

Control de Peligros

Después de identificar los peligros en el trabajo, hay varios métodos que se pueden usar para “controlar los peligros” y proteger a los trabajadores. Algunos métodos de control de peligros son más efectivos que otros. Las soluciones posibles se pueden organizar en base a una jerarquía en forma de pirámide. Las soluciones más efectivas, en la parte de arriba de la pirámide, son las que “eliminan el peligro.” Más abajo se encuentran las “reglas y prácticas de trabajo” y el “equipo de protección personal,” las cuales sólo reducen o limitan la exposición al peligro. Muchas veces hay que usar varios métodos juntos para controlar los peligros y obtener la mejor protección para los trabajadores.



Eliminar el Peligro

La mejor manera de proteger a los trabajadores es eliminar los peligros en el trabajo por completo, o por lo menos, alejarlos de los trabajadores. Estos métodos se llaman **controles de ingeniería**. Resuelven el problema directamente y no dependen de las acciones de los trabajadores para funcionar bien. Como el peligro ya se ha eliminado, los trabajadores no tienen que usar equipo de protección personal ni tomar precauciones especiales.

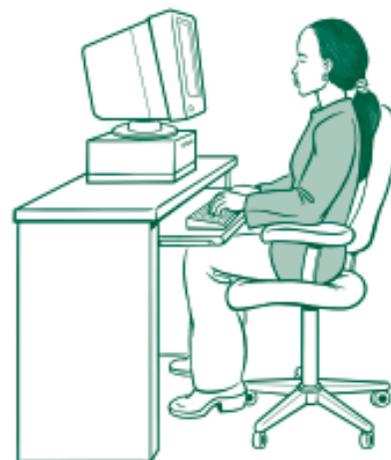
Los siguientes son ejemplos de controles de ingeniería:

- **Cambiar la forma de hacer el trabajo.** Por ejemplo:
 - Mantener mojados los materiales que se usan al rallar, lijar, usar herramientas de cortar y barrer para reducir la cantidad de polvo.
 - Guardar los materiales cerca de donde se hace el trabajo y use carretillas u otro equipo para reducir la necesidad de alzar y cargar.
 - Usar equipo mecánico para alzar a los pacientes en hogares para ancianos y cuando se cuida al paciente en su propia casa.
 - Reemplazar los motores de gasolina con motores eléctricos para eliminar el escape de gases.

- **Reemplazar los productos peligrosos por productos más seguros.** Por ejemplo, usar productos químicos de limpieza menos tóxicos.
- **Mantener los peligros lejos de los trabajadores.** Por ejemplo:
 - Mover herramientas o maquinaria ruidosa para que quede más lejos de los empleados.
 - Usar barreras físicas entre los trabajadores y las áreas públicas en las que se intercambia dinero en efectivo para impedir asaltos.
 - Instalar seguros o mecanismos de protección en las máquinas y cerca de las superficies calientes.
 - Usar tapetes en áreas mojadas o resbalosas.
- **Mantenga una buena ventilación.** La ventilación efectiva saca polvo, gases, etc. del aire que respiran los trabajadores.



- **Cambiar el diseño de equipos y herramientas.** Por ejemplo:
 - Usar carritos más pequeños y más ligeros para mover cosas del almacén, sábanas en los hoteles, etc.
 - Usar sillas y escritorios para computadoras ajustables para que se adapten al cuerpo de cada quien.
 - Usar agujas retractables en los hogares para ancianos y cuando se cuida al paciente en su propia casa para evitar picaduras.
 - Reemplazar el equipo viejo con equipo nuevo que tenga mejores mecanismos de seguridad.



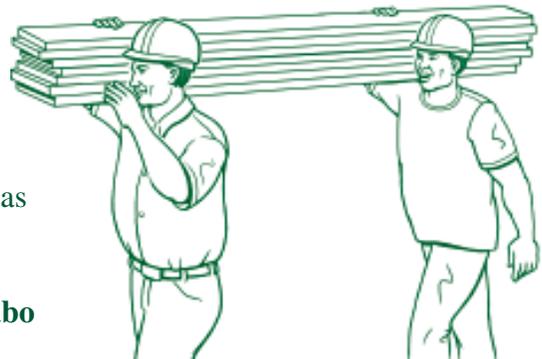
Mejorar las Reglas y Prácticas de Trabajo

Cuando el peligro no se puede eliminar por completo, otra opción es establecer reglas que limitan la exposición de los trabajadores al peligro. Estas medidas se llaman **controles administrativos**.

