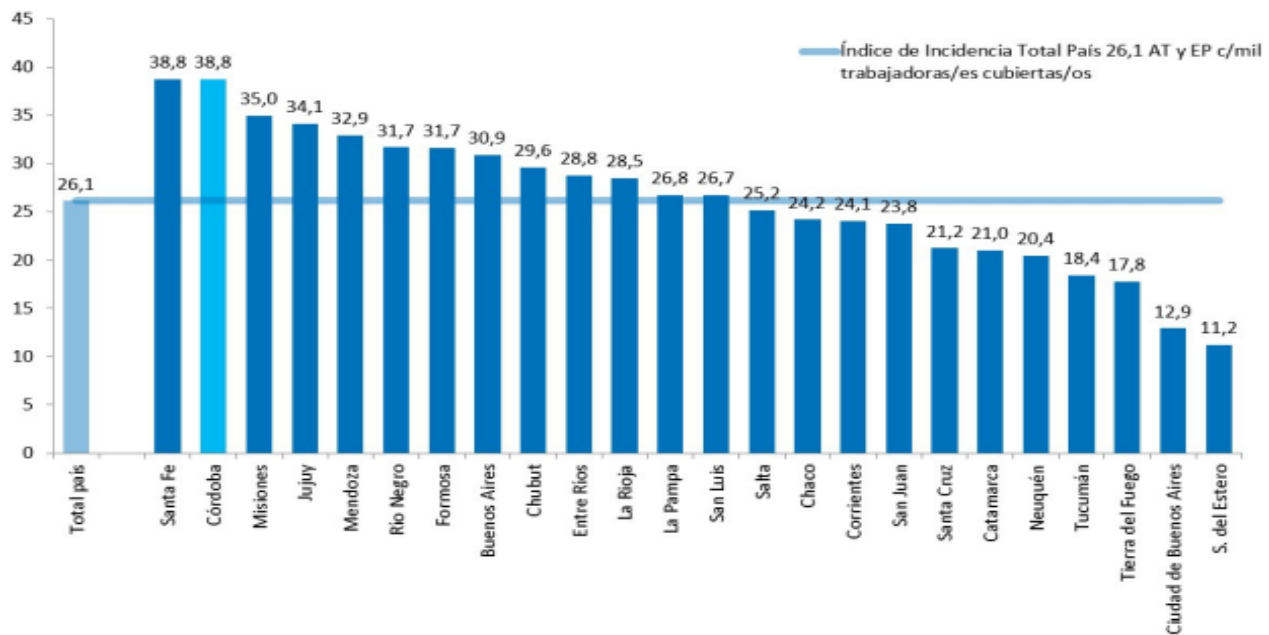


Gráfico 1: Índice de incidencia de AT y EP según provincia. Unidades productivas. Año 2020





Informe provisorio de accidentabilidad laboral

1º trimestre de 2020

SRTArgentina Superintendencia de Riesgos del Trabajo

Variación porcentual de los casos notificados según sector económico.

-2,7%	-13,1%	-10,6%	-6,6%	-17,0%	-31,5%	-10,0%	-9,8%	2,3%	-2,7%
Agricultura	Minería	Manufacturas	Electricidad	Inmobiliarias	Construcción	Comercio	Transporte	Asociaciones	Servicios Sociales
-25,3%	-7,7%	-3,1%	-13,7%	-22,0%	-7,4%	-10,1%	-17,0%	-8,7%	-13,1%
Enseñanza	Organizaciones	Actividades administrativas	Profesionales	Intermediación financiera	Administración pública	Información y comunicaciones	Servicios artísticos	Agua, cloacas y residuos	Alojamiento



5 provincias con mayor cantidad de casos notificados

Provincia	2019 I trimestre	2020 I trimestre	Var %
C.A.B.A.	18.325	14.708	-19,7%
Buenos Aires	49.639	45.963	-7,4%
Córdoba	10.785	9.201	-14,7%
Santa Fe	10.433	8.665	-16,9%
Mendoza	6.732	6.190	-8,1%

Fuente: SRT (2020)

Anexo 3- RGRL

Estado de cumplimiento de la normativa vigente Decreto 351/79



Fecha:
Solicitud/ Contrato:
Póliza Digital:

Nº de CUIT del Propietario:

Código del Establecimiento:

Código Postal Argentino:

*NA: no aplica

*Si colocó un incumplimiento debe completar la fecha en la cual lo regularizará.

Empresas - Condiciones a Cumplir	Si	No	NA	Fecha Regul	Normativa Vigente
Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo					
1 ¿Dispone del Servicio de Higiene y Seguridad?	X				Art. 3, Dec. 1338/96
2 ¿Cumple con las horas profesionales según Decreto 1338/96?	X				Dec. 1338/96
3 ¿Posee documentación actualizada sobre análisis de riesgos y medidas preventivas, en los puestos de trabajo?		X			Dec. 1338/96
Servicio de Medicina del Trabajo					
4 ¿Dispone del Servicio de Medicina del Trabajo?			X		Art. 3, Dec. 1338/96
5 ¿Posee documentación actualizada sobre acciones tales como de educación sanitario, socorro, vacunación y estudios de ausentismo o por morbilidad?	X				Art. 5, Dec. 1338/96
6 ¿Se realizan los exámenes periódicos?	X				Res. 43/97 y 54/98 Art. 9 a) Ley 19587
Herramientas					
7 ¿Las herramientas están en estado de conservación adecuado?	X				Cap.15 Art.110 Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
8 ¿La empresa provee herramientas aptas y seguras?	X				Cap.15 Art.103/110 Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
9 ¿Las herramientas corto-punzantes poseen fundas o vainas?	X				Cap.15 Art.110 Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
10 ¿Existe un lugar destinado para la ubicación ordenada de las herramientas?	X				Cap.15 Art.110 Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
11 ¿Las portátiles eléctricas poseen protecciones para evitar riesgos?	X				Cap.15 Art.103/110 Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
12 ¿Las neumáticas e hidráulicas poseen válvulas de cierre automático al dejar de accionarla?	X				Cap.15 Art.103/110 Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
Máquinas					
13 ¿Tienen todas las máquinas y herramientas, protecciones para evitar riesgos al trabajador?	X				Cap.15 Arts. 103, 104,105,106,107 y110 Dec. 351/79 107 y110 Dec. 351/79 Art.8 b) Ley 19587
14 ¿Existen dispositivos de parada de emergencia?	X				Cap.15 Arts.103/104 Dec. 351/79 Art.8 b) Ley 19587
15 ¿Se han previsto sistema de bloqueo de la máquina para operaciones de mantenimiento?			X		Cap.15 Arts. 108/109 Dec.351/79- Art.8 b) Ley 19587
16 ¿Tienen las máquinas eléctricas, sistema de puesta a tierra?	X				Cap.14 Anexo VI Pto 3.3.1 Dec. 351/79 Art.8 b) Ley
17 ¿Están identificadas conforma a normas IRAM todas las partes de máquinas y equipos que en accionamiento puedan causar daño a los trabajadores?	X				Cap.12 Arts. 77, 78 y 81- Dec. 351/79 Art.9 b) Ley 19587
Espacios de trabajo					
18 ¿Existe orden y limpieza en los puestos de trabajo?	X				Cap.5 Art. 42 Dec. 351/79 Art. 8 a) y Art. 9 e) Ley
19 ¿Existen depósitos de residuos en los puestos de trabajo?	X				Cap.5 Art. 42 Dec. 351/79 Art. 8 a) y Art. 9 e) Ley
20 ¿Tienen las salientes y partes móviles de máquinas y/o instalaciones, señalización y protección?	X				Cap.12 Art. 81 Dec. 351/79 Art. 9 j) Ley 19587
Ergonomía					
21 ¿Se desarrolla un Programa de Ergonomía Integrado para los distintos puestos de trabajo?		X			Anexo I Resol. 295/03 Art. 6 a) Ley 19587
22 ¿Se realizan controles de ingeniería a los puestos de trabajo?		X			Anexo I Resol. 295/03 Art. 6 a) Ley 19587
23 ¿Se realizan controles administrativos y seguimientos a los puestos de trabajo?		X			Anexo I Resol. 295/03 Art. 6 a) Ley 19587
Protección contra incendios					
24 ¿Existen medios o vías de escape adecuadas en caso de incendio?	X				Cap.12 Art. 80 y Cap. 18 Art.172 Dec. 351/79
25 ¿Cuentan con estudio de carga de fuego?	X				Cap.18 Art.183, Dec.351/79
26 ¿La cantidad de matafuegos es acorde a la carga de fuego?	X				Cap.18 Art.175 y 176 Dec. 351/79 Art. 9 g) Ley
27 ¿Se registra el control de recargas y/o reparación?	X				Cap.18 Art. 183 a 186 Dec.351/79
28 ¿Se registra el control de prueba hidráulica de carros y/o matafuegos?	X				Cap.18 Art. 183 a 186 Dec.351/79
29 ¿Existen sistemas de detección de incendios?	X				Cap.18 Art.182, Dec.351/79
30 ¿Cuentan con habilitación, los carros y/o matafuegos y demás instalaciones para extinción?	X				Cap. 18, Art.183, Dec 351/79
31 ¿El depósito de combustibles cumple con la legislación vigente?			X		Cap.18 Art.164 a 168 Dec. 351/79
32 ¿Se acredita la realización periódica de simulacros de evacuación?	X				Cap.18 Art.187 Dec. 351/79 Art. 9 k) Ley 19587
33 ¿Se disponen de estanterías o elementos equivalentes de material no combustible o metálico?	X				Cap.18 Art.169 Dec.351/79 - Art. 9 h) Ley 19587
34 ¿Se separan en forma alternada, las de materiales combustibles con las no combustibles y las que puedan reaccionar entre sí?	X				Cap.18 Art.169 Dec.351/79 - Art. 9 h) Ley 19587
Almacenaje					
35 ¿Se almacenan los productos respetando la distancia mínima de 1m entre la parte superior de las estibas y el techo?	X				Cap.18 Art.169 Dec.351/79 - Art. 9 h) Ley 19587
36 ¿Los sistemas de almacenaje permiten una adecuada circulación y son seguros?	X				Cap. 5 Art. 42 y 43 Dec. 351/79 - Art. 9 h) Ley



Estado de cumplimiento de la normativa vigente Decreto 351/79

Nº de CUIT del Propietario:

Código del Establecimiento:

Código Postal Argentino:

*NA: no aplica

*Si colocó un incumplimiento debe completar la fecha en la cual lo regularizará.

