

# **REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR TECNOLÓGICO  
PRIVADO TECNOTRONIC  
E.I.R.L.**

**JULIACA - 2024**



## INDICE

<b>TITULO I</b>	<b>RESUMEN EJECUTIVO DE LA ACTIVIDAD DE LA EMPRESA</b>
<b>CAPITULO 1</b>	INTRODUCCIÓN
<b>TITULO II</b>	<b>OBJETIVOS Y ALCANCES</b>
<b>CAPITULO 1</b>	OBJETIVOS
<b>CAPITULO 2</b>	ALCANCES
<b>TITULO III</b>	<b>LIDERAZGO, COMPROMISO Y LA POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD</b>
<b>CAPITULO 1</b>	LIDERAZGO Y COMPROMISO
<b>CAPITULO 2</b>	POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
<b>CAPITULO 3</b>	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<b>TITULO IV</b>	<b>ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES DEL EMPLEADOR, DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD, DE LOS TRABAJADORES Y DE LAS EMPRESAS QUE BRINDAN SERVICIOS.</b>
<b>CAPITULO 1</b>	FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES
<b>CAPITULO 2</b>	ORGANIZACIÓN INTERNA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
<b>CAPITULO 3</b>	IMPLEMENTACIÓN DE REGISTROS Y DOCUMENTOS DEL SISTEMA DE GESTIÓN.
<b>TITULO V</b>	<b>ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES</b>
<b>CAPITULO 1</b>	GENERALIDADES
<b>CAPITULO 2</b>	SEGURIDAD EN LOS PROCESOS: TRABAJOS DE OFICINA





TRABAJOS EN ALMACEN

MANIPULACION DE CARGAS

DEL TRANSITO

ESTANTERIAS

ESCALERAS

NORMAS DE SEGURIDAD EN LA UTILIZACIÓN  
DE EQUIPOS Y/O MÁQUINAS.

**CAPITULO 3** EQUIPOS DE PROTECCION PERSONAL:

ROPA DE TRABAJO

TRABAJOS EN ALTURA

DE LAS FUMIGACIONES

**CAPITULO 4** SEGURIDAD EN LOS PROCESOS DE HIGIENE  
DE LOCALES

**CAPITULO 5** SEGURIDAD EN LOS PROCESOS DE  
BIOSEGURIDAD PARA LA LIMPIEZA DE AMBIENTES

**CAPITULO 6** SEGURIDAD EN LOS PROCESOS DE MANEJO DE  
RESIDUOS SÓLIDOS

**TITULO VI ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN  
LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS**

**CAPITULO 1** MANTENIMIENTO Y REPARACION

**CAPITULO 2** HERRAMIENTAS MANUALES Y PORTATILES  
ACCIONADAS POR FUERZA MOTRIZ

**CAPITULO 3** INSTALACIONES CIVILES

**CAPITULO 4** SERVICIOS HIGIENICOS

**CAPITULO 5** SERVICIOS DE BIENESTAR

COMEDOR

CONTROLES DE SALUD

**CAPITULO 6** SERVICIOS ESPECIALES

**CAPITULO 7** PREVENCION Y PROTECCIÓN CONTRA  
RIESGOS ELECTRICOS: CONDICIONES  
ESPECÍFICAS DE INSTALACIONES





<b>CAPITULO 8</b>	PELIGROS DERIVADOS DEL USO DE LA CORRIENTE ELÉCTRICA
<b>CAPITULO 9</b>	ACCIDENTES DE TRABAJO
<b>CAPITULO 10</b>	ENFERMEDADES OCUPACIONALES
<b>CAPITULO 11</b>	PROTECCIÓN A LA MUJER GESTANTE
<b>CAPITULO 12</b>	PROTECCIÓN VIH Y SIDA EN EL AMBIENTE DE TRABAJO
<b>TITULO VII</b>	<b>PREPARACIÓN Y RESPUESTA A EMERGENCIAS</b>
<b>CAPITULO 1</b>	PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS
<b>CAPITULO 2</b>	SISTEMAS DE ALARMA Y SIMULACROS DE INCENDIO
<b>CAPITULO 3</b>	DISPOSICIÓN DE DESPERDICIO
<b>CAPITULO 4</b>	AVISOS Y SEÑALES DE SEGURIDAD
<b>CAPITULO 5</b>	PRIMEROS AUXILIOS
<b>CAPITULO 6</b>	REFERENCIA PARA CASOS DE EMERGENCIA





## REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

### TITULO I

#### RESUMEN EJECUTIVO DE LA ACTIVIDAD DE LA EMPRESA

#### RESUMEN EJECUTIVO

Nuestra **INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.** se dedica al rubro de 8530 – Enseñanza Superior, de acuerdo CIIU de SUNAT, y desarrollamos las carreras de **Contabilidad y Desarrollo de Sistemas de información**; cuyos empleados laboran en dos turnos de trabajo, nuestra sede principal está ubicada en el Jr. La Mar N° 236 (Plaza Zarumilla), Distrito de Juliaca, Provincia de San Román y Departamento de Puno de la Región Puno.

#### CAPITULO 1

#### INTRODUCCION

Art. 1: El presente Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo de **INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.**, otorga los lineamientos para la aplicación de un sistema de gestión de seguridad, contribuyendo a estimular y fomentar una cultura de seguridad en los diferentes niveles del personal en el instituto.

Se ha establecido una política y objetivos de seguridad, que son medibles a través de indicadores de gestión tomando como referencia las estadísticas de accidentes.

Para efectos de apoyo y cumplimiento de un requisito legal, se ha de constituir un comité de seguridad y salud en el trabajo, quien estará conformado por personas idóneas, capacitadas, las cuales evaluará, y recomendarán en materia de seguridad.

El sistema de gestión está basado en una estructura documentaria, la cual mantiene registro de los accidentes e incidentes suscitados en el trabajo.

Para el efecto de implementación efectiva, se ha definido estándares de seguridad y salud en las operaciones y de los servicios y actividades anexas que se requieran.

Se han definido los accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales de manera de poder identificar y llevar las estadísticas de las ocurrencias.

La preparación y respuesta para casos de emergencia son actividades que son tratadas para salvaguardar la integridad del trabajador. Tenemos la prevención y protección contra incendios, las señalizaciones, disposición de desperdicios, los primeros auxilios y tratamientos. Por último, se presenta una referencia de teléfonos para casos de emergencia.





## TITULO II OBJETIVOS Y ALCANCES

### CAPITULO 1

#### OBJETIVOS

- Art. 2: Este Reglamento tiene por objetivo determinar los lineamientos normativos de acuerdo a lo dispuesto por las instituciones oficiales de los sectores de Trabajo y Salud, para el desarrollo de un sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo en el **INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.**
- Art. 3: Estimular y fomentar una cultura preventiva, de seguridad y salud en el trabajo en los diferentes niveles del personal con la finalidad de lograr que las actividades de los trabajadores, se desarrollen en un ambiente seguro y a su vez sean compatibles con su bienestar y dignidad.
- Art. 4: Garantizar las condiciones de seguridad para salvaguardar la vida, y el bienestar de los trabajadores, mediante la prevención de accidentes de trabajo y de enfermedades ocupacionales.
- Art. 5: Proteger y mantener las instalaciones, equipos, maquinarias y todos los bienes del instituto con el objetivo de garantizar:
- La fuente de trabajo
  - Mejorar la productividad
  - La seguridad y salud en el trabajo.
- Art. 6: Utilizar una serie de actividades planeadas que sirvan para crear un ambiente y actitudes psicológicas que promuevan la seguridad.

### CAPITULO 2

#### ALCANCES

- Art. 7: El alcance de este Reglamento se aplica a todas las instalaciones y trabajadores que desarrollan sus labores en el instituto y establece las funciones y responsabilidades que con relación a la seguridad y salud en el trabajo deben cumplir obligatoriamente todos los trabajadores, contratistas, proveedores, visitantes y otros cuando se encuentren en nuestras instalaciones.

## TITULO III

### LIDERAZGO, COMPROMISO Y LA POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD

#### CAPITULO 1

#### LIDERAZGO Y COMPROMISO





- Art. 8: **INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.** asume el liderazgo y respalda las actividades para el desarrollo e implementación del sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo.
- Art. 9: El instituto está comprometido en proveer y mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable, cumpliendo de normas de seguridad y salud en el trabajo en ese sentido se compromete a:
- Establecer una política de seguridad y salud en el trabajo.
  - Asegurar la disponibilidad de recursos.
  - Definir claramente responsabilidades y autoridades.
  - Fortalecer los mecanismos de comunicación interna.
  - Establecer programas de seguridad y salud en el trabajo definidos y medir el desempeño en la seguridad y salud, llevando a cabo las mejoras que se justifiquen.
  - Investigar las causas de los accidentes de trabajo, enfermedades profesionales e incidentes y desarrollar acciones preventivas en forma efectiva.
  - Fomentar una cultura de prevención de los riesgos laborales para lo cual se inducirá, entrenará, capacitará y formará a sus trabajadores en el
  - desempeño seguro y productivo de sus trabajos.
  - Exigir que los proveedores y contratistas cumplan con las normas aplicables de seguridad y salud en el trabajo.
  - Comunicar a los trabajadores la importancia de cumplir con las especificaciones de seguridad y salud en el trabajo.

## CAPITULO 2

### POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

- Art.10: **Política de Seguridad y Salud en el Trabajo: INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.** es una Central de Riesgos que pone a disposición información proactiva, inteligente y anticipada sobre riesgos y oportunidades de las empresas y personas y está comprometida con la seguridad y salud en el trabajo de nuestros trabajadores y colaboradores, eliminando o minimizando los riesgos a los que puedan estar expuestos, gestionando todas sus actividades de forma segura y responsable y cumpliendo con la legislación, reglamentación y otras regulaciones de seguridad y salud aplicables a nuestro tipo de organización, garantizando así la mejora continua del **sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo**.





Art. 11: Los siguientes son los principios que orientan la implementación de la Política de Seguridad y Salud en el Trabajo:

1. **Divulgar** la Política a todos los trabajadores de El Instituto, con el propósito de que asuman el compromiso y responsabilidad frente al sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo y mantenerla a disposición de las partes interesadas.
2. **Identificar** los peligros, evaluar los riesgos y adoptar las medidas preventivas vinculadas a la seguridad y salud en el trabajo, en cada área de trabajo.
3. **Integrar** la gestión de la seguridad y salud en el trabajo con otros sistemas de gestión de la empresa.
4. **Monitorear** permanentemente la salud de los trabajadores, **con la finalidad de prevenir lesiones y enfermedades** mediante exámenes médicos de ingreso, durante y de retiro del trabajador, de acuerdo a los riesgos a los que estén expuestos en los diferentes ambientes de trabajo.
5. **Promover** la sensibilización y conciencia por la seguridad y salud en el trabajo, a través de la implementación de programas de capacitación y entrenamiento.
- a) 6. **Supervisar** en los lugares de trabajo el cumplimiento de los procedimientos y normatividad legal aplicable relacionadas con la seguridad y salud en el trabajo y control de emergencias.





### CAPITULO 3

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Art. 12: **Objetivos específicos de seguridad:**

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.** establece objetivos, programas, normativas e implementación de directrices para:

- Identificar los peligros y evaluar los riesgos potenciales existentes para la seguridad y salud en el trabajo.
- Planificar las acciones preventivas para evitar cualquier riesgo no tolerable para la seguridad y salud de los trabajadores y colaboradores.
- además de protegerlas de posibles accidentes, asociados con las actividades de la empresa.
- Promover la participación de los trabajadores en la mejora de la seguridad y salud en el trabajo
- Investigar todos los accidentes de trabajo e incidentes y aplicar las medidas preventivas y correctivas pertinentes.
- Concientizar y sensibilizar a los trabajadores para que desarrollen sus actividades con seguridad.
- La responsabilidad en seguridad y salud en el trabajo será de todo los trabajadores y colaboradores de la empresa, atendiendo a sus funciones, delegación y autoridad.



## TITULO IV

### ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES DEL EMPLEADOR, DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD, DE LOS TRABAJADORES Y DE LAS EMPRESAS QUE BRINDAN SERVICIOS

#### CAPITULO 1

#### FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

**Art. 13: Del Instituto:**

- a. El Instituto será responsable de la prevención y conservación del local de trabajo, asegurando que estén constituido, equipado y dirigido de manera que suministre una adecuada protección a los trabajadores, contra accidentes de trabajo que afecten su vida, salud e integridad física.
- b. El Instituto instruirá a sus trabajadores respecto a los riesgos que se encuentren expuestos en las labores que realizan, adoptando las medidas necesarias para evitar accidentes de trabajo o enfermedades ocupacionales.
- c. El Instituto cuidará constantemente de colocar afiches y avisos en lugares visibles, destinados a promover el cumplimiento por los trabajadores de las normas legales en seguridad y salud en el trabajo.
- d. El Instituto proporcionará a sus trabajadores de los equipos de protección personal necesario de acuerdo a la actividad que realicen y dotará a los equipos y/o maquinaria de resguardos de control necesarios para evitar accidentes de trabajo y/o enfermedades ocupacionales.
- e. El Instituto promoverá en todos los niveles una cultura de seguridad
- f. El Instituto transmitirá a sus trabajadores, de manera adecuada y efectiva, la información y los conocimientos necesarios en relación con los riesgos en el centro de trabajo y en el puesto o función específica; así como las medidas de protección y prevención aplicables a tales riesgos.
- g. El Instituto deberá:
  - Dar facilidades y estimular al comité de seguridad y salud en el trabajo para el cumplimiento de sus funciones.
  - Tomará las medidas respectivas para que las recomendaciones del comité de seguridad y salud en el trabajo se cumplan.

**Art. 14: De los Trabajadores:**

- a) Los trabajadores o sus representantes tienen derecho a examinar los factores que afecten su seguridad y salud y proponer medidas en esta materia.
- b) Los trabajadores o sus representantes tienen derecho a revisar los programas de capacitación y entrenamiento, y formular recomendaciones al empleador con el fin mejorar la efectividad de los mismos.
- c) Los trabajadores tienen derecho a ser informados, a título grupal de las razones para los exámenes de salud ocupacional, y a título personal de los resultados de





- los informes médicos previos a la asignación de un puesto de trabajo y los relativos a la evaluación de la salud.
- d) Los trabajadores de la empresa están obligados a dar cumplimiento a las disposiciones del presente Reglamento.
  - e) Los trabajadores harán uso adecuado de los instrumentos y materiales de trabajo, así como de los equipos de protección personal y colectiva, y obedecerá todas las instrucciones de seguridad procedente o aprobada por la empresa relacionadas con el trabajo.
  - f) No operar o manipular equipos, maquinarias, herramientas u otros
  - g) elementos para los cuales no hayan sido autorizados, y en caso de ser necesario, capacitados.
  - h) Cooperar y participar en el proceso de investigación de los accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales cuando la autoridad competente lo requiera o cuando a su parecer los datos que conocen ayuden al esclarecimiento de las causas que los originaron.
  - i) Velar por el cuidado integral de su salud física y mental, así como por el de los demás trabajadores que dependan de ellos durante el desarrollo de sus labores.
  - j) Concurrencia obligatoria a la capacitación y entrenamiento sobre seguridad y salud en el trabajo.
  - k) Ningún trabajador intervendrá, cambiará, modificará, desplazará, dañará, destruirá dispositivos de seguridad u otros aparatos proporcionados para su protección, o la de los terceros, ni cambiará los métodos o procedimientos adoptados por la empresa.
  - l) Mantener condiciones de orden y limpieza en todos los lugares y actividades.
  - m) Están prohibidas las bromas, juegos bruscos y bajo ninguna circunstancia trabajar bajo el efecto de alcohol y/o estupefacientes.
  - n) Cumplir con las normas, reglamentos o instrucciones de los programas de seguridad y salud en el trabajo.
  - o) Usar adecuadamente los instrumentos y materiales de trabajo, así como los equipos de protección personal y colectiva, siempre y cuando hayan sido previamente informados y capacitados sobre su uso.
  - p) Someterse a los exámenes médicos a que estén obligados por norma expresa, siempre y cuando se garantice la confidencialidad del acto médico.
  - q) Participar en los organismos paritarios, en los programas de capacitación y otras actividades destinadas a prevenir los riesgos laborales que organice la empresa o la autoridad administrativa de trabajo, dentro de la jornada de trabajo.
  - r) Comunicar al empleador todo evento o situación que ponga o pueda poner en riesgo su seguridad y salud o las instalaciones físicas, debiendo adoptar inmediatamente, de ser posible, las medidas correctivas del caso sin que genere sanción de ningún tipo.
  - s) Reportar a los representantes o delegados de seguridad, de forma inmediata, la ocurrencia de cualquier incidente, accidente de trabajo o enfermedad profesional.
  - t) Responder e informar con veracidad a las instancias públicas que se lo requieran, caso contrario es considerado falta grave sin perjuicio de la denuncia penal correspondiente.

