

# Programa

## Seguridad e higiene en el ámbito laboral

### SÍNTESIS

El curso se encuentra organizado en dos partes. La primera fue diseñada para brindar conocimiento sobre la Normativa legal vigente en materia de Seguridad e Higiene Laboral y poder realizar una evaluación de riesgos teniendo en cuenta los diferentes conceptos seguridad, higiene, peligro, riesgo, accidentes, incidentes, enfermedades y emergencias, tanto en el ámbito laboral como en el hogar.

La segunda parte busca ofrecer conocimientos específicos sobre Riesgos Químicos, Riesgo Eléctrico, Ergonomía y Riesgos en calderas/Ascensores.

Se espera que el alumno pueda identificar los peligros y riesgos, analizar y actuar de manera preventiva o correctiva para evitar accidentes y mejorar la calidad de vida en el ámbito en que se desempeñe.

### DESTINATARIOS

El curso está dirigido a cualquier persona que quiera tener mayor conocimiento sobre la temática, la misma se puede aplicar en los lugares de trabajo y en el hogar.

## FUNDAMENTACIÓN

Los accidentes y enfermedades profesionales y los riesgos a los que se encuentran expuestos los trabajadores en el ámbito laboral han registrado incrementos sustanciales en los últimos años. Frente a esta realidad, resulta indispensable llevar a cabo acciones de formación que contemplen la adquisición de habilidades tendientes a fortalecer la prevención como estrategia adecuada para propiciar la disminución de la tasa de siniestros registrados. Mejorar la seguridad, higiene y el medio ambiente laboral requiere la definición y ejecución de normas y procedimientos que permitan optimizar los métodos de trabajo, eliminar riesgos o aislar a las personas de los mismos a través de la elección de elementos de protección personal adecuados al caso. Este escenario también se replica en el ámbito hogareño aunque, el hecho de que no se encuentre encuadrado en un marco legal protectorio, provoca daños de difícil cuantificación.

En un puesto de trabajo pueden existir riesgos de carácter general, comunes a todos los trabajadores y trabajadoras, y riesgos específicos característicos de cada puesto, debido a los equipos utilizados, las sustancias manipuladas, o las actividades realizadas. El uso de sustancias químicas y de la energía eléctrica es muy común en todos los ámbitos en los que nos desenvolvemos, presentando notables ventajas tanto para la vida doméstica como para el trabajo. Para aprovechar las bondades que nos aportan es clave extremar los cuidados en su utilización y mantener una actitud preventiva. También la Ergonomía involucra tanto los factores posturales como los de naturaleza psicosocial, como los espacios de trabajo, organización, ritmo, autonomía, clima laboral, participación, etc., estas condiciones mal diseñadas y no controladas pueden generar importantes consecuencias para el individuo y la organización. Si las organizaciones y los trabajadores nos anticipamos a detectar los riesgos podemos ser capaces de minimizar las bajas, accidentes y enfermedades laborales. Con esto no solo conseguimos minimizar los daños, sino que es clave para mejorar la calidad de vida y, por ende, mejora su productividad.

## PROPÓSITO GENERAL

El objetivo es promover activamente la prevención de accidentes y enfermedades profesionales y la aplicación de métodos de trabajo seguros.

“Analizar las tareas y actuar de manera preventiva siempre significa mayor bienestar para el trabajador, la empresa y su familia”.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Aprender los fundamentos y conceptos básicos de la seguridad e higiene en el trabajo, las medidas a adoptar para prevenir accidentes y los pasos a seguir para cumplir con la legislación vigente en Argentina.
- Interpretar planes de evacuación y sistemas de extinción de incendios.
- Conocer los elementos de protección personal del trabajador, las características óptimas de las áreas de trabajo y las distintas señales de riesgo.
- Promover activamente la prevención de accidentes y enfermedades profesionales y el uso de métodos de trabajo seguros.
- Adquirir conocimientos y habilidades para prevenir e identificar el riesgo químico en los lugares de trabajo y en nuestro hogar.
- Adquirir conceptos fundamentales sobre electricidad, reconocer los riesgos que implica el uso de la electricidad y ser capaces de identificar posibles consecuencias de un accidente con energía eléctrica.
- Identificar las zonas o situaciones con problemas en el centro de trabajo y los principios ergonómicos que no se están aplicando.
- Reconocer que las mejoras ergonómicas contribuyen a proveer condiciones de trabajo saludables y seguras.
- Reconocer medidas de seguridad en ascensores y montacargas.