Empresas - Condiciones a Cumplir	Si	No	NA	Fecha Regul	Normativa Vigente
37 ¿En los almacenajes a granel, las estibas cuentan con elementos de contención?	X				Cap. 5 Art. 42 y 43 Dec. 351/79 - Art. 9 h) Ley
Almacenaje de sustancias peligrosas					
38 ¿Se encuentran separados los productos incompatibles?	X				Cap. 17 Art. 145 Dec. 351/79 - Art. 9 h) Ley 19587
39 ¿Se identifican los productos riesgosos almacenados?	X				Cap. 17 Art. 145 Dec. 351/79 - Art. 9 h) y Art. 8 d) Ley
40 ¿Se proveen elementos de protección adecuados al personal?	X				Cap. 17 Art. 145 Dec. 351/79 - Art. 8 c) Ley 19587
41 ¿Existen duchas de emergencia y/o lava ojos en sectores con productos	X				Cap. 5 Art. 42 Dec. 351/79 - Art. 8 b) y 9 i) Ley
42 ¿En atmósferas inflamables la instalación eléctrica es antiexplosiva?	X				Cap. 18 Art. 165, 166 y 167, Dec. 351/79
43 ¿Existe un sistema para control de derrames de productos peligrosos?	X				Cap. 17 Art. 145 y 148 Dec. 351/79 - Art. 8 a) Ley
Sustancias peligrosas					
44 ¿Su fabricación y/o manipuleo cumplimenta la legislación vigente?	X				Cap. 17 Art. 145 y 147 a 150 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
45 ¿Todas las sustancias que se utilizan, poseen su respectivas hojas de seguridad?	X				Cap. 17 Art. 145 y 147 a 150 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
46 ¿Las instalaciones y equipos se encuentran protegidos contra el efecto corrosivo de las sustancias empleadas?	X				Cap. 17 Art. 148 Dec. 351/79 - Art. 8 b) y d) Ley 19587
47 ¿Se fabrican, depositan o manipulan sustancias explosivas, teniendo en cuenta lo reglamentado por Fabricaciones Militares?	X				Cap. 17 Art. 146 Dec. 351/79 - Art. 8 a) b) y d) Ley 19587
48 ¿Existen dispositivos de alarma acústico y visuales donde se manipulen sustancias infectantes y/o contaminantes?	X				Cap. 17 Art. 149 Dec. 351/79 - Art. 8 a) b) y d) Ley 19587
49 ¿Se ha señalado y resguardado la zona o los elementos afectados ante casos de derrame de sustancias corrosivas?	X				Cap. 17 Art. 148 Dec. 351/79 - Art. 8 a) b) y d) Ley 19587
50 ¿Se ha evitado la acumulación de desechos orgánicos en estado de putrefacción, e implementado la desinfección correspondiente?	X				Cap. 17 Art. 150 Dec. 351/79 - Art. 9 a) Ley 19587
51 ¿Se confeccionó un plan de seguridad para casos de emergencia, y se colocó en lugar visible?	X				Cap. 17 Art. 145 Dec. 351/79 - Art. 9 j) y k) Ley 19587
Riesgo eléctrico					
52 ¿Están todos los cableados eléctricos adecuadamente contenidos?	X				Cap. 14 Art. 14 Dec. 351/79 - Art. 9 d) Ley 19587
53 ¿Los conectores eléctricos se encuentran en buen estado?	X				Cap. 14 Art. 95 y 96 Dec. 351/79 - Art. 9 d) Ley 19587
54 ¿Las instalaciones y equipos eléctricos cumplen con la legislación?	X				Cap. 14 Art. 95 y 96 Dec. 351/79 - Art. 9 d) Ley 19587
55 ¿Las tareas de mantenimiento son efectuadas por personal capacitado y autorizado por la empresa?	X				Cap. 14 Art. 98 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
56 ¿Se efectúa y registra los resultados del mantenimiento de las instalaciones, en base a programas confeccionados de acuerdo a normas de seguridad?	X				Cap. 14 Art. 98 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
57 ¿Los proyectos de instalaciones y equipos eléctricos de más de 1000 voltios cumplimentan con lo establecido en la legislación vigente y están aprobados por el responsable de Higiene y Seguridad en el rubro de su competencia?	X				Cap. 14 Art. 97 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
58 ¿Se adoptan las medidas de seguridad en locales donde se manipule sustancias corrosivas, inflamables y/o explosivas o de alto riesgo y en locales húmedos?	X				Cap. 14 Art. 99 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
59 ¿Se han adoptado las medidas para la protección contra riesgos de contactos directos e indirectos?	X				Cap. 14 Art. 100 Dec. 351/79 y punto 3.3.2. Anexo VI - Art. 8 d) Ley 19587
60 ¿Se han adoptado las medidas para eliminar la electricidad estática en todas las operaciones que pueda producirse?	X				Cap. 14 Art. 101 Dec. 351/79 y punto 3.6 Anexo VI - Art. 8 d) Ley 19587
61 ¿Posee instalación para prevenir sobretensiones producidas por descargas atmosféricas (pararrayos)?	X				Cap. 14 Art. 102 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
62 ¿Poseen las instalaciones tomas a tierra independientes de la instalada para descargas atmosféricas?	X				Cap. 14 Art. 102 y Anexo VI, pto. 3.3.1 Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
63 ¿Las puestas a tierra se verifican periódicamente mediante mediciones?	X				Anexo VI pto. 3.1, Dec. 351/79 - Art. 8 d) Ley 19587
Aparatos sometidos a presión					
64 ¿Se realizan los controles e inspecciones periódicos establecidos en calderas y todo otro aparato sometido a presión?	X				Cap. 16 Art. 140 Dec. 351/79 - Art. 9 b) Ley 19587
65 ¿Se han fijado las instrucciones detalladas con esquemas de la instalación, y los procedimientos operativos?	X				Cap. 16 Art. 138 Dec. 351/79 - Art. 9 j) Ley 19587
66 ¿Se protegen los hornos, calderas, etc., para evitar la acción del calor?	X				Cap. 16 Art. 139 Dec. 351/79 - Art. 8 b) Ley 19587
67 ¿Están los cilindros que contengan gases sometidos a presión adecuadamente almacenados?	X				Cap. 16 Art. 142 Dec. 351/79 - Art. 9 b) Ley 19587
68 ¿Los restantes aparatos sometidos a presión, cuentan con dispositivos de protección y seguridad?	X				Cap. 16 Art. 141 y Art. 143 - Art. 9 b) Ley 19587
69 ¿Cuenta el operador con la capacitación y/o habilitación pertinente?	X				Cap. 16 Art. 138 Dec. 351/79 - Art. 9 k) Ley 19587
70 ¿Están aislados y convenientemente ventilados los aparatos capaces de producir frío, con posibilidad de desprendimiento de contaminantes?	X				Cap. 16 Art. 144 Dec. 351/79 - Art. 8 b) Ley 19587/19587



Estado de cumplimiento de la normativa vigente Decreto 351/79

Nº de CUIT del Propietario:

Código del Establecimiento:

Código Postal Argentino:

*NA: no aplica

*Si colocó un incumplimiento debe completar la fecha en la cual lo regularizará.