#### Art. 15: Sanciones:

- a. Los trabajadores que malogren, pierdan, alteren o perjudiquen, ya sea por acción u omisión cualquier sistema, aparato o implemento de seguridad y salud en el trabajo o cualquier máquina o implemento de trabajo de la empresa será





sancionado de acuerdo a la gravedad de la falta de conformidad con las leyes vigentes.

- b. Los trabajadores que inhabilitaran o perdieran sus equipos de protección personal por mal uso o negligencia, comprobada, se aplicará lo dispuesto en el Reglamento Interno de Trabajo.
- c. Las sanciones a que se harán acreedores los trabajadores que incumplan las normas a las que se refiere son:

a.- Amonestación verbal b.- Amonestación escrita c.- Suspensión

Las que deriven de acuerdo a Ley.

## CAPITULO 2

### ORGANIZACIÓN INTERNA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

#### Art. 16: **Conformación del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo**

Se conformará un Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo en cual estará conformado de manera paritaria por el 50% en representación de los trabajadores, y 50% en representación de la parte empleadora.

Art. 17: Para ser integrante del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo se requiere:

- a. Ser trabajador del empleador.
- b. Tener dieciocho (18) años de edad como mínimo.
- c. De preferencia, tener capacitación en temas de seguridad y salud en el trabajo o laborar en puestos que permitan tener conocimiento o información sobre riesgos laborales.

Art. 18: El empleador conforme lo establezca su estructura organizacional y jerárquica designa a sus representantes, titulares y suplentes ante el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, entre el personal de dirección y confianza.

Art. 19: Los trabajadores eligen a sus representantes, titulares y suplentes, ante el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, con excepción del personal de dirección y de confianza. Dicha elección se realiza mediante votación secreta y directa. Este proceso electoral está a cargo del empleador quien debe convocar a la elección de los representantes de los trabajadores ante el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo, entre los candidatos presentados por los trabajadores.

El acto de elección deberá registrarse en un acta que se incorpora en el Libro de Actas respectivo. Una copia del acta debe constar en el Libro del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

La nominación de los candidatos debe efectuarse quince (15) días hábiles antes de la convocatoria a elecciones, a fin de verificar que éstos cumplan con los requisitos legales.





- Art. 20: La convocatoria a la instalación del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo corresponde al empleador. Dicho acto se lleva a cabo en el local de la empresa, levantándose el acta respectiva.
- Art. 21: El acto de constitución e instalación; así como, toda reunión, acuerdo o evento del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, deben ser asentados en un Libro de Actas, exclusivamente destinado para estos fines.
- Art. 22: El Comité está conformado por:
- El presidente que es elegido por el propio Comité, entre los representantes.
  - El Secretario, que es el responsable de los Servicios de Seguridad y Salud en el Trabajo o uno de los miembros del Comité elegido por consenso.
  - Los miembros, quienes son los demás integrantes del Comité designados de acuerdo a los artículos 48° y 49° del presente Reglamento.
- Art. 23: El mandato de los representantes de los trabajadores o del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo dura un (1) año como mínimo y dos (2) años como máximo. Los representantes del empleador ejercerán el mandato por plazo que éste determine.
- Art. 24: El cargo de miembro del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo vaca por alguna de las siguientes causales:
- Vencimiento del plazo establecido para el ejercicio del cargo, en el caso de los representantes de los trabajadores y del Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo.
  - Inasistencia injustificada a tres (3) sesiones consecutivas del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o a cuatro (4) alternadas, en el lapso de su vigencia.
  - Enfermedad física o mental que inhabilita para el ejercicio del cargo. d) Por cualquier otra causa que extinga el vínculo laboral.
- Art. 25: Los cargos vacantes son suplidos por el representante alterno correspondiente, hasta la conclusión del mandato. En caso de vacancia del cargo de Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo debe ser cubierto a través de la elección por parte de los trabajadores.
- Art. 26: Las reuniones del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo se realizan dentro de la jornada de trabajo. El lugar de reuniones debe ser proporcionado por el empleador y debe reunir las condiciones adecuadas para el desarrollo de las sesiones.
- Art. 27: El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo se reúne en forma ordinaria una vez por mes, en día previamente fijado. En forma extraordinaria, el Comité se reúne a convocatoria de su Presidente, a solicitud de al menos dos (2) de sus miembros, o en caso de ocurrir un accidente mortal.
- Art. 28: El quórum mínimo para sesionar del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo es la mitad más uno de sus integrantes. Caso contrario, dentro de los





ocho (8) días subsiguientes, el Presidente cita a nueva reunión, la cual se lleva a cabo con el número de asistentes que hubiere, levantándose en cada caso el acta respectiva.

Art. 29: El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo procura que los acuerdos sean adoptados por consenso y no por el sistema de votación. En el caso de no alcanzar consenso, se requiere mayoría simple. En caso de empate, el Presidente tiene el voto dirimente.

Art. 30: Al término de cada sesión se levanta la respectiva acta que será asentada en el correspondiente Libro de Actas. Una copia de ésta se entrega a cada uno de los integrantes del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y a la máxima instancia de gerencia o decisión del empleador.

**Art. 31: Funciones del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo**

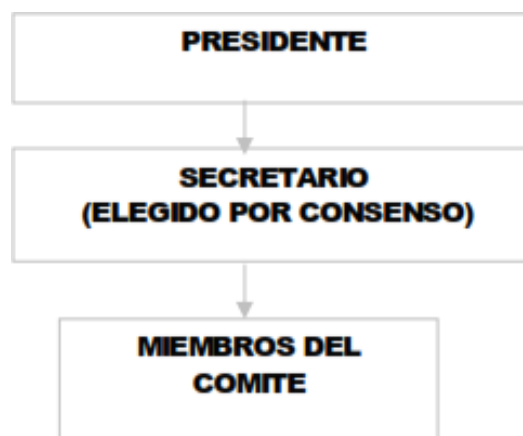
- a) Conocer los documentos e informes relativos a las condiciones de trabajo que sean necesarios para el cumplimiento de sus funciones, así como los procedentes de la actividad del servicio de seguridad y salud en el trabajo.
- b) Aprobar el Reglamento Interno de Seguridad y Salud del empleador.
- c) Aprobar el Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- d) Conocer y aprobar la Programación Anual del Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- e) Participar en la elaboración, aprobación, puesta en práctica y evaluación de las políticas, planes y programas de promoción de la seguridad y salud en el trabajo, de la prevención de accidentes y enfermedades ocupacionales.
- f) Aprobar el plan anual de capacitación de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.
- g) Promover que todos los nuevos trabajadores reciban una adecuada formación, instrucción y orientación sobre prevención de riesgos.
- h) Vigilar el cumplimiento de la legislación, las normas internas y las especificaciones técnicas del trabajo relacionadas con la seguridad y salud en el lugar de trabajo; así como, el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- i) Asegurar que los trabajadores conozcan los reglamentos, instrucciones especificaciones técnicas de trabajo, avisos y demás materiales escritos o gráficos relativos a la prevención de los riesgos en el lugar de trabajo.
- j) Promover el compromiso, la colaboración y la participación activa de todos los trabajadores en la prevención de los riesgos del trabajo, mediante la comunicación eficaz, la participación de los trabajadores en la solución de los problemas de seguridad, la inducción, la capacitación, el entrenamiento, concursos, simulacros, entre otros.
- k) Realizar inspecciones periódicas en las áreas administrativas, áreas operativas, instalaciones, maquinaria y equipos, a fin de reforzar la gestión preventiva.
- l) Considerar las circunstancias e investigar las causas de todos los incidentes, accidentes y de las enfermedades ocupacionales que ocurran en el lugar de trabajo, emitiendo las recomendaciones respectivas para evitar la repetición de éstos.
- m) Verificar el cumplimiento y eficacia de sus recomendaciones para evitar la repetición de los accidentes y la ocurrencia de enfermedades profesionales.



- n) hacer recomendaciones apropiadas para el mejoramiento de las condiciones y el medio ambiente de trabajo, velar porque se lleven a cabo las medidas adoptadas y examinar su eficiencia.
- o) Analizar y emitir informes de las estadísticas de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales ocurridas en el lugar de trabajo, cuyo registro y evaluación deben ser constantemente actualizados por la unidad orgánica de seguridad y salud en el trabajo del empleador.
- p) Colaborar con los servicios médicos y de primeros auxilios.
- q) Supervisar los servicios de seguridad y salud en el trabajo y la asistencia y asesoramiento al empleador y al trabajador.
- r) Llevar en el Libro de Actas el control del cumplimiento de los acuerdos.
- s) Reunirse mensualmente en forma ordinaria para analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en el programa anual, y en forma extraordinaria para analizar accidentes que revistan gravedad o cuando las circunstancias lo exijan.
- t) Reportar a la máxima autoridad del empleador la siguiente información:
  - r.1) El accidente mortal o el incidente peligroso, de manera inmediata.
  - r.2) La investigación de cada accidente mortal y medidas correctivas adoptadas dentro de los diez (10) días de ocurrido.
  - r.3) Las Estadísticas trimestrales de accidentes y enfermedades ocupacionales.
  - r.4) Las actividades trimestrales del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Art. 32: **Organigrama:**

El Instituto adoptará el siguiente organigrama lineal para el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.



Art. 33: **Programas:**

- a. El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo en coordinación con la Gerencia elaborarán programas de trabajo, en relación a los objetivos contenidos en el presente Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo y a los otros elementos que garanticen un trabajo en forma



preventiva y sistemática contra los riesgos existentes en el centro de trabajo.

- b. Después de haber analizado y fijado objetivos correspondientes a determinadas condiciones de seguridad y salud, se dará prioridad a un conjunto de acciones básicas que deberá realizar el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

**Art. 34: Cronograma:**

Luego de haber analizado y seleccionado los objetivos contenidos, acciones, recursos y otros elementos, el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo elaborará cronogramas de los mismos asignando el tiempo aproximado para su logro.

**Art. 35: Supervisión y Evaluación**

- a) El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, conjuntamente con la gerencia, supervisará y evaluará los resultados obtenidos de todas las actividades realizadas en el mejoramiento de las condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo y dictará las medidas preventivas y/o correctivas en caso se requieran.
- b) El Instituto prestará todo el apoyo para la ejecución del programa.

### **CAPITULO 3**

#### **IMPLEMENTACIÓN DE REGISTROS Y DOCUMENTACIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN**

**Art. 36:** El Instituto mantiene registros y documentos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, tales como:

- a. El reglamento interno de seguridad y salud en el trabajo
- b. El libro de actas de reuniones de comité de seguridad y salud en el trabajo.
- c. El libro de acta de elecciones del comité de seguridad y salud en el trabajo.
- d. Registros de accidentes en cual consta la investigación y medidas correctivas y preventivas adoptadas en cada caso.
- e. Registros de exámenes médicos ocupacionales
- f. Registro del monitoreo de agentes químico, físicos, biológicos y factores de riesgo ergonómico.
- g. Registro de inspecciones y evaluaciones de seguridad y salud en el trabajo
- h. Estadísticas de seguridad y salud en el trabajo
- i. Registro de incidentes y sucesos peligrosos
- j. Registros de equipos de seguridad







- k. Registro de inducción, capacitación, entrenamiento y simulacros de emergencia.

**Art. 37: Registros de Accidentes y Enfermedades Ocupacionales**

Los jefes de área son los responsables de reportar los accidentes de trabajo en un plazo máximo de 24 horas luego de ocurrido el accidente. Si se detectara una enfermedad ocupacional también será reportada.

Para el reporte de los accidentes y enfermedades ocupacionales se usará el **formato N° 2 “Aviso de Accidentes de Trabajo” (Anexo 02) y el formato N° 3 “Aviso de Enfermedades ocupacionales” (Anexo 03).**

El área de Administración es la encargada de administrar estos registros y de informar a la autoridad pertinente. También comunica al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo para que se realice la investigación del accidente.

El Presidente del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo en coordinación con el área de Recursos Humanos serán los responsables de supervisar el cumplimiento de las acciones.

**Art. 38: Registro de Exámenes Médicos de los Trabajadores**

- a) El área de Administración en coordinación con la gerencia son responsables de la evaluación médica durante la :
- En la contratación
  - En el cese
  - Y periódicamente a los trabajadores de la empresa.
- b) De manera de constatar:
- Enfermedades ocupacionales previas a la contratación
  - Prevenir enfermedades ocupacionales durante la contratación del trabajador
  - Diagnosticar enfermedades ocupacionales y determinar el tratamiento respectivo.
- c) Para tal efecto programan, supervisan y registran los exámenes médicos realizados a los trabajadores el **formato N° 4 “Registros de Exámenes Médicos” (Anexo 04).**

**Art. 39: Registro de las Investigaciones y Medidas Correctivas adoptadas en cada caso**

El comité de seguridad y salud en el trabajo en coordinación del área de recursos humanos, investiga los accidentes e incidentes ocurridos.

La investigación de accidentes comprende:

1. Análisis de causas
2. Implementación de acciones preventivas y/o correctivas.
3. Verificación de la eficacia de las acciones implementadas.

Para el registro se usará el **formato N° 5 “Registro de acción Correctiva” (Anexo 05)** o el **formato N° 6 “Registro de acción Correctiva Preventiva” (Anexo 06)**, según corresponda.





**Art. 40: Registro del monitoreo de Agentes Químico, Físicos, Biológicos y Factores de Riesgo Ergonómico.**

- a) Para la ejecución, el comité de seguridad y salud en el trabajo designará a un grupo especialista multidisciplinario para la realización de la actividad, brindando los recursos necesarios para llevarlo a su culminación.
- b) La gerencia brinda los recursos necesarios para llevar el monitoreo a su culminación.
- c) El monitoreo de los Agentes Químico, Físicos, Biológicos y Factores de Riesgo Ergonómico se registrará con la evaluación efectuada por una empresa especializada.

**Art. 41: Registro de inspecciones y evaluaciones de Salud y Seguridad**

- a) Para la ejecución, el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo designará a un grupo especialista multidisciplinario para la realización de la actividad, brindando los recursos necesarios para llevarlo a su culminación.
- b) Efectuando estas con una periodicidad mensual.

**Art. 42: Estadísticas de Seguridad y Salud**

- a. El Presidente del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo mantendrá las estadísticas del desempeño del sistema de gestión y de las medidas correctivas y/o preventivas establecidas en comparación con los estándares establecidos y presentará un informe de estos en cada reunión del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b. Los indicadores de seguimiento son:
  - N° de muerte anual igual a 0
  - N° de accidentes de trabajo anual máximo 3
  - Índices de riesgo No Significativo
- c. Para los riesgos significativos se establecen medidas correctivas y responsables, según el formato del **Formulario N° 10 “Plan de Acción de Medidas Correctivas Para riesgos significativos” (Anexo 10)**.

