

Universidad de Matanzas: “Camilo Cienfuegos”



Título: Estudio de Riesgos y medidas preventivas para un centro de elaboración de alimentos.

Autores: Ing.Lisbet Mendoza Soca
MSc. Azucena González Verde

Matanzas 2007

Introducción

En la actualidad la prevención y control de riesgos laborales es de gran importancia a nivel mundial. Según (Sevilla, 2002)¹. “Las condiciones de trabajo y empleo tienen importantes consecuencias sanitarias, tanto positivas como negativas. Esta es la base sobre la que se levanta el concepto de trabajo como medio de apoyo para la salud”.

El nuevo marco reglamentario sobre prevención de riesgos laborales, inspirado en principios básicos de calidad, como la mejora continua y la integración de la acción preventiva en las políticas empresariales, es obviamente no sólo una exigencia, sino también una necesidad para dar respuesta a los requerimientos que la persona tiene en su ámbito laboral, garantizándole unas condiciones de trabajo dignas, y potenciando su desarrollo profesional y humano a través del propio trabajo.

Se trata, en definitiva, de conseguir una integración de la prevención de riesgos en la gestión de la empresa, buscando concretar la misma en la promoción y la protección efectiva de la seguridad y salud de cada trabajador o trabajadora. El objetivo no es únicamente, por ejemplo, mejorar la formación en seguridad del personal de la empresa, sino garantizar, para cada uno de los trabajadores, la formación y la información adecuadas sobre los riesgos que entraña su puesto de trabajo, y la adaptación de sus características psicofísicas a las del puesto de trabajo que tiene asignado.

La protección del trabajador frente a los riesgos laborales exige una actuación en la empresa que desborda el mero cumplimiento formal de un conjunto predeterminado, más o menos amplio, de deberes y obligaciones empresariales y, más aún, la simple corrección a posteriori de situaciones de riesgo ya manifestadas.

La planificación de la prevención desde el momento mismo del diseño del proyecto empresarial, la evaluación inicial de los riesgos inherentes al trabajo y su actualización periódica a medida que se alteren las circunstancias, la ordenación de un conjunto coherente y globalizador de medidas de acción preventiva adecuadas a la naturaleza de los riesgos detectados y el control de la efectividad de dichas medidas constituyen los elementos básicos del nuevo enfoque en la prevención de riesgos laborales. Y, junto a ello, claro está, la información y la formación de los trabajadores dirigidas a un mejor conocimiento tanto del alcance real de los riesgos derivados del trabajo como de la forma de prevenirlos y evitarlos, de manera adaptada a las peculiaridades de cada centro de trabajo, a las características de las personas que en él desarrollan su prestación laboral y a la actividad concreta que realizan.

En nuestro país se han dictado las NC 18000:2005 (Sistemas de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo) a partir de las OHSAS 18001:1999, (Occupational health and safety management systems. Specification), las NC-ISO 9001:2000 (Sistemas de Gestión de Calidad) y NC-ISO 14001:2001 (Sistemas de Gestión Medioambiental), estableciéndose la necesidad de la puesta en vigor de las mismas en todas las organizaciones teniendo presente sus particularidades.

La seguridad y la salud de los trabajadores es un derecho recogido expresamente en la Constitución de la República de Cuba. En este contexto, la Ley No. 13 de Protección e Higiene del Trabajo, promulgada en diciembre de

1977, plasma los principios fundamentales que rigen el Sistema de Seguridad y Salud del Trabajo (SST), las obligaciones, atribuciones y funciones de los organismos rectores de la actividad (Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, Ministerio de Salud Pública y Ministerio del Interior) y de las administraciones, así como los derechos y deberes de los trabajadores y las funciones de las organizaciones sindicales.

La Seguridad y Salud en el Trabajo tiene el propósito de crear las condiciones para que el trabajador pueda desarrollar su labor eficientemente y sin riesgos, evitando sucesos y daños que puedan afectar su salud e integridad, el patrimonio de la entidad y el medio ambiente, y propiciando así la elevación de la calidad de vida del trabajador y su familia y la estabilidad social.