Empresas - Condiciones a Cumplir	Si	No	NA	Fecha Regul.	Normativa Vigente
Equipos y elementos de protección personal (E.P.P.)					
71 ¿Se provee a todos los trabajadores, de los elementos de protección personal adecuado, acorde a los riesgos a los que se hallan expuestos?	X				Cap.19 Art. 188 a 190 Dec. 351/79 - Art. 8 c) Ley 19587
72 ¿Existen señalizaciones visibles en los puestos y/o lugares de trabajo sobre la obligatoriedad del uso de los elementos de protección personal?	X				Cap. 12 Art.84 Dec. 351/79 - Art. 9 j) Ley 19587
73 ¿Se verifica la existencia de registros de entrega de los E.P.P.?	X				Art. 28 inc. h) Dto. 170/96
74 ¿Se realizó un estudio por puesto de trabajo o sector donde se detallan los E.P.P. necesarios?	X				Cap. 19, Art. 188, Dec. 351/79
Iluminación y color					
75 ¿Cumple con los requisitos de iluminación establecidos en la legislación vigente?	X				Cap. 12 Art. 71 Dec. 351/79 - Art. 8a) Ley 19587
76 ¿Se ha instalado un sistema de iluminación de emergencia, en casos necesarios, acorde a los requerimientos de la legislación vigente?	X				Cap. 12 Art. 76 Dec. 351/79
77 ¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X				Cap. 12 Art. 73 a 75 - Dec. 351/79 y Art. 10 Dec.
78 ¿Los niveles existentes cumplen con la legislación vigente?	X				Cap. 12 Art. 73 a 75 Dec. 351/79 - Art. 8 a) Ley
79 ¿Existe marcación visible de pasillos, circulaciones de tránsito y lugares de cruce donde circulen cargas suspendidas y otros elementos de transporte?	X				Cap. 12 Art. 79 Dec. 351/79 - Art. 9j) Ley 19587
80 ¿Se encuentran señalizados los caminos de evacuación en caso de peligro e indicadas las salidas normales y de emergencia?	X				Cap. 12 Art. 80 y Cap. 18 Art. 172 inc.2 Dec. 351/79 - Art. 8 a) Ley 19587
81 ¿Se encuentran identificadas las cañerías?	X				Cap. 12 Art. 82 Dec. 351/79
Condiciones higrotérmicas					
82 ¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X				Cap. 8 Art. 60 Dec. 351/79 Anexo III Res. 295/03 y Art. 10 Dec.1338/96 - Art. 8 inc. a) Ley 19587
83 ¿El personal sometido a estrés por frío, está protegido adecuadamente?	X				Cap. 8 Art. 60 Dec. 351/79 y Anexo III Res. 295/03 - Art. 8 inc. a) Ley 19587
84 ¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés por frío?	X				Cap. 8 Art. 60 Dec. 351/79 y Anexo III Res. 295/03 - Art. 8 inc. a) Ley 19587
85 ¿El personal sometido a estrés térmico y tensión térmica, está protegido adecuadamente?	X				Cap. 8 Art. 60 Dec. 351/79 y Anexo III Res. 295/03 - Art. 8 inc. a) Ley 19587
86 ¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo del personal sometido a estrés térmico tensión térmica?	X				Cap. 8 Art. 60 inc. 4 Dec. 351/79 - Art. 8 inc. a) Ley 19587
Radiaciones ionizantes					
87 ¿En caso de existir fuentes generadoras de radiaciones ionizantes (Ej. Rayos X en radiografías), los trabajadores y las fuentes cuentan con la autorización del organismo competente?			X		Cap. 10 Art. 62, Dec. 351/79
88 ¿Se encuentran habilitados los operadores y los equipos generadores de radiaciones ionizantes ante el organismo competente?			X		Cap. 10 Art. 62 Dec. 351/79
89 ¿Se lleva el control y registro de las dosis individuales?			X		Art. 10 - Dto. 1338/96 y Anexo II, Res. 295/03
90 ¿Los valores hallados, se encuentran dentro de lo establecido en normativa vigente?			X		Anexo II, Res. 295/03
Láseres					
91 ¿Se han aplicado las medidas de control a la clase de riesgo?			X		Anexo II, Res. 295/03
92 ¿Las medidas aplicadas cumplen con lo establecido en la normativa vigente?			X		Anexo II, Res. 295/03
Radiaciones no ionizantes					
93 ¿En caso de existir fuentes generadoras de radiaciones no ionizantes (Ej. Soldadura), que puedan generar daños a los trabajadores, están éstos protegidos?			X		Cap. 10 Art. 63 Dec. 351/79 - Art. 8 inc. d) Ley 19587
94 ¿Se cumple con la normativa vigente para campos magnéticos estáticos?			X		Anexo II, Res. 295/03
95 ¿Se registran las mediciones de radiofrecuencia y/o microondas en los lugares de trabajo?			X		Cap. 9 Art. 63 Dec. 351/79, Art. 10- Dec. 1338/96 y Anexo II, Res. 295/03 - Art. 10- Dec. 1338/96 y Anexo II,
96 ¿Se encuentran dentro de lo establecido en la normativa vigente?			X		Anexo II, Res. 295/03
97 ¿En caso de existir radiación infrarroja, se registran las mediciones de la misma?			X		Art. 10 - Dec. 1338/96 y Anexo II, Res. 295/03
98 ¿Los valores hallados, se encuentran dentro de lo establecido en la normativa?			X		Anexo II, Res. 295/03
99 ¿En caso de existir radiación ultravioleta, se registran las mediciones de la			X		Art. 10 - Dec. 1338/96 y Anexo II, Res. 295/03
100 ¿Los valores hallados, se encuentran dentro de lo establecido en la normativa?			X		Anexo II, Res. 295/03
Provisión de agua					
101 ¿Existe provisión de agua potable para el consumo e higiene de los trabajadores?	X				Cap.6 Art. 57 Dec.351/79 - Art. 8 a) Ley 19587
102 ¿Se registran los análisis bacteriológico y físico químico del agua de consumo humano con la frecuencia requerida?	X				Cap. 6 Art. 57 y 58, Dec. 351/79 y Res. MTSS 523/95 - Art. 8 a) Ley 19587
103 ¿Se ha evitado el consumo humano del agua para uso industrial?	X				Cap. 6 Art.57 Dec. 351/79 - Art.8 a) Ley 19587
Desagües industriales					
104 ¿Se recogen y canalizan por conductos, impidiendo su libre escurrimiento?	X				Cap. 7 Art. 59 Dec. 351/79

Estado de cumplimiento de la normativa vigente Decreto 351/79

N° de CUIT del Propietario:

Código del Establecimiento:

Código Postal Argentino:

*NA: no aplica

*Si colocó un incumplimiento debe completar la fecha en la cual lo regularizará.

Empresas - Condiciones a Cumplir

105 ¿Se ha evitado el contacto de líquidos que puedan reaccionar originando desprendimiento de gases tóxicos o contaminantes?

Si No NA Fecha Regul. Normativa Vigente

Cap. 7 Art. 59 Dec. 351/79

106 ¿Son evacuados los efluentes a plantas de tratamiento?

Cap. 7 Art. 59 Dec. 351/79

107 ¿Se limpia periódicamente la planta de tratamiento, con las precauciones necesarias de protección para el personal que efectúe estas tareas?

Cap. 7 Art. 59 Dec. 351/79

Baños, vestuarios y comedores

108 ¿Existen baños aptos higiénicamente?

X

Cap. 5 Art. 46 a 49 Dec. 351/79

109 ¿Existen vestuarios aptos higiénicamente y poseen armarios adecuados e individuales?

X

Cap. 5 Art. 50 y 51 Dec. 351/79

110 ¿Existen comedores aptos higiénicamente?

X

Cap. 5 Art. 52 Dec. 351/79

111 ¿La cocina reúne los requisitos establecidos?

X

Cap. 5 Art. 53 Dec. 351/79

112 ¿Los establecimientos temporarios cumplen con las exigencias de legislación?

X

Cap. 5 Art. 56 Dec. 351/79

Aparatos para izar, montacargas y ascensores

113 ¿Se encuentra identificada la carga máxima en dichos equipos?

X

Cap. 15 Art. 114 y 122 Dec. 351/79

114 ¿Poseen parada de máximo nivel de sobrecarga en el sistema de fuerza motriz?

X

Cap. 15 Art. 117 Dec. 351/79

115 ¿Se halla la alimentación eléctrica del equipo en buenas condiciones?

X

Cap. 14 Art. 95 y 96 Dec. 351/79 - Art. 9 b) Ley 19587

116 ¿Tienen los ganchos de izar traba de seguridad?

X

Cap. 15 Art. 126 Dec. 351/79 - Art. 9 b) Ley 19587

117 ¿Los elementos auxiliares de elevación se encuentran en buen estado (cadenas, perchas, eslingas, fajas etc.)?

X

Cap. 15 Art. 122, 123, 124 y 125, Dec. 351/79

118 ¿Se registra el mantenimiento preventivo de estos equipos?

X

Cap. 15 Art. 116 Dec. 351/79, Art. 10 Dec. 1338/96 Art. 9 b) Ley 19587

119 ¿Reciben los operadores instrucción respecto a la operación y uso correcto del equipo de izar?

X

Cap. 21 Art. 208 a 210 Dec. 351/79 - Art. 9 k) Ley 19587

120 ¿Los ascensores y montacargas cumplen los requisitos y condiciones máximas de seguridad en lo relativo a la construcción, instalación y mantenimiento?

X

Cap. 15 Art. 137 Dec. 351/79

121 ¿Los aparatos para izar, aparejos, puentes grúa, transportadores cumplen los requisitos y condiciones máximas de seguridad?

X

Cap. 15 Art. 114 a 132 Dec. 351/79

Capacitación

122 ¿Se capacita a los trabajadores acerca de los riesgos específicos a los que se encuentren expuestos en su puesto de trabajo?

X

Cap. 21 Art. 208 a 210 Dec. 351/79 - Art. 9 k) Ley 19587

123 ¿Existen programas de capacitación con planificación en forma anual?

X

Cap. 21 Art. 211 Dec. 351/79 - Art. 9 k) Ley 19587

124 ¿Se entrega por escrito al personal las medidas preventivas tendientes a evitar las enfermedades profesionales y accidentes de trabajo?

X

Cap. 21 Art. 213 Dec. 351/79, Art. Dec. 1338/96 Art. 9 k) Ley 19587

Primeros auxilios

125 ¿Existen botiquines de primeros auxilios acorde a los riesgos existentes?

X

Art. 9 i) Ley 19587

Vehículos

126 ¿Cuentan los vehículos con los elementos de seguridad?

X

Cap. 15 Art. 134 Dec. 351/79

127 ¿Se ha evitado la utilización de vehículos con motor a explosión en lugares con peligro de incendio o explosión, ó bien aquellos cuentan con dispositivos de seguridad apropiados para evitar dichos riesgos?

X

Cap. 15 Art. 134 Dec. 351/79

128 ¿Disponen de asientos que neutralicen las vibraciones, tengan respaldo y apoya pie?

X

Cap. 15 Art. 134 Dec. 351/79

129 ¿Son adecuadas las cabinas de protección para las inclemencias del tiempo?

X

Cap. 15 Art. 8 b, Ley 19587

130 ¿Son adecuadas las cabinas para proteger el riesgo del vuelco?