**Art. 43: Registro de Incidentes y Sucesos Peligrosos**

- a. Los jefes de área son los responsables de reportar los incidentes y sucesos peligrosos.
- b. Para el reporte de los incidentes comunes se usará el **formulario N° 8 “Aviso de Incidente Común” (Anexo 08)** y para los incidentes peligrosos el **formulario N° 9 “Aviso de Incidente Peligroso” (Anexo 09)**.
- c. El área de administración es la encargada de administrar estos registros y de informar a la autoridad pertinente, también comunica al comité de seguridad y salud en el trabajo para la investigación respectiva.
- d. El Presidente del comité de seguridad y salud en el trabajo en coordinación con el área de administración serán los responsables de supervisar el cumplimiento de las acciones.

**Art. 44: Registros de equipos de Seguridad**

El área de mantenimiento es el responsable de verificar periódicamente los equipos de seguridad y emergencia de todas las instalaciones de la empresa.





**Art. 45: Registro de inducción, capacitación, entrenamiento y simulacros de emergencia**

- a) El Presidente del comité de seguridad y salud en el trabajo en coordinación con el área de administración son los responsables de revisar y/o supervisar que se realicen las inducciones, capacitaciones, entrenamiento y simulacros de emergencia convenientes.
- b) El área de administración mantiene registro de las Inducciones que se imparten a todo personal nuevo, temporal o permanente que ingresa a trabajar a la empresa, respecto a los riesgos y peligros de seguridad y salud que se pudieran presentar mientras realiza sus labores
- c) El área de administración cuenta con un programa anual de capacitación donde se incluyen todas las capacitaciones entrenamientos y simulacros que se dictan al personal de la organización en relación a la seguridad y salud en el trabajo y mantiene registro de las capacitaciones efectuadas.
- d) Esta documentación será consignada y mantenida en los 12 últimos meses se mantendrá archivados por el presidente del comité de seguridad y salud en el trabajo por un periodo de 5 años posteriores al suceso.
- e) Su implementación, seguimiento y supervisión será realizada por el comité de seguridad y salud en el trabajo con el apoyo de las áreas que designe el Presidente del comité de seguridad y salud en el trabajo.

## **TITULO V**

### **ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES**

**EL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO TECNOTRONIC E.I.R.L.** es una organización que pone a disposición de empresas y personas herramientas estratégicas de información y gestión, que permitan anticipar riesgos y oportunidades, que faciliten la toma de decisiones acertadas, que promuevan la transparencia de la información del mercado, que fomenten la cultura de cumplimiento y que finalmente contribuyan con el desarrollo de la competitividad de nuestro país, gracias al compromiso excepcional de sus trabajadores y de sus instalaciones con equipamiento moderno, velando siempre por el cumplimiento de la seguridad y salud de los trabajadores.

## **CAPITULO 1**

### **GENERALIDADES**

Art. 46: La principal regla de seguridad es el orden y la limpieza, a fin de facilitar el buen trabajo del personal, minimizando los riesgos de accidentes de trabajo.

Art. 47: Los productos almacenados, se colocarán en lugares donde no obstruyan ni obstaculicen el tránsito, ni oculten las señales de seguridad.





- Art. 48: Todo trabajador usará los equipos de protección personal adecuado, y según su tipo de labor.
- Art. 49: Está terminantemente prohibido fumar en forma general dentro de la empresa.
- Art. 50: Mantén las zonas de tránsito libres de obstáculos (cajas, papeleras, cables).
- Art. 51: Las mesas de trabajo y muebles accesorios deberán quedar ordenadas y recogidas al finalizar la jornada.
- Art. 52: Respeta las señales de advertencia de suelo mojado.
- Art. 53: Guarda los objetos cortantes o punzantes (chinchetas, tijeras, abrecartas) tan pronto como termines de utilizarlos.
- Art. 54: Mantén los cajones cerrados.
- Art. 55: Evita almacenar objetos, especialmente los pesados, donde sea difícil alcanzarlos o donde se puedan caer.

## CAPITULO 2

### SEGURIDAD EN LOS PROCESOS

"Decreto Supremo 375-2008 TR"

Norma Básica de Ergonomía y de Procedimiento de Evaluación de Riesgo Disergonómico

#### TRABAJOS DE OFICINA

Art. 56: **Dimensiones del puesto**

Dado que las posturas y los movimientos naturales son indispensables para un trabajo eficaz, es importante que el puesto de trabajo se adapte a las dimensiones corporales del operario, no obstante, ante la gran variedad de tallas de los individuos éste es un problema difícil de solucionar.

Para el diseño de los puestos de trabajo, no es suficiente pensar en realizarlos para personas de talla media (50 percentil), es más lógico y correcto tener en cuenta a los individuos de mayor estatura para acotar las dimensiones, por ejemplo del espacio a reservar para las piernas debajo de la mesa, y a los individuos de menor estatura para acotar las dimensiones de las zonas de alcance en plano horizontal. (percentiles 95 - 5).

Pues bien, para establecer las dimensiones esenciales de un puesto de trabajo de oficina, tendremos en cuenta los criterios siguientes:

- a) Altura del plano de trabajo.
- b) Espacio reservado para las piernas.
- c) Zonas de alcance óptimas del área de trabajo.



### Art. 57: Altura del plano de trabajo

La determinación de la altura del plano de trabajo es muy importante para la concepción de los puestos de trabajo, ya que si ésta es demasiado alta tendremos que levantar la espalda con el consiguiente dolor en los homóplatos, si por el contrario es demasiado baja provocaremos que la espalda se doble más de lo normal creando dolores en los músculos de la espalda.

Es necesario que el plano de trabajo se sitúe a una altura adecuada a la talla del operario, ya sea en trabajo sentado o de pie.

Para un trabajo sentado, la altura óptima del plano de trabajo estará en función del tipo de trabajo que vaya a realizarse, si requiere una cierta precisión, si se va a utilizar máquina de escribir, si hay exigencias de tipo visual o si se requiere un esfuerzo mantenido.

Si el trabajo requiere el uso de máquina de escribir y una gran libertad de movimientos es necesario que el plano de trabajo esté situado a la altura de los codos; el nivel del plano de trabajo nos lo da la altura de la máquina, por lo tanto la altura de la mesa de trabajo deberá ser un poco más baja que la altura de los codos.

Si por el contrario el trabajo es de oficina, leer y escribir, la altura del plano de trabajo se situará a la altura de los codos, teniendo presente elegir la altura para las personas de mayor talla ya que los demás pueden adaptar la altura con sillas regulables.

Las alturas del plano de trabajo recomendadas para trabajos sentados serán los indicados en la figura 1 para distintos tipos de trabajo.

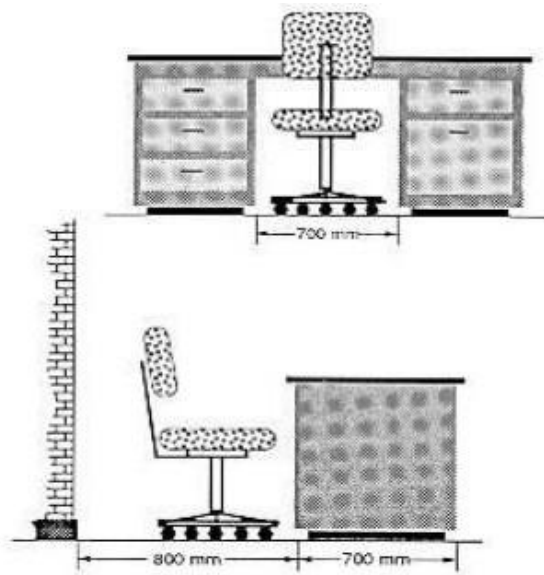


Fig. 1: Altura del plano de trabajo para puestos de trabajo sentado (cotas en mm)

### Art. 58: Espacio reservado para las piernas

En este apartado se pretende definir si el espacio reservado para las piernas permite el confort postural del operario en situación de trabajo.

Las dimensiones mínimas de los espacios libres para piernas, serán las que se dan en la figura 2.

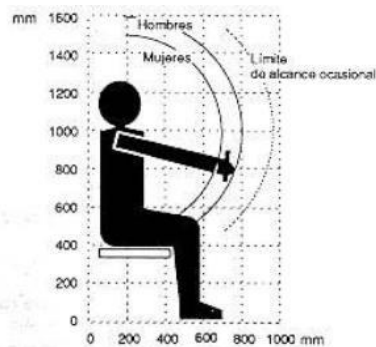


**Fig. 2 Cotas de emplazamiento para las piernas en puestos de trabajo sentado**

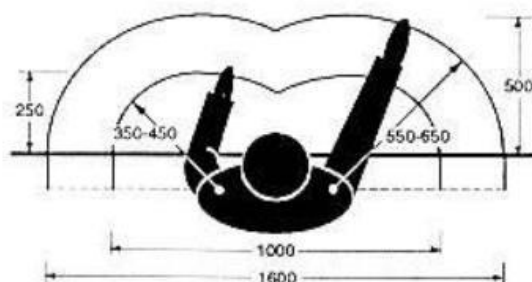
**Art. 59: Zonas de alcance óptimas del área de trabajo**

Una buena disposición de los elementos a manipular en el área de trabajo no nos obligará a realizar movimientos forzados del tronco con los consiguientes problemas de dolores de espalda.

Tanto en el plano vertical como en el horizontal, debemos determinar cuáles son las distancias óptimas que consigan un confort postural adecuado, y que se dan en las figuras 3 y 4 para el plano vertical y el horizontal, respectivamente.



**Fig. 3: Arco de manipulación vertical en el plano sagital**



**Fig. 4: Arco horizontal de alcance del brazo y área de trabajo sobre una mesa (cotas en mm)**



#### Art. 60: **Postura de trabajo**

No por el mero hecho de trabajar sentado podemos decir que el trabajo de oficina es un trabajo cómodo; sin embargo, es cierto que una posición de trabajo de pie implica un esfuerzo muscular estático de pies y piernas que desaparece cuando nos sentamos. Esto ha provocado el aumento del número de puestos de trabajo sentado, llegando a alcanzar aproximadamente, en países industrializados, las tres cuartas partes de la población activa.

No todo son ventajas en el trabajo sentado. Existen inconvenientes por el mantenimiento prolongado de la posición, inconvenientes que se derivan en problemas que afectan primordialmente a la espalda.

Para conseguir una postura de trabajo correcta partiremos del análisis de los criterios relacionados con el equipamiento básico, que comprende:

- a) La silla de trabajo.
- b) La mesa de trabajo.
- c) Apoyapiés.
- d) Apoyabrazos.

#### Art. 61: **Silla de trabajo**

Es evidente que la relativa comodidad y la utilidad funcional de sillas y asientos son consecuencia de su diseño en relación con la estructura física y la mecánica del cuerpo humano.

Los usos diferentes de sillas y asientos, y las dimensiones individuales requieren de diseños específicos, no obstante, hay determinadas líneas generales que pueden ayudar a elegir diseños convenientes al trabajo a realizar.

La concepción ergonómica de una silla para trabajo de oficina ha de satisfacer una serie de datos y características de diseño:

El asiento responderá a las características siguientes:

- a) Regulable en altura (en posición sentado) margen ajuste entre 380 y 500 mm.
- b) Anchura entre 400 - 450 mm.
- c) Profundidad entre 380 y 420 mm.
- d) Acolchado de 20 mm. recubierto con tela flexible y transpirable.
- e) Borde anterior inclinado (gran radio de inclinación).

La elección del respaldo se hará en función de los existentes en el mercado, respaldos altos y/o respaldos bajos.

Un respaldo bajo debe ser regulable en altura e inclinación y conseguir el correcto apoyo de las vértebras lumbares. Las dimensiones serán:

- a) Anchura 400 - 450 mm.
- b) Altura 250 - 300 mm.
- c) Ajuste en altura de 150 - 250 mm.



El respaldo alto debe permitir el apoyo lumbar y ser regulable en inclinación, con las siguientes características:

- Regulación de la inclinación hacia atrás  $15^{\circ}$ .
- Anchura 300 - 350 mm.
- Altura 450 - 500 mm.
- Material igual al del asiento.

Los respaldos altos permiten un apoyo total de la espalda y por ello la posibilidad de relajar los músculos y reducir la fatiga.

La base de apoyo de la silla debe garantizar una correcta estabilidad de la misma y por ello dispondrá de cinco brazos con ruedas que permitan la libertad de movimiento.

La longitud de los brazos será por lo menos igual a la del asiento (380-450 mm.).

En la figura 5 se apuntan las características de diseño de las sillas de trabajo.

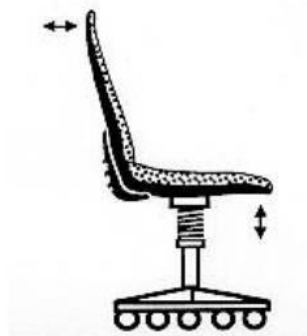


Fig. 5: Silla de trabajo con respaldo alto para trabajos de oficina

#### Art. 62: Mesas de Trabajo

Una buena mesa de trabajo debe facilitar el desarrollo adecuado de la tarea; por ello, a la hora de elegir una mesa para trabajos de oficina, deberemos exigir que cumpla los siguientes requisitos:

- Si la altura es fija, ésta será de aproximadamente 700 mm.
- Si la altura es regulable, la amplitud de regulación estará entre 680 y 700 mm.
- c) La superficie mínima será de 1.200 mm de ancho y 800 mm de largo. d) El espesor no debe ser mayor de 30 mm.
- La superficie será de material mate y color claro suave, rechazándose las superficies brillantes y oscuras.
- e) Permitirá la colocación y los cambios de posición de las piernas.

#### Art. 63: Apoyapiés

Los apoyapiés tienen un papel importante, siempre que no se disponga de mesas regulables en altura, ya que permiten, generalmente a las personas de pequeña estatura, evitar posturas inadecuadas.

La superficie de apoyo debe asegurar la correcta situación de los pies; las características serán:

- Anchura 400 mm.
- b) Profundidad 400 mm. c) Altura 50 - 250 mm.





- c) Inclinación 10°.

Es aconsejable asimismo que la superficie de apoyo de los pies sea de material antideslizante.

**Art. 64: Apoyabrazos**

La utilización de apoyabrazos está indicada en trabajos que exigen gran estabilidad de la mano y en trabajos que no requieren gran libertad de movimiento y no es posible apoyar el antebrazo en el plano de trabajo.

- a) Anchura 60 - 100 mm.  
b) Longitud - que permita apoyar el antebrazo y el canto de la mano. La forma de los apoyabrazos será plana con los rebordes redondeados.

**Art. 65: Exigencias del confort ambiental**

Un gran grupo de factores que puede influir, y de hecho influyen en la concepción de los puestos de trabajo, son los factores ambientales.

El ambiente de trabajo debe mantener una relación directa con el individuo y conseguir que los factores ambientales estén dentro de los límites del confort con el fin de conseguir un grado de bienestar y satisfacción.

Se han elegido como factores ambientales de estudio los siguientes:

- a) Iluminación.  
b) Ruido.  
c) Temperatura. Art. 66:

**Ambiente luminoso**

Elegir un buen sistema de iluminación de los puestos de trabajo para conseguir un cierto confort visual y una buena percepción visual precisa del estudio de los siguientes puntos:

- a) Nivel de iluminación del punto de trabajo.  
b) Tipo de tarea a realizar (objetos a manipular).  
c) El contraste entre los objetos a manipular y el entorno.  
d) La edad del trabajador.  
e) Disposición de las luminarias.

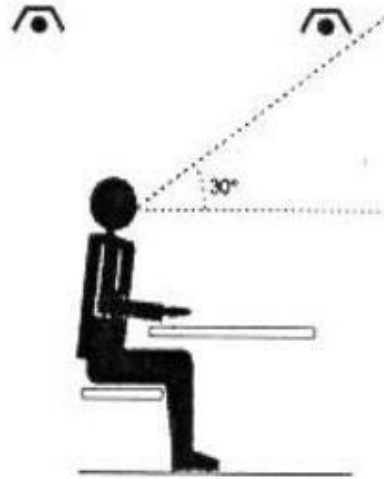
La no consideración de estos factores puede provocar fatiga visual, ya sea por una sollicitación excesiva de los músculos ciliares, o bien por efecto de contrastes demasiado fuertes sobre la retina.