Los sistemas de gestión de riesgos laborales en todas las instituciones deben tener alta prioridad, y aún más para todas las organizaciones que producen, elaboran, manipulan o suministran alimentos, donde no solamente se preserva la salud e integridad del cliente interno (Trabajadores), sino también del cliente externo (consumidor) y se hace necesario mantener la imagen de las instalaciones a nivel internacional para su comercialización en correspondencia con el cumplimiento de las normas establecidas al efecto.

Por consiguiente, la seguridad de todos los trabajadores que manipulan o elaboran alimentos es una responsabilidad conjunta que se garantiza principalmente con los esfuerzos combinados de todas las partes que participan en la misma.

Es por esto que estudiamos los diferentes tipos de riesgos laborales para en un futuro prevenirlos o aminorarlos, así como también las condiciones peligrosas de cada uno y sus efectos sobre las personas expuestas a ellos, y de esta manera poder aplicar planes preventivos contra cada uno de los mismos.

Como puede notarse, el campo de los riesgos laborales es bastante amplio, debe seguirse trabajando en diferentes investigaciones para que éstos se disminuyan, ya que es necesario que las empresas otorguen facilidades de investigación, prevención y apoyo.

Cuando se aplican adecuadamente estos planes y facilidades de investigación, prevención y apoyo, se ahorran muchos riesgos y económicamente es rentable. Con ello pueden darse límites de carga o frecuencia de movimientos de los trabajos que provocan mayores problemas, de tal manera que existan guías en nuestro país al respecto.

¿Quién debe hacerse cargo de los riesgos laborales derivados de la falta de higiene alimentaria? En principio, como en cualquier riesgo potencial debería considerarse la responsabilidad de forma amplia, sin centrarse en un determinado colectivo. Es decir, la prevención debería ser el punto de partida para evitar desencadenar una serie de factores que, posteriormente, son más difíciles de frenar.

En este punto jugará un papel fundamental la formación y la llamada cultura o educación preventiva.

En los centros donde se elaboran alimentos es de suma importancia tener presente todas las medidas preventivas para evitar la desencadenación de una epidemia en la población, que pueda traer consigo daños personales, sociales y económicos. Con el fin de prevenir situaciones molestas y desagradables tanto para los trabajadores como los clientes y crear condiciones de trabajo favorables elevando el nivel de vida laboral, se han estudiado los posibles riesgos en una organización de este tipo.

Riesgos y medidas preventivas específicos de un centro de elaboración de alimentos

1) Riesgos de Seguridad

a) Caídas al mismo nivel

Los suelos sucios, resbaladizos, con irregularidades,...; la existencia de obstáculos en los lugares de paso o accesos y la deficiente iluminación pueden dar origen a resbalones y caídas.

Medidas preventivas:

- ☞ Los suelos deben ser antideslizantes y de fácil limpieza.
- ☞ Los pasillos y zonas de circulación se mantendrán limpias y libres de obstáculos.
- ☞ Los derrames de aceites o grasas se limpiarán inmediatamente con un producto adecuado.
- ☞ Los pasillos, vías de circulación y zonas de trabajo deberán dimensionarse teniendo en cuenta el número de personas que puedan transitar o permanecer en los mismos.
- ☞ Se garantizará una iluminación suficiente y adecuada en función de las tareas a realizar.
- ☞ Utilizar calzado antideslizante. No se aconseja el uso de los zuecos ya que favorecen las torceduras y los resbalones.
- ☞ Los trabajadores caminarán sin correr y, cuando transporten cargas, deberán mantener siempre la visión de la zona de desplazamiento.

b) Caídas a distinto nivel

La utilización de escaleras manuales para coger o depositar productos en zonas elevadas, así como la presencia de escaleras fijas o desniveles entre las distintas zonas de trabajo pueden ser origen de este tipo de riesgo.