X

Cap. 15, Art. 103 Dec. 351/79 - Art. 8 b) Ley 19587

131 ¿Están protegidas para los riesgos de desplazamiento de cargas?

X

Cap. 15 Art. 134 Dec. 351/79

132 ¿Poseen los operadores capacitación respecto a los riesgos inherentes al vehículo que conducen?

X

Cap. 21 Art. 208 y 209, Dec. 351/79 - Art. 9 k) Ley 19587

133 ¿Están los vehículos equipados con luces, frenos, dispositivo de aviso acústico-luminosos, espejos, cinturón de seguridad, bocina y matafuegos?

X

Cap. 15 Art. 134 Dec. 351/79

134 ¿Se cumplen las condiciones que deben reunir los ferrocarriles para el transporte interno?

X

Cap. 15, Art. 136, Dec. 351/79

Contaminación ambiental

135 ¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?

X

Cap. 9 Art. 61 incs. 2 y 3, Dec. 351/79 Anexo IV Res. 295/03 Art. 10 Dec. 1338/96

136 ¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?

X

Cap. 9 Art. 61 Dec. 351/79 - Art. 9 c) Ley 19587

Ruidos

137 ¿Se registran las mediciones de nivel sonoro continuo equivalente en los puestos y/o lugares de trabajo?

X

Cap. 13 Art. 85 y 86 Dec. 351/79 Anexo V Res. 295/03 Art. 10 Dec. 1338/96

138 ¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?

X

Cap. 13 Art. 87 Dec. 351/79 Anexo V Res. 295/03 - Art. 9 f) Ley 19587



Estado de cumplimiento de la normativa vigente Decreto 351/79

Nº de CUIT del Propietario:

Código del Establecimiento:

Código Postal Argentino:

*NA: no aplica

*Si colocó un incumplimiento debe completar la fecha en la cual lo regularizará.

Empresas - Condiciones a

Si No NA Fecha Regul. Normativa Vigente

Ultrasonidos e infrasonidos

139 ¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X			Cap. 13 Art. 93, Dec. 351/79 Anexo V Res. 295/03 Art. 10 Dec. 1338/96
140 ¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X			Cap. 13 Art. 93, Dec. 351/79 Anexo V Res. 295/03 Art. 10 Dec. 1338/96 - Art. 9 f) Ley 19587

Vibraciones

141 ¿Se registran las mediciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X			Cap. 13 Art. 94 Dec. 351/79 Anexo V Res. 295/03 Art. 10 Dec. 1338/96
142 ¿Se adoptaron las correcciones en los puestos y/o lugares de trabajo?	X			Cap. 13 Art. 94 Dec. 351/79 Anexo V Res. 295/03 Art. 10 Dec. 1338/96 - Art. 9 f) Ley

Utilización de gases

143 ¿Los recipientes con gases se almacenan adecuadamente?		X		Cap. 16, Art. 142, Dec. 351/79
144 ¿Los cilindros de gases son transportados en carretillas adecuadas?		X		Cap. 16, Art. 142, Dec. 351/79
145 ¿Los cilindros de gases almacenados cuentan con el capuchón protector y tienen la válvula cerrada?		X		Cap. 16, Art. 142, Dec. 351/79
146 ¿Los cilindros de oxígeno y acetileno cuentan con válvulas antirretorno de		X		Cap. 17, Art. 153, Dec. 351/79

Soldadura

147 ¿Existe captación localizada de humos de soldadura?		X		Cap. 17, Art. 152 y 157, Dec. 351/79
148 ¿Se utilizan pantallas para la proyección de partículas y chispas?		X		Cap. 17, Art. 152 y 156, Dec. 351/79
149 ¿Las mangueras, reguladores, manómetros, sopletes y válvulas antirretornos se encuentran en buen estado?		X		Cap. 17, Art. 153, Dec. 351/79

Escaleras

150 ¿Todas las escaleras cumplen con las condiciones de seguridad?	X			Anexo VII Punto 3 Dec. 351/79
151 ¿Todas las plataformas de trabajo y rampas cumplen las condiciones de seg.?	X			Anexo VII Punto 3.11 y 3.12, Dec. 351/79

Mantenimiento preventivo de las maquinas, equipos e instalaciones en general

152 ¿Posee programa de mantenimiento preventivo, en base a razones de riesgos y otras situaciones similares, para máquinas e instalaciones, tales como?:	X			Art. 9 b) y d) Ley 19587
153 - Instalaciones eléctricas	X			Cap. 14 Art. 98 Dec. 351/79 - Art. 9 b) y d) Ley
154 - Aparatos para izar	X			Cap. 15 Art. 116 Dec. 351/79 - Art. 9 b) y d) Ley
155 - Cables de equipos para izar	X			Cap. 15 Art. 123 Dec. 351/79 - Art. 9 b) y d) Ley
156 - Ascensores y Montacargas	X			Cap. 15 Art. 137 Dec. 351/79 - Art. 9 b) y d) Ley
157 - Calderas y recipientes a presión		X		Cap. 16 Art. 140 Dec. 351/79 - Art. 9 b) y d) Ley
158 ¿Cumplimenta dicho programa de mantenimiento preventivo?	X			Art. 9 b) y d) Ley 19587

Otras resoluciones legales relacionadas

159 ¿El establecimiento se encuentra comprendido dentro de la Resolución 81/19 Registro de Agentes Cancerígenos?		X		
160 ¿El establecimiento se encuentra comprendido dentro de la Resolución 497/03 Registro de PCBs?				
161 ¿El establecimiento se encuentra comprendido dentro de la Resolución 743/03 Registro de Accidentes Mayores?		X		

Firma Responsable Empresa

Firma Responsable Seguridad e Higiene

Aclaración

Fecha

Planillas A y C



Nº de C.U.I.T del Propietario:

Código del Establecimiento:

Código Postal Argentino:

A) Listado de sustancias y agentes cancerígenos

	Si	No		Si	No		Si	No
Asbestos (en todas sus formas, incluyendo Actinolita, Amosita, antofilita, crisotilo, crocidolita, tremolita) y las sustancias minerales (por ejemplo, talco o vermiculita) que contengan asbestos, también deben considerarse			Gas Mostaza			Etópósito en combinación con cisplatino y bleomicina		
Berilio y sus compuestos			Minería subterránea de la hematita			Fibras amfiboles de fluoro-edenita		
Benceno			Hollín (como se encuentra en la exposición ocupacional en el barnido de			Fósforo-32, como fosfato		
Bifenilos policlorados			Producción de magenta			Gasificación del carbón		
Cadmio y sus compuestos			2-Naftilamina			Humo de tabaco, ajeno		
Bis (clorometil)éter; clorometil metil eter (grado técnico)	X		Radón-222 y sus productos de decaimiento			Todos radiactivos, incluido el Iodo-131		
Cloruro de vinilo			Exposición ocupacional asociada al Proceso Acheson			Melfalán		
1,2-Dicloropropano			1,3-Butadieno			Nieblas de ácidos inorgánicos fuertes		
Formaldehído			2,3,4,7,8-Pentaclorodibenzofurano			N-Nitrosomonocotina(NNN) y 4-(N-Nitrosometilamina)1-(3-piridil)-1-		
Producción de coque			2,3,7,8-Tetraclorodibenzo-p-dioxina			Plutonio		
Lindano			3,4,5,3',4'-Pentaclorobifenilo (PCB-126)			Productos de fisión, incluido el Estroncio-90		
Compuestos de níquel			4,4'-Metilénbis(2-cloroanilina) (MOCA)			Radio-224 y sus productos de decaimiento		
Óxido de etileno			Arsénico y sus compuestos inorgánicos			Radio-226 y sus productos de decaimiento		
Pentaclorofenol			Azatioprina			Radio-228 y sus productos de decaimiento		
Polvo de sílice cristalina, en forma de cuarzo o cristobalita			Benzo [a] Pireno			Radionucleidos, emisores de partículas Alfa, internamente depositados		
Orto-Toluidina			Bifenilos Policlorados, como dioxina, con un Factor de Toxicidad Equivalente (TEF) de acuerdo con la OMS (PCB 77, 81, 105, 115, 118, 123, 126, 157, 167, 169, 189)			Radionucleidos, emisores de partículas Beta, internamente depositados		
Tricloroetileno			Bisulfam			Torio-232 y sus productos de decaimiento		
Aceites minerales no tratados o medianamente tratados			Ciclofosfamida			Aflatoxinas		
Fabricación de Alcohol Isopropílico usando ácidos fuertes			Ciclossporina			Virus de la Hepatitis B (infección crónica)		
Alquitrán de hulla			Cloramfucil			Virus de la Hepatitis C (infección crónica)		
4-Aminobifenilo			Colorantes que se metabolizan a Bendidina			Radiaciones ionizantes		
Producción de auramina			Destilación de alquitrán de hulla			Radiación ultravioleta (longitudes de onda 100-400 nm abarcando las radiaciones UVA, UVB y UVC)		
Bendidina			Enonita			Radiación neutrónica		
Compuestos de cromo (VI)			Etópósito			Rayos X y Radiación Gamma		

La codificación aquí presentada corresponde al listado de Códigos de Agentes de Riesgo normado en la Resolución SRT 81/19

(*) Completar SI importen, produzcan, utilicen, obtengan en procesos intermedios vendan y/o cedan