Como indicaciones de carácter general a tener en cuenta para una correcta iluminación del área de trabajo serán:

- a) Las luminarias deberán equiparse con difusores para impedir la visión directa de la lámpara.

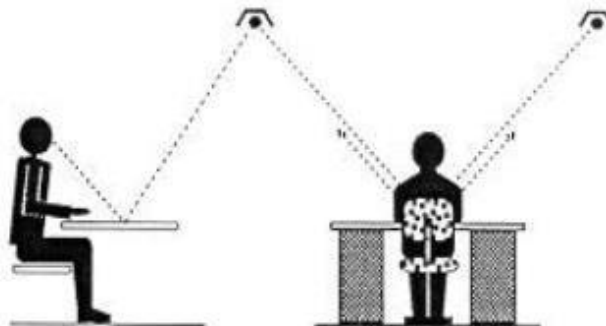


- b) Las luminarias se colocarán de forma que el ángulo de visión sea superior a  $30^{\circ}$  respecto a la visión horizontal (según queda representado en la fig. 6).



**Fig. 6: Situación de las luminarias en función del ángulo de visión**

- c) La situación de las luminarias debe realizarse de forma que la reflexión sobre la superficie de trabajo no coincida con el ángulo de visión del operario. (según se aprecia en la fig. 7).



**Fig. 7: Situación de las luminarias en relación con el ángulo de reflexión de la superficie de trabajo A la izquierda, disposición de luminarias deficiente, la luz reflejada coincide con la línea de visión. A la derecha, disposición correcta de luminarias, la luz reflejada no coincide con la línea de visión.**

- d) Se evitarán las superficies de trabajo con materiales brillantes y colores oscuros.
- e) Si se dispone de luz natural, se procurará que las ventanas dispongan de elementos de protección regulables que impidan tanto el deslumbramiento como el calor provocado por los rayos del sol.
- f) La situación de las ventanas permitirá la visión al exterior.

Otro punto a tener en cuenta en este apartado de iluminación es la elección del color de los elementos que componen el puesto de trabajo y del entorno. Los colores poseen unos coeficientes de reflexión determinados y provocan unos efectos psicológicos (ver Cuadro 1) sobre el trabajador, por lo tanto es importante, antes de decidir el color de una sala, tener en cuenta el tipo de trabajo que se va a realizar. Si se trata de un trabajo



monótono, es aconsejable la utilización de colores estimulantes, no en toda la superficie del local pero sí en superficies pequeñas como mamparas, puertas etc.

COLOR	SENSACIÓN DE DISTANCIA	TEMPERATURA	EFFECTOS PSÍQUICOS
AZUL	LEJANÍA	FRIO	RELAJANTE - LENTITUD
VERDE	LEJANÍA	FRIO - NEUTRO	MUY RELAJANTE - REPOSO
ROJO	PRÓXIMIDAD	CALIENTE	MUY ESTIMULANTE - EXCITACIÓN
NARANJA	GRAN PRÓXIMIDAD	MUY CALIENTE	EXCITANTE - INQUIETUD
AMARILLO	PRÓXIMIDAD	MUY CALIENTE	EXCITANTE - INQUIETUD
VIOLETA	PRÓXIMIDAD	FRIO	EXCITANTE - AGITACIÓN

Cuadro 1: efectos psicológicos de los colores

Si la tarea a realizar requiere una gran concentración elegiremos colores claros y neutros.

Por regla general los colores intensos los reservaremos para zonas en que la estancia de los trabajadores sea corta, ya que a largo plazo pueden provocar fatiga visual, reservando para paredes y techos de salas de trabajo, colores claros y neutros.

#### Art. 67: **Ambiente sonoro**

Para los trabajos de oficina que exigen una cierta concentración y una comunicación verbal frecuente, el ruido puede ser un verdadero problema, no en el aspecto de pérdida de audición sino en el de confort.

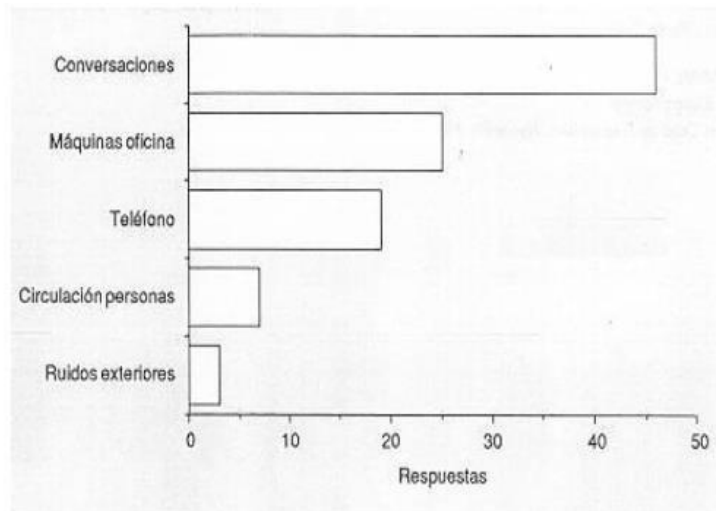
Los niveles de ruido a partir de los cuales se considera que pueden provocar disconfort en estos puestos de trabajo se sitúan entre los 55 y 65 dB (A).

Los ruidos son generados principalmente por el teléfono, las máquinas utilizadas y las conversaciones; por lo que en general, se prefieren los espacios de trabajo de dimensiones más bien reducidas a las grandes salas de trabajo, ya que en estas últimas se produce básicamente:

- Una falta de concentración.
- Una falta de intimidad.

Según se puede observar en la figura 8, las conversaciones constituyen la primera causa de disconfort y distracción, no tanto por el nivel sonoro generado sino por la percepción del contenido informativo.





**Fig. 8: Distribución de respuestas a la pregunta sobre cuál es la fuente del ruido más molesto en trabajos de oficina. Según Nemecek y Grandjean**

#### Art. 68: Ambiente térmico

Conseguir un ambiente térmico adecuado en oficinas está condicionado por el estudio y adaptación de los siguientes factores:

- La temperatura del aire.
- La humedad del aire.
- La temperatura de paredes y objetos.
- La velocidad del aire.

Dado que el trabajo en oficinas es un trabajo sedentario, sin esfuerzo físico importante, las condiciones de confort térmico serán las indicadas en el Cuadro 2.

	INVIERNO	VERANO
TEMPERATURA	05 – 21	20 - 24
HUMEDAD RELATIVA	40 – 60	40 – 60
VELOCIDAD AIRE	0,5	0,25
DIFERENCIA TEMPERATURA ENTRE 1,1 y 0,1 m DEL SUELO	<3°	<3°

Cuadro 2: Valores aconsejables de temperatura en trabajo de oficina

#### TRABAJOS EN ALMACEN

Art. 69: Los techos, paredes y suelos deben ser lisos y fáciles de lavar, impermeables y resistentes a las sustancias de desinfección utilizadas de ordinario.



- Art. 70: Los suelos deben ser de superficie antideslizante.
- Art. 71: El Almacenamiento se hará de tal forma que no interfiera:
- La distribución de la iluminación /ventilación natural.
  - El funcionamiento correcto de las maquinas u otros equipos.
  - El paso libre en los pasillos y corredores de tránsito, de acuerdo a la normatividad de almacenamiento.
  - La eficaz operación de extintores y la rápida evacuación en caso de siniestros.
- Art. 72: Los materiales en general deben almacenarse teniendo en cuenta dimensión, peso, forma y contenido, resistencia de los pisos, paredes y muros, en zonas debidamente.
- Art. 73: No se debe apilar, ni dejar material fuera de los lugares no señalizados.
- Art. 74: Los trabajadores que laboren dentro de los almacenes utilizaran, zapatos de seguridad, casco, lentes de protección y guantes que serán dependiendo del producto que tengan transportar.
- Art. 75: Se evitará en todo momento el amontonamiento desordenado y sin seguridad de los materiales almacenados.
- Art. 76: No permitirá la existencia de basura en el piso de los almacenes, los cuales serán barridos a diario.
- Art. 77: El Instituto contará con depósitos, estantes o anaqueles debidamente distribuidos según sus necesidades de almacenamiento.
- Art. 78: Evitar todo tipo de distracción que pudiera causar alguna falta de atención al trabajador durante la labor que realiza.
- Art. 79: Los productos se deben apilar a una altura normada para el almacenamiento.
- Art. 80: Las conexiones eléctricas deben estar debidamente aisladas y correctamente instaladas.

#### **MANIPULACION DE CARGAS**

- Art. 81: Las cargas admisibles de pisos y plataformas deben ser determinadas por personal capacitado para dicha tarea. Nunca se debe exceder los límites establecidos.
- Art. 82: Al transportar una carga, esta no debe impedir la visión.
- Art. 83: Un incorrecto manejo manual de cargas puede ocasionar al trabajador serias lesiones en el organismo. Una cuarta parte de los accidentes de trabajo son generados por un incorrecto manejo de las cargas (ocasionado en el levantamiento y el desplazamiento de las mismas).
- Art. 84: Los trabajadores que tengan que levantar cargas a mano deberán seguir las siguientes reglas:
- Conozca el peso de la carga para cerciorarse de que está dentro de su capacidad de levantamiento, si no es así pida ayuda.





- b. Sitúese directamente frente a la carga, separe los pies, doble sus rodillas, mantenga la espalda en línea recta y haga la acción de alzar enderezando las piernas sin girar el cuerpo para dar la vuelta.
- c. Cuando levante objetos, las manos y guantes deberán estar limpias de aceite, grasas o cualquier otro material deslizante.
- d. No cargue tubos metiendo las manos o dedos por los extremos.
- e. En la carga o descarga de camiones hágase a un lado, cuando los equipos estén retrocediendo o acercándose a plataformas o edificios.

### **DEL TRANSITO**

- Art. 85: Los pasillos del instituto deben estar siempre libres de desechos y obstrucciones.
- Art. 86: Los pasillos deben estar con un buen mantenimiento, y tener espacios libres para la seguridad.
- Art. 87: Las rampas o lugares de circulación donde exista peligro de deslizamientos deben estar provistos de pisos o superficies antideslizantes.
- Art. 88: Recoger inmediatamente los derrames de líquidos en el suelo evitando así ocasionar caídas inesperadas.
- Art. 89: Los suelos en condiciones resbaladizas, se debe advertir dichas circunstancias mediante señalización adecuada.
- Art. 90: Señalizar o colocar sistemas de protección colectiva en los huecos que supongan riesgos de caídas.

### **ESTANTERIAS**

- Art. 91: Los estantes deben estar espaciados y ubicados de forma que permita un acceso seguro del producto a depositar.
- Art. 92: No sobrecargar estantes y tener en cuenta las recomendaciones del proveedor.
- Art. 93: Inspeccionar periódicamente el estado de los estantes.
- Art. 94: Ningún estante debe ser armado o desarmado por personal no especializado.
- Art. 95: La estructura metálica de los estantes debe encontrarse en buen estado y libre de corrosión, todas sus uniones deben estar aseguradas con tornillos especiales.

### **ESCALERAS**

- Art. 96: Al acceder algún punto de altura emplear escaleras de manos o medios adecuados. Evitar accesos improvisados, como pilas de cajones, sillas o mesas.
- Art. 97: Fijar la escalera de forma segura con puntos de apoyo antideslizantes para que la escalera resbale por su base o por el apoyo superior.
- Art. 98: No colocar las escaleras delante de puertas ni a los costados, a menos que bloquee su apertura o que otra persona la controle.





- Art. 99: Si el trabajo requiere de un desplazamiento lateral cambie de sitio la escalera.
- Art. 100: Al subir o bajar escaleras, apoyar toda la superficie del pie para evitar torceduras, relajamientos, no correr, ni pisar objetos o zonas que carezcan de rigidez.
- Art. 101: Antes de usar las escaleras de tijera plegables verificar que estén abiertas, completamente aseguradas y que posean zapatas antideslizantes.
- Art. 102: Toda escalera de extensión estará equipada con los cierres automáticos adecuados.
- Art. 103: Antes de usar una escalera portátil de deberá asegurar que esté en buenas condiciones. Nunca usar escaleras defectuosas, improvisadas, o reparadas precariamente.
- Art. 104: Las escaleras tipo tijeras plegables antes de ser usadas se verificará que estén completamente aseguradas.
- Art. 105: Está prohibido usar escaleras plegables como escaleras rectas.
- Art. 106: Está prohibido pararse en el último peldaño de las escaleras plegables de tijera y que dos personas suban al mismo tiempo.
- Art. 107: Está prohibido usar escaleras metálicas en lugares donde exista el riesgo de contactos eléctricos accidentales.

## **NORMAS DE SEGURIDAD EN LA UTILIZACION DE EQUIPOS Y/O MAQUINAS**

### **Art. 108: Normas generales**

- a. Los equipos y aparatos nunca deben colocarse en zonas de más, en particular en los pasillos.
  - b. b. Todos los aparatos con toma eléctrica deberán cumplir las normativas de seguridad correspondientes. Nunca deben utilizarse en zonas mal aisladas expuestas a la humedad.
  - c. Las fuentes de calor, sobre todo si se alcanzan temperaturas elevadas, deberán estar debidamente señaladas para evitar quemaduras accidentales.
  - d. Todos los procedimientos de utilización de aparatos deberían contar obligatoriamente, apartado relativos a su utilización segura.
- Art. 109: Los equipos de trabajo deberán ser seguros y serán instalados por personal cualificado siguiendo, para ello, las instrucciones del fabricante. Los equipos de trabajo y maquinaria deberán ser protegidos para evitar accidentes laborales, Para mejorar la seguridad cuando se trabaja con maquinaria el trabajador deberá llevar a cabo las siguientes acciones preventivas:
- a) Utilizar máquinas de acuerdo con las instrucciones del fabricante. b) Prestar atención cuando se maneja la maquinaria.
  - b) Llevar ropa de trabajo adecuada.
  - c) Evitar el uso de relojes, anillos, pulseras,...
  - d) Cada máquina será utilizada para realizar el trabajo para el que ha sido diseñado.





- e) Las máquinas deberán ser manejadas por el personal asignado a realizar el trabajo.
- f) El trabajador que manipule la maquinaria deberá ser informado de los peligros a la vez que será formado para su manejo.
- g) Se deberá proteger la parte cortante de las máquinas con los resguardos móviles o regulables indicado para ello.

## CAPITULO 3

### EQUIPOS DE PROTECCION PERSONAL

#### ROPA DE TRABAJO

Las labores que por la naturaleza del trabajo implican cambio de vestimenta, se dispondrá el cambio de ropa antes y después de la jornada de trabajo. Dicho cambio se realizará en vestuarios instalados para el caso, debidamente aseados.

Art. 110: A los trabajadores que ejecutan labores especializadas y peligrosas se les dotará de equipo de protección personal especial.

Art. 111: No se usarán prendas de vestir sueltas, desgarradas o rotas, ni corbatas, ni cadenas de llaveros o de relojes, cerca de maquinaria en movimiento o cuando operen o manipulen herramientas.

Art. 112: No se deberá llevar en los bolsillos objetos afilados o con puntas, ni materiales explosivos o inflamables, ni de géneros similares que pongan en riesgo tanto la vida del propio trabajador como la de sus compañeros de trabajo o de terceros.

#### TRABAJOS EN ALTURA

Equipo Protector Personal: Arnés de Cuerpo Completo. Un arnés de cuerpo completo distribuye las fuerzas a través del cuerpo si es que se produce una caída reduciendo de tal modo las posibilidades de sufrir lesiones internas.

Art. 113: Dispositivo Conector: Línea de Vida. La línea de vida disminuye drásticamente las fuerzas totales de detención de la caída y está destinada a suavizar el impacto de la fuerza de detención en el trabajador.

