



Prevención de riesgos en asistencia a personas



SUBGERENCIA DE CAPACITACIÓN Y PUBLICACIONES · PROGRAMA PYMES

Introducción

Dentro del amplio abanico del mercado laboral existen profesionales cuya ocupación es desarrollar tareas de asistencia a personas, ya sean psicólogos o asistentes sociales, entre otros. En lo que sigue estudiaremos los riesgos de accidentes más comunes en este tipo de actividad, indicando a su vez las medidas preventivas recomendadas en cada caso.

Objetivo

- Identificar los riesgos de accidentes dentro de las labores que se ejecutan en la asistencia a personas y las medidas de prevención en cada caso.

1. Asistencia a personas y riesgos de accidentes

¿Asistir a las personas es una actividad con riesgos de accidentes? El objetivo de esta pregunta es hacer que reflexione un momento en lo que usted realiza, es decir, que piense en su trabajo y los riesgos a los que se expone diariamente. Asimismo, es necesario pensar respecto del valor que le asignamos a la seguridad en nuestras vidas y recordar que la experiencia que uno tenga efectuando una actividad no lo hace menos vulnerable a los riesgos de accidentes.

Su actitud es muy importante. Evite los riesgos de accidentes y colabore con la seguridad en su ambiente de trabajo. Recuerde que usted asiste a las personas y sus acciones en el trabajo constituyen un modelo a seguir.

2. ¿Cuáles son los riesgos de accidentes en la asistencia a personas?

Las tareas que se realizan en la asistencia a personas implican ciertos riesgos de accidentes que pueden afectar a quienes las llevan a cabo. Entre los riesgos más comunes podemos mencionar los siguientes:

- Caídas de igual o distinto nivel
- Sobreesfuerzos
- Cortes
- Golpes
- Contactos eléctricos

A continuación revisaremos estos riesgos de accidentes y sus respectivas medidas de prevención.

3. Riesgos de caídas de igual o distinto nivel

Un derrame de líquidos que altere una superficie de tránsito o poner elementos que obstaculicen los espacios por los que usted debe moverse, así como usar calzado inapropiado, entre otras cosas, pueden exponerlo al riesgo de sufrir caídas a igual o distinto nivel.

Use calzado apropiado en sus tareas, colabore con el orden y la limpieza, no permita que se obstruyan las vías de tránsito.

3.1. Causas de caídas de igual o distinto nivel

- Calzado inapropiado o gastado.
- Derrame de líquidos en el suelo.
- Obstruir espacios de tránsito (tropiezos).

3.2. Medidas de prevención

- Iluminación adecuada.
- Despejar las vías de tránsito.
- Orden y limpieza.
- Concentrarse en lo que está haciendo.
- Utilizar calzado apropiado.

4. Riesgos de sobreesfuerzos

Su labor es asistir a personas y para conseguir su objetivo tiene que hacerlo en una forma segura, sana y cómoda. Por lo mismo, debe evitar los movimientos repetitivos y las posturas incorrectas de trabajo, pues son causas de sobreesfuerzos.

4.1. Causas de sobreesfuerzos

- Posturas inadecuadas de trabajo.

4.2. Medidas de prevención

- Realizar las tareas sin adoptar posturas incómodas.
- Posibilitar cambios de postura.

5. Riesgos de cortes

La concentración que tenga al momento de realizar sus tareas es muy importante para no exponerse al riesgo de sufrir cortes. En virtud de lo anterior, tenga precaución al usar sus utensilios de trabajo y ocúpelos correctamente. No se confíe en su habilidad o en que a usted nunca le ha pasado nada. A usted le puede ocurrir un accidente si no evita los riesgos.

No se confíe en su destreza o su experiencia. No se exponga a sufrir un accidente, como hacerse una herida con una tijera o un cortacartón, por ejemplo.

5.1. Causas de cortes

- Estanterías con material sobresaliente.
- Uso inadecuado de herramientas manuales (cortacartón, tijeras, etc.).
- Desconcentración.

5.2. Medidas de prevención

- Usar adecuadamente los utensilios de trabajo.
- Concentrarse en lo que está haciendo.