C) Sustancias químicas a declarar

	cant. umbral *(tonelada)	Si*	No
Nitrato de amonio	350		
Pentóxido de arsénico, ácido arsénico (V) y/o sus sales	1		
Trióxido de arsénico, ácido arsénico (III) y/o sus sales	0.1		
Bromo	20		
Cloro	10	X	
Compuestos de níquel en forma pulverulenta inhalable (monóxido de níquel, dióxido de níquel, sulfuro de níquel, disulfuro de triníquel, triníquel de diníquel)	1		
Etilenimina	10		
Flúor	10		
Formaldehído (concentración >90/100)	5		
Hidrógeno	5		

	cant. umbral *(tonelada)	Si*	No
Ácido clorhídrico (gas licuado)	25		
Alquiles de plomo	5		
Gases licuados extremadamente inflamables (incluidos GPL) y gas	50		
Acetileno	5		
Óxido de etileno	5		
Óxido de propileno	5		
Metanol	500		
4,4 metilen-bis (2-cloroanilina) y/o sus sales en forma pulverulenta	0,01		
Isocianato de metilo	0,15		
Oxígeno	200		
Disocianato de tolueno	10		
Dicloruro de carbonilo (fosgeno)	0,3		
Trihidruro de arsénico (arsina)	0,2		

	cant. umbral *(tonelada)	Si*	No
Trihidruro de fósforo (fosfina)	0,2		
Dicloruro de azufre	1		
Trióxido de azufre	15		
Póliclorodibenzofuranos y póliclorodibenzodioxinas (incluida la TCDD) calculadas en equivalente TCDD. [ver nota 1]	0,001		
Las siguientes sustancias cancerígenas: 4. Aminodifenilo y-o sus sales, Bendidina y-o sus sales, Éter bis (d cloro etílico), Clorometil metil éter, Cloruro de dimetil carbamilo, Dimetilnitrosamina, Triamida hexametilfosfórica, 2-Naftilamina y-o sus sales y Naftas y otros coetes livianos	0,001 5000		

(*) Nota: Cantidad umbral: designa respecto de una sustancia o categoría de sustancias peligrosas la cantidad fijada para cada establecimiento por la legislación nacional con referencia a condiciones específicas que, si se sobrepasa, identifica una instalación expuesta a riesgos de accidentes mayores. La cantidad umbral se refiere a cada establecimiento. Las cantidades umbrales son las máximas que estén presentes, o puedan estarlo, en un momento dado. (**) Completar SI producen, importen, utilicen, obtengan en procesos intermedios, vendan y/o cedan a título gratuito las sustancias químicas en cantidad mayor o igual a las consignadas, que se corresponden con la resolución 743/03 "Registro Nacional para la Prevención de Accidentes Industriales Mayores"

Aclaración:

Fecha:

Firma Responsable Empresa:

Anexo 4- Hojas de Seguridad

F59-02



HOJA DE SEGURIDAD PRODUCTO TERMINADO

	GRADOS DE RIESGO: 4 Muy Alto 3 Alto 2 Moderado 1 Ligero 0 Mínimo	LIMPIADOR DESENGRASANTE INDUSTRIAL # 1
		TELEFONO DE EMERGENCIA Tel: 01800511414 – 018000941414 Fax: 2323803 Emergencias 123 UN

Sección 1. IDENTIFICACION DEL PRODUCTO QUIMICO Y LA COMPANIA

NOMBRE DEL PRODUCTO: Limpiador Desengrasante Industrial # 1

FABRICADO POR: MUNDIAL S.A.S, (Teléfonos: 2619100. Fax 2323803-2628084).

Sección 2. COMPOSICION / INFORMACION DE INGREDIENTES

COMPONENTES	CAS #	ACGIH TLV	OSHA PEL	OTROS LIMITES	%
Agua	7732-18-5	-	-	-	10-50
Compuesto sódico	1310-73-2	-	-	-	1-15
Tensoactivo	ND	-	-	-	10-20
Disolvente de éter	111-76-2	20 ppm	40 ppm	-	5-35
Disolvente Aromático	108-88-3	-	-	-	1-43

Sección 3. IDENTIFICACION DE PELIGROS


Sobre exposición Aguda:	Inhalación: En excesiva cantidad puede causar efectos anestésicos Ojos: Irritación media y dolor. Piel: Posible irritación pero de bajo efecto. Ingestión: Posible vomito y diarrea
Sobre exposición Crónica:	Puede causar efectos en el tejido ocular y la piel
Condiciones Médicas Agravadas por Exposición:	El contacto prolongado y repetido con la piel puede causar dermatitis.
Indicar si el producto es inflamable: 1	

Sección 4. MEDIDAS DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Inhalación:	Remover a un lugar fresco, aplicar respiración artificial si es necesario.
2. Ojos:	Lavar con abundante agua durante 15 minutos como mínimo, levantar y separar los párpados para asegurar la remoción del producto.
3. Piel:	Lavar el área afectada con abundante agua y jabón neutro, retirar la ropa y zapatos contaminados y llevarla antes de ser usada nuevamente.
4. Ingestión:	No induzca al vomito, consulte al médico. Darle de beber abundante agua. Consultar al médico.

	HOJA DE SEGURIDAD DE DETERGENTE LIQUIDO LAVALOZA CITRUS	Código HS-09-16	Fecha revisión
		Página 1 de 4	14/01/2013
		Fecha aprobación	No. Revisión
		16/01/2013	1

ROTULO NFPA

DETERGENTE	
SALUD	1
INFLAMABILIDAD	0
RIESGO FÍSICO	0
	



- **SECCIÓN 1. IDENTIFICACIÓN DEL PRODUCTO.**

- **NOMBRE COMERCIAL:** Detergente liquido lavalozza citrus
- **USO DEL PRODUCTO:** Formula especial para el lavado de todo tipo de loza y cristalería PH neutro.
- **PROVEEDOR:** Distribuidora limpiamas DISTRIMAS S.A. Cra23 N°13-203 parcelación la Y acopi Yumbo Valle Colombia.
- **FECHA DE EMISIÓN:** Enero 16 de 2013
- **VERSIÓN:** 1

Información en caso de emergencia al PBX.6908500 Ext: 141

- **SECCIÓN 2. COMPOSICIÓN E INFORMACIÓN SOBRE LOS COMPONENTES.**

<u>NOMBRE</u>	<u>NUMERO CAS</u>	<u>% EN PESO</u>
Acido sulfonico lineal.	27176-87-0	11-12%
Urea	57-13-6	1- 2%
Alcohol laurico etoxilado	112-538	1- 2 %
Lauril éter sulfato de sodio	68585-34-2	5-6 %

- **SECCIÓN 3. IDENTIFICACION DE LOS RIESGOS.**

- **ESTADO FISICO:** Liquido.
- **VISIÓN GENERAL DE LA EMERGENCIA:** Puede producir resequedad en la piel su uso prolongado sin la devida proteccion, e irritacion en los ojos.

Elaborado por: Diego Javier Martínez Téllez. Coordinador de Producción	Revisado por: Diego Javier Martínez Téllez. Coordinador de Producción	Aprobado por: Jaime Eduardo Muñoz Director Técnico y Gerente de Operaciones
--	---	---

QUÍMICA UNIVERSAL LTDA.

CLORO LIQUIDO

Química
Universal

HOJA DE DATOS DE SEGURIDAD DE PRODUCTOS QUÍMICOS (HDS)

Fecha de versión : ago-16
Versión : 1

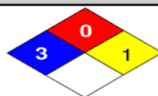
1. Identificación del producto químico y de la empresa

Nombre del producto	: Hipoclorito de sodio
Usos recomendados	:
Restricciones de uso	:
Proveedor	: Química Universal Ltda.
Dirección del proveedor	: Lo zañartu 092, Quilicura.
Número de teléfono de proveedor	: 603 1883 / 627 0272
Número de teléfono de emergencias y de información toxicológica de Chile	: CITUC (562) 26353800
E-mail	: Ventas@quimicauniversal.cl

2. Identificación de los peligros

Clasificación de riesgo NFPA
Salud: 3 Inflamabilidad: 0

Reactividad: 1



Clasificación de riesgo HMIS
Salud: 3 Inflamabilidad: 0

Reactividad: 1

Nombre química	: Hipoclorito de sodio al 10%
Sinónimos	: Hipoclorito de sodio, Pro-clor, Acido hipocloroso, sal sódica.
Fórmula química	: NaOCl
N° CAS	: 7681-52-9
N° UN	: 1791

3. Composición/ información de los componentes

Riesgo para la salud de las personas

Efectos de una sobre exposición aguda (por una sola vez)

Inhalación	: A nuestro saber, no hay efectos conocidos.
Contacto con la piel	: Dermatitis.
Contacto con los ojos	: Irritación.
Ingestión	: a nuestro saber, no hay efectos conocidos.
	: Inhalación: quemaduras, tos, edema pulmonar. Contacto con la piel: quemaduras. Contacto con los ojos: quemaduras, daño a la vista, ceguera. Ingestión: Irritación a las membranas mucosas por lo que provoca quemaduras en la boca, además dolor estomacal náuseas y vómitos.