Medidas preventivas:

- ☞ Mantener las escaleras limpias y secas.
- ☞ Señalizar e iluminar adecuadamente las escaleras.
- ☞ Cuando se utilicen escaleras manuales se garantizará su estabilidad y se extremarán las precauciones.

c) Cortes y punzamientos

Durante la utilización de cuchillos, machetes, cortadoras de fiambre, etc. se pueden producir cortes. Los punzamientos pueden producirse cuando estas herramientas de corte manuales resbalan de las manos del trabajador, perdiendo éste el control de las mismas.

Medidas preventivas:

- ☞ Los cuchillos se deben mantener bien afilados, de lo contrario la presión ejercida es mayor y aumenta el riesgo de que resbale la hoja. Se utilizarán siempre los más adecuados para cada tarea.
- ☞ Las tareas de corte y troceado se realizarán sobre la superficie de una tabla y nunca en la mano.
- ☞ Los cuchillos se transportarán y guardarán adecuadamente enfundados. Después de su uso deben ser ordenados y almacenados en soportes que enfunden la hoja completamente.
- ☞ Se recomienda utilizar cuchillos con mango antideslizante.

- ☞ No deben dejarse los cuchillos dentro de los fregaderos.
- ☞ Se recomienda la utilización de guantes y manguitos anticorte adecuados al tipo de tarea.
- ☞ Las máquinas nuevas deberán cumplir con lo dispuesto en el RD 1435/1992 que establece los requisitos esenciales de seguridad y salud aplicables a las mismas. Se deberá exigir a su fabricante o suministrador el marcado CE, declaración CE de conformidad y manual de instrucciones en castellano.
- ☞ Instalar en la maquinaria antigua resguardos que impidan el contacto del trabajador con la herramienta de corte. Ésta, y en general todos los equipos de trabajo, deberán cumplir con lo dispuesto en el RD 1215/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.
- ☞ Cuando se utilicen las cortadoras, si fuese necesario, se emplearán empujadores adecuados.
- ☞ Se recomienda establecer un programa de mantenimiento preventivo para toda la maquinaria.
- ☞ Los trabajadores deberán recibir información y formación sobre cómo y cuándo se deben utilizar las herramientas cortantes, cómo mantener el equipo en buenas condiciones y qué tipo de protección es la más indicada.

d) Quemaduras

Las quemaduras pueden ser producidas por las superficies calientes de los recipientes de cocina, su contenido y las fuentes de calor. También pueden producirse salpicaduras de sustancias a elevada temperatura.

Medidas preventivas:

- ☞ No llenar los recipientes hasta su máxima capacidad durante la cocción del alimento.
- ☞ Orientar el mango de los recipientes hacia el interior de los fogones.
- ☞ Comprobar el termostato de la freidora antes de introducir los alimentos. Efectuar el cambio de aceite en frío.
- ☞ Utilizar utensilios de tamaño adecuado durante la preparación de los alimentos.
- ☞ Comprobar, antes de introducir alimentos, la altura del contenido de los recipientes para evitar desbordamientos.
- ☞ Extremar las precauciones durante la utilización de ollas a presión y adoptar las recomendaciones indicadas en el manual de instrucciones.
- ☞ Transportar los objetos calientes mediante los utensilios adecuados, avisando de su paso.
- ☞ Realizar un mantenimiento preventivo de todos los equipos de trabajo según las recomendaciones del manual de instrucciones.
- ☞ Organizar el trabajo de tal forma que se impida el acceso de personas ajenas a las zonas donde se encuentren focos de calor.
- ☞ Las superficies de trabajo (encimeras, mesas...) deben estar alejadas de los focos de calor, de tal forma que únicamente estén próximos a los hornos las personas que vayan a realizar una tarea muy concreta en estos puestos.
- ☞ Utilizar equipos de protección individual adecuados al tipo de trabajo (guantes, manoplas, delantales, etc.)
- ☞ Formar a los trabajadores en la utilización de los equipos que puedan dar lugar a quemaduras.

e) Contactos eléctricos

Los accidentes eléctricos pueden deberse a contactos directos (el trabajador entra en contacto con una parte activa de la instalación o de los equipos eléctricos) y contactos indirectos (el trabajador entra en contacto con algún elemento que no forma parte del circuito eléctrico y que tiene tensión accidentalmente - en condiciones normales, no la debería de tener -).