## CONTENIDOS

Los ejes principales del curso son:

- Fundamentos y conceptos básicos de la seguridad e higiene en el trabajo, las medidas preventivas y correctivas para prevenir accidentes y/o enfermedades laborales y en el hogar.
- Reconocimiento de la Legislación vigente en materia de Seguridad e Higiene.
- Interpretación de los planes de evacuación y equipos de extinción de incendios.
- Reconocer el riesgo químico y la manera de clasificar, etiquetar y almacenar los productos.
- Identificar las circunstancias que pueden generar un riesgo eléctrico y los efectos de la electricidad en el cuerpo humano.
- Relacionar los agentes de riesgos ergonómicos con las enfermedades profesionales y técnicas operativas tendientes a la prevención.
- Reconocer distintos medios de elevación y caldera, las instalaciones, sus componentes y las medidas preventivas para su uso.

**UNIDAD 1:** Conceptos y definiciones. Historia de la Seguridad, salud e Higiene Ocupacional. Definición de Seguridad e Higiene. Actos y Condiciones Inseguras. Accidentes de trabajo e *in itinere*– Incidentes. Evaluación de riesgos, definición de riesgos – peligros.

**UNIDAD 2:** Régimen Legal. Importancia de la prevención. Medidas correctivas/preventivas. Legislación Aplicable. Ley 19587 de Higiene y Seguridad, Dto 351/79 reglamentario y actualizaciones. Ley 24557 de Riesgos de Trabajo  
Actividad: Reconocer en un caso de descripción de accidente los roles de los distintos actores (ART, empleado, empleador, SRT). Realizar recomendaciones correctivas/preventivas. Pautas de prevención contra el COVID-19 en espacios de trabajo.

**UNIDAD 3:** Plan de Emergencia – Extinción de Incendios Plan de Evacuación, definiciones y roles, Protección contra incendios. Materiales combustibles. Clases

y tipos de fuegos. Prevención y control de incendios. Riesgos en el hogar. Actividad: Juego ubicación de extintores. Seguridad en el hogar.

**UNIDAD 4:** Elementos de Protección Personal – Generalidades. Protección de ojos y cara; Protección de pies y pierna, Protección de las manos y los brazos, Protección del sistema respiratoria; Protección del oído; Protección del tronco.

**UNIDAD 5:** Conceptos y definiciones de Riesgo Químico. Vías de absorción del químico. Efectos en el Organismo, Sistema SGA. Rombo NFPA. Hojas de Seguridad. Medidas Preventivas.

**UNIDAD 6:** Riesgo Eléctrico. Introducción y conceptos generales. Instalaciones Eléctricas. Efectos sobre el cuerpo. 5 Reglas de Oro. Medidas Preventivas.

**UNIDAD 7:** Ergonomía. Introducción y conceptos generales. Campos de aplicación. Ciencias relacionadas. Ergonomía en el diseño del lugar de trabajo. Levantamiento de cargas. Trabajo Repetitivo. Controles de Ingeniería y administrativa. Factores de Riesgo. Medidas Preventivas.

**UNIDAD 8:** Introducción y conceptos generales. Tipos y Componentes de un ascensor. Instalación de calderas. Legislación Aplicable. Medidas Preventivas.

## **MATERIALES DIDÁCTICOS**

Los contenidos descritos en el programa se encuentran desarrollados en unidades didácticas, que están integrados por material de lectura obligatoria, contenidos multimediales, actividades interactivas y propuestas de debate y reflexión acerca de nuestras propias prácticas, orientadas a poner en acción las competencias que se vayan adquiriendo. Las clases se desarrollarán en un aula del campus virtual de **CIVET**.

## EVALUACIÓN

Se realizarán al finalizar cada unidad, las mismas podrán ser autoevaluaciones o por aplicación de conceptos en casos reales.

## BIBLIOGRAFÍA

- Ley N° 19587. Higiene y Seguridad en el Trabajo; Bs.As.; 21/04/1972.
- Decreto N° 351/79. Decreto reglamentario Ley de Higiene y Seguridad en el Trabajo; Bs.As.; 05/02/1979.
- Ley N°24557/96. Riesgos del Trabajo; Bs.As.; 13/09/1995.
- Resolución N°295/03. Modificación y ampliatoria del Decreto 351/79; Bs.As.; 10/11/2003.
- Ley N° 27348. Complementaria Riesgos del Trabajo; Bs.as; 24/02/2017.
- Principios Fundamentales sobre Seguridad y Salud en el trabajo; Organización Internacional del Trabajo.
- Resolución SRT 801/15 – Sistema Globalmente Organizado para la Clasificación y Etiquetado de productos químicos. Bs.As.; 10/04/2015.
- Resolución SRT 900/15 – Protocolo de Medición de Puesta a Tierra.
- Resolución SRT 886/15 – Protocolo de Ergonomía. Bs.As.
- Código de Edificación – Reglamento Técnicos de las Instalaciones medios Mecánicos de la Elevación. IF-2019-25106560-GCABA-SSREGIC.