6. Riesgos de golpes

Falta de concentración, cajones abiertos, estanterías sobrecargadas o mal ordenadas, escritorios mal ubicados, entre otras cosas, son causas de golpes. Todo lo anterior es evitable, ¿no lo cree usted? Su actitud es la clave, recuerde que si no evita estos riesgos se expone a sufrir lesiones que pueden llegar a ser graves o fatales.

No les reste importancia a los golpes, pues si no ha sufrido un accidente por esta causa, eso no quiere decir que no le vaya a ocurrir.

¡Actúe preventivamente!

6.1. Causas de golpes

Golpearse por, con o contra objetos, materiales o estructuras:

- Descuido.
- Falta de concentración.
- Falta de iluminación.
- Caída de materiales desde las estanterías.
- Falta de orden y planificación.
- Escritorios mal ubicados.

6.2. Medidas de prevención

- Sujetar o anclar firmemente las estanterías a elementos sólidos, tales como paredes o suelos y ubicar los objetos más pesados en la posición más baja de las mismas.
- Cerrar los cajones de los archivos inmediatamente después de usarlos.
- Señalizar los lugares donde sobresalgan objetos o estructuras inmóviles.
- Mantener la iluminación necesaria para los requerimientos del trabajo.
- Eliminar las cosas innecesarias.
- Ordenar en los lugares correspondientes.
- Mantener las vías de tránsito despejadas.

7. Riesgos de contactos eléctricos

La electricidad nos aporta muchos beneficios en nuestra labor; sin embargo, para que su uso sea seguro debemos estar atentos ante los riesgos a los cuales nos podemos ver expuestos, ya sea por contacto directo o indirecto con la corriente eléctrica.

7.1. Causas de contactos eléctricos

- Contacto directo: parte activa.
- Contacto indirecto: con masas (falta de puesta a tierra, deterioro de aislamiento).

Riesgos de contactos eléctricos:

- Instalaciones eléctricas y/o herramientas o máquinas dañadas.
- Manipulación de equipos y máquinas con las manos mojadas.

7.2. Medidas de prevención

- Revisar periódicamente la instalación eléctrica.
- Usar máquinas y equipos que tengan incorporada la tierra de protección.
- No utilizar los aparatos eléctricos con las manos mojadas o húmedas.
- No emplear máquinas ni equipos que estén en mal estado.

Ficha Resumen

Prevención de riesgos en asistencia a personas

Riesgos de accidentes en asistencia a personas

1. Caídas de igual o distinto nivel.
2. Sobreesfuerzos.
3. Cortes.
4. Golpes.
5. Contactos eléctricos.

1. Caídas de igual y distinto nivel

Riesgos

- Calzado inapropiado o gastado.
- Derrame de líquidos en el suelo.
- Obstruir espacios de tránsito (tropiezos).

Prevención

- Iluminación adecuada.
- Despejar las vías de tránsito.
- Orden y limpieza.
- Concentrarse en lo que está haciendo.
- Utilizar calzado apropiado.

2. Sobreesfuerzos

Riesgos

- Posturas inadecuadas de trabajo.

Prevención

- Realizar las tareas sin adoptar posturas incómodas.
- Posibilitar cambios de postura.

3. Cortes

Riesgos

- Estanterías con material sobresaliente.
- Uso inadecuado de herramientas manuales (corta cartón, tijeras, etc.).
- Desconcentración.

Prevención

- Usar adecuadamente los utensilios de trabajo.
- Concentrarse en lo que está haciendo.

4. Golpes

Riesgos (golpearse por, con o contra objetos, materiales o estructuras)

- Descuido.
- Falta de concentración.
- Falta de iluminación.
- Caída de materiales desde las estanterías.
- Falta de orden y planificación.
- Escritorios mal ubicados.