Los controles administrativos incluyen:

- **Asignar tareas a los empleados, alternando las tareas peligrosas y las que no lo son** para reducir el tiempo que los trabajadores están expuestos al peligro.

- **Aumentar el número de periodos de descanso** para reducir el tiempo que los empleados están expuestos a peligros como el calor excesivo o cargas pesadas.
- **Cambiar los horarios de trabajo.** Por ejemplo, en ambientes en los que hace mucho calor, es posible hacer algunas tareas de trabajo en la noche cuando baja la temperatura.
- **Mantener el área de trabajo limpia y ordenada sin cosas innecesarias o basura.** Requiera que las áreas de trabajo estén limpias y ordenadas, particularmente alrededor de herramientas y equipo para reducir el riesgo de accidentes e incendios y prevenir resbalones, tropiezos y caídas.
- **Mejorar las instalaciones y prácticas de higiene personal.** Proporcione las instalaciones y materiales necesarios para que los empleados puedan lavarse las manos y la cara antes de comer y beber.
- **Capacitar a los trabajadores.** Capacite a los trabajadores para que puedan reconocer y evaluar peligros y tomar medidas preventivas para protegerse a sí mismos.
- **Asigne el número de personas necesarias para llevar a cabo el trabajo de una forma segura.**



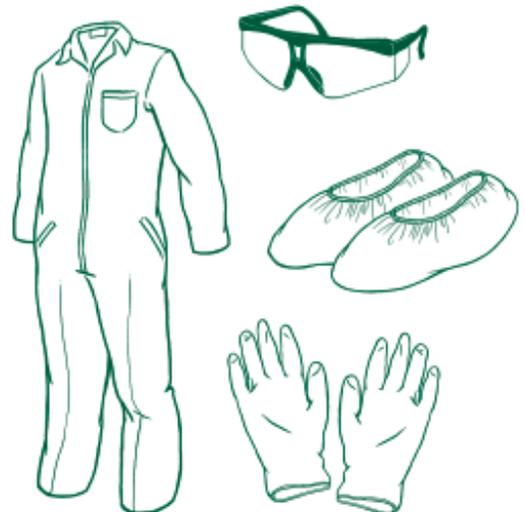
Proporcionar Equipo de Protección Personal

El tercer método para reducir los riesgos es usar **equipo de protección personal (PPE, sus siglas en inglés, o Personal Protective Equipment)**. El equipo de protección personal se pone sobre el cuerpo y protege a los trabajadores al reducir su exposición al peligro. Ejemplos de equipo de protección personal más común en las pequeñas empresas incluyen guantes, gafas protectoras, tapones para los oídos y zapatos especiales. En algunas empresas, pueden ser necesarios los respiradores, cascos y ropa especial.

Use equipo de protección personal cuando no se puede usar los otros métodos de control o cuando estos no dan suficiente protección. Se debe tratar de eliminar el peligro o cambiar los procedimientos de trabajo primero.

Usar equipo de protección personal se considera menos seguro que los otros métodos porque:

- No elimina el peligro. Simplemente reduce la exposición al poner una barrera entre el trabajador y el peligro.
- A veces los trabajadores no se lo ponen porque algunos tipos de equipo de protección personal son incómodos, dan calor o limitan el movimiento y la comunicación.



- Tiene que quedarles bien para funcionar adecuadamente.
- Tiene que ser adecuado para peligros específicos. Por ejemplo, los guantes tienen que ser adecuados para proteger al empleado de sustancias químicas específicas.
- Se tiene que enseñar a los empleados cómo usarlo adecuadamente.

Use Más de un Método

A veces se necesita más de un método para controlar un peligro. Aunque los controles de ingeniería suelen ser los métodos más efectivos, también se necesitan programas de capacitación y reglas adecuadas. En algunas situaciones, también es esencial tener equipo de protección personal.