Medidas preventivas:

- ☞ No emplear cables en malas condiciones, clavijas de conexión estropeadas, equipos con la carcasa defectuosa...
- ☞ Evitar que los cables y aparatos eléctricos entren en contacto con fuentes de calor, sustancias corrosivas, equipos de trabajo y herramientas que puedan producirles daños.
- ☞ Revisar periódicamente los equipos e instalaciones eléctricas.
- ☞ Desconectar los equipos eléctricos tirando de la clavija de conexión y no del cable de alimentación.
- ☞ Finalizado el trabajo, desconectar los interruptores y los cables de alimentación.
- ☞ No realizar la toma de fuerza directamente con los cables sino a través de clavijas de conexión.
- ☞ No verter líquidos cerca de tomas de corriente, aparatos o cuadros eléctricos.
- ☞ No utilizar equipos eléctricos o maniobrar en instalaciones eléctricas cuando éstos o la persona se encuentren mojados (especialmente manos o pies mojados).
- ☞ Si se produce una avería, incidente o accidente, cortar la alimentación y ponerlo en conocimiento del responsable.
- ☞ Avisar al responsable de toda anomalía observada en los equipos o instalaciones eléctricas.
- ☞ Desconectar los equipos de la corriente eléctrica antes de limpiar, efectuar cambios de filtros, cuchillas, etc.

f) Riesgo de incendio

La presencia simultánea de focos de ignición (cigarrillos encendidos, mecheros, chispas eléctricas, llamas abiertas,...), de combustibles (sólidos, líquidos o gases) y de un comburente (el comburente normal es el aire) puede dar lugar a un incendio.

Medidas preventivas:

- ☞ En general: diseño de las instalaciones teniendo en cuenta criterios de seguridad estructural, compartimentación, prevención de la propagación del humo, vías y salidas de evacuación, señalización y alumbrado de seguridad y emergencia, instalación de sistemas de detección automática y alarma, sistemas de extinción, etc. y mantenimiento de las instalaciones. Se dispondrá de un plan de emergencia y evacuación.
- ☞ Disponer sólo de la cantidad necesaria de materiales inflamables o combustibles para el trabajo diario, el resto deberá estar en el almacén.
- ☞ Almacenar los productos inflamables y combustibles aislados y alejados de las zonas de trabajo.
- ☞ Utilizar recipientes herméticos cerrados, tanto para el almacenamiento, como para el transporte y depósito de residuos.
- ☞ Retirar las cajas, envases, papeles, etc., que no sean necesarios.

- ☞ Alejar de las zonas con riesgo de incendio las fuentes de calor.
- ☞ Realizar las revisiones de mantenimiento y verificación de las instalaciones de gas.
- ☞ Seguir las instrucciones y recomendaciones de la empresa suministradora de gas, de los instaladores y mantenedores.
- ☞ No sobrecargar la toma de corriente.
- ☞ Al terminar la jornada, comprobar que todos los aparatos eléctricos queden desconectados de la red.
- ☞ Instalar y mantener extintores portátiles adecuados a la clase de fuego.
- ☞ Mantener despejadas las vías y salidas de evacuación.
- ☞ Colocar carteles indicando las vías de evacuación y las consignas básicas en caso de emergencia.
- ☞ Formar a los trabajadores en prevención de incendios y actuación en caso de emergencia.
- ☞ Realizar prácticas de extinción de incendios.
- ☞ Realizar simulacros de evacuación.
- ☞ En las cocinas:
 - Instalar sistemas de detección y extinción automáticos (especialmente, en grandes cocinas).
 - Disponer de extintores de CO₂ y de mantas ignífugas.
 - Si una sartén toma fuego no verter agua sobre ella.
 - No sobrecalentar el aceite.
 - Utilizar tapas herméticas para las freidoras.
 - Limpiar regularmente los extractores de humos y sus filtros.
 - Dotar a las freidoras de extractores independientes.