Punto de Anclaje: Correa para Traviesa/Viga de Soporte.

El punto de anclaje, debe ser capaz de soportar 5.000 libras por trabajador. Este tipo de sistema de detección de caída debe ser usado siempre que exista peligro de sufrir una caída.

#### DE LAS FUMIGACIONES

Para las fumigaciones el personal deberá estar correctamente uniformado. En lo general, EL INSTITUTO contratará los servicios de personal especializado u empresas prestadoras de dichos servicios.

## CAPITULO 4







## SEGURIDAD EN LOS PROCESOS DE HIGIENE DE LOCALES

### Art. 114: **Higiene de los locales**

- a) Los trabajadores antes de finalizar la jornada de trabajo, deberán dejar limpios y ordenados sus puestos de trabajo.
- b) La limpieza de máquinas, equipos, paredes, techos, lunas de ventanas, etc. se efectuará periódicamente.
- c) Está prohibido arrojar basura al suelo.
- d) El personal realiza diariamente la limpieza de todas las áreas.

### Art. 115: **Temperatura y Calefacción**

Se dispondrá del acondicionamiento del aire en los casos que se requiera, para mantener condiciones seguras de temperatura y ventilación para el trabajador.

### Art. 116: **Radiación Calórica**

- a) Los equipos de calefacción tales como estufas que contienen resistencias eléctricas deberán contenerla dentro de su cubierta para evitar la quemadura casual del personal operador.
- b) Los equipos de iluminación tales como bombillas incandescentes u otros similares estarán fuera del alcance del operador y/o protegidos por una cubierta.

### Art. 117: **Ventilación**

- a) En las áreas de trabajo, se mantendrán por medios naturales y/o artificiales, condiciones atmosféricas adecuadas de suministro de aire, renovándolo parcial o totalmente, y evitando aire viciado o corrientes dañinas.
- b) En los lugares de trabajo en que por la naturaleza del proceso o por razones de producción sea necesario mantener las ventanas o puertas cerradas durante el trabajo, se proveerá de un sistema mecánico de ventilación que asegure el suministro y la renovación de aire.

### Art. 118: **Iluminación y Colores**

- a) La empresa dotará de una iluminación natural (luz blanca) adecuada a todas sus instalaciones.
- b) Las paredes serán de colores claros que reflejen la luz incidentes, evitándose aquellos colores que por su claridad pueden dar efectos de deslumbramiento.
- c) La iluminación natural se complementará en aquellos casos que sea necesario con iluminación artificial en cualquiera de sus formas, siempre que ofrezcan garantías de seguridad, no vicie la atmósfera, no ofusca los peligros de incendio y no afecte la salud de sus trabajadores.

### Art. 119: **Ruidos y Vibraciones**

- a) En los lugares de trabajo se evitarán en lo posible los ruidos y vibraciones desde su mismo punto de origen.





## CAPITULO 5

### SEGURIDAD EN LOS PROCESOS DE BIOSEGURIDAD PARA LA LIMPIEZA DE AMBIENTES

#### Art. 120: **Limpieza de Ambientes**

Limpieza es la remoción mecánica de toda materia extraña en el ambiente, en superficies y objetos. Normalmente se usa agua y detergente para este proceso. El propósito de la limpieza es disminuir el número de microorganismos a través de arrastre mecánico y no asegura la destrucción de éstos.

#### Art. 121: **Limpieza Diaria**

Se realiza en todas las áreas de trabajo con el siguiente material: agua, detergente en polvo y/o lejía, 2 trapeadores, varios trapos.

##### **Procedimiento:**

- a) Con el escobillón recoger papeles u otros que no sean o contengan materia orgánica y vaciar a un tacho de basura. Este escobillón es de uso exclusivo para tal fin.
- b) Todo contenido orgánico recoger del suelo con un trapo y eliminarlo.
- c) Previamente debe haberse movilizado muebles y otros y asegurarse de que haya quedado limpio.
- d) Con un trapeador humedecido con agua y detergente pasar por el piso en forma vertical como si se estuviera pintando una pared, luego enjuagar. Utilizar la cara A del trapeador para el paso 1 y la cara B, para el paso 2.
- e) d) Con otro trapeador embebido con desinfectante pasa nuevamente por todo el piso en el mismo sentido.
- f) Con respecto a las superficies del mobiliario, proceder de la misma manera considerando siempre que:

1º Limpieza = Agua y Detergente;

2º Desinfección = Lejía.

## CAPITULO 6

### SEGURIDAD EN LOS PROCESOS DE MANEJO DE RESIDUOS SÓLIDOS

La administración de los residuos sólidos involucra y compromete a todos los trabajadores, desde los niveles directivos hasta los niveles operativos.

Es importante para la integración del Manejo de los Residuos sólidos, que los trabajadores incorporen como conducta habitual el buen manejo de los residuos (como un valor personal y profesional de compromiso hacia la sociedad), se deberá sensibilizar y capacitar convenientemente a todos los trabajadores. Paso





fundamental a fin de que el personal de limpieza y recolector cuente con todas las facilidades para efectuar un trabajo sanitariamente eficiente.

La empresa contrata los servicios de una empresa de Servicios de Limpieza, que se encarga de la recolección, almacenamiento y luego son transportados por la Municipalidad.

**Art. 122: Normas en la Segregación.**

El manejo adecuado de residuos sólidos se inicia en la fuente de generación, que es el punto inicial del Ciclo de los Residuos sólidos y debe incorporar los criterios de segregación (separación):

**Residuos Comunes:** Están presentes en todo el proceso, caracteriza su generación a algunos áreas de la empresa, como por ejemplo, los servicios de administración, servicios generales, entre otros.

**Art. 123: Normas en la Recolección y Transporte Externo.-**

- a) La recolección externa es decir el transporte de los residuos sólidos tratados hacia los lugares de disposición final, estará a cargo de un servicio ajeno a la empresa, que se contratará para tal fin o se utilizará el Servicio Municipal.
- b) Para el traslado se vaciará el recipiente, previendo que las bolsas de plástico se encuentren debidamente selladas, para evitar riesgos en el personal y evitando el contacto directo.

## TITULO VI

### ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS

#### CAPITULO 1

#### MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN

Es importante que se lleve a cabo un programa de mantenimiento acorde a la peligrosidad de cada instalación en particular. Cabe precisar que los trabajos de mantenimiento pueden llevar aparejados un incremento de la propia peligrosidad de las mismas según la forma en que se efectúen.

En ese sentido el personal de mantenimiento está sometido a riesgos suplementarios por la propia peligrosidad de las instalaciones donde realizan su trabajo; será pues necesario llevar un control cuidadoso de los trabajos de mantenimiento para reducir al máximo los





problemas para las instalaciones y los riesgos para los trabajadores y para el personal que realiza tales tareas.

#### Art. 124: **Inspecciones y revisiones**

Para que el mantenimiento sea lo más eficaz posible es muy importante disponer de la mayor cantidad de información sobre las instalaciones, equipos y lugares de trabajo; para ello es básico la realización de distintos tipos de revisiones programadas. Exponemos brevemente algunas de ellas.

- 1. Revisiones específicas de equipos o componentes regulados por una legislación propia**
  - a) Instalación eléctrica, instalaciones fijas contra incendios, extintores, aparatos elevadores, etc. Las realizan servicios especializados externos contando con
  - b) la colaboración de la propia empresa.
- 2. Revisiones generales de instalaciones y lugares de trabajo**
  - a) Suelos, escaleras, vías y salidas de evacuación, condiciones de protección contra incendios, condiciones de protección contra contactos eléctricos, orden y limpieza, iluminación, etc. Podrá haber revisiones específicas de seguridad sobre equipos que las requieran y no controladas reglamentariamente.
- 3. Observaciones del trabajo**
  - a) Las personas de mando analizan las actuaciones inseguras de los trabajadores en la realización de sus funciones con el fin de incorporar las mejoras que se estimen oportunas.
- 4. Revisiones y controles específicos de mantenimiento con las diferentes formas de actuación**
  - a) Para la realización de los distintos tipos de revisiones (mantenimiento predictivo, preventivo, correctivo, etc.) se deben establecer por parte de los jefes para cada máquina, instalación, equipo, área de trabajo, etc., los siguientes aspectos:

##### **Periodicidad**

Será distinta para cada caso en particular.

##### **¿Qué se debe inspeccionar?**

Para ello se deberán elaborar un cuestionario de revisión sencillo y prácticos que faciliten la tarea actuando como guías de análisis.

##### **¿Quién hace las revisiones?**

La tendencia es explicar en la medida de lo posible a los propios trabajadores en su ámbito de trabajo, exceptuando las cuestiones más genéricas o específicas que las deben hacer los mandos intermedios o personal más cualificado de la empresa o incluso personal foráneo.

#### Art. 125: **Administración del mantenimiento**

Toda la información generada como resultado de los distintos tipos de revisiones que puedan afectar a las condiciones de funcionamiento seguro de los equipos,





además de ser analizadas por los responsables de las diferentes unidades funcionales, deberán ser conocidas por el servicio de prevención cuando exista y el servicio de mantenimiento, debiendo organizar y controlar los trabajos.

#### Art. 126: **Tipos de mantenimiento**

Para centrar el mantenimiento preventivo definimos además otros dos tipos de mantenimiento como son el correctivo y el predictivo.

##### **Mantenimiento correctivo**

Podemos definir el mantenimiento correctivo como el efectuado a una máquina o instalación cuando la avería ya se ha producido, para restablecerla a su estado operativo habitual de servicio. El mantenimiento correctivo puede ser o no planificado. El mantenimiento correctivo planificado comprende las intervenciones no planificadas (preventivas) que se efectúan en las paradas programadas.

##### **Mantenimiento preventivo**

El mantenimiento preventivo consiste en programar las intervenciones o cambios de algunos componentes o piezas según intervalos predeterminados de tiempo o espacios regulares (horas de servicio, kilómetros recorridos, toneladas producidas). El objetivo de este tipo de mantenimiento es reducir la probabilidad de avería o pérdida de rendimiento de una máquina o instalación tratando de planificar unas intervenciones que se ajusten al máximo a la vida útil del elemento intervenido.

El origen de este tipo de mantenimiento surgió analizando estadísticamente la vida útil de los equipos y sus elementos mecánicos y efectuando su mantenimiento basándose en la sustitución periódica de elementos independientemente del estado o condición de deterioro y desgaste de los mismos. Su gran limitación es el grado de incertidumbre a la hora de definir el instante de la sustitución del elemento.

El mantenimiento preventivo puede realizarse de tres formas:

- a) Revisando las instalaciones con intervalos de tiempo iguales entre revisiones, desmontando los componentes objeto de revisión antes de que fallen y reponiéndose a tiempo cero.
- b) Revisando las instalaciones periódicamente y según su estado efectuar su sustitución si exceden sus límites de operación. Es apropiado cuando se trata de componentes eléctricos y electrónicos y en los instrumentos de control.

##### **Mantenimiento predictivo**

El mantenimiento predictivo es el mantenimiento subordinado a un suceso predeterminado que pone de manifiesto el estado de degradación de un bien. Se basa en el conocimiento del estado operativo de una máquina o instalación. Es asimilable al preventivo, pero el conocimiento de la condición operativa a través de la medición de ciertos parámetros de la máquina o instalación (vibración, ruido,





temperatura, etc.) permite programar la intervención justo antes de que el fallo llegue a producirse, eliminando así la incertidumbre.

El mantenimiento predictivo abarca un conjunto de técnicas de inspección, análisis y diagnóstico, organización y planificación de intervenciones que no afectan al servicio del equipo, y que tratan de ajustar al máximo la vida útil del elemento en servicio al momento planificado para la intervención. El mantenimiento predictivo podría incluirse en el mantenimiento preventivo entendido este último en un sentido amplio.

## CAPITULO 2

### HERRAMIENTAS MANUALES Y PORTÁTILES ACCIONADAS POR FUERZA MOTRIZ

#### Art. 127: **CONDICIONES GENERALES**

- a. Las herramientas manuales y portátiles se emplearán sólo para los fines para los que fueron construidos y se mantendrán en buen estado de conservación.
- b. Las cabezas de las herramientas deberán mantenerse sin deformaciones ni agrietamientos.
- c. Se tendrá en especial cuidado en el almacenamiento de las herramientas con filos y puntas agudas con el fin de evitar lesiones al personal.
- d. Los mangos para herramientas de toda clase se mantendrán en buen estado de conservación y firmemente asegurados:
- e. Los trabajadores que emplean herramientas tales como cinceles, taladros, esmeriles, etc., que por acción de trabajo pueden desprender partículas, deberán estar provistos de anteojos a prueba de impacto.
- f. No se usará tubos, barras u otros elementos con el fin de extender o aumentar el brazo de palanca de las herramientas manuales, con el objeto de no sobrepasar la resistencia mecánica de estas, a menos que dichos elementos estén especialmente diseñados o preparados para estos efectos.
- g. Se dispondrá de gabinetes, portaherramientas o estantes adecuados para las herramientas en uso.
- h. Los trabajadores asignados al uso de herramientas serán instruidos y adiestrados en el empleo seguro de tales instrumentos mediante un programa anual de seguridad y salud en el trabajo.

## CAPITULO 3

### INSTALACIONES CIVILES

#### Art. 128: **INSTALACIONES CIVILES**

Las instalaciones de El Instituto cumplirán con las siguientes normas constructivas:





- a. Los cimientos y el sobre cimiento serán a prueba de roedores, para lo cual tendrá una profundidad de 50 cm.
- c. Los pisos serán de concreto de espesor mínimo de 10 cm., en los ambientes de trabajo que lo requieran, el piso tendrá una pendiente de 1% hacia los sumideros y canaletas.
- d. Las paredes serán de ladrillo revestidas con cemento

**Art. 129: CONDICIONES DE SEGURIDAD:**

1. Todas las construcciones e instalaciones del Instituto serán de construcción segura y firme para evitar el riesgo de desplome y deberá reunir las exigencias de los Reglamentos de construcción o de las normas técnicas respectivas.
2. Los techos tendrán suficiente resistencia, para proteger a los trabajadores de las condiciones climatológicas normales de la zona y cuando sea necesario para soportar la suspensión de las cargas.
3. Los cimientos y pisos tendrán suficiente resistencia para sostener con seguridad las cargas para las cuales han sido calculadas y no serán sobrecargadas.

**Art. 130: TERRENOS, CONSTRUCCIONES, MODIFICACIONES Y REPARACIONES.**

Las construcciones y modificaciones sobre la infraestructura tendrán el siguiente tratamiento:

1. Elaboración de planos y presupuestos
2. Revisión por Jefe de Área
3. Aprobación de profesional competente.
4. Permisos y Ejecución.

**REQUISITOS DE ESPACIO**

1. Los locales de trabajo de la empresa tendrán por lo menos 3.5 metros de altura desde el piso al techo y 3 metros para los pisos superiores.
2. El número máximo de personas que laboren en un local de trabajo, no excederá de una persona por cada 10 m<sup>3</sup>
3. Los lugares de tránsito estarán libres de desperfectos, protuberancias u obstáculos con los que puedan correr el riesgo de tropezar.

**Art. 131: OCUPACION DEL PISO Y LUGARES DE TRANSITO:**

1. En ningún local de trabajo se acumulará maquinaria ni materiales en los pisos, debiendo existir los espacios necesarios para el material a utilizarse.
2. Las instalaciones de cualquier tipo que se efectúe dentro de los locales, deberán ser efectuadas en forma tal que el espacio entre ellos permita su funcionamiento normal, el ajuste y reparaciones ordinarias, sin riesgo para los trabajadores.





3. Los lugares de tránsito estarán libres de desperfectos, protuberancias u obstrucciones con los que pueda existir el riesgo de tropezar.
4. En las condiciones normales, los pisos, escalones y descansos, no serán resbaladizos, ni contruidos con materiales que debido al uso, lleguen hacerlo.