Efectos de una sobre exposición crónica (largo plazo)

Condiciones médicas que se verán agravadas con la exposición al producto	: No hay información disponible.
--	----------------------------------

Efectos sobre el medio ambiente

	: No infiltrar en terreno, cursos de agua, alcantarillados, drenajes, vegetación. Esta sustancia puede ser dañina para la vida acuática en bajas concentraciones.
--	---

Resumen tratamiento de emergencia

	: Recoger el material derramado, depositar en un recipiente adecuado para su disposición final. N° Guía GRENA 154.
--	--

Riesgos específicos







Nombre común genérico	: No hay información disponible. HIPOCLORITOS EN SOLUCIÓN (Hipoclorito de sodio)
-----------------------	---

Anexo 5-Diagrama de Gantt y Planificación Anual

Programa	Actividad	Estrategia	ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO			
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Salud Ocupacional	Campañas de Salud	Realizar exámenes médicos periódicos, exámenes de reingreso y retiro del trabajo con el fin de evitar riesgos para la salud.	■	■	■	■									■	■	■	■								
	Actividades Fisioterapeutas	Realizar actividades con un Fisioterapeuta para evaluar las actividades de las empleadas de limpieza con el fin de tomar medidas preventivas.	■								■								■							
	Vigilancia	El personal de Salud ocupacional realizara actividades de vigilancia en donde se identifiquen posibles accidentes, enfermedades profesionales y posibles riesgos.	■	■	■										■	■	■	■								
	Correcciones ante enfermedades Ergonomicas	Investigar y analizar las enfermedades que se presentan, determinar sus causas y aplicar medidas correctivas y preventivas. Visitar los puestos de trabajo y ver como realizan sus actividades para aplicar las correcciones y mejoras de ser necesario.	■	■	■						■	■	■	■					■	■	■	■				
	Pausas Activas	Involucrar a los jefes del area para que se cumpla con las mismas, promoviendo el descanso y elongacion del cuerpo para evitar que el cuerpo se dañe, aplicando los ejercicios del fisioterapeuta.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	Rotacion de tareas	Con la rotacion de tareas logramos que no siempre se trabaje con las mismas partes del cuerpo, y así mismo logramos que descansan las mismas.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	Capacitacion Integral sobre la prevencion de Riesgos Ergonomicos	Información y capacitación a los empleados en relación a los riesgos en sus puestos de trabajo y estrategias de implementacion de tareas seguras.	■																				■	■	■	■
Mejorar el ambiente laboral	Renovacion y cambio de mobiliario	Cambio de carros, mopas-trapeador, aspiradora-barredor.																	■	■	■	■	■	■	■	■

Fuente: Elaboración Propia (2022)

Anexo 6-Presupuesto

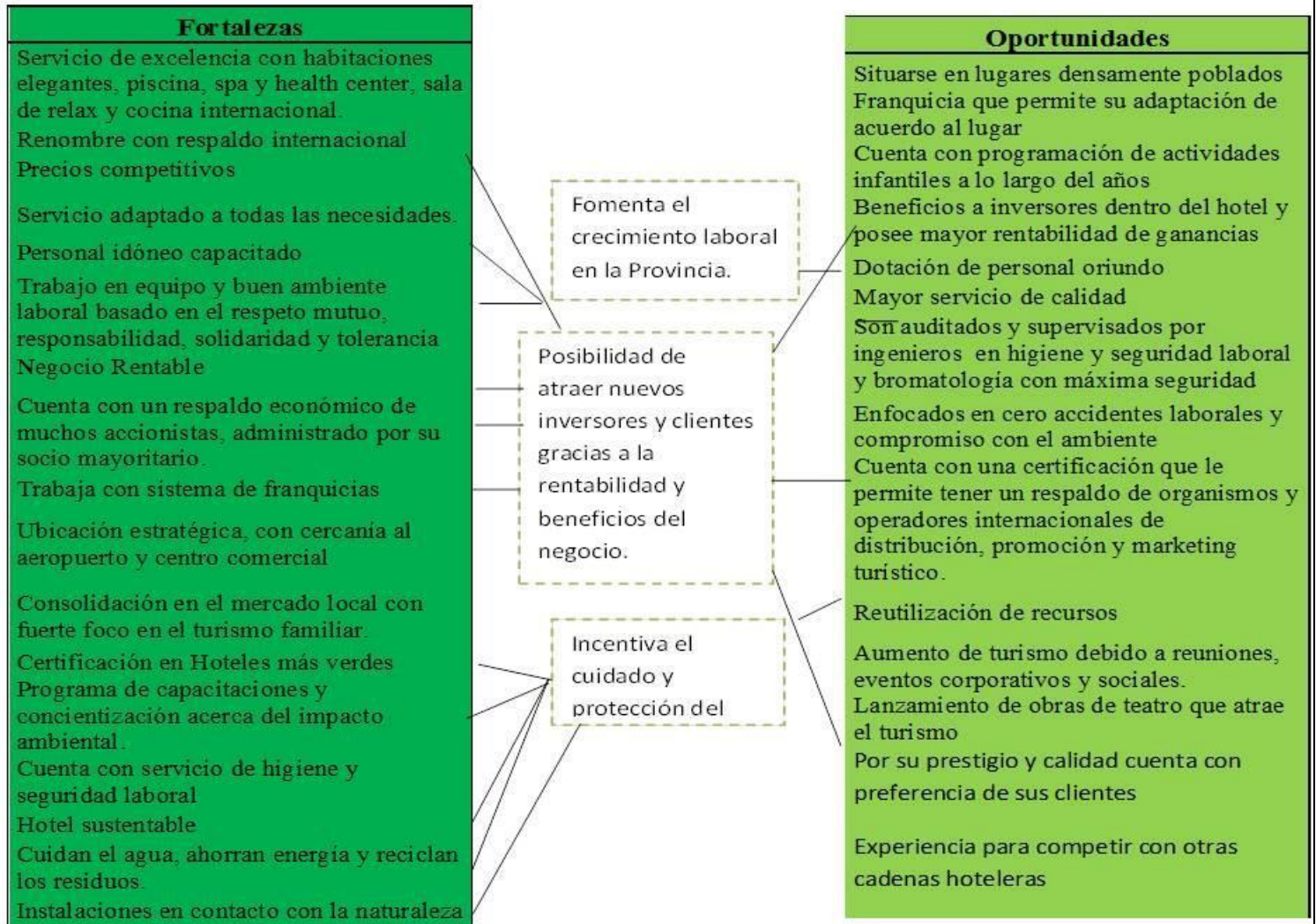
Presupuesto				
Elementos	Cantidad	Precio x unidad	Precio Total	Imagen
Mopa Trapeador Giratorio 360 Piso Autoescurrible Microfibra	10	\$4.999	\$49.990	
Barredora Aspiradora 3x1 Mango Regulable Lqsw-30 Lusqtoff	10	\$6.500,10	\$65.001	
Carro Limpieza Milenium + Señal Piso Mojado Italimpia	10	\$66.150,76	\$661.507,60	
Programa de Integral de Capacitaciones de Prevencion de Riesgos Ergonomicos	2 Horas	\$4.000 Cada Hora	\$8.000	
Honorarios por estudios ergonómicos por puesto	1 Puesto	\$16.600 c/u	\$16.600	
Folletos Trípticos A4, Color, Frente Y Dorso, Ilustración 150 Gr	10	\$180,00 c/u	\$1.800	
Total			\$802.898,60	

Fuente: Elaboración Propia (2022). *Nota:* El presente presupuesto se realizó en base a 10 empleadas de limpieza como estipula el convenio laboral por tratarse de un Hotel 4 Estrellas no pueden encargarse de más de 12 o 13 Habitaciones por empleada y el Hotel con 127 Habitaciones. AHT – UTHGRA (2003)