2) Riesgos Higiénicos

a) Exposición a productos químicos

Los productos de limpieza (detergentes, lejía, amoníaco, agua fuerte, etc) pueden causar daños a la salud de los trabajadores. El contacto con fluidos frigoríficos también puede ser causa de estos daños. Durante la manipulación de estos productos se deberán tener en cuenta las medidas preventivas que se especifican a continuación.

Medidas preventivas:

- ☞ Leer la etiqueta de los productos y adoptar, durante su manipulación, las normas y consejos indicados en la misma.
- ☞ Solicitar al fabricante las fichas de datos de seguridad (FDS) de los productos químicos peligrosos. Informar a los trabajadores sobre su contenido. Observar las recomendaciones correspondientes.
- ☞ Evitar el contacto de sustancias con la piel utilizando mezcladores, homogenizadores, paletas, etc., o guantes de protección adecuados.
- ☞ Preparar los productos de acuerdo con las instrucciones del fabricante. No realizar mezclas de productos que no estén expresamente indicadas por el fabricante. Algunos productos pueden ser incompatibles o dar lugar a reacciones, más o menos violentas, con desprendimiento de calor, gases tóxicos...
- ☞ Al efectuar disoluciones en agua, verter el ácido (ej. sulfamán) sobre el agua, y no al contrario.
- ☞ Utilizar los productos en sus envases originales. No trasvasar.
- ☞ Mantener las etiquetas en buen estado de conservación.

- ☞ No utilizar los envases para otro fin distinto del original.
- ☞ Almacenar los productos en lugares específicos y adecuados, alejados de los alimentos y de fuentes de calor. Agrupar los productos por tipos y respetar las incompatibilidades.
- ☞ Mantener los recipientes cerrados.
- ☞ Efectuar las operaciones de limpieza una vez acabado el trabajo de cocina.
- ☞ No perforar los aerosoles ni acercarlos a fuentes de calor o llamas.
- ☞ No utilizar objetos cortantes en la descongelación de los frigoríficos.
- ☞ Utilizar los equipos de protección individual indicados en la ficha de datos de seguridad del producto empleado.
- ☞ Realizar la limpieza en locales bien ventilados. Para ello, los locales deberán disponer de buena ventilación natural. En su defecto, o como complemento, se dispondrá de sistema de ventilación forzada.

b) Exposición a temperaturas extremas

Calor

Las altas temperaturas que se alcanzan en las cocinas pueden producir: aumento de la tensión arterial, trastornos de la piel, dolores de cabeza y fatiga.

Medidas preventivas:

- ☞ Mejorar la ventilación con campanas extractoras de aire caliente.
- ☞ Organizar periodos de trabajo/descanso.
- ☞ Beber grandes cantidades de agua a lo largo de la jornada de trabajo.
- ☞ Informar a los trabajadores sobre los síntomas de los trastornos por calor y cómo actuar en caso necesario.

Frío

Los trabajadores que entran en las cámaras frigoríficas de refrigeración o de congelación de alimentos están expuestos a bajas temperaturas.

Medidas preventivas:

- ☞ Las cámaras frigoríficas deben contar en su interior con dispositivos de apertura y con pulsadores de alarma.
- ☞ Antes de cerrar el establecimiento hay que asegurarse de que nadie haya quedado encerrado dentro de las cámaras frigoríficas.
- ☞ Utilizar ropa de protección adecuada.

c) Riesgos Biológicos.

El problema de reducir la incidencia de las enfermedades profesionales de origen biológico está presente en diversas profesiones y actividades en las cuales los gérmenes patógenos son elementos de trabajo o contaminantes producidos por personas, animales o el ambiente en el proceso del trabajo (manipuladores de carnes, pieles, vísceras y leche de animales infectados por carbunco o brucelosis, aunque la vía respiratoria continúa siendo la principal, hay casos en que no se puede negar la importancia de la vía cutánea (erosiones, heridas, cortantes y pinchazos) o de la vía digestiva (ingestión por pipeteo, alimentos contaminados, etc.).