**Art. 132: ABERTURAS EN PISOS O PAREDES**

1. De haber zanjás, pozos y otras aberturas peligrosas en los pisos tendrán cubiertas resistentes o estarán cerradas y/o rodeadas con resguardo o barandas.
2. Las aberturas en las paredes que estén a menos de 90 cm sobre el piso y tengan una dimensión mínima de 75 cm de alto por 45 cm de ancho, y por las cuales haya peligro de caída de más de 2m, estarán protegidas con barandas y rodapiés.

**Art. 133: ESCALERAS**

Todas las escaleras que tengan más de cuatro peldaños se protegerán con barandas en todo lado abierto, y las que figuren encerradas, llevará un pasamanos al lado.

## CAPITULO 4 SERVICIOS HIGIENICOS

**Art. 134: NUMERO DE W.C., LAVATORIOS, DUCHAS, URINARIOS, BEBEDORES.**

Los servicios higiénicos estarán debidamente señalizados y separados por sexo, de acuerdo a la tabla que se indica.

Empleados y	W.C.	Lavatorios	Duchas	Urinarios	Bebedores
<b>01 A 09</b>	1	2	1	1	1
<b>10 A 24</b>	2	4	2	1	1
<b>25 A 100</b>	3	5	3	2	1
<b>50 A 100</b>	5	10	6	4	2
<b>Más de 100</b>	1 adicional por cada 30 personas				







## CAPITULO 5

“Norma Sanitaria para el Funcionamiento de Restaurantes y Servicios Afines”

RESOLUCION MINISTERIAL N° 363-2005-MINSA

### SERVICIOS DE BIENESTAR

#### COMEDOR

##### Art. 135: **Estructuras Físicas**

El área del comedor o servicios afines deben ser de construcción sólida y los materiales que se empleen deben ser resistentes a la corrosión, lisos, fáciles de limpiar y desinfectar. Toda la edificación se mantendrá en buen estado de conservación e higiene.

Asimismo, se cumplirán las siguientes condiciones:

- a. Los pisos se construirán con materiales impermeables, inadsorbentes, lavables y antideslizantes, no deben tener grietas y serán fáciles de limpiar y desinfectar. Según sea el caso, se les dará una pendiente suficiente para que los líquidos escurran hacia los sumideros.
- b. Las paredes deben ser de materiales impermeables, inadsorbentes y lavables y serán de color claro. Deben ser lisas, sin grietas y fáciles de limpiar y desinfectar. Se mantendrán en buen estado de conservación e higiene. Cuando corresponda, los ángulos entre las paredes y los pisos deben ser abovedados para facilitar la limpieza.
- c. Los techos deben construirse y acabarse de manera que se impida la acumulación de suciedad y ser fáciles de limpiar.
- d. Las ventanas y otras aberturas deben construirse de manera que se evite la acumulación de suciedad y estarán provistas de protección contra insectos u otros animales. También deben desmontarse fácilmente para su limpieza y buena conservación.
- e. Las puertas deben ser de superficie lisa e inadsorbente, además de tener cierre automático en los ambientes donde se preparan alimentos.
- f. La existencia de pasadizos exige que éstos tengan una amplitud proporcional al número de personas que transiten por ellos y en ningún caso deben ser utilizados como áreas para el almacenamiento.

##### Art. 136: **Iluminación**

Las fuentes de iluminación se ubicarán de forma tal que las personas que trabajan en dichas áreas no proyecten su sombra sobre el espacio de trabajo.

##### Art. 137: **Ventilación**





Debe proveerse una ventilación suficiente para evitar el calor acumulado excesivo y, para eliminar el aire contaminado. Se evitará que las corrientes de aire arrastren contaminación hacia el área de preparación y consumo de alimentos.

Se debe instalar una campana extractora sobre los aparatos de cocción, de tamaño suficiente para eliminar eficazmente los vapores de la cocción.

**Art. 138: Evacuación de Aguas Residuales**

El sistema de evacuación de aguas residuales debe mantenerse en buen estado de funcionamiento y estar protegido para evitar el ingreso de roedores e insectos al establecimiento. Los conductos de evacuación de aguas residuales deben estar diseñados para soportar cargas máximas, contar con trampas de grasa y evitar la contaminación del sistema de agua potable.

**Art. 139: Disposición de Residuos Sólidos**

Los residuos sólidos deben disponerse en recipientes de plástico, en buen estado de conservación e higiene, con tapa oscilante o similar que evite el contacto con las manos y deben tener una bolsa de plástico en el interior para facilitar la evacuación de los residuos.

Para la eliminación de los residuos sólidos se debe contar con colector con tapa de tamaño suficiente, según el volumen producido, colocados en un ambiente destinado exclusivamente para este uso, de acceso fácil al servicio recolector. Este ambiente debe diseñarse de manera que se impida el acceso de plagas y se evite la contaminación del entorno. Se deben lavar y desinfectar a diario los recipientes plásticos y la zona de almacenamiento de residuos.

**CONTROLES DE SALUD**

**Art. 140:** Para la selección del personal que ingrese a laborar, debe contar con una evaluación médica.

**Art. 141:** El examen médico completo a todo el personal que labora en áreas de riesgo debe realizarse anualmente.

**CAPITULO 6**

**SERVICIOS ESPECIALES**

**Art. 142: SUMINISTRO DE AGUA POTABLE.**

1. La empresa garantizará el suministro de agua potable, para ser utilizado tanto en la limpieza y aseo de sus trabajadores, y en la ejecución las labores habituales.
2. El desagüe estará conectado a la red pública.

**Art. 143: VESTUARIOS:**





1. La empresa proporcionará de ambientes dotados de casilleros unipersonales, debidamente separados para trabajadores de uno y otro sexo, para ser utilizados en los vestuarios.
2. El área del vestuario será adecuado al número de trabajadores que simultáneamente lo utilicen.
3. Está prohibido guardar alimentos y/o bebidas en los vestuarios.

**Art. 144: LIMPIEZA INDIVIDUAL:**

1. La empresa dotará insumos para el aseo personal tales como: Jabón líquido, toallas de papel, y papel higiénico con el fin de mantener un nivel de aseo personal.
2. Se realizarán inspecciones periódicas para verificar el cumplimiento del aseo personal.

## **CAPITULO 7**

### **PREVENCION Y PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS ELECTRICOS.**

#### **CONDICIONES ESPECÍFICAS DE INSTALACIONES**

**Art. 145: CORDONES Y LAMPARAS PORTÁTILES.**

En toda instalación eléctrica en donde el trabajador tiene acceso directo al cordón eléctrico y/o al equipo, se deberá observar que:

- a. El Cable eléctrico utilizado no deberá presentar empalmes o remiendos.
- b. Los conductores eléctricos susceptibles de deteriorarse deberán estar protegidos con una cubierta de caucho duro u otro material equivalente, y si es necesario tendrán una protección adicional metálica flexible.

**Art. 146: HERRAMIENTAS MANUALES.**

- a. Las herramientas manuales tales como limas, sierra, desarmadores, alicates, etc., deberán estar convenientemente aislados y si se requiere se usará adicionalmente guantes de protección.
- b. Todos los equipos e instalaciones eléctricas, serán de una construcción tal y estarán instalados y conservados de manera que prevenga a la vez el peligro de contacto con los elementos a tensión y el riesgo de incendio.

**Art. 147: OPERACIONES**

- a. Todos los equipos e instalaciones eléctricas, serán de una construcción tal y estarán instalados y conservados de manera que prevengan a la vez el peligro de contacto con los elementos de tensión y el riesgo de incendio.
- b. Los cables eléctricos para los equipos eléctricos se seleccionarán con relación a la tensión de trabajo, la carga y todas las condiciones particulares de su utilización.





- c. Cuando se lleven a cabo reparaciones estructurales, extensiones o trabajo de pintado de los ambientes de la empresa, se adoptará las medidas necesarias para la protección.
- d. Solo podrá obtenerse energía eléctrica de toma corrientes, empleándose para tal fin enchufes adecuados, sólidos y aislados; quedando terminantemente prohibido efectuar conexiones directamente de los tableros de distribución, llaves generales y/o emplear alambres sueltos para dichas conexiones.
- e. Antes de proceder a remplazar fusibles defectuosos, deberá desenergizarse el circuito correspondiente.

## CAPITULO 8

### PELIGROS DERIVADOS DEL USO DE LA CORRIENTE ELÉCTRICA

#### Art. 148: **CONTACTO DIRECTO**

- a. Es el que se produce con las partes activas de la instalación, que se encuentran habitualmente en tensión.
- b. Puede deberse a una falla del equipo o manipulación. c. A mayor duración del contacto, mayor riesgo.
- c. A mayor intensidad, mayor riesgo.

#### Art. 149: **CONTACTO INDIRECTO**

No se produce falla interna en el equipo, pero agentes externos producen masas puestas accidentalmente en tensión.

Ejemplo: Equipo mojado por lluvia.

#### Art. 150: **REQUISITOS A CUMPLIRSE CONTRA CONTACTOS DIRECTOS**

- a. **DISTANCIAS MINIMAS:** Alejar los cables y conexiones de los lugares de trabajo y paso.
- b. **INTERPONER OBSTACULOS:** Ponga barreras de protección para no permitir el paso libre al trabajador en los lugares que el riesgo eléctrico de contacto directo es alto. Para mantener una distancia prudencial hacia elementos a tensión, se usarán cercos, cubiertas y demás resguardos los cuales reducirán el peligro de conmoción eléctrica **o de corto circuito.**
- c. **RECUBRIMIENTOS:** Proteger, recubrir las partes en tensión con material aislante.

## CAPITULO 9

### ACCIDENTES DE TRABAJO

#### Art. 151: **ACCIDENTES DE TRABAJO**





Todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte. Es también accidente de trabajo aquel que se produce durante la ejecución de órdenes del empleador, o durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, aun fuera del lugar y horas de trabajo.

#### Art. 152: **INCIDENTE DE TRABAJO**

Suceso acaecido en el curso del trabajo o en relación con el trabajo, en el que la persona afectada no sufre lesiones corporales, o en el que estas solo requieren cuidados de primeros auxilios.

#### Art. 153: **CAUSALIDAD DE LOS ACCIDENTES**

Es uno o varios eventos relacionados que concurren para genera un accidente.

Se divide en:

1. **Falta de control:** son fallas, ausencias o debilidades administrativas en la conducción de El Instituto o servicio y en la fiscalización de las medidas de protección de la salud en el trabajo.
2. **Causas Básicas:** referidas a factores personales y factores de trabajo:
  - a. **Factores Personales.-** Referidos a limitaciones en experiencia, fobias, tensiones presentes de manera personal en el trabajador.
  - b. **Factores del Trabajo.-** Referidos al trabajo, las condiciones y medio ambiente de trabajo, organización métodos, ritmos, turnos de trabajo, maquinaria, equipos, materiales, dispositivos de seguridad, sistemas de mantenimiento, ambiente, procedimientos, comunicación.
3. **Causas Inmediatas:** Debidas a los actos y/o condiciones subestandares:
  - a. **Condiciones Subestandares.-** Toda condición en el entorno del trabajo que puede causar un accidente.
  - b. **Actos Subestandares.-** Toda acción o práctica incorrecta ejecutada
  - c. por el trabajador que puede causar un accidente.

#### Art. 154: **INVESTIGACION DE ACCIDENTES.**

##### a) **FUNDAMENTOS**

Todo accidente o incidente de trabajo por más leve que este sea deberá ser informado a la brevedad posible al jefe del área y al comité de seguridad y salud en el trabajo.

La investigación de un accidente o de alguna ocurrencia, tendrá como fin determinar encontrar el factor de peligro que originó el accidente, y trabajar en la disminución del riesgo del mismo, de manera que no se produzcan accidentes por causas similares.

##### b) **¿QUE ACCIDENTES INVESTIGAR?**

Se consideran accidentes aquellos que:





1. Interrumpen el proceso normal de trabajo.
2. Se producen durante la ejecución de órdenes del Empleador, o durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, aún fuera del lugar y horas de trabajo.

Los Accidentes que se requieren investigación obligatoria son:

1. Accidentes mortales y/o peligrosos
2. Incidentes peligrosos

**c) ¿CÓMO EFECTUAR LA ENCUESTA Y TOMA DE DATOS DE LA INVESTIGACION?**

Deberá investigar con el lesionado o con los testigos:

1. En qué circunstancias ocurrió el accidente.
2. Que factores intervinieron en el accidente.
3. Que factores están bajo control o se pueden controlar.
4. Causa probable del accidente.

**d) ANALISIS DE LOS DATOS OBTENIDOS**

Los Datos obtenidos de la encuesta del accidente serán analizados de manera de encontrar las causas que originaron el accidente y aprovechar la información resultante para la prevención.

**e) APROVECHAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.**

La información resultado del análisis, debe ser utilizada para:

1. Corrección de situaciones peligrosas que derivaron en los accidentes.
2. Prevención de futuros Accidentes.
3. Implementación de barreras de protección, señalización.
4. Adiestramiento del personal.

**Art. 155: NOTIFICACION DE LOS ACCIDENTES.**

**a. FUNDAMENTOS**

Todos los accidentes de trabajo mortales e incidentes peligrosos se notificarán al Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo dentro de las 24 horas de ocurrido el hecho.

Los demás accidentes serán notificados al Centro Médico Asistencial donde el trabajador accidentado es atendido.

**b) ¿CÓMO Y QUE HAY QUE NOTIFICAR?**

1. Los Accidentes Mortales se notifican al Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo a través del Formato adjunto en el anexo N° 02 y/o el Formato N° 01 Aviso de accidente mortal (Anexo 01).





2. Los Incidentes Peligrosos se notifican al Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo a través del Formato adjunto en el anexo N° 09

3. Los Demás Accidentes se notifican al Centro Medico a través del Formato adjunto en el anexo N° 02

**c) ¿QUIÉN DEBE NOTIFICAR?**

El área de Administración notifica en coordinación con el Jefe de Seguridad de la empresa.

**Art. 156: REGISTRO DE ACCIDENTES DE TRABAJO**

**a) FUNDAMENTOS**

El supervisor o Jefe del área llenará el formato "Registro de Accidentes", por todo lo ocurrido en su área aun cuando éste no haya dado por resultado una lesión en un plazo máximo 24 horas, luego de ocurrido el accidente y/o incidente, para obtener información relacionada con los actos y condiciones inseguras.

**b) ANALISIS ESTADÍSTICO DE LOS ACCIDENTES**

La Información de estos registros será analizada por el comité de seguridad y salud ocupacional, determinándose las acciones a realizar para que el hecho no se vuelva a presentar.

**c) INDICE ESTADÍSTICO DE LOS ACCIDENTES.**

Se establecerán índices de control para el seguimiento de la eficacia del sistema de gestión.

## **CAPITULO 10**

### **ENFERMEDADES OCUPACIONALES**

"Resolución Ministerial N° 312-2011/MINSA"

Protocolos Médicos de exámenes médicos ocupacionales.

**Art. 157: ENFERMEDADES PROFESIONALES / OCUPACIONALES**

Desde el punto de vista técnico, se divide las enfermedades ocupacionales en:

a. Enfermedad Profesional. b. Enfermedad Ocupacional.

**Art. 158: ENFERMEDAD PROFESIONAL**

De acuerdo con lo establecido por el Inc. n) de Artículo 2º del Decreto Supremo N° 009-97-SA, se entiende como enfermedad profesional todo estado patológico permanente o temporal que sobreviene al trabajador como consecuencia directa de la clase de trabajo que desempeña o de medio en que se ha visto obligado a trabajar.





La tabla de Enfermedades Profesionales y su vinculación causal con la clase de trabajo que la origina serán aprobadas por el Ministerio de Salud. En caso que una enfermedad no aparezca en la Tabla de Enfermedades Profesionales, pero se demuestre que existe relación de causalidad con la clase de trabajo que desempeña el trabajador o el ambiente en que labora, será reconocida como Enfermedad Profesional.