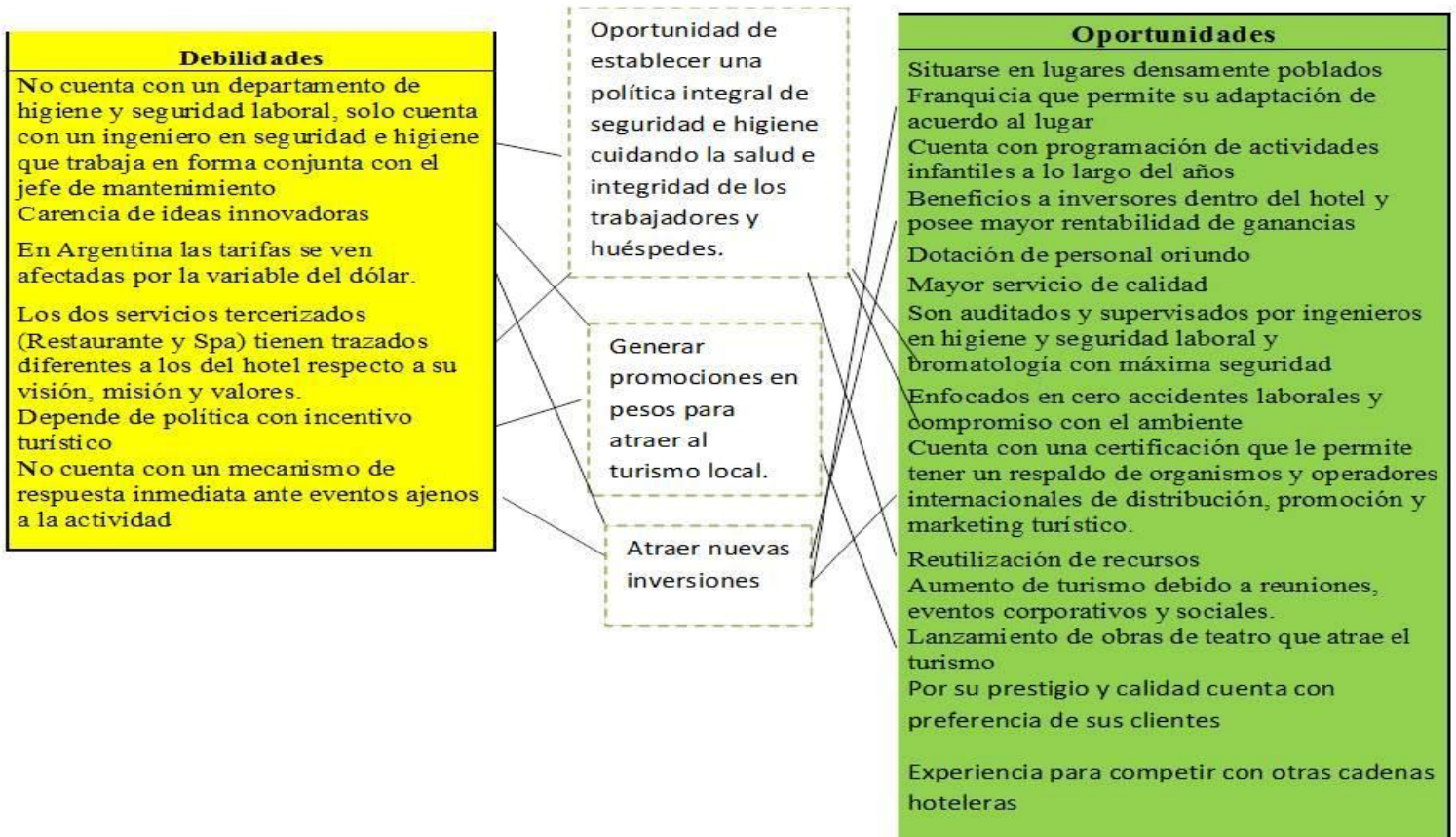
Anexo 7-Foda

Fortalezas	Oportunidades
<p>Negocio Rentable</p> <p>Renombre con respaldo internacional</p> <p>Precios competitivos</p> <p>Servicio adaptado a todas las necesidades.</p> <p>Personal idóneo capacitado</p> <p>Ubicación estratégica, con cercanía al aeropuerto y centro comercial.</p> <p>Servicio de excelencia con habitaciones elegantes, piscina, spa y health center, sala de relax y cocina internacional.</p> <p>Cuenta con un respaldo económico de muchos accionistas, administrado por su socio mayoritario.</p> <p>Trabaja con sistema de franquicias</p> <p>Trabajo en equipo y buen ambiente laboral basado en el respeto mutuo, responsabilidad, solidaridad y tolerancia.</p> <p>Consolidación en el mercado local con fuerte foco en el turismo familiar.</p> <p>Certificación en Hoteles más verdes</p> <p>Programa de capacitaciones y concientización acerca del impacto ambiental.</p> <p>Cuenta con servicio de higiene y seguridad laboral</p> <p>Hotel sustentable</p> <p>Cuidan el agua, ahorran energía y reciclan los residuos.</p> <p>Instalaciones en contacto con la naturaleza</p>	<p>Situarse en lugares densamente poblados</p> <p>Franquicia que permite su adaptación de acuerdo al lugar</p> <p>Cuenta con programación de actividades infantiles a lo largo del años</p> <p>Beneficios a inversores dentro del hotel y posee mayor rentabilidad de ganancias</p> <p>Dotación de personal oriundo</p> <p>Mayor servicio de calidad</p> <p>Son auditados y supervisados por ingenieros en higiene y seguridad laboral y bromatología con máxima seguridad</p> <p>Enfocados en cero accidentes laborales y compromiso con el ambiente</p> <p>Reutilización de recursos</p> <p>Cuenta con una certificación que le permite tener un respaldo de organismos y operadores internacionales de distribución, promoción y marketing turístico.</p> <p>Aumento de turismo debido a reuniones, eventos corporativos y sociales.</p> <p>Lanzamiento de obras de teatro que atrae el turismo</p> <p>Por su prestigio y calidad cuenta con preferencia de sus clientes</p> <p>Experiencia para competir con otras cadenas hoteleras</p>
Debilidades	Amenazas
<p>No cuenta con un departamento de H y S, solo cuenta con un ingeniero en seguridad e higiene que trabaja en forma conjunta con el jefe de mantenimiento</p> <p>Carencia de ideas innovadoras</p> <p>En Argentina las tarifas se ven afectadas por la variable del dólar.</p> <p>Los dos servicios tercerizados (Restaurante y Spa) tienen trazados diferentes a los del hotel respecto a su visión, misión y valores.</p> <p>Depende de política con incentivo turístico</p> <p>No cuenta con un mecanismo de respuesta inmediata ante eventos ajenos a la actividad</p>	<p>No cuenta con mediciones de riesgos laborales en los distintos puestos</p> <p>Ausentismo por enfermedades y accidentes laborales</p> <p>Nuevos competidores en el rubro</p> <p>Contexto socio-económico en crisis</p> <p>Desabastecimiento de recursos naturales a mediano o largo plazo.</p> <p>Incidencia de cambio climático</p> <p>Incendios</p> <p>Reducción del poder adquisitivo del huésped.</p>

Pares de Éxito (Fortalezas + Oportunidades)



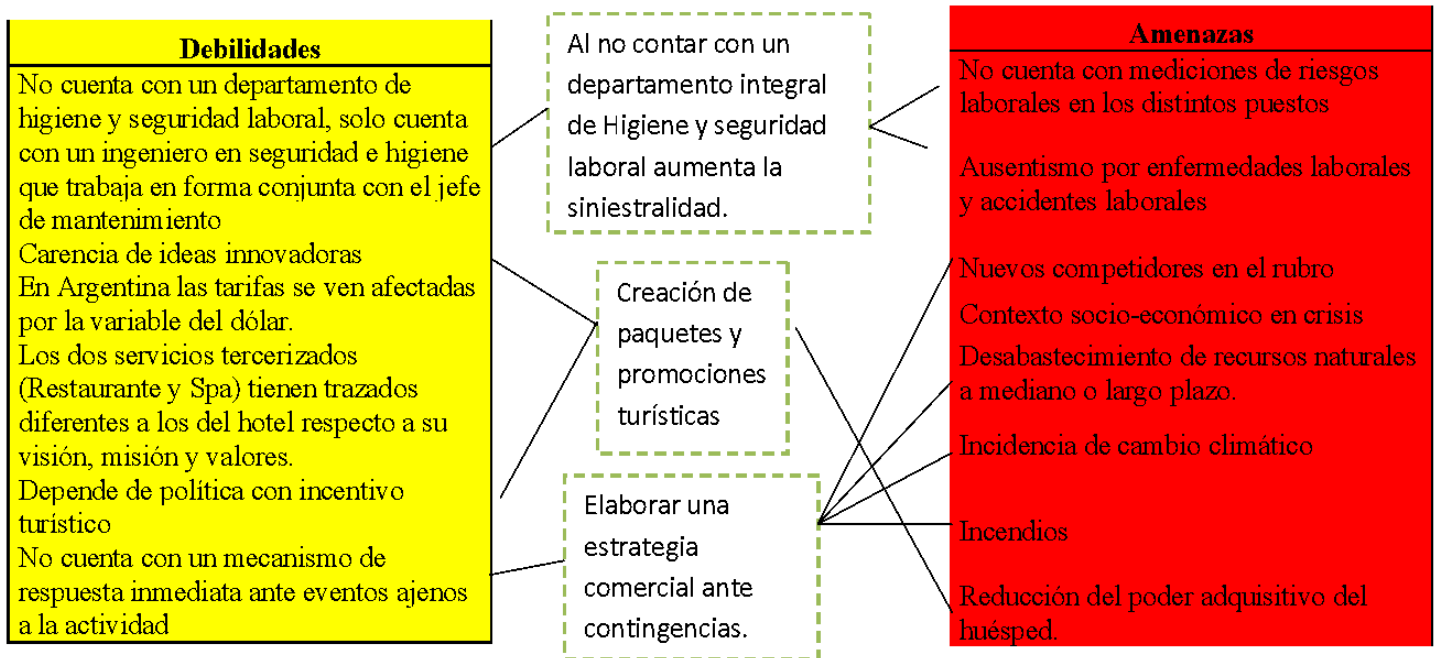
Fuente: Elaboración propia (2022)



Pares de Adaptación (Debilidades + Oportunidades)

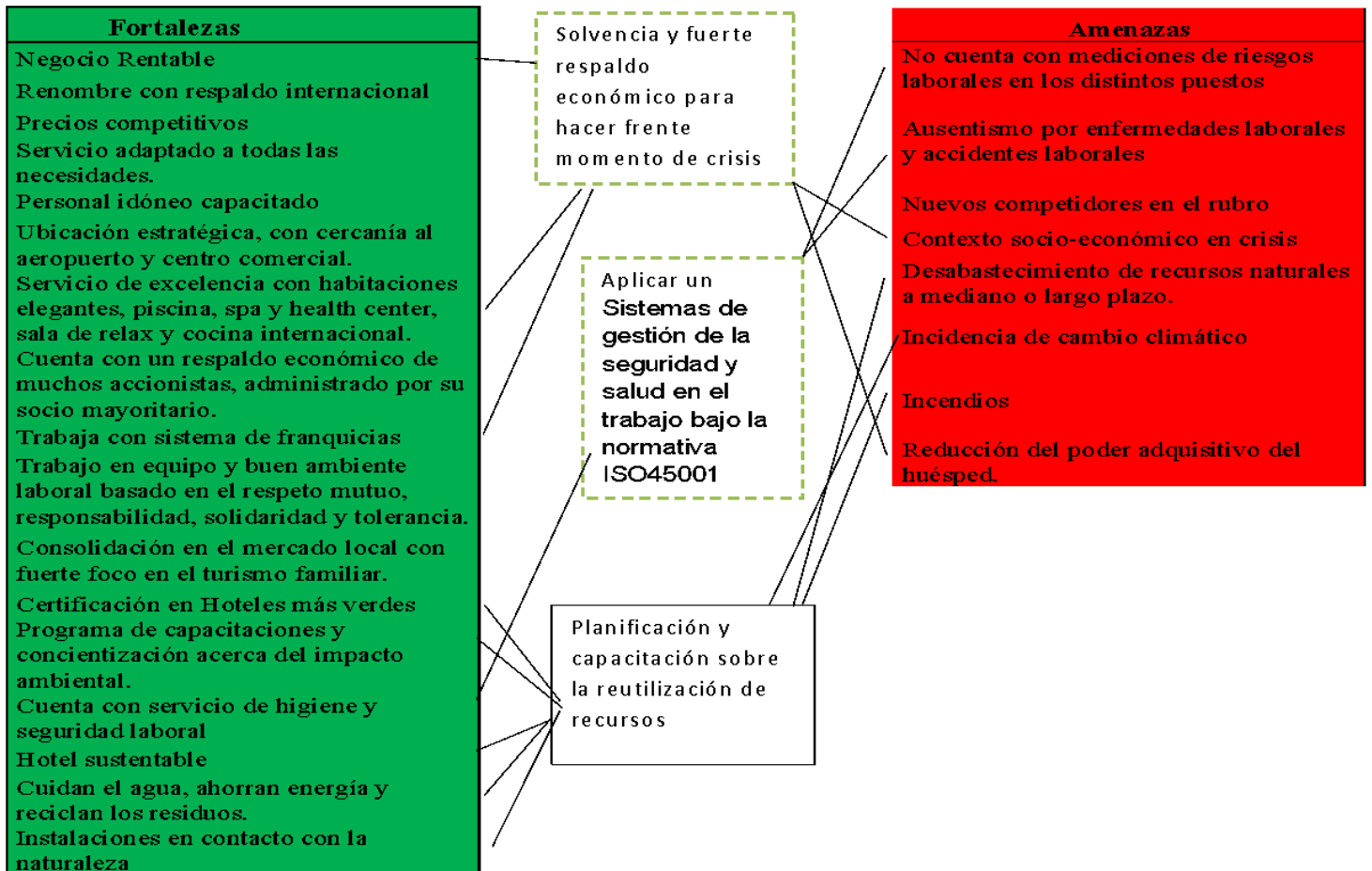
Fuente: Elaboración propia (2022)