Prevención

- Sujetar o anclar firmemente las estanterías a elementos sólidos, tales como paredes o suelos y ubicar los objetos más pesados en la posición más baja de las mismas.
- Cerrar los cajones de los archivos inmediatamente después de usarlos.
- Señalizar lugares donde sobresalgan objetos o estructuras inmóviles.
- Mantener la iluminación necesaria para los requerimientos del trabajo.
- Eliminar las cosas innecesarias.
- Ordenar en los lugares correspondientes.
- Mantener las vías de tránsito despejadas.

5. Contactos eléctricos

Riesgos

- Contacto directo: parte activa.
- Contacto indirecto: con masas (falta de puesta a tierra, deterioro de aislamiento).

Prevención

- Revisar periódicamente la instalación eléctrica.
- Usar máquinas y equipos que tengan incorporada la tierra de protección.
- No utilizar los aparatos eléctricos con las manos mojadas o húmedas.
- No emplear máquinas ni equipos que estén en mal estado.

GUIA DE AUTOEVALUACION

Prevención de riesgos en asistencia a personas

I. Responda verdadero o falso

V F

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. En las labores de asistencia a las personas no existen riesgos de contactos eléctricos. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. El tipo de actividades que se realizan en la asistencia a personas no requiere de mayor concentración, pues no es una actividad peligrosa. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. La habilidad que se tenga en el trabajo es lo más importante para que las personas tengan una jornada laboral segura. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Es necesario posibilitar cambios de postura para evitar sobreesfuerzos. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. No se deben utilizar los aparatos eléctricos con las manos mojadas o húmedas. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

II. Seleccione una alternativa

1. ¿Quién es responsable por la seguridad en la empresa?

- a. Todos los miembros de la empresa.
- b. Los gerentes y jefes.
- c. Los trabajadores.
- d. El experto en prevención de riesgos.

- I. Alternativa a
- II. Alternativa b
- III. Alternativa c
- IV. Alternativa d

2. ¿Cuál afirmación no es correcta?

- a. Los accidentes son evitables.
- b. La seguridad es un valor muy desarrollado en todos los trabajadores.
- c. Asistir a personas incluye labores que implican riesgos de accidentes.
- d. Su actitud es muy importante para tener una jornada de trabajo segura y agradable.

- I. Alternativa a
- II. Alternativa b
- III. Alternativa c
- IV. Alternativa d

3. Si usted no usa un calzado apropiado en su labor:

- a. Se expone a que sus compañeros de trabajo comenten entre ellos acerca de su falta de estilo.
- b. Corre el riesgo de que las personas se burlen de usted.
- c. Debe ocultar los pies cada vez que esté delante de un superior.
- d. Se expone al riesgo de sufrir caídas.

- I. Alternativa a
- II. Alternativa b
- III. Alternativa c
- IV. Alternativa d

4. Señalar los lugares donde sobresalgan objetos o estructuras inmóviles, es una buena medida para:

- a. Prevenir cortes.
- b. Prevenir golpes.
- c. Prevenir riesgos de contactos eléctricos.
- d. Marcar los lugares donde se puede apoyar.

- I. Alternativa a
- II. Alternativa b
- III. Alternativa c
- IV. Alternativa d

5. Para evitar contactos eléctricos se debe:

- a. Revisar periódicamente la instalación eléctrica.
- b. Usar máquinas y equipos que tengan incorporada la tierra de protección.
- c. No utilizar los aparatos eléctricos con las manos mojadas o húmedas.
- d. No emplear máquinas ni equipos que estén en mal estado.

- I. Alternativas a y b
- II. Alternativas b, c y d
- III. Todas las alternativas
- IV. Alternativas c y d

Respuestas

I. Verdadero o falso

- 1. F
- 2. F
- 3. F
- 4. V
- 5. V

II. Seleccione una alternativa

- 1. I
- 2. II
- 3. IV
- 4. II
- 5. III



Asociación Chilena de Seguridad
Gerencia de Prevención

Subgerencia de Capacitación y Publicaciones

Registro de Propiedad Intelectual N° 161322

Registro ISBN: 978-956-8106-83-6

Registro Interno: HT1300

Av. Vicuña Mackenna 152

Providencia

Fono : 685 2734

Fax : 685 2702

www.achs.cl