Constituye un grupo muy amplio de enfermedades que si bien pueden ser causados única y exclusivamente por un agente de riesgo propio del medio ambiente de trabajo, pueden verse desencadenadas, agravadas o aceleradas por factores de riesgo presentes en el medio ambiente de trabajo

#### Art. 159: **ENFERMEDAD OCUPACIONAL**

La enfermedad ocupacional propiamente dicha es aquella que está relacionada indirectamente con la profesión u oficio y su causa puede encontrarse en cualquier lugar del ambiente de trabajo, afectando a cualquier trabajador independientemente del oficio que realice.

Las enfermedades ocupacionales se dividen en:

1. Enfermedades causadas por ambiente Físico.
2. Enfermedades causadas por ambiente Químico.
3. Enfermedades causadas por ambiente biológico.
4. Daños profesionales

#### Art. 160: **ENFERMEDADES OCUPACIONALES CAUSADAS POR EL AMBIENTE FÍSICO**

Entre las enfermedades causadas por el ambiente físico tenemos:

1. **Por ruido:** Los daños producidos por el ruido generalmente no tiene cura y originan hipoacusia y afecciones de los músculos, tendones de los huesos, etc.
2. **Por temperatura:** La exposición del trabajador a situaciones termo ambientales extremas, ocasiona deshidratación, neumonía, agotamiento insolación, etc.
3. **Por radiaciones luminosas:** Puede ocasionar al trabajador: cataratas, dilatación de las pupilas, irritación visual, etc.
4. **Por iluminación inadecuada:** La exposición del trabajador a ambientes de iluminación inadecuada, podrían ocasionar problemas oculares y de la visión si son por largos periodos de tiempo.

#### Art. 161: **ENFERMEDADES OCUPACIONALES CAUSADAS POR EL AMBIENTE QUÍMICO**

##### **ALERGIAS PROFESIONALES**

1. Asma profesional causado por agentes sensibilizantes o irritantes reconocidos como tales e inherentes al tipo de trabajo.







2. Alveolitis alérgicas extrínsecas causadas por la inhalación de polvos orgánicos.

### **DERMATOSIS PROFESIONAL**

- Enfermedades de la piel causadas por agentes físicos, químicos o biológicos.

#### **Art. 162: ENFERMEDADES OCUPACIONALES CAUSADAS POR EL AMBIENTE BIOLÓGICO**

Las causadas por agentes biológicos tales como:

1. Hongos
2. Bacterias
3. Parásitos
4. Virus, etc.

Pueden causar afecciones a la salud como son las infecciones, alergias, dermatitis, etc.

#### **Art. 163: DAÑOS PROFESIONALES.**

Daños derivados del trabajo, enfermedades ergonómicas, patologías o lesiones sufridas con motivo u ocasión del trabajo.

### **LA FATIGA.**

Fatiga es el desgaste que se produce cuando se da un exceso de trabajo sin ser compensando por el descanso. Este desgaste se traduce en pérdida de capacidad funcional y de resistencia, sensación de impotencia y malestar. Puede ser fatiga muscular, nerviosa, intelectual, psicológica, sensorial.

### **INSATISFACCIÓN**

Es la sensación de falta de gratificación que siente la persona con respecto a sus funciones y entorno de trabajo. La insatisfacción laboral no es estrictamente una enfermedad, pero su presencia durante largos periodos de tiempo está claramente relacionada con el bienestar y con la salud psíquica de los empleados. Además, incide de una forma muy notable en el rendimiento de los trabajadores. Su causa origina cuando el trabajador experimenta un balance negativo entre lo que da y entre lo que recibe.

### **ENVEJECIMIENTO PREMATURO**

Es un proceso regresivo del ciclo vital humano que se inicia por una fatiga crónica.

Se podría decir que el trabajador afectado vive una aceleración del proceso normal de envejecimiento. Esta patología se descubre en trabajadores muy expuestos a altas temperaturas, o sometidos a grandes dosis de fatiga en todas sus variedades, etc. Para esto implementar medidas ergonómicas como una





buena relación entre carga de trabajo y capacidad y proporcionar reconocimiento médicos regulares.

## CAPITULO 11

### PROTECCIÓN A LA MUJER GESTANTE

"Ley N° 28048 y Decreto Supremo N° 009-2004-TR"

Ley de Protección a favor de la Mujer Gestante que realiza labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto y su Reglamento

Derecho a no realizar labores que pongan en riesgo la salud de la mujer y/o el desarrollo normal del embrión y el feto es de aplicación a toda trabajadora durante el periodo de gestación.

#### Art. 164: **Situaciones que generan riesgos para la mujer gestante**

Se consideran situaciones susceptibles de poner en riesgo la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto:

1. Riesgos generados por las condiciones de trabajo durante el periodo de gestación:
  - a. La exposición de la mujer gestante a agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales, procedimientos o condiciones de trabajo peligrosos, debido al lugar donde desarrolla las labores propias de su puesto de trabajo.
  - b. La manipulación de sustancias peligrosas necesarias para la realización de las labores propias de su puesto de trabajo.
2. Riesgos adicionales derivados de cambios fisiológicos en la mujer gestante.
  - a. El deterioro preexistente en la salud de la mujer que, unido al estado de gestación, le impide desarrollar labores propias de su puesto de trabajo, sin constituir incapacidad temporal para el trabajo.
  - b. El deterioro del estado de salud o condición física generado por el embarazo, que impide a la mujer gestante desarrollar labores propias de su puesto de trabajo, sin constituir incapacidad temporal para el trabajo.

#### Art. 165: **Carácter temporal del cambio de labores.**





1. La asignación de labores distintas a las habituales, incluso la que conlleva un cambio de puesto de trabajo, constituye una medida temporal, que culmina indefectiblemente con el parto.
2. Sin perjuicio de lo señalado en el párrafo precedente, por pacto individual o convenio colectivo se puede acordar extender la medida hasta que concluya el período de lactancia, en atención a los riesgos que puedan afectar al recién nacido a través de la leche materna.

**Art. 166: Evaluación de riesgo.**

La empresa evaluará la lista de trabajos de riesgos por exposición a agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales, procedimientos o condiciones de trabajo que, por el puesto de trabajo o por las labores que se realizan, puedan afectar la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto, de manera cierta o potencial. De acuerdo a la Ley de protección de la mujer gestante, cuya evaluación contempla:

1. Naturaleza, grado y duración de la exposición.
2. Valores límite permitidos de exposición.
3. Posibles efectos en la salud de las trabajadoras expuestas a riesgos particulares.

Se pondrá en conocimiento del personal el resultado de la evaluación de riesgos que pueden afectar la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto.

Se repetirá la evaluación cada vez que se produzca un cambio en las condiciones de trabajo que pueda implicar una exposición de los trabajadores.

**Art. 167: Oportunidad para la presentación de la solicitud.**

El derecho a no realizar labores que pongan en riesgo la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto puede ser ejercido, ya sea al inicio o durante el periodo de gestación.

**Art. 168: Contenido del certificado médico.**

La trabajadora deberá solicitar a empresa, no realizar labores que pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto. A estos efectos, deberá presentar certificado médico respectivo, conteniendo la siguiente información:

Riesgos generados por las condiciones de trabajo durante el periodo de gestación.

- a. La acreditación del estado de gestación de la trabajadora.
- b. El tiempo del estado de gestación.

Riesgos adicionales derivados de los cambios fisiológicos en la mujer gestante.

- a. La acreditación del estado de gestación de la trabajadora.
- b. El tiempo del estado de gestación.





- c. Las labores que la mujer gestante está impedida de realizar, así como el tiempo que debe mantenerse la medida. Dicho plazo puede ser ampliado o recortado por posteriores certificados médicos, en atención a su estado de salud.

Cuando la trabajadora realice labores de riesgo, con la acreditación del estado de gestación en el certificado médico, la empresa procederá a la modificación de las labores, en aplicación de lo previsto en la evaluación de riesgos comunicada a la trabajadora.

El Instituto aplicará directamente los listados señalados en la Ley de Protección de la Mujer Gestante.

De existir riesgo inminente, El Instituto apartará a la trabajadora de las labores que ocasionan el riesgo a su salud y/o al desarrollo normal del embrión y el feto, sin perjuicio de que se atienda a su solicitud, de acuerdo a lo previsto en el siguiente artículo.

**Art. 169: Asignación de labores que no pongan en riesgo la salud y/o el desarrollo del embrión y el feto.**

La empresa, con el fin de asignar labores que no pongan en riesgo la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo del embrión y el feto, podrá:

1. Efectuar cambios en la manera de realizar las mismas labores, sin modificación del puesto de trabajo. En este caso, la empresa adaptará física o técnicamente las condiciones de trabajo con la finalidad de controlar, limitar o eliminar los riesgos existentes.
2. Si la medida descrita en el numeral precedente no fuera posible, por imposibilidad técnica u objetiva, o no resultará razonable o suficiente para controlar los riesgos existentes, la empresa modificará las labores a través de un cambio de puesto de trabajo a un puesto similar en atención a su categoría ocupacional.
3. Si no fuera posible asignar labores que no pongan en riesgo su salud y/o el desarrollo normal del embrión y el feto dentro de la categoría ocupacional de la trabajadora, de acuerdo con lo previsto por el numeral precedente, se le asignará labores en un puesto de trabajo perteneciente a una categoría ocupacional distinta, sea ésta inferior o superior.

**Art. 170: Mantenimiento de los derechos**

La asignación de labores que no pongan en riesgo la salud de la mujer gestante y/o el desarrollo normal del embrión y el feto, a través de cualquiera de las medidas señaladas en el artículo anterior, no afectará los derechos laborales, económicos o profesionales de la trabajadora.

1. En caso de que la trabajadora se mantenga en su puesto o sea cambiada a otro puesto de su misma categoría ocupacional, mantendrá los mismos derechos laborales, económicos y profesionales.





2. En caso de que la trabajadora haya sido cambiada a un puesto de trabajo de una categoría o grupo ocupacional inferior, mantendrá los derechos laborales, económicos y profesionales de su puesto de origen, incluidos los que dependen del cargo.
3. En caso de que la trabajadora haya sido cambiada a un puesto de trabajo de una categoría o grupo ocupacional superior al de su puesto de origen, tendrá derecho a recibir los montos adicionales por desempeñar ese puesto. Sin embargo, concluida la situación que dio origen al cambio de labores, la trabajadora deberá retornar a su puesto habitual en las condiciones originales, sin que esta pueda alegar hostilidad en los términos señalados en la legislación vigente.

#### Art. 171: **Retorno a las labores de origen**

Se garantiza a la mujer gestante el derecho de retornar a las labores y, de ser el caso, al puesto de trabajo que venía desempeñando, o a uno equivalente, con la misma remuneración o demás derechos, en un plazo que no superará los 15 días naturales o, con posterioridad del parto, inmediatamente a su retorno al centro de trabajo culminado su descanso postnatal.

Art. 172: **LISTADO I:** Actividades en las cuales deberá determinarse la naturaleza, el grado y la duración de la exposición para evaluar su repercusión sobre el embarazo y las medidas a adoptarse.

**I. Agentes físicos**, cuando se considere que puedan implicar lesiones fetales y/o provocar un desprendimiento de la placenta, en particular:

1. Choques, vibraciones o movimientos.
2. Manutención manual de cargas pesadas que supongan riesgos, en articular dorso lumbar.
  - a. Ruido.
  - b. Radiaciones ionizantes.
  - c. Radiaciones no ionizantes. d. Frío y calor extremos.
  - e. Movimientos y posturas, desplazamientos (tanto en el interior como en el exterior del establecimiento), fatiga mental y física y otras cargas físicas vinculadas a la actividad de la trabajadora.

**II. Agentes biológicos**, en la medida en que sepan que dichos agentes o las medidas terapéuticas que necesariamente traen consigo ponen en peligro la salud de las mujeres embarazadas, y siempre que no figuren todavía en Listado II.

1. Agente biológico del grupo 2: un agente patógeno que pueda causar una enfermedad en el hombre y pueda suponer un peligro para los trabajadores; es poco probable que se propague a la colectividad; existe generalmente profilaxis o tratamiento eficaces;





2. Agente biológico del grupo 3: un agente patógeno que pueda causar una enfermedad grave en el hombre y presente un serio peligro para los trabajadores; existe el riesgo de que se propague en la colectividad, pero existe generalmente una profilaxis o tratamiento eficaces;
3. Agente biológico del grupo 4: un agente patógeno que cause una enfermedad grave en el hombre y suponga un serio peligro para los trabajadores; existen muchas probabilidades de que se propague en la colectividad; no existen generalmente una profilaxis o un tratamiento eficaces.

**III. Agentes químicos** en la medida en que se sepa que ponen en peligro la salud de las mujeres embarazadas y del niño aún no nacido y siempre que no figuren todavía en el listado II:

1. Las sustancias etiquetadas R40,R45,R46 y R47 en la medida en que no figuren todavía en el listado II;
2. Trabajos que supongan exposición a los hidrocarburos aromáticos policíclicos presentes en hollín, el alquitrán, la brea, el humo o los polvos de la hulla.
3. Medicamentos antimitóticos;
4. Monóxido de Carbono;
5. Agentes químicos peligrosos de penetración cutánea formal.

Art. 173: **LISTADO II:** La mujer gestante no podrá ser obligada, en ningún caso, a realizar actividades que supongan el riesgo de una exposición a los siguientes agentes y condiciones de trabajo que pongan en peligro su seguridad o salud.

#### **II. Agentes biológicos.**

1. Toxoplasma.
2. Virus de la rubéola, salvo si existen pruebas de que la trabajadora embarazada está suficientemente protegida contra estos agentes por su estado de su inmunización.

#### **III. Agentes químicos.**

1. Plomo y derivados, en la medida en que estos agentes sean susceptibles de ser absorbidos por el organismo humano.

## **CAPITULO 12**

### **PROTECCIÓN VIH Y SIDA EN EL AMBIENTE DE TRABAJO**

"Resolución Ministerial N° 376-2008-TR"

Medidas Nacionales Frente al VIH y SIDA en el Lugar DE Trabajo





**Art. 174: Medidas frente al VIH y SIDA en el lugar de trabajo**

La empresa promueve el desarrollo e implementación de políticas y programas sobre VIH y SIDA en el lugar de trabajo destinada a ejecutar acciones permanentes para prevenir y controlar su progresión, proteger los derechos laborales, así como erradicar el rechazo, estigma y la discriminación de las personas real o supuestamente VIH-positivas.

**Art. 175: Confidencialidad, la no discriminación y el diagnóstico**

En caso de haber la necesidad de realizar al trabajador una prueba de VIH, y con el fin de garantizar la autonomía de la voluntad del trabajador y la confidencialidad de las pruebas del VIH y sus resultados, éstas serán realizadas por centro médico no vinculado económicamente a la empresa.

**Art. 176: Asistencia y apoyo al personal afectado**

La empresa adoptará las medidas que garanticen el apoyo y asistencia a sus trabajadores infectados o afectados a consecuencia del VIH y SIDA. Estableciendo como falta laboral todo acto discriminatorio de un trabajador real o supuestamente VIH-positivo.

## TITULO VII

### PREPARACION Y RESPUESTA PARA CASOS DE EMERGENCIAS

“LEY N° 28551”

Ley que establece la obligación de elaborar y presentar planes de contingencia

## CAPITULO 1

### PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS.

**Art. 177: PREVENCIÓN DE INCENDIOS.**

**CONDICIONES GENERALES:**

Todos los locales estarán provistos de suficiente equipo para la extinción de incendios que se adapte a los riesgos particulares que estos presentan; las personas entrenadas en el uso correcto de este equipo se hallaran presentes durante todos los periodos normales de trabajo.