Pares de Riesgo (Debilidades + Amenazas)



Fuente: Elaboración propia (2022)

Pares de Reacción (Fortalezas + Amenazas)



Fuente: Elaboración propia (2022)

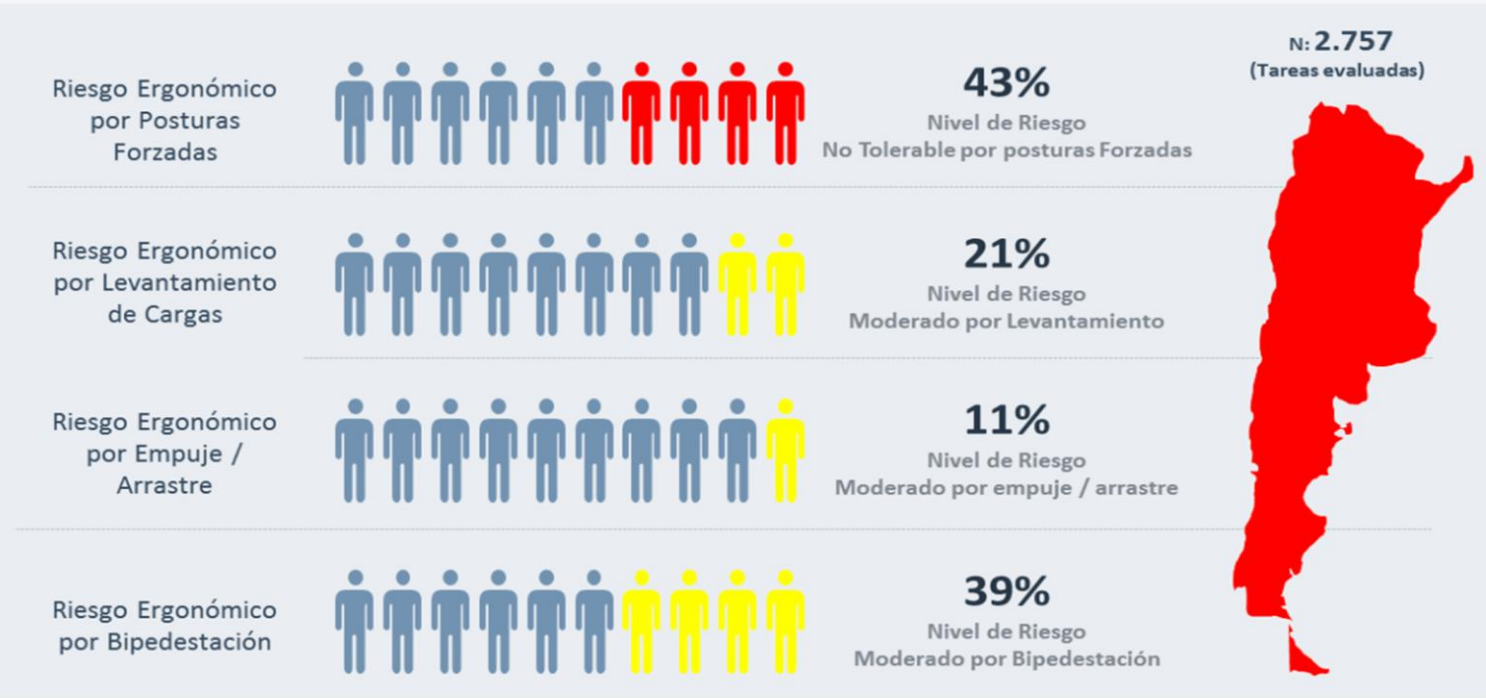
Anexo 8- Datos estadísticos, a nivel nacional, sobre la prevalencia de los Factores de Riesgo Ergonómico en los puestos de trabajo.

A que nivel de riesgo ergonómico estamos expuestos en Argentina?



FUNDACIÓN ARGENTINA DE ERGONOMÍA

Sobre un total de **2.757 tareas analizadas**, se observo que en mas de 4 de cada 10 casos, el trabajador esta expuesto a niveles de riesgo no tolerables por las posturas forzadas. Mientras que el 21% de las tareas observan nivel de riesgo moderado por Levantamiento manual de caergas; un 11% de las tareas indica este mismo nivel de riesgo por Arrastre / Empuje manual de cargas y el 39% de las tareas evaluadas presentan un nivel de riesgo moderado por Bipedestación.



Fuente: Datos estadísticos desarrollados por la Fundación Argentina de Ergonomía – Diciembre 2016.

Fuente: Datos estadísticos desarrollados por FADE (2016)

Anexo 9- Situación actual de las camareras de piso.

SITUACIÓN ACTUAL

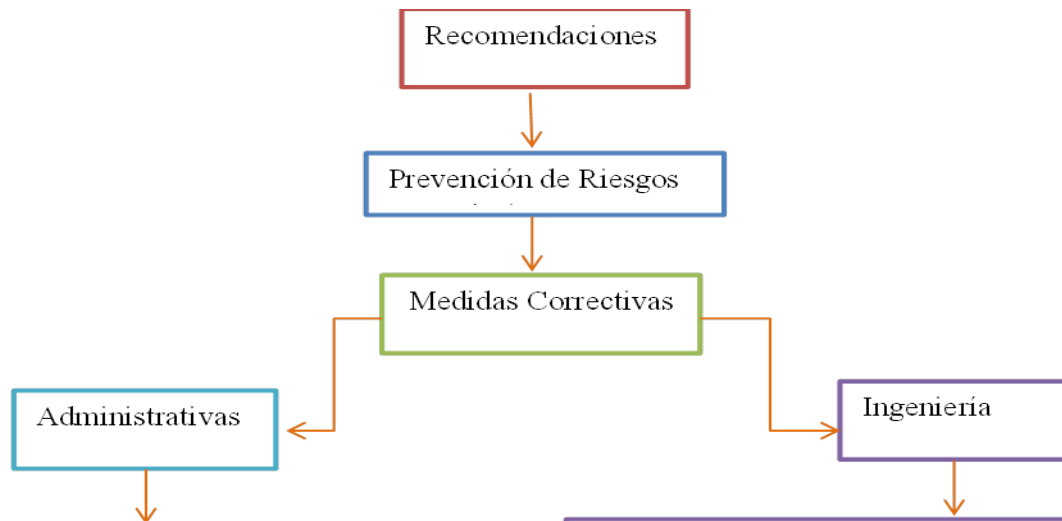


CONSUMO DE FÁRMACOS EN CAMARERAS DE PISO

CCOO **CCOO**
servicios

Fuente: (Informe CCOO camareras de piso, 2019)

Anexo 10-Recomendaciones Administrativas y de Ingeniería



- Capacitación Integral en prevención de Riesgos Ergonómicos
- Procedimientos de Trabajo seguro
- Autonomía en la distribución de pausas y descansos.
- Rotación de tareas.
- Evitar la realización de turnos.
- Cubrir las bajas o ausencias.
- Coordinación de actividades empresariales:
- Asegurar que el centro de trabajo disponga de algún lugar de descanso cuando sea necesario.
- Formación e información
- Vigilancia de la salud
- Plan de PRL. Integración de la prevención
- Evaluación de riesgos

- Mangos de trapeador y/o mopas regulables, o de una altura tal que permita al trabajador mantener las manos entre el pecho y la cadera.
- Recogedor que quede a la altura de los codos.
- Diámetro de los mangos tal que permita un agarre amplio del equipo.
- Peso adecuado de los equipos, ni excesivo, ni tan ligero que permita movimientos bruscos.
- Paños de dimensiones mínimas para evitar una mayor fuerza en el escurrido.
- Carros de limpieza, con barra de empuje a una altura entre 90 y 100 cm. Habilitados para colocar los distintos equipos de limpieza en distintos compartimentos, de manera que lo más pesado quede a un alcance fácil.
- Trapeador de microfibra (mejor que de algodón), para reducir así tanto el peso en mojado como la fuerza de escurrido de la misma.

Fuente: Elaboración propia (2022)