Los contaminantes biológicos son seres vivos, con un determinado ciclo de vida que, al penetrar dentro del ser humano, ocasionan enfermedades de tipos infecciosos o parasitarios.

La exposición laboral a estos contaminantes se puede considerar bajo dos puntos de vista definidos por le tipo de actividad:

a) Actividades en las cuales existe la intención intencionada de manipular contaminantes biológicos.

b) Actividades en las cuales no existe la intención de manipular contaminantes biológicos, pero si puede existir la exposición a causa de la naturaleza del trabajo (Ej.: centros de manipulación de alimentos, trabajos agrarios, o aquellos donde exista contacto con animales, trabajos sanitarios, eliminación de residuos y de tratamiento de aguas residuales).

Los contaminantes biológicos son microorganismos, cultivos de células y endoparásitos humanos susceptibles de originar cualquier tipo de infección, alergia o toxicidad.

Por lo tanto, trata exclusivamente como agentes biológicos peligrosos capaces de causar alteraciones en la salud humana.

Criterios Preventivos básicos sobre los Agentes Biológicos.

1. Sustitución de los agentes biológicos nocivos por otros que no sean peligrosos o lo sean en menor grado.

2. Reducción al mínimo posible del número de trabajadores expuestos o que puedan estar expuestos.

3. Establecer procedimientos de trabajo y medidas técnicas adecuadas de gestión de residuos, de manipulación y transporte de agentes biológicos en el lugar de trabajo y, de planes de emergencia respecto a los accidentes que incluyan agentes biológicos.

4. Utilización de la señal de peligro biológico y de las necesarias.

5. Utilización de medidas de protección colectivas y/o medidas de protección individual cuando la exposición no pueda evitarse por otros medios.

6. Existencia de servicios sanitarios apropiados, los cuales estén abastecidos de productos para lavarse los ojos y/o antisépticos para lavarse la piel.

7. Formación e información a los trabajadores con relación a.

- Riesgos potenciales.

- Disposiciones en materia de seguridad y salud.

- Utilización de los equipos de protección.

- Medidas que deben adoptarse en caso de incidente.

8. Se señalarán adecuadamente las sustancias con riesgo biológico.

9. Se comprobará adecuadamente la potabilidad del agua así como su origen.

10. Se tomarán precauciones cuando se elimine el agua utilizada ya sea por contaminación, limpieza, etc.

11. Se utilizarán las máscaras, gafas y todos los medios restantes de protección cuando los niveles de materia particulada sean especialmente elevados.

12. Los EPI'S tendrán un mantenimiento continuo.

13. Los trabajadores que tengan que hacer uso de los EPI'S deberán de tener una información previa a su uso.

14. Los trabajadores deberán tener cuidado con la higiene personal: manos, cambio de ropa después del trabajo, etc.

15. Es recomendable no tomar alimentos ni bebidas en los lugares de trabajo, así como no fumar ni aplicarse cosméticos.

3) Riesgos Ergonómicos

a) Sobreesfuerzos y posturas forzadas

El 24,9% de los accidentes registrados en este sector durante el año 2005 fueron sobreesfuerzos.

Medidas preventivas:

- ☞ Adaptar el puesto de trabajo a las características de cada persona (edad, estatura, etc.) y a las tareas que realiza, para poder trabajar con comodidad y evitar los sobreesfuerzos. En trabajos de pie, la altura de las superficies de trabajo estará comprendida entre 87 y 97 cm. Si la tarea requiere manipular cargas pesadas, la altura se situará entre 70 y 90 cm. También es recomendable que la altura de las mesas de trinchar oscile entre los 75 y los 100 cm. con una inclinación regulable de 10°.
- ☞ Conviene apoyar una pierna en una banqueta (altura aproximada 10-15 cm) para evitar el estatismo postural y corregir la lordosis lumbar.
- ☞ Colocar los hornos, calentaplatos, microondas, etc. a una altura que esté comprendida entre 87 y 97 cm. de altura sobre el suelo, de manera que se puedan usar sin flexionar la espalda.
- ☞ Utilizar medios mecánicos de transporte para manipular cargas. Disponer de carritos altos que permitan llevar y colocar las bandejas en los hornos, grandes recipientes (ollas, cazuelas, etc.) en los fogones. Es recomendable que estos últimos dispongan de un grifo que facilite su vaciado sin necesidad de moverlos.
- ☞ Para levantar una carga del suelo correctamente se debe separar los pies a una distancia aproximadamente igual a la anchura de los hombros, flexionar las rodillas, mantener la espalda recta, acercar todo lo posible el objeto al centro del cuerpo, levantar el peso gradualmente mediante el impulso de las piernas y no girar el tronco mientras se está llevando a cabo la acción.
- ☞ Utilizar para la limpieza material ergonómico: mopas y cepillos con mangos largos, cubos de fregar con escurridores y ruedas,...
- ☞ Las ruedas de los carros de limpieza deben estar adecuadamente lubricadas para permitir un deslizamiento suave y el transporte de cargas pesadas sin riesgo de tropiezos. Los carros deben ser ligeros y fáciles de manejar.
- ☞ Establecer descansos, pausas y alternancia de tareas a fin de disminuir los movimientos repetitivos.

4) Riesgos Psicosociales

Las jornadas excesivas de trabajo, los trabajos no planificados o imprevistos, la acumulación de clientes a determinadas horas, la falta de organización y los repartos inadecuados de tareas, etc. pueden generar insatisfacción laboral, estrés,

conflictos entre compañeros... A continuación se detallan algunas recomendaciones para la prevención de los riesgos de origen psicosocial.

Medidas preventivas:

- ☞ Distribuir de forma clara las tareas y competencias.
- ☞ Planificar los diferentes trabajos de la jornada teniendo en cuenta una parte para imprevistos.
- ☞ Reforzar turnos de máxima afluencia de público.
- ☞ Prever el trabajo extra.
- ☞ Establecer pausas.
- ☞ Disponer de medios y equipos adecuados.
- ☞ Distribuir adecuadamente las jornadas de descanso.

- ☞ No prolongar en exceso la jornada habitual de trabajo y compensarla preferentemente con descanso adicional.
- ☞ Desaconsejar e impedir conductas competitivas entre trabajadores.
- ☞ Motivar al trabajador responsabilizándole del trabajo.
- ☞ Aclarar los problemas con los interesados.
- ☞ Marcar prioridades de tareas. Evitar solapamientos e interferencias entre los trabajadores.

Referencias bibliográficas

- 1) Sappiens.com
- 2) http://www.deloitte.com/dtt/section_node/0,1042,sid%253D28523,00.htm
l consultado diciembre 2006
- 3) http://av.rds.yahoo.com/_ylt=A9ibyJ4pwH1EAK8ApakbQaMX;_ylu=X3oDMTBvdmM3bGlxBHBndANhdi93ZWJfcmVzdWx0BHNIYwNzcg--/SIG=12fbvkn/EXP=1149178281/**http%3a//www.ergoprojects.com/tienda/detalle%3fld_articulo=41 en Abril 2006.
- 4) <http://www.fao.org/docrep/W4982s/w4982s06.htm>
- 5) <http://www.fao.org/docrep/W4982s/w4982s06.htm>
- 6) http://www.mtas.es/insht/ntp/ntp_537.htm
- 7) http://www.mtas.es/insht/practice/c_audito.htm
- 8) Espinosa, Vázquez Juan Carlos / 2002.Trabajo de Diploma “Aplicación de la Metodología para la identificación, evaluación y prevención de riesgos en el laboratorio provincial de criminalística” Pp (15-25) (32-42).
- 9) <http://www.stps.gob.mx/312/revista/dos/iso18000.htm>. Consultado en diciembre 2006
- 10) Cortés Díaz, J. /1996. Técnicas de prevención de riesgos laborales. Seguridad e Higiene del Trabajo. Edit. Tébar Flores, S.L., España.