**PASILLOS Y PASADIZOS**





1. En los lugares de trabajo, el ancho de los pasillos entre rumas de materiales, no debe impedir el tránsito.
2. Donde no se disponga de acceso inmediato a las salidas, se dispondrá, en todo momento, de pasajes o corredores continuos y seguros, que tengan un ancho libre y que conduzcan directamente a la salida, los pasillos entre instalaciones o ruma de materiales, deberán tener un ancho de 0.60 mts por lo menos.

### **ESCALERAS, PUERTAS Y SALIDAS**

1. Los accesos de las escaleras que puedan ser usadas como medios de salida, serán señalizados con la dirección de salida.
2. Las puertas de salida serán señalizadas para una fácil visión, y su acceso libre de obstáculos.
3. Las salidas estarán instaladas en número suficiente y dispuestas de tal manera que las personas ocupadas en los lugares de trabajo puedan abandonarlas inmediatamente, con toda seguridad, en caso de emergencia.
4. Las puertas y pasadizos de salida, serán claramente marcados con señales que indique la salida y estarán dispuestas de tal manera que sean fácilmente ubicables.

### **Art. 178: PROTECCION CONTRA INCENDIOS**

#### **CONDICIONES GENERALES**

El fuego se produce por la presencia de oxígeno, combustible y calor. La ausencia de uno de ellos elimina el fuego. Según el tipo de material combustible tenemos:

**INCENDIO CLASE A:** Sólidos combustibles tales como: madera, papel, cartón, tela, etc.

**INCENDIO CLASE B:** Líquidos inflamables tales como: Gasolina, aceite, pintura, solvente, etc.

**INCENDIO CLASE C:** Equipos eléctricos energizados. como computadoras, motores, interruptores, reóstatos, etc.

Cualquier trabajador de la empresa que detecte un incendio, procederá de la forma siguiente:

- a. Dar la alarma interna y externa.
- b. Comunicar a los integrantes de la brigada contra incendios c. Seguir las indicaciones de las brigadas correspondientes.
- d. Evacuar el área de manera ordenada con dirección a la puerta de salida más cercana.
- e. Consideraciones generales importantes:







- f. La mejor forma de combatir incendios es evitando que estos se produzcan.
- g. Mantengan su área de trabajo limpio, ordenado y en lo posible libre de materiales combustibles y líquidos inflamables. No obstruya las puertas, vías de acceso o pasadizos, con materiales que puedan dificultar la libre circulación de las personas.
- h. Informe a su Superior sobre cualquier equipo eléctrico defectuoso.
- i. Familiarícese con la ubicación y forma de uso de los extintores y grifos contra incendios.
- j. En caso de incendio de equipos eléctricos desconecte el fluido eléctrico.  
No use agua ni extintores que lo contengan si no se ha cortado la energía eléctrica.
- k. La operación de emplear un extintor dura muy poco tiempo; Por consiguiente, utilícelo bien, acérquese lo más que pueda, dirija el chorro a la base de las llamas, no desperdicie su contenido.
- l. Obedezca los avisos de seguridad y familiarícese con los principios fundamentales de primeros auxilios.

#### **AGUA: ABASTECIMIENTO, USO Y EQUIPO**

- 1. El Uso del Agua es a través de una electrobomba.
- 2. Los tanques de agua están sujetos a inspecciones preventivas, limpieza y desinfección cada 6 meses.

#### **EXTINTORES PORTÁTILES**

- 1. El Instituto, dotará de extintores de incendios adecuados al tipo de incendio que pueda ocurrir, considerando la naturaleza de los procesos y operaciones.
- 2. Los aparatos portátiles contra incendios, serán inspeccionados por lo menos una vez por mes y serán recargados cuando se venza su tiempo de vigencia, cuando se utilicen o cuando se gaste o no toda la carga.
- 3. Todos los extintores se colocarán en lugares visibles, de fácil acceso, los que pesen menos de 12 Kg.
- 4. Se colgarán a una altura máxima de 1.50 m medidos del suelo a la parte superior del extintor.
- 5. Cuando ocurran incendios que implican equipos eléctricos, los extintores para combatirlos serán de polvo químico seco; en caso de que el incendio sea en el centro de cómputo, laboratorios o implique equipos sofisticados, se utilizarán los extintores de gas carbónico (CO<sub>2</sub>). para su extinción.





## CAPITULO 2

### SISTEMAS DE ALARMA Y SIMULACROS DE INCENDIO

#### Art. 179: **SISTEMAS DE ALARMA Y SIMULACROS DE INCENDIO**

1. La empresa se realizará ejercicios de simulacros de incendio, además se adiestrará al personal en el uso de los extintores portátiles, evacuación y primeros auxilios y búsqueda y rescate.
2. Se realizarán capacitaciones periódicas y ejercicios de seguridad y salud en el trabajo según un programa anual de capacitaciones.
3. Para los simulacros de evacuación, el personal deberá seguir la señalización de seguridad indicada como SALIDA.
4. Para combatir los siniestros que puedan ocurrir, El Instituto formará brigada contra incendios, de primeros auxilios, de evacuación, de búsqueda y rescate.
5. Cuando se realiza el simulacro o en el caso de un siniestro real, se activan alarmas audibles , las que dan el indicador de evacuación.
6. La alarma de Incendio, tendrá un sonido característico distinto a la de evacuación.

## CAPITULO 3

### DISPOSICIÓN DE DESPERDICIOS

#### Art. 180: **ACUMULACIÓN Y ERRADICACION**

1. Diariamente el encargado de limpieza recolectará los recipientes de basura de cada ambiente, colocándolos en un lugar determinado para ser erradicados de la empresa.
2. Los desperdicios sólidos son clasificados en papel, plástico, vidrio, antes que sean desechados.

## CAPITULO 4

### AVISOS Y SEÑALES DE SEGURIDAD.

#### Art. 181: **SEÑALES DE SEGURIDAD.**

##### a) **OBJETO**





El objeto de las señales de seguridad será el hacer conocer, con la mayor rapidez posible (Visual) los peligros, probabilidades de accidentes y las medidas de prevención y protección.

#### **b) DIMENSIONES DE LAS SEÑALES DE SEGURIDAD**

Las señales de seguridad serán tan grandes como sea posible y su tamaño será congruente con el lugar en que se colocan o el tamaño de los objetos, dispositivos o materiales a los cuales se fijan, en todos los casos, el símbolo de seguridad, debe ser identificado desde una distancia segura.

Las dimensiones de las señales de seguridad serán las siguientes:

1. Círculo : 20 cm de diámetro
2. Cuadrado : 20 cm de lado
3. Rectángulo : 20 cm. de altura y 30 cm. de base
4. Triángulo equilátero : 20 cm. de lado

#### **c) CLASIFICACION DE LAS SEÑALES DE SEGURIDAD.**

1. Señales de Prohibición.
2. Señales de advertencia.
3. Señales de Obligatoriedad.
4. Señales Informativas
5. Señales Suplementarias.

#### **d) RECOMENDACIONES PARA EL EMPLEO DE LAS SEÑALES DE SEGURIDAD.**

Las dimensiones de las señales de seguridad pueden multiplicarse por las series siguientes: 1.25, 1.75, 2, 2.25, 2.5 y 3.5, según sea necesario ampliar el tamaño.

El área mínima A de la señal debe estar relacionada a la más grande distancia L, a la cual la señal debe ser advertida, por la fórmula siguiente:

$$A \geq \frac{L^2}{2000}$$

Siendo A el área de la señal en metros cuadrados y L la distancia a la señal en metros. Esta fórmula es conveniente para distancias inferiores a 50 m.

#### **e) CARACTERISTICAS DE LAS SEÑALES DE SEGURIDAD.**

1. Señales de Prohibición: Círculo blanco con borde y banda cruzada roja.
2. Señales de advertencia: Triángulo amarillo con borde negro
3. Señales de Obligatoriedad: Círculo celeste.
4. Señales Informativas: Rectángulo Verde.



5. Señales Suplementarias. Rectangular blanco con texto negro.

## g) APLICACION DE LOS COLORES Y SÍMBOLOS EN LAS SEÑALES DE SEGURIDAD

### Art. 182: SEÑALES DE PROHIBICION

La forma de las señales de prohibición es la indicada en la figura 1. El color del fondo debe ser blanco. La corona circular y la barra transversal rojas. El símbolo de seguridad debe ser negro, estar ubicado en el centro y no se puede superponer a la barra transversal. El color rojo debe cubrir, como mínimo, el 35 % del área de la señal.



### Art. 183: SEÑALES DE ADVERTENCIA

La forma de las señales de advertencia es la indicada en la figura 2. El color del fondo debe ser amarillo. La banda triangular debe ser negra. El símbolo de seguridad debe ser negro y estar ubicado en el centro. El color amarillo debe cubrir como mínimo el 50 % del área de la señal.



#### Art. 184: SEÑALES DE OBLIGATORIEDAD

La forma de las señales de obligatoriedad es la indicada en la figura 3. El color de fondo debe ser azul. El símbolo de seguridad debe ser blanco y estar ubicado en el centro. El color azul debe cubrir, como mínimo, el 50 % del área de la señal.



#### Art. 185: SEÑALES INFORMATIVAS

Se utilizan en equipos de seguridad en general, rutas de escape, etc. La forma de las señales informativas deben ser s o rectangulares (fig. 4), según convenga a la ubicación del símbolo de seguridad o el texto. El símbolo de

seguridad debe ser blanco. El color del fondo debe ser verde. El color verde debe cubrir como mínimo, el 50 % del área de la señal.



## CAPITULO 5

### PRIMEROS AUXILIOS

#### Art. 186: GENERALIDADES.

El principal objetivo de los primeros auxilios, es la de evitar, por todos los medios posibles, la muerte la invalidez de la persona accidentada. Otro de los objetivos principales es que mediante los mismos se brindan un auxilio a la persona accidentada mientras se espera la llegada del médico o se le traslada a un hospital.

#### Art. 187: REGLAS GENERALES

Cuando se presente la necesidad de un tratamiento de emergencia, siga éstas reglas básicas:

1. Evite el nerviosismo y el pánico.
2. Si se requiere acción inmediata para salvar una vida (respiración artificial, control de hemorragias, etc.), haga el tratamiento adecuado sin demora.
3. Haga un examen cuidadoso de la víctima.



4. Nunca mueva a la persona lesionada a menos que sea absolutamente necesario para retirarla del peligro.
5. Avise al médico inmediatamente.

#### Art. 188: **TRATAMIENTOS**

##### **a) SHOCK**

Cuando ocurra un “shock” siga estas reglas básicas:

1. Acostar al paciente con la cabeza hacia abajo, esto se puede conseguir levantando los pies de la camilla o banca. donde esté acostado el paciente, 6 pulgadas más alto que la cabeza.
2. Constatar que la boca esté libre de cuerpos extraños y que la lengua esté hacia adelante.
3. Suministrarle abundante cantidad de aire fresco u oxígeno si existe disponible.
4. Evitar al paciente el enfriamiento, se le debe abrigar con una frazada y llevarlo al médico.

##### **b) HERIDAS CON HEMORRAGIAS:**

Seguir el siguiente tratamiento:

1. Se puede parar o retardar la hemorragia, colocando una venda o pañuelo limpio sobre la herida, presionando moderadamente.
2. Si la hemorragia persiste aplique el torniquete (cinturón, pañuelo, etc.), en la zona inmediatamente superior a la herida y ajuste fuertemente.
3. Acueste al paciente y trate de mantenerlo abrigado.
4. Conduzca al herido al hospital.
5. Si el viaje es largo, suelte el torniquete cada 15 minutos para que circule la sangre.

##### **c) FRACTURAS:**

Siga el siguiente tratamiento:

1. No doble, ni tuerza, ni jale el miembro fracturado.
2. Mantenga al paciente descansando y abrigado.
3. Por fracturas de espalda, cuello, brazo o de la pierna, no mueva al paciente y llame al médico.
4. Por fracturas de cualquier otra parte del cuerpo, lleve al accidentado al médico.
5. Si hay duda acerca de si un hueso está o no fracturado, trátese como fractura.

##### **d) QUEMADURAS**





1. Son lesiones que se producen a causa del calor seco o del calor húmedo y se clasifican de acuerdo al grado de lesión que causa en los tejidos del cuerpo en de 1er, 2do, y 3er grado.
2. Para quemaduras leves o de 1er grado se puede aplicar ungüento y puede ser cubierta por una gasa esterilizada.
3. Para quemaduras de 2do y 3er grado quite la ropa suelta y aplique una gasa esterilizada suficientemente grande para cubrir la quemadura y la zona circundante y lo suficientemente larga para evitar el contacto del aire con la quemadura.

#### **e) RESPIRACIÓN BOCA A BOCA:**

1. Es un método efectivo mediante el cual se revive a una persona que no puede respirar por sí misma, su aplicación nunca daña a la víctima, aunque la falta de esta se puede resultar fatal ya que cualquier demora puede producir consecuencias graves o fatales.
2. Acueste de espaldas y en su posición horizontal al lesionado y colóquese al lado junto a la cabeza.
3. Levante la mandíbula inferior para asegurar el paso del aire.
4. Trate de cubrir la boca, para ello introduzca el dedo, pulgar y tire del mentón hacia adelante con la otra mano tape los orificios nasales (esto evita la pérdida del aire).
5. Respire profundamente y coloque su boca sobre la de la víctima y sople en forma suave y regular.
6. Retire su boca para permitir que la víctima exhale, vuelva a soplar y repita 12 veces por minuto como mínimo. Algunas veces la víctima cierra la boca fuertemente que resulta difícil abrirla, en estos casos sople el aire por la nariz, selle los labios con el índice de la mano que contiene la barbilla.

## **CAPITULO 6**

### **REFERENCIA PARA CASOS DE EMERGENCIA**

Art. 189: En caso de emergencia llamar a los siguientes números telefónicos de acuerdo a la ocurrencia:

<u>HOSPITALES PARA EMERGENCIA</u> .....	<u>051 321901</u>
<u>ESSALUD</u> .....	0 5 1 5 9 9 0 9 0
<u>EMERGENCIAS POLICIALES</u> .....	105
<u>BOMBEROS</u> .....	051 331333





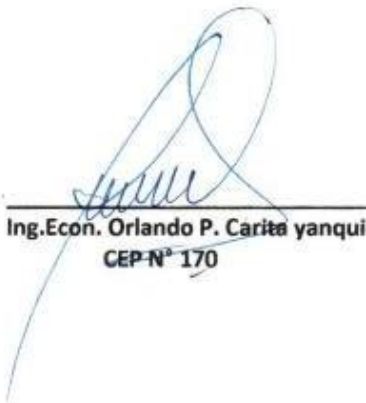


## CAPITULO 7

### DISPOSICIONES GENERALES O FINALES

Quedan incorporadas al presente Reglamento de seguridad y Salud en el Trabajo, todas las disposiciones contenidas en el Código de Trabajo, sus reglamentos, los reglamentos sobre seguridad y salud ocupacional en general, las normas y disposiciones emitidas por el IESS y las normas internacionales de obligatorio cumplimiento en el País, las mismas que prevalecerán en todo caso.

Se realizará la entrega de un ejemplar de mano a todo trabajador del presente Reglamento de Seguridad y Salud



Ing.Econ. Orlando P. Carita yanqui  
CEP-N° 170





**CONSTANCIA DE RECEPCIÓN DE REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO Y AUTORIZACIÓN EXPRESA DEL TRABAJADOR**

.....

**FIRMA**

**DNI:** .....

.....

**CONSTANCIA DE RECEPCIÓN DE REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO Y AUTORIZACIÓN EXPRESA DEL TRABAJADOR**

Conste por el presente documento, Yo, .....,  
identificado con documento nacional de identidad N° .....,  
trabajador de **INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO  
TECNOTRONIC E.I.R.L.** dejo constancia y declaro que en la fecha del presente, mi  
empleador, me ha hecho entrega del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el  
Trabajo.

Al mismo tiempo, por el presente documento, declaro aceptar y conocer el del Reglamento  
Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Firmado en señal de conformidad, conocimiento y recepción y autorización.

Juliaca, ..... de ..... del 202.....

